

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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 28 (1971)

Heft: 6

Rubrik: Mitteilungen

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: 18.02.2026

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

Veranstaltungskalender Stäfa:

Hochstapeleien

Reklame sei Glückssache, hört man etwa sagen. Und Reklame, die sich des beliebten Mediums Sport bedient, ist es in doppelter oder mehrfacher Hinsicht. Der Sport als Reklameträger und Sportler als Reklameaufhänger stehen immer ein wenig in Gefahr, die Grenze des Lächerlichen oder die Schwelle zur Unglaubwürdigkeit zu überschreiten. Es sei an die sattem bekannte «Zigarette für Sportleute» erinnert und auch an die Alkoholreklame, die von vielen Radrennfahrern noch immer auf dem Trikot oder auf der Dächlikappe herumgetragen wird. Zigaretten und Alkohol mit dem Sport zu verschwägern ist eindeutig eine reklamepsychologische Fehlleistung. Jedem einigermaßen belesenen oder informierten Menschen ist es geläufig, dass sich Hochleistungssport mit den beiden Genussmitteln auf keinen Fall verträgt (allen gegenteiligen Ansichten zum Trotz nicht). Ergo kann mit dieser Reklame auch kein Mensch ehrlich überzeugt werden. Es gibt keine «Zigarette für Sportleute» und es gibt keinen leistungssteigernden Alkohol. Als Medium für diese Produkte ist der Sport also eindeutig fehl am Platz.

Aber auch dort, wo das Medium Sport an sich richtig gewählt und angebracht ist, sagen wir etwa bei Kräftigungs- und sogenannten Aufbaupräparaten, bei Sportartikeln oder Bestandteilen von Sportgeräten, sind reklamepsychologische Pannen nicht ausgeschlossen. Sie äussern sich in Übertreibungen oder in der Verfälschung sportlicher Facts. Und spekulieren demzufolge mit der sportlichen Unwissenheit der sogenannten breiten Masse. Für den Sportler, Sportfreund und Sportkenner sind sie aber ärgerlich.

Zum Beispiel dort, wo als Reklameträger für ein ohne Zweifel gutes und nützliches Produkt ein höchst verdienster, höchst tüchtiger und höchst berühmter Athlet zum «Schweizer Sportler des Jahrhunderts» erklärt wird. Was heisst das: «Schweizer Sportler des Jahrhunderts»? Doch nichts anderes, als dass man in der Mitte des Jahrhunderts (denn zu dieser Zeit hat der erwähnte Athlet seine aktive Laufbahn aufgegeben) keinen anderen Schweizer Sportler mehr zutraut, die Leistung des auf Vorschuss zum «Schweizer Sportler des Jahrhunderts» Erkorenen zu egalisieren oder zu übertreffen. Das sportliche 20. Jahrhundert des Schweizens wurde also in den fünfziger Jahren abgeschlossen. Was jetzt noch kommt, auch in den kommenden 30 Jahren bis zum Jahr 2000, liegt unter der Limite, die für den «Schweizer Sportler des Jahrhunderts» festgelegt wurde. Und auch ein dreifacher Schweizer Medaillengewinner an einer der noch kommenden Olympiaden, ein schweizerischer «Killy», ein vierfacher schweizerischer Strassenweltmeister der Berufsfahrer, ein zehnfacher Sieger in der Tour de France und so weiter haben keine Chancen, noch zum «Schweizer Sportler des Jahrhunderts» ausgerufen zu werden. Der Titel ist für ein und allemal vergeben. Es sei denn, man vergebe ihn zwei- oder dreimal.

Ich weiss: der «Schweizer Sportler des Jahrhunderts» ist nicht von der inserierenden Firma aufgebaut oder kreiert worden. Er wurde bei irgend einer Gelegenheit (wahrscheinlich sogar von einem Journalisten oder von einem schlagzeilen-erpichten Blatt) voreilig und völlig unsinnigerweise auf den Schild erhoben. Wie so vieles voreilig und völlig unsinnigerweise geschieht, wenn es um irgendwelche Schlagzeilen oder Schlagworte geht (die jeweils in verschiedenen Versionen ausgerufenen «Schweizer Sportler des Jahres» sind ein typisches weiteres Beispiel für die Schlagzeilen-Süchtigkeit gewisser Leute).

Die sportfreundliche Firma erkürt monatlich auch die «sportliche Entdeckung des Monats». Eine sehr begrüssenswerte, und, wie es scheint, auch recht sinnreiche Aktion. Es ist richtig, im Sport auch den talentierten Nachwuchs zu achten und nicht immer nur die Arrivierten in alle Himmel zu heben.

Mit Blick auf den bereits fest etablierten «Schweizer Sportler des Jahrhunderts» stolpert man dabei aber über die eigenen Reklame-Fallstricke. Man verbaut nämlich jeder der selbstgewählten «sportlichen Entdeckung des Monats» den Weg zu diesem höchsten im 20. Jahrhundert zu vergebenden Prädikat. Oder denkt man, da ja gleichzeitig die Jahrhundertwende bevorsteht, bereits an den «Schweizer Sportler des Jahrhunderts-ends»?

E. Mühlheim

TIP, Basel

Moderne und Tradition

Im Tram sassen und standen fünf Jünglinge. Mit zottigen Mänteln und ausgetretenen Stiefeln. Mit struppigen Bärten oder raffiniert ausrasierten Koteletten. Und mehrheitlich langen Mähnen. Ich klassierte sie ein als Mittelschüler, denn das Wort Lehrer kam in ihren Gesprächen öfter vor. Wir stiegen an der gleichen Haltestelle aus, und alsogleich stiessen vier weitere Burschen ähnlicher «Gattung» hinzu. Man begrüsst sich gewollt lässig und zog genau auf jenes Schulhaus zu, in das ich sie eingestuft hatte. Mir gefiel die «Bande», weil sie überaus natürlich, ungekünstelt wirkte.

Was mich an den jungen Menschen besonders interessierte, ja faszinierte, das waren die Behältnisse, in denen sie ihre Schulutensilien mittrugen. Die Modelle waren durchwegs verschieden, sie schienen dem Besitzer angepasst. Ich unterschied: uralte Ledermappe, Köfferchen aus Grossmutteres Requisiten, Swissair-Bag, modernste viereckige Aktentasche, brauner haariger Militärtornister, Papiersack mit grossem Migros-M, Schultheke aus der Primarzeit, duchsichtiger Kunststoffbeutel, Kommissionenkörbchen. Wirklich: genau so war die Auswahl, bunt und originell.

Der Weg wollte es, dass ich eine Weile hinter den Neun herpendelte. Und ich erhielt immer mehr das Gefühl, dass das Sortiment geradezu modisch ausgerichtet war: jeder Träger hielt genau das in den Händen, was seine Kleidung ergänzte oder abrundete, je nachdem. Am reizendsten waren Oma-Köfferchen und Opa-Tornister. Wer hätte je gedacht, dass der Enkel dereinst die so wichtigen Schul-Bücher und -Hefte — möglicherweise sehr ungern, aber notgedrungen — darin hin- und herbringen würde?

Unsere Jugend ist voller Widersprüche, voller Rebellion. Dass für sie aber antike Geräte zu handlichen Attributen werden können, ist eigenartig. Dass sie solche Raritäten eifrig suchen, sie regelrecht zu erobern trachten, spricht für die Jungen. Ich muss gestehen: jene neun Mittelschüler passten durch und durch zu den Requisiten, die sie hin- und herschwenkten. Mir war, als ob sich in Person und Sache die eiserne Sentenz spiegelte, wonach bei allem Hang zur Moderne doch stets eine Spur Tradition frisch und keck wie etwas Selbstverständliches sich in jede Epoche mit hineinschmuggelt ...

m. e.

Generalanzeiger, Bonn:

Falscher Ehrgeiz

Er könnte in München in der Ehrenloge sitzen und mit Martin Lauer darüber fachsimpeln, wie übel einem das Schicksal doch mitspielen kann und dass man froh sein sollte, wenn man seine Gehwerkzeuge überhaupt noch gebrauchen kann. Doch Valeri Brumel will nicht. Am 5. Oktober 1965 brach er sich bei einem Motorradunfall mehrfach das rechte Bein. Mit Mühe entging der Hochsprung-Olympiasieger und Weltrekordler einer Amputation. Fünfmal wurde er an seinem Bein operiert, davon zweimal, weil Brumel — kaum genesen — wieder springen wollte.

Kürzlich belegte Valeri Brumel bei Hallenwettkämpfen in Leningrad mit 2,07 m den zweiten Platz. Die Orthopäden staunen, wie Brumel wieder Herr über sein zusammengeklüftetes Bein wurde. Aber ist er noch Herr über sich selbst. Ein Mann, der den sportlichen Erfolg in hohem Masse genossen hat, der mehrfach zum «Weltsportler des Jahres» gewählt wurde, kommt vom Leistungssport nicht mehr los. Geringschätzig spricht er über seinen Nachfolger als Olympiasieger, Dick Fosbury, den Rückwärtsspringer. In seinen Augen ist solch ein Sprung Mogelei. Zweifel äussert er über den Mann, der mit 2,29 m einen Zentimeter höher sprang als er, den Chinesen Ni-Tschitschin.

Dem Fachmann steht Kritik zu. Aber ist hier nicht der Bogen überspannt? Brumel will 1972 in München wieder dabei sein. Und ein Mann mit solch fanatischem Ehrgeiz will nicht nur dabei sein, er will gewinnen. Um welchen Preis? Um jeden, auch um den einer neuen schweren Schädigung seines Beines. Mit seinen 2,07 m — ja selbst mit 1,90 m — hat er den Sieg über das Schicksal bewiesen. Den Sieg über sich selbst würde er erringen, wenn er jetzt mit dem Leistungssport Schluss machen würde. Mit 28 Jahren kann man sich daran erinnern, dass es im Leben noch andere Dinge gibt ...

Schulturnanlagen lassen zu wünschen übrig

Aufschlussreicher Bericht über die Situation im Schulturnen im Kanton Luzern

sm. In einem längeren Artikel (Schulblatt Nr. 3) befasst sich der kantonale Turninspektor Albert Bründler mit dem Schulturnen in unserem Kanton. Noch lange ist nicht alles zum besten bestellt. So verfügen beispielsweise von 232 Schulen der Volksschule 85 über gute, 70 über genügende und 77 über ungenügende Turnanlagen.

Erfreulicherweise stieg die Anzahl der Turnhallen von 41 im Jahre 1945 auf 147 im Jahre 1970 an; im Bau sind 14 und in Planung 27. Ende 1970 waren erst zwei Lehr- und Schwimmhallen in Betrieb, in Planung befinden sich aber zehn weitere.

Der kantonale Turninspektor fordert die Gemeinden auf, möglichst grosszügig konzipierte Turn- und Sportanlagen zu schaffen; evtl. sei auch an die Erstellung von regionalen Sportstätten (wie das Willisau gegenwärtig macht) zu denken. Erstmals hatten im Jahr 1969 um die 10 000 Schulkinder der 5. und 6. Primarklassen Turnprüfungen zu bestehen. Von sieben Disziplinen mussten fünf erfüllt werden, damit die Prüfung als bestanden galt. 80 Prozent der geprüften Knaben und 60 Prozent aller Mädchen erreichten die gesteckten Limiten, die als vernünftig und bei gutem Training als durchaus erreichbar bezeichnet werden können.

Die Qualität des Turnunterrichtes heben

Albert Bründler weist auf folgende Punkte hin, die massgebend dazu beitragen können, die Qualität des Turnunterrichtes zu heben:

- Einführung von Stoffzielen,
- Reglement für die Turnprüfung von Primarlehrkräften (ist in Bearbeitung),
- Turnprüfungen für 5.- und 6.-Klässler,
- Vermehrte Anstellung von Fachlehrern für das Turnen.

Der im Jahre 1969 eingeführte freiwillige Schulsport hat sich erfreulich gut entwickelt. In 17 Gemeinden fanden mehr als 430 Übungen statt, an denen 5050 Knaben und 4230 Mädchen teilgenommen hatten. Sehr gut schnitten die Luzerner Gruppen am Schweizerischen Schulsporttag ab. 1970 wurde erstmals mit über 450 Teilnehmern ein kantonaler Schulsporttag durchgeführt, der auch in Zukunft wieder organisiert werden soll.

Zum Schluss weist der kantonale Turninspektor darauf hin, dass noch vermehrt Feriensportwochen ausgeschrieben werden sollten. Schliesslich kann auch die Familie einiges zur körperlichen Ertüchtigung beitragen: statt ungesunder, langer Autofahrten könnte einmal eine Wanderung durchgeführt werden. Gesamthaft betrachtet steht es um den Schulsport und das Schulturnen im Kanton Luzern nicht schlecht. Dass das Turnen nicht das wichtigste Fach ist, wird jedermann einleuchten. Es darf aber nicht zu einem Randfach degradiert werden, denn ebenso wichtig wie ein gesunder Geist ist ein gesunder Körper.

«LNN»

Schule, Sport und Tourismus

Die Tessiner Regierung hat dem Grossen Rat ein Kreditbegehren von 5 Mio Fr. für die Errichtung von fünf Bergsportzentren für Schulen unterbreitet. Die Zentren sollen zunächst in Cari im Leventinatal, in Nara und Campo im Bleniotal sowie in Pescium ob Airolo und Bosco Gurin gebaut werden. Jedes Gebäude ist auf einen Rauminhalt von 4250 m³ für je 75 bis 90 Schüler geplant.

Damit wird es möglich sein, während der Winterszeit durch wochenweise Ablösungen 4000 bis 6000 Schüler in diesen Berggebieten zu beherbergen. Dadurch kann die ausserhalb der Wochentage herrschende geringe Benützung der dortigen Sportanlagen vorteilhaft ausgeglichen werden. Die eine Hälfte der Schultage soll dem Unterricht, die andere Hälfte dem Sport gewidmet werden. Die örtlichen Interessenten (Gemeinden, Konsortien, Private) haben sich bereit erklärt, für

die Bauten den nötigen Boden zur Verfügung zu stellen. Ein weiteres solches Zentrum ist später für Cardada ob Locarno vorgesehen.

«Hotel Revue», esa

Schulsport — immer aktueller

hz. Ärzte, Erzieher und Schulpflegen sind sich einig darüber, dass die im kantonalen Lehrplan vorgeschriebenen drei wöchentlichen Turnstunden nicht mehr ausreichen, um den um sich greifenden Haltungsschäden unserer Schulkinder ausreichend begegnen zu können. In Zusammenarbeit mit der Schulärzten und der Lehrerschaft wird auch in Schlieren ständig nach neuen Möglichkeiten gesucht, um bei unsern Schülern das natürliche Bewegungsgefühl und eine gute Körperhaltung zu fördern und zu erhalten.

Die Rhythmikkurse,

bestimmt für Kinder im Unterstufenalter, werden zurzeit in rund 20 Gruppen durchgeführt. Sie haben die Aufgabe, eine verstärkte Bewegungskoordination, eine Lockerung der inneren Haltung und damit den Abbau bereits bestehender Hemmungen zu veranlassen. Das Aufgebot zum Besuch dieser Kurse geschieht durch die Eltern auf freiwilliger Basis.

Der Erweiterte Turnunterricht (ETU),

ebenfalls fakultativ, ist für Knaben und Mädchen der Mittelstufe geschaffen. Der ETU verfolgt das Ziel, die Vermehrung der körperlichen Kräfte, den persönlichen Mut, die Selbstbeherrschung und das Reaktionsvermögen anzuregen. Der Einbau von Gruppenspielen vermehrt den Gemeinschaftssinn, die Freude am Teamwork und veranlasst gleichzeitig die Einordnung unter ein Gruppenziel. Den Abschluss der ETU-Kurse bildet der Mittelstufen-Turntag, der in den beiden letzten Jahren als Bestandteil des «Schliererfäscht» und der Einweihung des OKS zum eigentlichen Schülerfest aufgewertet worden ist.

Das Schulschwimmen

wird im kommenden Schuljahr einer Neuorganisation unterzogen. Bisher für die Mittelstufe vorgesehen, wird es um ein Jahr ververschoben. So wird für die 3. bis 5. Primarklasse sowie auch für die erste Oberstufenklasse je eine der drei wöchentlichen Tunstunden während der Badesaison zur Schwimmstunde erklärt. Diese Lektion wird Schwimmen, Schwimmunterricht, Ball- und Wasserspiele umfassen. Die Klassenlehrer und eine speziell ausgebildete Schwimminstruktorin werden sich der Schwimmer und Nichtschwimmer annehmen und auch fortgeschrittenere Könnern auf die diversen Schwimmtests vorbereiten. Zur eventuellen Erfassung von Neuzugängern oder Nachzügeln wird der Schwimmunterricht, wie bereits erwähnt, auch auf die erste Oberstufenklasse ausgeweitet. Dafür wird die 6. Primarklasse, die bisher ebenfalls dem obligatorischen Schwimmunterricht unterstand, durch den Ausschluss aus dem Obligatorium etwas entlastet, eine Massnahme, die diesen Schülern und deren Eltern sicher willkommen sein dürfte, leidet doch die 6. Primarklasse im Hinblick auf den daran anfolgenden Übertritt in die Oberstufe unter ganz besonderen Belastungen. Trotzdem steht es natürlich den Lehrkräften dieser Klassen frei, zeitweilig eine Turnstunde im Bad «Moos» als Schwimmstunde zu betreiben. Der Schulsport als wohl idealste Therapie gegen Haltungsschäden wird durch all diese Massnahmen sichtlich aufgewertet.

Die regionale Schulsport-Organisation,

der auch Schlieren angeschlossen ist, vermittelt den Oberstufenschülern recht zahlreiche Möglichkeiten zur sportlichen Betätigung innerhalb der Schule. Je nach Beteiligung werden Kräften unserer Schule Kurse in Leichtathletik, Hallenhandball, Basketball, Tisch-Tennis und für Knaben auch im Kunstturnen vermittelt.

Die Sonderkurse für Haltungsturnen

werden jenen Kindern «verschrieben», die bereits Haltungsschäden aufweisen oder doch stark gefährdet sind. Die Einweisung erfolgt durch die Schulärzte. Zurzeit besuchen etwa 10 bis 15 Prozent unserer Schüler diese Kurse, die je zwei wöchentliche Lektionen von 25 Minuten Dauer und als Hausaufgabe ein zweimaliges tägliches Heimtraining von je 5 Minuten umfassen. Nur an- und ausdauerndes Üben lässt das Kursziel, die Stärkung der Stütz Muskulatur, die Korrektur der Körperhaltung und eine vermehrte Belastung des Kreis-

laufs, erreichen. Die Schulpflege richtet an die Eltern dieser Kinder die dringende Bitte, das vorerwähnte Heimtraining ihrer Kinder zu überwachen und sie zur täglichen Ausübung anzuhalten.

Die Intensivierung des Haltungsturnens im normalen Turnbetrieb sowie der Einbau isometrischer Übungen zum Zwecke der Auflockerung allzu einseitig beanspruchter Muskulaturen während der übrigen Schulstunden, wird von der Schulpflege sehr begrüsst. Spezielle Kursprogramme wurden von einem Lehrerteam, das den schweizerischen Kurs für Haltungsturnen besucht hat, zusammengestellt und der Lehrerschaft praktisch vordemonstriert. Obwohl freiwillig, werden diese Kurzprogramme in den meisten Klassen erfreulicherweise täglich durchexerziert.

Wie überall sind die Anstrengungen von Behörde und Lehrerschaft nur dann erfolgreich, wenn die Eltern unserer Schulkinder mithelfen. — Liebe Eltern, Sie können dies, indem Sie Ihren Kindern den Schultornister möglichst spät erst durch die Mappe ersetzen, aber auch dann, wenn Sie Ihre Kinder zu Fuss in die Schule schicken und Ihr Herz den Motorisierungswünschen Ihrer Kinder so lange als möglich verschliessen.

«Zürcher AZ»

Gedanken — Gespräche — Geschehnisse

Im Mai sind an der ETS jeweils die Militärkurse zu Gast. Die Militärschule der ETH (Ausbildungsjahr für Instruktionsoffiziere) absolviert einen sechswöchigen Lehrgang und die Armeesportleiter (Leiter des Sportunterrichts in Unteroffiziers- und Offiziersschulen) werden in einem Kurs von vier Wochen auf ihre Aufgaben vorbereitet. Für die ersteren geht es vor allem darum, sich über die Ideen und Ziele des Armeesports zu orientieren, und die letzteren müssen in erster Linie lernen, den Armeesport zu lehren.

Als Grundlage wird für beide das neue Armeesport-Reglement benützt, das vor einigen Monaten als Probeausgabe erschienen ist. In diesem Reglement kann man folgende Sätze lesen: «Gelingt es, unseren Dienstleistungen einen sportlichen Habitus zu verleihen, wird das Ziel leichter erreicht. Die Dienstfreudigkeit würde bei vielen gefördert, und mancher Nichtsportler könnte noch für die Idee systematischen Körpertrainings gewonnen werden.»

Sätze dieser Art würden dem Oswald-Bericht gut anstehen. Die Erfahrung zeigt, dass immer, wenn im Dienst auf vernünftige Weise Sport getrieben wird, die Leute begeistert mitmachen und etwa sagen: «Warum macht man das nicht öfters?» oder: «Warum hat man das nicht schon lange gemacht?» Zwei Fragen, auf die man als erstes nur mit der banalen Frage antworten kann: «Ja, warum eigentlich nicht?»

Es ist hier nicht der Platz, um diese Antwort-Frage im Detail zu beantworten zu suchen und zu begründen, warum man antworten sollte.

Nur ein paar Gedanken:

Sicher steht in Schulen und Kursen das Erlernen des Kriegshandwerkes im Vordergrund oder wie man auch sagt, das Erreichen und die Erhaltung der Wehrbereitschaft. Sicher stehen weitgehend militärische Ziele an erster Stelle. Die Fragen sind hier: Was heisst Wehrbereitschaft? Woraus setzt sie sich zusammen? Wie ist sie zu erreichen? Zur Wehrbereitschaft gehört in hohem Masse auch die körperliche Leistungsfähigkeit. Im Armeesport-Reglement steht sogar: Militärische Leistungsfähigkeit setzt sportliche Leistungsfähigkeit voraus!

Um militärische Ziele der Wehrbereitschaft zu erreichen, müssen viele Gesetze des sportlichen Trainings beachtet werden. So irrsinnig es tönt, allzuweit sind Sport und Krieg oder sportliche Tätigkeit und Kriegshandwerk nicht voneinander entfernt, obschon sich ihre Ziele diametral gegenüber stehen. Hier: Beitrag an das Leben, dort: Zerstörung von Leben. Aber beide Tätigkeiten haben «sportlichen» Charakter. Ausserdem

Bravo Luzern!

(spg) Der Schulsport, wie er im neuen Bundesgesetz zur Förderung von Turnen und Sport vorgesehen ist, verspricht ebenso attraktiv zu werden wie «J+S», das Programm der Nachschulpflichtigen. Mit viel Eifer haben die 1382 Luzerner Knaben und Mädchen über die Osterferien eine Schulsportwoche mitgemacht, 20 Prozent aus der Primarschule, 80 Prozent aus den Sekundar- und Oberschulen, diese allerdings nur mit 12 Prozent ihres Bestandes. Es ist dies der zweite solche Kurs, der im Vorjahr von rund 1000 Sportbegeisterten besucht worden war. Turnlehrer, Seminaristen beiderlei Geschlechts, Spitzensportler, diplomierte Sporttrainer und Instrukturen standen der Jugend in vielfältigsten Sportarten als Lehrkräfte und Leiter zur Verfügung. So fröhlich der Betrieb im allgemeinen war, es floss auch viel Schweiss, denn was für die einen gesunde Freizeitbeschäftigung war, wurde für andere ernsthafter Schnupperlehrgang zur Ermittlung der ausgewählten Sportart im fortgeschrittenen Alter oder gar Leistungstraining für diejenigen, die wissen, dass Spitzensport im Schulalter seine erste Entwicklungsphase bestehen muss.

«Tages-Anzeiger»

wohnen beiden die Elemente des Kampfes inne, sofern der Sport unter dem Leistungsaspekt steht.

Jeder denkende und fühlende Mensch muss bei der Erlernung und Ausübung des Kriegshandwerkes letztlich eine gewisse Abscheu empfinden. Gerade die erwähnten gegensätzlichen Zielsetzungen von Sport und Krieg bringen es mit sich, dass der Sport im Militärdienst neben dem körperlichen auch einen geistigen Ausgleich schaffen kann.

Es ist gut, dass die Leiter und Organisatoren des Armeesportes in Magglingen ausgebildet werden. Hier geraten sie in enge Tuchfühlung mit dem Sport, mit Sportlern und mit sportlichen Gedanken und Auffassungen. Es bleibt zu hoffen, dass möglichst viel in die Armee übertragen wird, nicht nur in die Schulen, sondern auch in die Wiederholungskurse. Dort müsste man immer wieder sportliche Impulse geben, damit auch die Idee des zweiten, der zitierten Sätze aus dem Reglement, Wirklichkeit wird. Al

SJM-Test 1971 läuft an

Gratis nach München an die Sommerspiele

15 000 hellblaue SJM-Plakate sind dieser Tage bei Sportvereinen, Jugendgruppen und Schulen eingetroffen. In allen Gegenden unseres Landes werden sie von Pfingsten bis Betttag die Jugendlichen der Jahrgänge 1952—1956 einladen, am SJM-Test teilzunehmen. Wer den Test besteht, nimmt an der Verlosung von 120 Gratisreisen an die Olympischen Sommerspiele in München teil.

Noch können Jugendgruppen, Sportvereine, Schulen, Sportlehrer, Leiter von Jugend + Sport usw. die Unterlagen beim Sekretariat des SJM 1972, Postfach 203, 1000 Lausanne 13, bestellen. Der SJM-Test wird nämlich von örtlichen Vereinen durchgeführt, die «Aktion SJM 1972», eine Arbeitsgemeinschaft von schweizerischen Sportverbänden und der «A 69 — Aktion Gesundes Volk», besorgt nur die Auslosung der glücklichen Gewinner.

Wer am Test teilnehmen will, halte nach den hellblauen Plakaten mit den fünf mal drei Ringen Ausschau oder erkundige sich bei einem Sportlehrer oder bei einem Verein. Im Test werden folgende Leistungen gefordert:

Burschen:

2 km Geländelauf in höchstens 8 Minuten und 100 m Freistilschwimmen in höchstens 2 Minuten.

Mädchen:

1 km Geländelauf in höchstens 5 Minuten und 100 m Freistilschwimmen in höchstens 2 Minuten.

Wer besonders gut abscheidet, erhält eine Anstecknadel mit dem SJM-Signet; zudem können je die 15 Mädchen und Burschen mit den besten Leistungen gratis an einem Fitness-Lager teilnehmen. Die Reisen nach München jedoch werden unter allen verlost, die in den Jahren 1970, 1971 und 1972 den Test bestanden haben oder noch bestehen werden.

Wer?

Mädchen und Burschen der Jahrgänge 1952—1956.

Warum?

Weil SJM Euch eine Freude machen will. Weil Junge den Plausch haben sollen.

Was ist SJM?

Ein Zusammenschluss einiger Sportverbände und der A 69 — Aktion Gesundes Volk.

SJM 1972, Postfach 203, 1000 Lausanne 13.

Was kostet's?

Kein Geld — d. h. fast keines, nur 3 Franken Startgeld. Dafür eine sportliche Leistung. Aber Sport ist ja eine Freude, wenn man ihn selber betreibt.

Was leistest Du?

SJM-Test:

Geländelauf (Burschen 2 km in 8 Minuten, Mädchen 1 km in 5 Minuten)

Schwimmen (100 m Freistil in 2 Minuten)

Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

Wann?

1. Juni bis 18. September 1971.

Wer hat eine Chance?

Jeder, also auch Du!

Wer den Test besteht, nimmt an der Auslosung für eine Gratisreise an die Olympischen Sommerspiele 1972 nach München teil. Mitgliedschaft in einem Sportverein ist nicht nötig.

Echo von Magglingen

Kurse im Monat Juni (Juli)

a) schuleigene Kurse

Eidg. Leiterkurse

- 28. 6.— 3. 7. Volleyball (30 Teiln.)
- 29. 6.— 2. 7. Entr. de condition physique JG (30 Teiln.)
- 3. 7.—10. 7. Bergsteigen/Alpinisme (40 Teiln.)
- 5. 7.—10. 7. Gymnastique aux agr. + à l'art. (20 Teiln.)
- 5. 7.—10. 7. Athlétisme (20 Teiln.)
- 13. 7.—16. 7. Fitness J (30 Teiln.)

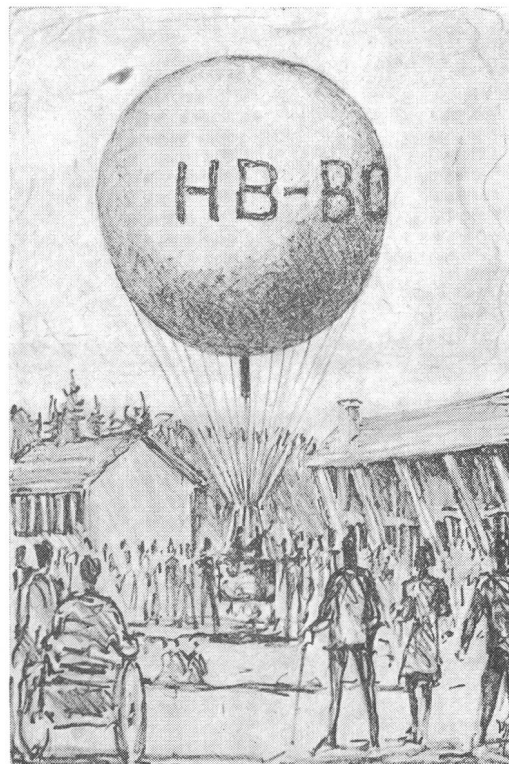
Militärsportkurse

- 13. 7.—16. 7. San OS 3 b (60 Teiln.)
- 28. 7.—31. 7. San OS 3 b (60 Teiln.)

b) verbandseigene Kurse

- 1. 6.— 5. 6. Nationaler Trainingsleiterkurs, Schweiz. Tennisverband (30 Teiln.)
- 4. 6.— 5. 6. Olympia-Vorbereitungskurs Kunstturnen, ETV (20 Teiln.)
- 5. 6.— 6. 6. EM-Vorbereitungskurs Damen-Nationalmannschaft, Schweiz. Volleyballverband (15 Teiln.)
- 5. 6.— 6. 6. Trainingskurs des Nationalkaders, Schweiz. Boxverband (30 Teiln.)
- 5. 6.— 6. 6. Trainingskurs der Nationalmannschaft Schwimmen, Schweiz. Schwimmverband (30 Teiln.)
- 11. 6.—12. 6. Olympia-Vorbereitungskurs Kunstturnen, ETV (20 Teiln.)
- 12. 6.—13. 6. Trainingskurs des Querkaders, SRB (15 Teiln.)
- 12. 6.—13. 6. Olympia-Kader Schwimmen, Schweiz. Schwimmverband (15 Teiln.)
- 18. 6.—19. 6. Olympia-Vorbereitungskurs Kunstturnen, ETV (20 Teiln.)
- 19. 6.—20. 6. Trainingskader der Herren-Nationalmannschaft, Schweiz. Volleyballverband (15 Teiln.)
- 19. 6.—20. 6. Junioren-Trainingskurs Sommermehrkampf, SIMM (30 Teiln.)
- 19. 6.—20. 6. Zentralkurs für Fussballtrainer und Instrukturen, SATUS (25 Teiln.)
- 25. 6.—27. 6. Länderwettkampf Ungarn—Schweiz Pistolen-schiessen, Schweiz. Matchschützen-Verband (35 Teiln.)
- 26. 6.—27. 6. EM-Vorbereitungskurs Damen-Nationalmannschaft, Schweiz. Volleyballverband (15 Teiln.)
- 26. 6.—27. 6. Schwimmkurs für Invalide, Schweiz. Invalidenverband (50 Teiln.)

Gesunde Sportler helfen invaliden Sportkameraden



Anlässlich des 10. Schweizerischen Invalidensporttages vom 25. Juli 1971 starten in Magglingen zwei Freiballone. Auf der Fahrt wird die oben gedruckte Postkarte mitgenommen.

Der Bruttoerlös der Postkarte ist für den Schweizerischen Verband für Invalidensport bestimmt.

Die Karte kann unter Beilage von Fr. 5.— in Briefmarken an der folgenden Adresse bezogen werden: Eidg. Turn- und Sportschule, Publikationsdienst, 2532 Magglingen.

Schweizerische Zeitschrift für Sportmedizin

Zum 65. Geburtstag von Prof. Dr. med. Gottfried Schönholzer, Leiter des Forschungsinstitutes der ETS, ist die Nummer 2/1971 der Schweiz. Zeitschrift für Sportmedizin in stark vergrössertem Umfang als Festschrift herausgekommen.

Die insgesamt 16 Originalarbeiten verschiedener Autoren vermitteln einen Überblick über den aktuellen Stand sportwissenschaftlicher Forschung in der Schweiz. Neben Untersuchungsergebnissen aus der modernen Leistungsphysiologie und -biochemie finden sich Beiträge zur Sporttraumatologie und zur Praxis der sportmedizinischen Betreuung von Spitzenathleten. Über das engere Gebiet der Sportmedizin hinaus zielen Arbeiten zur Theorie der Leistung im Sport, zur Sportpsychologie und zum existenziellen Sinn der Bewegung. Die Festschrift wird abgerundet durch eine Würdigung der langjährigen wissenschaftlichen Tätigkeit von Professor Schönholzer und durch ein Verzeichnis seiner eigenen Arbeiten und Veröffentlichungen.

Der Zentralkurs für Schwimmen des IVSCH in Magglingen

Der Zentralkurs des Interverbandes für Schwimmen vom 17. und 18. April in Magglingen gab den versammelten Kursleitern Einblick in wichtige Themenkreise.

So referiert im theoretischen Teil des Kurses Dr. med. Ursula Weiss von der ETS Magglingen über «Beeinflussung der Haltung durch Schwimmen und Wasserspringen- und über «Trainingslehre».

Prof. Dr. E. Strupler, Universitätssportlehrer der Uni Bern wies in seinen Ausführungen auf die «Gefahren im Wasserspringen» hin, während F. Haussener, Turnlehrer der Uni Basel, über «Motivation im Sport» sowie «Dauerschwimmen als Volkssport» sprach. Die praktische Arbeit stand unter folgenden Gesichtspunkten:

- Neuerungen
- Fehlerbeobachtungen und Fehlerkorrektur
- Persönliches Training im Hinblick auf Haltung

Unter dieser Zielsetzung leiteten die TK-Mitglieder die verschiedenen Trainings in den Schwimmarten, Wasserspringen und Gymnastik.

Nach der gemeinsamen Aussprache konnte der Kursleiter, TK-Präsident J. Hegner, die Kursteilnehmer gut vorbereitet in die kommende Schwimmsaison entlassen.

Bereits am 22./23. Mai werden die Schwimmleiterkurse des Interverbandes für Schwimmen in den verschiedenen Regionen der Schweiz durchgeführt. Die nachfolgenden Kursausschreibungen geben Ihnen einen Überblick. Für eine rechtzeitige Anmeldung sind die Kursleiter dankbar.

Kurs für Kunstschwimmen (nur für SI)

Ort und Datum noch nicht bestimmt

Instruktorienkurs

19. 7.—29. 7. 71 in Zürich
Schwimminstruktoren-Vorbereitungskurs

8. 7.—18. 7. 71 in Baden
Schwimminstruktoren-Brevetkurs
7. 10.—17. 10. 71 in Bern
Schwimminstruktoren-Brevetkurs
12. 7.—17. 7. 71 in Locarno
Springinstruktorenkurs (nur für SI)

Technische Kommission IVSCH

Veranstaltungen 1971

Juni 1971

25.—26. 6. 1971

Symposium des Bayrischen Sportärzteverbandes in Pommersfelden.

Juli 1971

Internationaler Lehrgang in Font-Romeu;

3.—10. 7. 1971

Veranstalter: Fédération Française de Gymnastique éducative et de Gymnastique volontaire (FFGEGV)

Thema: 1. Leibeserziehung in Argentinien, 2. Information über Jazz (Ecole de danse contemporaine).

Anmeldung: FFGEGV, 2, rue de Valois, Paris 9e. Es sind 80 Plätze für Ausländer reserviert.

7. 6.—13. 7. 1971

8th International Academy for Modern Gymnastics, Varala Sport Institute, Tampere, Finland (Suomen Naisten Liikuntakasvatustutkijat SNLL Topeliuskatu 41 a, Helsinki 25 - Finnland, Registration fee 200 Fmk)

18.—24. Juli 1971

Internationaler Lehrgang für moderne Frauengymnastik in Montecatini; 60 Plätze für ausländische Teilnehmer sind reserviert. Anmeldung: Federazione de Gimnastico d'Italie, Via Tisiano 70, 00100 Roma.

August 1971

30. 7.—3. 8. 1971

XIV. Congress of ICHPER in Kingston, Jamaica (ICHPER, 1201 Sixteenth Street, N. W., Washington, D.C. 20036, USA)

28. 7.—30. 7. 1971

AIESEP, Internationales Seminar «Doctorial Studies: in Madrid (INEF, Madrid 3, Ciudad Universitaria)

Internationaler Lehrgang in Lyon;

30. 8.—4. 9. 1971

Thema: Gymnastique volontaire. Veranstalter: FFGEGV. Lehrkraft: Madame Bergmann, Schweden; Madame Coevoet, Frankreich; Pr. Langhans, Deutschland.

Anmeldung: Madame Carron, «Le petit moulin», 17, rue Gambetta, 69 Fontaines sur Saone, Frankreich.

September 1971

1. 9.—3. 9. 1971

International Symposium «History of Physical Education and Sport» (FIEP, AIESEP).

(INEF, Madrid 3, Ciudad Universitaria)

27. 9.—1. 10. 1971

Third International Seminar on Biomechanics, Rom, «Bio-mechanical Studies on Human Motion and their Applications to Sports, Physical Education, Rehabilitation, and Human Labour» (Prof. Sergio Cerquiglini, Istituto di Fisiologia Umana, Università di Roma, Città Universitaria).



Bibliographie

Wir haben für Sie gelesen...

Unsworth, Walter. DK: 796.52

Nordwände. Kampf um die Direttissima. Rüschiikon/ZH, Müller Verlag, 1971. — 8°. 118 Seiten, 8 Tafeln. — Fr. 24.80.

Der A. Müller-Verlag in Rüschiikon präsentiert ein neues Bergbuch mit dem Titel «Nordwände». Es ist geschrieben von Walter Unsworth. Der Band enthält die Besteigungsgeschichten einer Auswahl von bekannten oder berühmten Nordwänden wie Matterhorn, Eiger, Grand Jorasses, Grosse Zinne, Brenva-Flanke des Montblanc und andere. In den elf Kapiteln dieser Neuerscheinung begegnen uns die Träger berühmter Namen, so Mummery, Young, Lochmatter, Knubel, Lauper, Graven, Heckmair, Cassin, Bonatti und viele andere. Die Besteigungsgeschichten der Nordwände werden von einem Dritten geschildert, also von einem Autoren, der nicht persönlich engagiert war und deshalb die Dinge aus einiger Distanz beurteilt. Es ist vielleicht die grosse Schwäche dieses Buches, dass er sich nicht auf die blosse Wiedergabe verbürgter Tatsachen beschränkt, sondern doch noch versuchte, den Kapiteln Spannung und Dramatik einzupflegen. Auch muss gesagt werden, dass das Buch von einem Engländer geschrieben ist und die englische Optik etwas zu deutlich in Erscheinung tritt. Obendrein dürfte es durch die Übersetzung einiges an Klarheit eingebüsst haben.

Erstklassig wie alle Erzeugnisse des Müller-Verlages ist die Aufmachung mit 16 prächtigen Fotos auf Kunstdruckpapier. Br.

Coriat, Leon; Ehrlich, G.

DK: 613

Gesundheit von A—Z. München, BLV-Verlagsgesellschaft, 1971. — 8°. 184 Seiten. — DM 12.80.

Es hat nichts mit Hypochondrie zu tun, wenn man sich um seine Gesundheit sorgt, wenn man wissen will, was dieses oder jenes Symptom bedeutet. Leider wird häufig der Fehler begangen, in medizinischen Spezialbüchern, deren mit Fachausdrücken gespickte Texte nur dem Arzt wirklich verständlich sind, nachzuschlagen. Und das führt dann nicht selten zu gefährlichen Irrtümern und als Folge einer falschen Selbst-Diagnose zu völlig unnötigen Ängsten.

Hier ist nun ein Buch, das jedem medizinischen Laien die wichtigsten und häufigsten Krankheitssymptome erklärt. Kurz, prägnant und ohne Ballast werden diese Symptome geschildert, so dass gesundheitliche Gefahren rechtzeitig erkannt werden können, zugleich aber die Angst vor eingebildeten Krankheiten verschwindet. Die Fachsprache der Mediziner wird soweit wie möglich vermieden. Natürlich will dieses Buch nicht den Gang zum Arzt verhindern und zur Selbstbehandlung anregen. Im Gegenteil: In den Text werden durch die Ziffern 1, 2 und 3 die Dringlichkeitsstufen für einen Arztbesuch angezeigt. Das ist eine eindeutig gute und sinnvolle Hilfe für die Gesundheits-Vorsorge.

Der Band ist übersichtlich nach Sachgebieten geschildert; innerhalb eines jeden Kapitels ist der Stoff alphabetisch geordnet. Ein ausführliches Sachregister erleichtert zusätzlich das rasche Auffinden des interessierenden Symptoms. Je ein Anhang mit wichtigen Hinweisen zur «Ersten Hilfe» und zur «Häuslichen Krankenpflege» runden den Band ab.

Dieses «Gesundheits-ABC» ist ein wirklich nützliches Handbuch, das man in die Hausapotheke stellen sollte.

Neuerwerbungen unserer Bibliothek

3 Sozialwissenschaften und Recht

Humphrey, J. H.; Sullivan, D. D. Teaching Slow Learners Through Active Games. Springfield/Ill., Thomas, 1970. — 8°. 184 p. — Fr. 39.25. 03.737

Ledermann, A. «Freizeitpolitik». 1. Europäische Freizeit-Biennale in Genf / Mai 1970. Zürich, Pro Juventute, 1970. — 4°. 13 S. — vervielf. 03.760²³q

Lichtblau, H. Empfehlungen für die Bewertung und Zensurierung der Schülerleistungen im Sportunterricht. Hrsg. vom Ministerium für Volksbildung der Deutschen Demokratischen Republik, Abt. Sport. Berlin, Volk und Wissen, 1970. — 8°. 67 S. Tab. — MDN 1.50. 03.800¹²

Linne, G. Jugend in Deutschland. Vom Sturm und Drang zur APO. Gütersloh, Bertelsmann, 1970. — 4°. 240 S. Abb. ill. — Fr. 32.—. 03.731 q

Meier, V. Körperertüchtigung in der Schweizer Armee. Eine vergl. Betrachtung der Turnvorschriften von 1862 bis heute. Diplomarbeit, Univ. Basel. Basel, Universität, 1969. — 4°. 55 S. — vervielf. 03.760²⁴q

Schelle, T. Sport und Gymnastik in der Truppe. Ein Wegweiser für Armee, Polizei und Vereine. 3. Aufl. Stuttgart, Dieck, 1924. — 8°. 104 S. Abb. 03.730

Schmitz, J. N. Lernen in den Leibesübungen. Studien zur Didaktik der Leibeserziehung III. Schorndorf, Hofmann, 1970. — 8°. 95 S. Abb. 03.800¹⁸

Sport 11./12. Klasse. Methodische Hinweise zum Lehrplan 1970. Berlin, Volk und Wissen, 1970. — 8°. 136 S. Abb. Tab. — MDN 4.25. 03.727

Sport, 3. Klasse. Unterrichtshilfen zum Lehrplan 1970. Berlin, Volk und Wissen, 1970. — 8°. 60 S. Abb. Tab. 03.800¹³

Sport hinter dem eisernen Vorhang. Bonn, Bundeszentrale für Heimatdienst, 1956. — 4°. 234—244 S. 03.760²⁵q

Vontobel, J. Leistungsbedürfnis und soziale Umwelt. Zur sozio-kulturellen Determination der Leistungsmotivation. Bern/Stuttgart/Wien, Huber, 1970. — 8°. 322 S. Abb. — Fr. 42.—. 03.734

Weber, J. C.; Lamb, D. R. Statistics and research in physical education. St. Louis, Mosby, 1970. — 8°. 240 p. tab. ill. — Fr. 45.45. 03.732

Zielke, W. Lire plus vite, lire mieux. Paris, Entreprise moderne d'édition, 1970. — 8°. 238 p. fig. tab. — Fr. 21.10. 03.725

Zum System der Planung der körperlichen und sportlichen Ausbildung und Erziehung der Schüler. V. Wiss. Konf. der Sektion Sportwissenschaft der Arndt-Univ. Greifswald vom 24. bis 27. Sept. 1969 in Zinnowitz. Berlin, Sportverl., 1970. — 8°. 184 S. Abb. Tab. — MDN 6.—. 03.724

Zur optimalen Gestaltung der körperlichen Bildung und Erziehung im Sportunterricht und ausserunterrichtlichen Sport unserer sozialistischen Schule. I. Wiss. Konf. der Sektion Sportwissenschaft der Humboldt-Univ. Berlin anl. des 20. Jahrestages der DDR vom 10. bis 11. Okt. 1969. Berlin, Sportverl., 1970. — 8°. 104 S. Abb. Tab. — MDN 3.—. 03.800¹⁴

4 Sprachwissenschaften

Dietrich, G.; Walter, H. Grundbegriffe der psychologischen Fachsprache. Begriffe zweisprachig deutsch-englisch. München, Ehrenwirth, 1970. — 8°. 315 S. — Fr. 30.50. 01.269

5 Mathematik und Naturwissenschaften

Bergmaier, G. Biomechanik des Wasserspringens. Messung und Analyse der Absprunghase. Diplomarbeit ETH Zürich. Zürich, ETH, 1970. — 4°. 45 S. Abb. — vervielf. 05.80⁴q

Koestler, A.; Smythies, J. R. Das neue Menschenbild. Die Revolutionierung der Wissenschaften vom Leben. Ein internationales Symposium. Wien/München/Zürich, Molden, 1970. — 8°. 424 S. Abb. — Fr. 33.80. 05.198

Kunz, H. Das Kugelstossen. Anwendung der Biomechanik in der Praxis. Diplomarbeit ETH Zürich. Zürich, ETH, 1970. — 4°. 47 S. Abb. Diag. — vervielf. 05.80⁹q

Matthias, E. Der Einfluss der Leibesübungen auf das Körperwachstum im Entwicklungsalter. Inaugural-Dissertation zur Erlangung der philosophischen Doktorwürde. Zürich, Univ., 1915. — 4°. 93 S. Abb. 05.80⁹q

Matthias, E. Körpermessungen bei schweizerischen Turnern im Jahre 1913/14. Zürich, 1914. — 4°. 24 S. Abb. 05.80⁹q

Müll, K. Körperentwicklung von Volksschülern der zürcherischen Gemeinde Rüti und der Stadt Bern, an Hand der neuen Methode der graphischen Korrelation von Streuungsbereichen. Zürich, Orell Füssli, 1934. — 8°. 98 S. Abb. Tab. 05.100²⁸

Nattkämper, H. Einführung in die Morphologie der Leibesübung, dargestellt am Menschen in der Bewegung. Wuppertal/Kastellaun/Düsseldorf, Henn, 1970. — 8°. 244 S. — Fr. 29.50. 05.199

Niggli-Hürlimann, B. Anthropologische Untersuchungen in Zürcher Kindergärten mit Berücksichtigung der sozialen Schichtung. Diss. phil. II Univ. Zürich. Zürich, Orell-Füssli, 1930. — 8°. 215 S. Abb. Tab. 05.197

- Paulcke, W.** Lawinengefahr. Ihre Entstehung und Vermeidung. Eine Darlegung für Bergsteiger und Skiläufer. München, Schöpping, 1926. — 8°. 60 S. Abb. 1. Karte. 05.100³⁷
- Röpke, H.; Riemann, J.** Analogcomputer in Chemie und Biologie. Eine Einführung. Berlin/Heidelberg/New York, Springer, 1969. — 8°. 174 S. Abb. — Fr. 46.70. 05.196 F
- Schmidt, E.; Schmidt, F. W.** Enzym-Fibel. Praktische Enzym-Diagnostik. Mannheim, Boehringer, 1966. — 8°. 112 S. Abb. Tab. 06.382 F

61 Medizin

- Bäumler, J.; Egloff, K.; Rippstein, S.** Zum Nachweis der Weckamie. Basel, Gerichtl.-medizinisches Institut der Univ., 1969. — 8°. 9 S. 06.400⁶
- Cara, M.; Poisvert, M.** Premiers secours dans les détresses respiratoires des accidents du trafic, des intoxications et des maladies aiguës. 3e éd. revue et compl. Paris, Masson, 1971. — 8°. 144 p. fig. tab. — Fr. 27.40. 06.381
- Ehram, R.** Therapeutische Sportmedizin. Gedanken und Vorschläge für sportmedizinische Forschung. Zürich, Diplomarbeit Univ., Turnlehrerkurs, 1970. — 4°. 20 S. — vervielf. 06.260²⁹q
- Exercise tests in relation to cardiovascular function.** Report of a WHO Meeting. Geneva, World Health Organization, 1968. — 8°. 30 p. fig. — Fr. 2.— 06.400² F
- Fischer.** Die körperliche und geistige Hygiene der berufstätigen Frau. Dresden, Deutscher Verl. für Volkswohlfahrt, o. J. — 8°. 87 S. Abb. 06.360³⁶
- Hartmann, E.** Valeur des Exercices correctifs ou de tenue, sur l'Ampliation thoracique, le Renforcement de la Sangle abdominale et le Redressement du Rachis. Résumé de la conférence, donnée au cours pour directeurs et directrices de soc. de gym. de dames à Genève, sept. 1916. Lausanne, Genoux & Amstutz, 1916. — 8°. 36 p. fig. 06.400¹
- Heiss, F.** Vermeidung von Sportschäden am Bewegungsapparat. Leipzig, Barth, 1938. — 8°. 56 S. Abb. 06.360³⁸
- Hochmuth, G.** Biomechanik sportlicher Bewegungen. Berlin, Sportverlag, 1967. — 8°. 215 S. + Taf. Abb. — MDN 15.— 06.35+F
- Holzer, F.** Warum Massage. In: Schweizer Turnen / Schweizer Leichtathletik (1971) 1, 15–18, Abb. 9.224 q
- Imhof, P.** Anabole Steroide und Sport. Vortrag gehalten am Fortbildungskurs der Schweiz. Gesell. für Sportmedizin 19./20. Sept. 1969 in Magglingen. 06.400⁵
- Kohlrausch, W.** Gymnastique du rhumatisant. Bruxelles, Presses Académiques Européennes, 1969. — 8°. 82 p. fig. — Fr. 14.40. 06.400⁸
- Lehrbuch des Schulsondeturnens.** Medizinische Grundlagen und praktische Übungen für gezielte Leibeserziehung. Hrsg. v. der Bundesarbeitsgemeinschaft zur Förderung haltungsgefährdeter Kinder und Jugendlicher e. V. Düren. Bonn. Dümmler, 1971. — 8°. 184 S. Abb. — Fr. 16.— 03.736
- Loewi, K.** Orthopädisches Turnen im Haus. Stuttgart, Enke, 1911. — 8°. 40 S. Abb. 06.383
- Oeken, F. W.; Wilke, J.** Hör- und Gleichgewichtsorgan. Spezielle Abhandlungen unter besonderer Berücksichtigung sportmedizinischer Gesichtspunkte. Leipzig, Barth, 1969. — 8°. 109 S. Abb. Tab. — Fr. 21.70. 9.192
- Reh, H.** Diagnostik des Ertrinkungstodes und Bestimmung der Wasserzeit. Düsseldorf, Triltsch, 1969. — 8°. 180 S. Abb. Tab. — Fr. 58.60. 06.380
- Ritschl, A.** Was sollte man von Bau und Tätigkeit des menschlichen Bewegungsapparates wissen? Göttingen, v. Vandenhoeck & Ruprecht, 1919. — 8°. 69 S. Abb. 06.360³⁷
- Rubner, M.** Die Ernährung des Menschen mit besonderer Berücksichtigung der Ernährung bei Leibesübungen. Berlin, Springer, 1925. — 8°. 48 S. Tab. 06.360¹⁰
- Schönholzer, G.** Hat die Sauna einen Trainingseffekt? Magglingen, ETS, 1970. — 4°. 4 S. 70.800²⁹q
- Schönholzer, G.** Zur Situation in der Dopingbekämpfung. Magglingen, ETS/FI, 1970. 4°. 5 S. 06.260²⁹q
- Schulz, G.** Das Klappsche Kriechverfahren. Eine Rumpfgymnastik zur Bekämpfung von Rückgratverkrümmungen und Brustkorbverformungen. 2., verb. und erw. Aufl. Leipzig/Berlin, Teubner, 1925. — 8°. 61 S. Abb. 06.360³⁹
- Stachelin, H.; Ehram, R.** Interdepartement für therapeutische Sportmedizin. Gedanken und Vorschläge für eine Forschungsabteilung an der Univ. Basel. Zürich, Diplomarbeit. Univ. Turnlehrerkurs, 1970. — 4°. 6 S. — vervielf. 06.260²⁹q
- Surén, H.** Selbstmassage, Pflege der Haut. Für alle Leibesübungen, für alle Berufe. Für Männer und Frauen. 31., v. neubearb. und erw. Aufl. Stuttgart, Dieck, 1928. — 8°. 133 S. Abb. 06.385

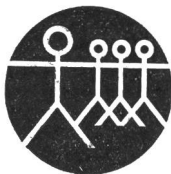
- Stigler, R.** Einwirkung von Sonne und Luftdruck auf den Menschen im Hochgebirge. O. O., o. J. — 8°. 65 S. Abb. 06.386
- Weidemann, H.** Die Herz- und Kreislaufbelastung im Hallensportunterricht. Untersuchungen an 171 Jünglingen und Mädchen aus 4 Entwicklungsphasen in Oberschulen und Turn- und Sportvereinen. Schorndorf, Hofmann, 1970. — 8°. 109 S. Abb. Tab. 06.400⁷
- Weiss, U.** Schwimmen und Wasserspringen in der Haltungs-schulung. Magglingen, ETS, 1968. — 4°. 3 S. 1 Tab. 06.260²⁹q
- Weiss, U.; Müller, H.** Zur Frage der Beeinflussung des Krafttrainings durch anabole Hormone. Genf, «Médecine et Hygiène», 1968. — 8°. 10 S. Tab. 06.400³

7 Kunst. Musik. Spiel. Sport

- Bauten der Olympischen Spiele 1972 München = Buildings for the 1972 Olympic Games in Munich.** Stuttgart/Bern, Krämer, 1969. — 4°. 133 S. Abb. 07.300²⁹q
- Bericht über den Bau von Turn- und Sportanlagen in der Stadt Bern.** Bern, Fachkommission für den Bau von Turn- und Sportanlagen, 1970. — 4°. 56 S. + Plan. Tab. — vervielf. 07.300²⁹q
- Groebl, R.** Variation 2. Kommunikative Möglichkeiten der Farbphotografie = Some suggested uses of communicative colour photography = Possibilités communicatives de la photographie en couleurs. Teufen, Niggli, 1971. — 4°. 165 S. ill. — Fr. 78.— 07.339 q
- Klindt, E.** Tanzen in der Schule. Teil I. Amerikanische Gemeinschaftstänze für den Anfangsunterricht. Schorndorf, Hofmann, 1970. — 8°. 61 S. Abb. 07.340³⁵
- Medau, H.** Bewegungs-Musik mit Choreographie. 11 Klavierstücke für den Gymnastik- und Turnunterricht. Coburg, Jahn-Verl., 1970. — 4°. 47 S. — Fr. 10.10. 07.300²⁹q
- Medau, H.** Bewegungs-Musik. 20 Klavierstücke für den Gymnastik- und Turnunterricht. Berlin/Wiesbaden, Bote & Bock, 1970. — 4°. 27 S. — Fr. 10.10 07.300²⁹q
- Olympische Bauten München 1972 = Olympic Architecture Munich 1972.** 2. Sonderband, Herbst 1970. = 2nd Special Issue, Autumn 1970. Hrsg. v. d. Olympia-Baugesellschaft. Stuttgart/Bern, Krämer, 1970. — 4°. 128 S. ill. — Fr. 28.90. 07.342 q
- Protokoll Weltbäderkongress Sindelfingen 2.–6. 4. 1970.** Bremen, Internationale Akademie für Bäderkunde und Bädertechnik, 1970. — 4°. 289 S. Abb. Tab. — vervielf. 07.338 q F
- Schulze, W.** Turnhallen. Hinweise zur wirtschaftl. Planung und Bauausführung. Teil 2. Wiesbaden/Berlin, Bauverl. GmbH, 1971. — 8°. 184 S. Abb. — Fr. 18.75. 07.336
- Suhr, W.** Der nackte Tanz. Egestorf, Laurer, 1927. — 8°. 38 S. Abb. 07.341
- Toki, T.** Sportliche Impressionen. 16 Schreibpinselzeichnungen. Berlin, Bartels & Wernitz, 1965. — 2°, 1 Texttafel + 16 Bildtafeln. — Fr. 100.— 07.337 f

796.0 Leibesübungen und Sport (Allgemeines)

- Ballreich, R.** Grundlagen sportmotorischer Tests. Frankfurt a. M., Limpert, 1970. — 8°. 122 S. Tab. 9.191
- Bendix, G.** Frauenturnen, Spiel und Sport. Ein Lehrbuch für weibliche Körperübungen, in Gemeinschaft mit andern. Leipzig, Arbeiter-Turnverl., 1924. — 8°. 68 S. Abb. 70.760³³
- Bintz, J.** Die Leibesübungen des Mittelalters. Unveränderter Neudruck der Ausg. von 1880. Niederwalluf b. Wiesbaden, Sändig, 1971. — 8°. 193 S. — Fr. 34.40. 70.752
- Diechert, J.; Kreiss, F.; Meusel, H.** Turnen, Sport, Spiel. Schulbuch für Jünglinge und Mädchen. Teil I: 8 bis 12 Jahre. Frankfurt a. M., Limpert, 1970. — 8°. 167 S. Abb. Tab. — 16 Fr. 70.755
- Diem, C.** Der olympische Gedanke. Leipzig, Grethlein, o. J. 8°. 128 S. Abb. 70.760³²
- Diem, C.** Friede zwischen Turnen und Sport. Leipzig/Berlin, Teubner, 1914. — 8°. 68 S. 70.760²²
- Eidgenössischer Turnverein.** Anleitung und Übungsstoff für den turnerischen Vorunterricht. Hrsg. v. Techn. Komitee. Zürich, Rüegg, 1922. — 8°. 56 S. 70.760³⁸
- Einführung in die Theorie der Leibeserziehung.** 2., überarb. und erg. Aufl. Schorndorf, Hofmann, 1970. — 8°. 320 S. Abb. Tab. — Fr. 26.80. 03.726
- Falls, H. B.; Wallis, E. L.; Logan, G. A.** Foundations of conditioning. New York/London, Academic Press, 1970. — 8°. 165 p. fig. — Fr. 16.80. 70.753
- Fendrich, A.** Der Sport, der Mensch und der Sportschensch. 3. Aufl. Stuttgart, Frank, 1914. — 8°. 104 S. Abb. 70.760³⁴
- Fondation Aide Sportive Suisse.** Berne, ANEP, 1970. — 4°. 9 p. ill. 70.800²⁹q



Unsere Monatslektion

Fosbury-Flop

Beispiel einer Schulungslektion

Text und Zeichnungen: Eugen Dornbierer

Ort: Halle oder Leichtathletikplatz

Dauer: 1 Stunde 30 Minuten

Klasse: 12 Teilnehmer

Material: 3 Messbänder, 18 Voreifen, Langbank, Kasten, erhöhter Sprunghügel, Basketbälle, Spielbänder Pfeife

Anmerkung: Das Ziel der Schulungslektion ist die Verfeinerung und Festigung des in der Einführung erlernten Bewegungsablaufes. Der Hauptakzent des Unterrichtes liegt auf der Übungskorrektur. Diese soll individuell angebracht werden, da sie ohnehin nur selten von allgemeiner Gültigkeit ist.

Symbolerklärung:

△ Beweglichkeit

♡ Kreislaufenregung

1 Schnellkraft

Rücken

Bauch

Arme

Beine

⊕ Geschicklichkeit

♥ Ausdauer

1⚡ Allg. Stehvermögen



▶▶ Schnelligkeit

▶♥ Allg. Stehvermögen

▶1 Lokales Stehvermögen



WS = Wirbelsäule

▶♥ Allg. Stehvermögen

▶1 Lokales Stehvermögen



1. Einleitung

15 Minuten

- Kreuz und quer umher laufen, Arme hängen lassen, auf dem ganzen Fuss abrollen
- Abwechselungsweise vor- und rückwärts laufen
 - beim Vorwärtslaufen leichtes Fersenheben
 - beim Rückwärtslaufen leichtes Knieheben
- 3 Zeiten Zehengang — 3 Zeiten Gehen
- Beinschwingen vorwärts und rückwärts hoch — im Wechsel links und rechts

- Aus dem Gehen, hohes Beinspreizen vw. hoch, mit Handklatschen unter dem Bein, abwechselungsweise links und rechts



- Aus der Sitzstellung die Hüfte möglichst hoch heben, dreimal wippen und wieder absitzen



- Aus dem leichten Lauf Drehsprünge zum Weiterlaufen, halbe und ganze Drehungen



- Breite Grätschstellung, Becken verschieben sw. mit tiefem Kniebeugen links und rechts



- Schwebesitz, ohne Gebrauch der Hände über die Seite in Bauchlage rollen und wieder zurück in den Schwebesitz



- Beine lockern — in der Kerze

- Aus der Grundstellung grosser Ausfallschritt, dreimal wippen und zurück in die Ausgangsstellung abwechselungsweise links und rechts



- Hopserhüpfen, nicht in die Weite sondern in die Höhe, Schwungbein (Knie) kräftig einsetzen



- Steigerungsläufe über ca. 30 m (geradlinig und bogenförmig)

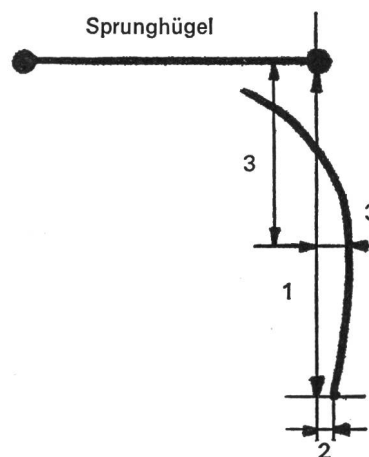


2. Hauptteil

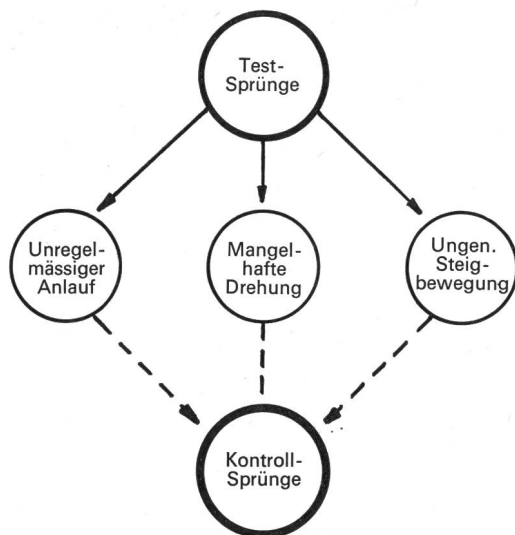
Technische Schulung

40 Minuten

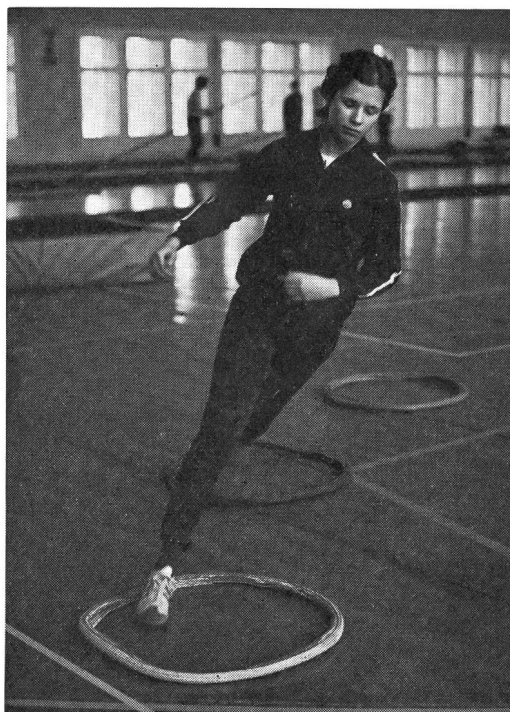
- Der Anlauf wird jetzt auf 7 Schritte verlängert und genau ausgemessen. Folgende Distanzen müssen unbedingt festgehalten werden:



- Die Anlauflänge (1) und die seitliche Entfernung des Anlaufstartes (2) (Rechtwinklige Abmessung vom Sprungständer aus)
- Grösste Abweichung (Radius) des Anlaufbogens (3+3')
- Individuelle Fehlerkorrektur nach folgendem Beispiel:
 - Die Schüler wählen ihre Sprunghöhe, die sie gerade noch überspringen können, und absolvieren mehrere Versuche.
 - Der Leiter beobachtet das Springen und fasst die Schüler, die gleiche Fehler machen, in Gruppen zusammen. Diesen Gruppen diktiert er nun Korrekturübungen, die zur Verbesserung des jeweiligen Hauptfehlers dienen.
 - An diesen Stationen wird nun solange geübt, bis die Hauptfehler ausgemerzt sind. Die Schüler korrigieren sich gegenseitig. Wer den Fehler korrigiert hat, geht zur Station des Übungsleiters, um einige Kontrollsprünge zu absolvieren.
- Kontrollübung: Sprünge über eine den Springenden angepasste Höhe.



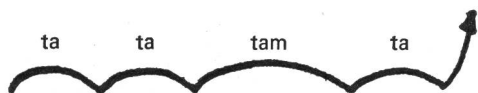
— Gruppe A: Unregelmässiger Anlauf



— Korrekturübung: Schritzwang durch Veloreifen. Veloreifen werden geradlinig oder bogenförmig ausgelegt. Die Abstände von Reifen zu Reifen sollen so festgelegt werden, dass dem Schüler der (richtige) Anlaufrhythmus aufgezwungen wird.

— Dem Absprungverhalten muss besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden. Die letzten drei Schritte sind «konditionsabhängig»:

— laufschnelle Springer; der vorletzte Schritt ist länger



— sprunghafte Springer; der letzte Schritt ist länger

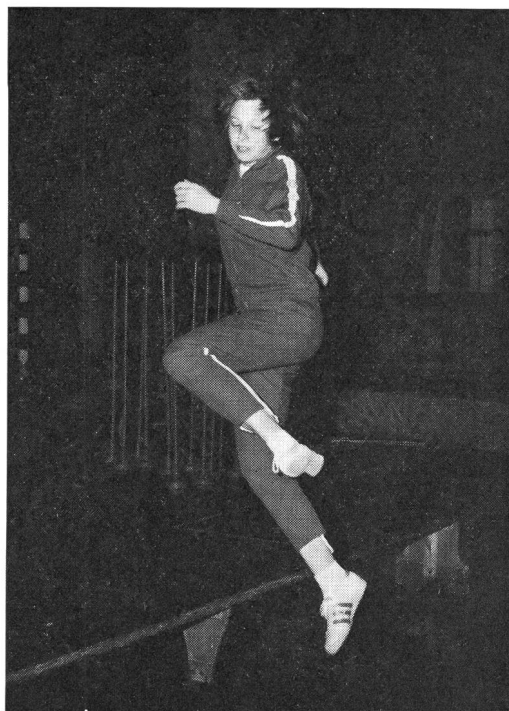


— Gruppe B: Mangelhafte Drehung um die Körperlängsachse

— Korrekturübung:

— Drehsprünge aus geradlinigem oder bogenförmigem Anlauf zum Weiterlaufen

— Sprünge mit $\frac{1}{2}$ -Drehung über eine Langbank oder zwei Kastenelemente zum Stand auf beiden Füßen

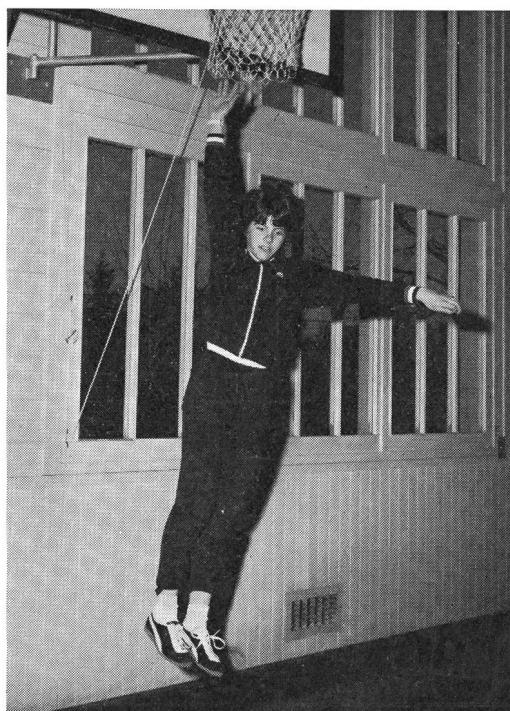


— Gruppe C: Ungenügende Steigbewegung

— Korrekturübung:

— Sprünge auf den ca. schulterhohen Sprunghügel (7-Schritt-Anlauf, Landung auf dem Rücken)

— Sprünge gegen den Basketballkorb (Linksspringer berühren mit dem linken Handrücken den Basketballkorb, Landung auf beiden Füßen unter dem Korb)



Konditionstraining

20 Minuten

— Verbesserung der Schnelkraft

Sprünge mit Reifen:

- Laufsprünge
- beidbeiniges Hüpfen sw.
- einbeiniges Hüpfen (abwechslungsweise links und rechts)
- je 3 Durchgänge (Total 45 Sprünge)

Froschhüpfen aus der Hockstellung mit einem Medizinball auf den Schultern (schnelle Streckung aus der Hockstellung, nicht aus der Kauerstellung!)

3 Serien à 5 bis 7 Wiederholungen

Tiefsprünge: Von einem 70 bis 90 cm hohen Kasten wird beidbeinig hinuntergesprungen. Unmittelbar darauf folgt ein Steigsprung:

- a) auf die Langbank
- b) über die Langbank

3 Serien à 5 Wiederholungen

— Verbesserung der Kraft

Kniebeugen mit zusätzlicher Belastung (1 1/2- bis 1 1/2mal Körpergewicht)

3 Serien à 4 bis 6 Wiederholungen

A hängt an der Sprosswand und kreist mit beiden Beinen über den ausgestreckten Arm von B.

B kann die zu überkreisende Höhe selbst bestimmen

Abwechslungsweise 6- bis 8mal kreisen, 3 Serien

A liegt in Bauchlage auf einem Kasten, die Beine hängen locker herunter und werden gegen den Druck, den B auf die Beine A ausübt, möglichst schwingvoll bis über die Waagrechte geführt.

3 Serien à 5 bis 7 Wiederholungen



3. Abschluss

15 Minuten

Spiel: Basketball

Einführung in das Zuspiel («Schnappball»)

Zwei Gruppen sind auf einer Hälfte des Spielfeldes verteilt.

Die Gruppe, die im Ballbesitz ist, versucht mittels Zuspiel den Ball möglichst lange zu behalten. Die andere Gruppe versucht den Ball abzufangen, ohne den Gegner zu berühren. Bei Abfangen des Balles werden die Rollen vertauscht.

Freies Spiel

Ausklang

- Besprechung der technischen Arbeit
- Orientierung über das nächste Training
- Duschen



Übungshilfen für die Fehlerkorrektur

1. Anlaufgestaltung: Schritzwang durch Veloreifen

Die Veloreifen werden so ausgelegt, dass die Abstände und der Kurvenradius mit der Anlaufgestaltung des Schülers übereinstimmen. Mit dieser Übung können der Schrittrhythmus und die Körperlage bei Kurvenläufen verbessert werden.

2.2 Drehsprung über die Langbank zum Weiterlaufen:

2.3 Sprünge mit 1/2-Drehung gegen den Basketballkorb
Der Schüler läuft mit seinem Hochsprunglauf (gleiche Schrittzahl, gleicher Radius) unter den Korb, springt ab, schwingt während der 1/2-Drehung den kurveninnern Arm (Sprungbeinseite) nach oben und berührt mit dem Handrücken den Korb.

DUL-X^{Massage}

hilft bei Zerrungen

Flacon Fr. 4.20 7.20 u. 12.90
in Apotheken und Drogerien
BIOKOSMA AG 9642 Ebnat-Kappel