

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

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

**Band:** 30 (1973)

**Heft:** 10

**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:** 06.02.2026

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

## Helvetisches Mosaik

### Turnstunde Nebensache

Wie einer Mitteilung der Kantonale Schulturnkommission entnommen werden kann, wird der Turnunterricht an den Primarschulen im Tellenkanton vielfach ungenügend erteilt. Dies unterstreicht eine Statistik, welche im Anschluss an umfassende Kontrollen erstellt worden ist. Demnach wurde nur gerade an 102 Abteilungen das «Plansoll» — wöchentlich drei Turnstunden — erfüllt. An 100 Abteilungen wurden nur 2, an 7 Abteilungen nur 1 und an 2 Abteilungen überhaupt keine Turnstunden pro Woche erteilt, was doch recht bedenklich anzumutet. Berichtet wird auch von Fällen, wo von Lehrern «zur Strafe», zufolge kleinerer Vergehen von einzelnen Schülern, die Turnstunden vom Stundenplan abgesetzt worden waren. Die Turnstunden werden ferner vielfach am Rande der Schulzeit erteilt, wo sie denn auch viel eher ausfallen. Es darf aber auch festgehalten werden, dass vereinzelt mehr Turnstunden erteilt werden, als auf dem Stundenplan figurieren. Im Zusammenhang mit den erwähnten Missständen vertritt nun die Kantonale Schulturnkommission ihre Ueberzeugung, dass der Schulturnunterricht in der vorgeschriebenen Stundenzahl unbedingt notwendig ist und im Interesse der Volksgesundheit liegt. Der Erziehungsrat fordert nun die Inspektorate auf, ihr möglichstes für die Durchsetzung des ordentlichen Turnunterrichtes vorzukehren.

«LNN»

### Grosses Sportzentrum in Herisau

In etwas mehr als einjähriger Bauzeit ist in Herisau ein grosszügig konzipiertes Sportzentrum mit einer Schwimmhalle, einer Eishalle, einer Sporthalle, einer Mehrzweckhalle, einer Sauna und einem Restaurant entstanden, das Ende Oktober offiziell eröffnet wird. Das 13-Millionen-Projekt wurde durch die Genossenschaft Sportzentrum mit Beteiligung der öffentlichen Hand sowie des Waffenplatzes Herisau erstellt.

on.

### Villars: Neues Sportzentrum mit Meerwasser-Schwimmbecken

Im waadtändischen Kurort Villars ist kürzlich inmitten von Tannenwäldern ein neues Sportzentrum eröffnet worden. Die grosse Attraktion bildet das 290 Quadratmeter grosse, mit Salzwasser von den nahen Salinen in Bex gefüllte Schwimmbecken. Weiter stehen den Gästen auch ein Süsswasserbecken und ein Kinderbad zur Verfügung. Sich «fit» trimmen kann man in der Gymnastikhalle, in der Sauna, im Solarium, in den Massageräumen und auf dem Tennisplatz. Diese neue Anlage ist nur der Auftakt zu einer Reihe von touristischen Neuerungen. Später sollen noch ein Schwimmbecken mit olympischen Ausmassen sowie ein Golfplatz mit 18 Löchern hinzukommen.

### Die kantonalen Organisationen für Jugend + Sport

Mit der Einführung des Bundesgesetzes über die Förderung von Jugend+Sport (J+S) haben alle Kantone entsprechende Vorkehrungen zur Inkraftsetzung getroffen. Bis auf Appenzell IR besitzen nun alle einen hauptamtlichen Chef. Die kantonalen Aemter wurden um etwa 40 auf rund hundert hauptamtliche Mitarbeiter erweitert. Deren 14 unterstehen

den Kantonalen Erziehungsdirektionen, zehn der Militärdirektion, von denen Glarus im Herbst und Luzern auf Neujahr zum Erziehungsdepartement wechseln. In Genf allein untersteht das Kantonale Sportamt einem andern Vorsteher.

«Amt für Jugend+Sport» heissen die zuständigen Stellen in den Kantonen Aargau, Appenzell AR und IR, Bern, Freiburg, Glarus, Schaffhausen, Solothurn, Tessin, Waadt, Zug und Zürich, «Kantonales Sportamt» in Baselland, Genf, Graubünden, Luzern und Neuenburg, «Kantonales Turn- und Sportamt» in Nid- und Obwalden, Schwyz, St. Gallen, Thurgau und Uri, «Abteilung Jugend + Sport des Erziehungsdepartements» in Baselstadt und «Büro für Körpererziehung der Jugend» in der Waadt.

Gesetzliche Grundlagen sind in acht Kantonen bereits in Kraft (Glarus, Freiburg, Luzern, Neuenburg, Nidwalden, Solothurn, Thurgau, Uri, Zug, Zürich), in 14 in Vorbereitung. Sie sind durch Regierung oder Parlament zu genehmigen. In Glarus geschah die gesetzliche Verankerung durch Volksentscheid an der Landsgemeinde. Kantonale Verordnungen regeln in 14 Kantonen den Sportbetrieb, Reglemente sind es in sechs Kantonen. Oefters sind die Sportämter auch Beratungsstelle für Sportstättenbau, Vorsitz der Sport-Toto-Kommission, in 13 Kantonen auch Betreuer des Schulsports und in zehn des Erwachsenensports.

Damit dürfte der Schweizer Sport das Ziel seines Strebens nach Integration in die nationale politische Organisation erreicht haben, die alten Widerstände gebrochen und eine Position erreicht haben, die ihn zum vollwertigen Glied und einer Bollwerkposition in der Struktur unseres Landes macht. Ein Dreivierteljahrhundert währender Kampf um Anerkennung ist abgeschlossen.

### Ein Fides-Sportzentrum entsteht in Vättis

Vor wenigen Tagen konnte der Sportverein Fides St. Gallen in Vättis sein neues Vereinshaus übernehmen, das möglichst rasch zum Sportzentrum ausgebaut werden soll. Damit geht ein langgehegter Wunsch in Erfüllung, der allen aktiv Sporttreibenden, vor allem den Jungen, zugute kommen wird. Bei dem Objekt handelt es sich um ein Haus mit angebautem Stall und Scheune, das sich in erfreulich gutem Zustand befindet. Nach einer Woche Arbeit ist es nun bereits provisorisch bewohnbar.

Vättis bietet als Standort viele Vorteile: Zwei Hartplätze (im Winter in Eisfelder verwandelt), ein Rasenfeld, eine neue Turnhalle sind in nächster Umgebung. Sowohl für Sommer wie für Wintersport ist Vättis ein guter Ausgangspunkt, der zudem glücklicherweise noch sämtliche Nachteile des Massentourismus entbehrt.

Vereinsintern wird das Sportzentrum in erster Linie der Junioren- und Mannschaftsbetreuung dienen.

Allgemein wird jedoch das Fides-Sportzentrum auch zu Selbstkostenbedingungen allen andern Sporttreibenden — vor allem der Stadt St. Gallen — zur Verfügung stehen.

(-pr-) «Ostscheizer AZ»

### Sportzentrum Glarner Unterland genehmigt

Die Regierung des Kantons Glarus hat das Projekt für das Sportzentrum Glarner Unterland in Näfels genehmigt und einen maximalen Kantonbeitrag von 30 Prozent in Aussicht gestellt. Geplant sind in Näfels ein Hallenbad, eine Mehrzweckhalle, ein Freibad, Rasenspielplätze, Trockenplätze, eine Sauna, ein Restaurant, ein Theorieraum, Foyer und Parkplätze. Der Kostenvoranschlag rechnet mit acht Millionen Franken. An der Finanzierung beteiligen sich die Orts- und Schulgemeinden Näfels, Mollis, Oberurnen, Niederurnen und Bilten sowie die ausserkantonalen Gemeinden Weesen und Schänis mit etwa 2,2 Millionen Franken.

### Internationales Historiker-Seminar, Zürich 1973

Professoren aus allen Kontinenten und aus allen Hochschulfakultäten (Sprachen, Wissenschaften, Erziehung, Rechte, Wirtschaftswissenschaften, Medizin, Leibeserziehung, kathol. und evang. Theologie) haben vom 11. bis 14. Juli 1973 am zweiten Internationalen Seminar für Geschichte der Leibeserziehung und des Sportes teilgenommen. Dieses Seminar wurde durch die Eidgenössische Technische Hochschule, Abt. X, Kurse für Turnen und Sport, und das Sportamt der Stadt Zürich einwandfrei organisiert. Die Dokumente des Seminars (4 Bände Fr. 60.—) können beim Sportamt der Stadt Zürich, Postfach, CH-8039 Zürich, bestellt werden.

### Die Internationale Gesellschaft für Geschichte der Leibeserziehung und des Sportes (HISPA)

organisiert Seminare, Kurse, Kolloquien usw. und steht in regelmässigem Kontakt mit Universitäten, Organisationen der Geschichtswissenschaften sowie mit denjenigen (Lehre und Forschung) der Leibeserziehung und des Sportes. Sie ist in Westeuropa verankert, nimmt aber ebenfalls Mitglieder

aus andern Regionen auf. Nebst den Historikern können alle Personen und alle Organisationen (Behörden, Schulen, Verbände), welche sich für diesen Bereich der Kulturgeschichte interessieren, der HISPA beitreten, deren Gesellschaftsrat aus folgenden Professoren besteht: L. Burgener, Präsident, Bern; D. McNair, Vizepräsident, Manchester; G. Andrieu, Voiron; C. G. Casvikis, Athen; A. C. Estrela, Lissabon; J. P. Kramer, Utrecht; M. Lämmer, Köln; H. Langenfeld, Hannover; P. McIntosh, London; O. Pfändler, Zürich; M. Piernavieja del Pozo, Madrid; R. Renson, Leuven; H. Strohmeyer, Wien; J. Thibault, Bordeaux; E. L. Wuolio, Jyväskylä.

Generalsekretariat: Historisches Institut der Deutschen Sporthochschule, Postfach 45 03 27, D-5 Köln 41.

Das nächste Internationale Seminar findet vom 17. bis 20. April 1974 an der Universität Wien statt und wird durch deren Institut für Leibeserziehung (Vorstand: Univ.-Prof. Dr. H. Groll) organisiert. Da die Teilnehmerzahl beschränkt ist, ist es empfehlenswert, seine (auch provisorische) Teilnahme und den Titel eines eventuellen wissenschaftlichen Referates sofort zu melden an: Institut für Leibeserziehung der Universität Wien, Sensengasse 3, A-1090 Wien.

## Presse-Stimmen

«Luzerner Neueste Nachrichten», Luzern:

### Verliert der Sport Mass und Ziel?

Die Zeichen häufen sich, dass der Sport Mass und Ziel zu verlieren scheint. Von Woche zu Woche dringen alarmierendere Nachrichten an die Öffentlichkeit. Jedermann weiß: Natürlich manövriert sich nicht die ganze Sportbewegung in eine konjunkturüberhitzte Situation hinein, sondern Manager — die einen nennen sie gewiegt, die andern skrupellos — bestimmter Sportarten erkennen die Grenzen. Allein, der Schatten fällt auf den gesamten Sport.

Einige Schlagzeilen der letzten Wochen genügen, um diese Behauptungen zu untermauern:

- Für ein einziges Tennisspiel zwischen einer Frau und einem rüstigen Fünfziger werden Gelder in Höhe von rund 9 Mio. Franken umgesetzt, 3,7 Mio. aus Reklameverträgen, 1,9 Millionen für Fernsehrechte und 3,4 Mio. aus Eintrittsgeldern.
- Spaniens Fussball lockt Stürmerstars aus Holland und Deutschland mit Angeboten bis zu 5 Millionen Franken.
- George Foreman weigert sich, seinen Schwergewichtsweltmeistertitel zu verteidigen, wenn ihm nicht eine Börse von 1 Million Dollar geboten wird.
- Ein einzelner Formel-1-Spitzenpilot verdient in einem Jahr angeblich gegen 3 Mio. Franken an Prämien, Startgeldern, Sponsorbeiträgen und Reklamegeldern.
- Die mit 10 Mio. Franken dotierten 44 Grand-Prix-Turniere im Tennisport sollen konkurreniert werden durch eine Serie mit noch höheren Angeboten.

Ist es angesichts solcher übertriebenen Finanzentwicklungen nicht verständlich, dass dem Sport vorgeworfen wird, jedes Mass zu verlieren? Das Ziel des Sports, Ertüchtigung des Körpers, kann unter solchen Umständen ohnehin nicht mehr im Vordergrund stehen. Es geht nurmehr darum, mit einem Rackett, mit einem Fussballschuh, einem Steuerrad, einem Boxhandschuh usw. soviel Dollar, Mark, Franken, Pfund Sterling und andere Geldsorten zu scheffeln wie möglich. Wie die Politik, die Wirtschaft und das Show-Business uns beigelehrt, ist noch jede ungesunde Entwicklung irgendwann durch ein Ereignis gestoppt worden. Ein jäher Fall als Folge war nicht selten. Dies mögen jene skrupellosen Manager bedenken, die vereinzelt Sportzweige in die konjunkturüberhitzte Situation hineinmanövrierten. Das Erwachen könnte ein böses sein. Leidtragende sind dann die Sportler. Etwa die von Dollarverträgen geblendet Eisschnellläufer, die angesichts der vor dem finanziellen Zusammenbruch stehenden ISSL-Profitruppe am liebsten reumütig in den Schoss des internationalen Verbandes der Amateure zurückkehrten. Und wenn nicht alles täuscht, werden auch die ITA-Leichtathletikprofis früher als ihnen lieb ist ohne Broterwerb dastehen.

spg.

«Sport», Zürich:

### Rekord unter Hypnose?

Wie klug, wie freundlich klingt das, was der schwedische Mediziner Dr. Arne Mellgren auf einem internationalen Kongress in Uppsala über Hypnose und Sport vortrug. Die Hypnose soll den Hochleistungssportler vor dem Start ein wenig beruhigen, das Lampenfieber verscheuchen, mit ein paar Worten und Blicken aus dem Repertoire der Psychiater. Wie sie ja auch die Schauspieler zähmen, damit sie vor der Presse nicht Weinkrämpfe und Schüttelfrost bekommen.

Und was die Sportler betrifft, so werde eines Tages die Hypnose völlig das heutige Dopingssystem auf der Basis der chemischen Präparate ersetzen, schloss Dr. Mellgren arglos. Als ich das las, eilte ich bestürzt zu meinem Freund, einem Psychiater, der über den Dingen steht, und fragte ihn: «Sie erinnern sich doch, als es vor Jahren hiess, die australischen Schwimmer würden durch Hypnose gedopt? Und sie hätten dabei schwere Schocks erlitten?»

Der Psychiater: «Ich erinnere mich sehr gut. Die Schwimmer hatten angeblich die hypnotische Warnung erhalten: Wenn der Startschuss ertönt, kommen die Haie aus ihren Käfigen. Schwimmt um euer Leben! Und sie schwammen um ihr Leben. Ich betone jedoch ausdrücklich, dass dieses Gerücht niemals bestätigt wurde. Im Prinzip ist ein derartiges hypnotisches Depot möglich, es ist jedoch mit schwersten Gefahren für den verbunden, der den Auftrag erhält.»

Seinerzeit hatte es mit dem Dopen durch Pharmaka auch so harmlos begonnen. Ein Beruhigungsmittelchen aus Grossmutters Kräuterschachtel. Dann ein Pilchinen gegen Kopfschmerzen — das war der erste Griff in die Hausapotheke. Dann die Aufputschpräparate. Die Amphetamine. Die Hormondrogen. Die Anabolika. Und dann waren die ersten Todesopfer zu beklagen.

Jetzt fängt es an wie damals mit Grossmutters Kräutlein, diesmal für das Unterbewusstsein. Wohin wird es führen?

Mein Psychiater: «Zu einem schlechten Ende. Wenn man erst einmal entdecken wird, welche Möglichkeiten die Hypnose eröffnet, wird man sie genau so missbrauchen, wie jetzt die chemischen Mittel missbraucht werden.»

Das Doping übersiedelt von den Muskeln in den Geist: eine stille Wanderung auf den Friedhof, auf dem wir einst den Sport begraben werden, wenn nicht Wunder geschehen. Vieles Wunder — eines allein genügt nicht mehr.

Martin Maier

«Tip», Basel:

### Verschobene Massstäbe

Es dürfte unbestritten sein, dass sich der Sport (verstanden im weitesten Sinne, also nicht etwa nur als Wettkampf von einem Format) mehr und mehr in immer zahlreicher Lebenschancen breitmacht. Motor für diese Entwicklung ist — man weiß es längst — der «Bewegungsnotstand» der immobil gewordenen Menschen, das «Faulenzerherz» der zivilisationstragen Männer und Frauen, Jünglinge und Töchter, Buben und Mädchen. Das Auto und die sogenannte Konsumgesellschaft sind unter anderem die Schuldigen an der wenig erbaulichen Erscheinung. Ihr stellt sich (teils erfreulich, teils widerwärtig verkommerzialisiert) die Fitnesswelle entgegen, vom «Sport-für-alle»-Programm über die «einschlägigen» Klubs und Vereine bis zu den vielgenannten «aktiven Ferien»; deren Sommerausgabe ist kürzlich zu Ende gegangen und hat — in der Rückschau — ein enormes Angebot an mannigfachen Möglichkeiten, «etwas in den Ferien zu tun», gebracht.

Damit, mit diesem ins beinahe Unermessliche gewachsenen Angebot zu teils kollektivem, teils individuellem Sporttreiben, beginnt indes auch schon das Fragwürdige. Der an sich faule Gast wird nämlich in öfters recht suggestiver Art zu einem «Minimalisten» degradiert, meint aber, er habe sich tüchtig sportlich betätigt. Da wird zum Beispiel das Forellenfischen (in einem Ferienbach) unter «aktive Ferien» eingereiht; auch Minigolf, Spazierengehen, Pfeilwerfen und dergleichen Kurzweil wird unter diesem Motto subsummiert. Dabei sind die physischen Leistungen (das braucht nicht betont zu werden) recht bescheiden und haben wenig zu tun mit einem Streben nach wirklicher körperlicher Fitness.

Es taucht somit das Problem auf: «Was ist Sport im Sinne einer bewussten Förderung der Gesundheit?» Sind die Massstäbe nicht verschoben worden, einsteils im Rahmen der touristischen Angebote (Ferienzeit), andernteils im Sog der Fitnesswelle? Das gilt nicht nur für die Fitness-Clubs und Centers, sondern auch — um ein populäres Beispiel zu nennen — etwa für den Skilanglauf; bald wird man wieder von diesem «Boom» als etwas besonders Erfreulichem reden und schreiben, man muss sich aber dessen bewusst sein, dass die Zahl der wirklichen Hobby-Langläufer mit einem Leistungswillen (und nicht nur Spazierenfahren im Schnee) nicht so enorm sein dürfte, wie man anzunehmen pflegt.

Fazit: Ferien- und Freizeitsportler laufen Gefahr, einer Selbstdäuschung zu erliegen, hervorgerufen durch verschobene Massstäbe, unterstützt durch die Schwierigkeit, «Sport» in diesem Zusammenhang zu definieren.

Ein weiteres Erschweris kommt hinzu: Der Nachweis einer gewissen Leistungskonstanz (auch für einen selber) fällt nicht leicht, weil Herr und Frau Schweizer solche Kontrollen nicht lieben, Kontrollen, die in anderen Ländern mit Leistungsabzeichen identifiziert werden. Derlei Schmuck ist man hierzulande indes abhold. So bietet denn der Freizeitsport als Kapitel der Gesundheitspolitik (noch) ein zwiespältiges Bild, und der Weg des an sich rühmenswerten «Sport-für-alle»-Unternehmens wird mühsam bleiben, soll die Anstrengung nicht im bereits genannten Minimalismus versanden.

kk.



## Kurz notiert

### Keine Zigaretten Spiele mehr

Verweis für den FC Zürich

Am 29. Oktober 1972 hat der Fussballclub Zürich anlässlich eines Meisterschaftsspiels eine Propagandaaktion lanciert und Zuschauer gegen Vorweisen einer bestimmten Zigarettenmarke gratis Einlass ins städtische Letzigrundstadion gewährt. Die Stadt wurde von dieser Aktion nicht in Kenntnis gesetzt. Aus drei Gründen ist das Vorgehen des FC Zürich zu kritisieren: 1. Es ist allgemein unerwünscht, Sportveranstaltungen mit Propagandaaktionen zu koppeln. 2. Nikotin und Spitzensport sind kaum auf einen gemeinsamen Nenner zu bringen. Es ist verwerflich, an einer Sportveranstaltung für den Konsum von Zigaretten zu werben. 3. Durch die Gratiseintritte ist für die Stadt Zürich ein Einnahmeverlust entstanden, da bekanntlich auf jedem Billete eine Steuer von 10 Prozent erhoben wird.

In der Öffentlichkeit ist der Eindruck entstanden, dass diese Angelegenheit von den zuständigen Behörden gleichmütig zur Kenntnis genommen werde und sie stillschweigend toleriert habe. Dem ist aber nicht so, und man hat nun Massnahmen ergriffen, dass in Zukunft derartige Eskapaden nicht mehr möglich sein werden. Zurzeit werden durch das Sportamt Verträge über das Anbringen von Reklamen auf dem Stadion Letzigrund ausgearbeitet. Diese sehen ein striktes Verbot von Reklame für Raucherwaren oder Alkohol vor. Auch bezüglich der Billettsteuer konnte eine Lösung gefunden werden; der FC Zürich lieferte von diesem Spiel (FCZ - Grenzen) 2445 Franken Steuern ab. Dieser Betrag wurde aufgrund der Zuschauernahlen der drei vorhergehenden Spiele berechnet. Da die prozentualen Abgaben aus dem Durchschnitt der letzten drei Spiele des FCZ etwas grösser waren als die effektiven Einnahmen aus der Vereinbarung mit der Tabakfirma, wurde diese Abrechnung vom Sportamt ausnahmsweise akzeptiert. Der FCZ hat die Zusicherung gegeben, keinen solchen Propaganda-Match mehr durchzuführen.

M. D.

### Wie sportlich?

Bei der jüngst abgeschlossenen Rekrutierung im Kanton Uri kam's heraus: 17,4 Prozent der Stellungspflichtigen treiben keinerlei Sport. 40,2 Prozent setzen ihre Gliedmassen in sportlichem Bemühen «gelegentlich» in Bewegung. Regelmässiges Training, worunter ein- bis viermal in der Woche zu verstehen ist, obliegen 35,2 Prozent, und 7,2 Prozent betreiben sogar Leistungssport. So ist denn die Diensttauglichkeit von fast 87 Prozent im vergangenen Jahr auf 81 Prozent in diesem Jahr abgesunken. Besteht wohl ein Zusammenhang mit der durch eine Umfrage ermittelten Tatsache, dass immer mehr junge Leute rauchen? Es sollen nämlich nur noch 42 Prozent der Stellungspflichtigen Nichtraucher sein.  
«Wir Brückenbauer»

### 60 Millionen Amerikaner trainieren

Eine Repräsentativ-Umfrage eines Instituts in Princeton über die körperliche Aktivität der US-Amerikaner hat zu überraschenden Ergebnissen geführt. Nicht weniger als 60 Mio. Menschen betreiben regelmässig körperliche Übungen. Drei Viertel der Trainierenden geben an, regelmässig zu gehen oder zu marschieren. Erstaunlich hoch ist die Zahl der Läufer mit 6,5 Millionen. Ueber die Hälfte der Fitness-Sportler nannten als Grund für ihre körperliche Aktivität: «Es ist gut für mein Herz» oder «Ich kann besser atmen!» Ein Viertel gab Gewichtsverlust als Hauptmotivation an. Ebenfalls 25 Prozent erklärten, sie hielten sich fit «aus Freude oder um sich auszuruhen». In dem Report der Opinion Research Corporation of Princeton heisst es: «Männer betreiben körperliche Übungen mehr aus gesundheitlichen Gründen (Herz, Lunge) oder aus Freude, während Frauen doppelt so oft angeben, sie trainieren, um ihr Gewicht zu senken.»

(sid)

### Frankreichs «sportlicher» Haushalt 1974

Im französischen Haushalt für 1974 wird das Budget für das Ressort «Jugend und Sport» eine Steigerung um 18 Prozent erfahren und damit klar über der Wachstumsrate von zwölf Prozent liegen, die den Gesamt-Haushalt für 1974 kennzeichnet. Den Schwerpunkt des Budgets hat erstmals wieder seit vielen Jahren der Leistungssport. Die Unterstützung für die Verbände und Vereine soll um 20 Prozent gesteigert werden, ebenso wie die Subventionen für die Errichtung neuer Sportzentren. Dagegen bleibt der Schulsport weiterhin Stiefkind der französischen Sportpolitik, obwohl seine Rolle gerade im Hinblick auf den Leistungssport oft und ausführlich nachgewiesen wurde. Fünf und eine halbe Minute mehr Sport pro Woche werden die neu geschaffenen Lehrerposten 1974 in Frankreichs Schulen ermöglichen.

(sid)

Fédération Internationale de Basketball Amateur

### Aenderung der Spielfeldmasse für Basketball

Der letzte FIBA-Kongress im September 1972 in München hat beschlossen, dass die Spielfeldmasse für Basketball mit 26 x 14 m für das Normalspielfeld unverändert bleiben. Veränderungen zu diesem Mass sind in der Länge um 2 m mehr oder weniger und in der Breite um 1 m mehr oder weniger zulässig. Veränderungen müssen aber in sich proportional vorgenommen werden. Die Absichten einiger Länder, das Normalmass auf 28 x 15 m zu erhöhen, fanden keine Mehrheit bei diesem Kongress.

Aus dieser Entscheidung ergibt sich, dass künftig in unseren Sporthallen (27 x 45 m) die Hauptspielfelder in Längsrichtung in den Grössen von 26 x 14 m markiert werden müssen.

**DUL-X** Massage

hilft bei Muskelkater

Flacon Fr. 4.50 7.80 u. 13.80  
in Apotheken und Drogerien  
BIOKOSMA AG 9642 Ebnat-Kappel



Das städtische Sportamt macht Erhebungen über den «Sport für alle»:

### Fitnessbewusste Zürcher

«Fit sein ist in», sagt die «Sport für alle»-Kommission des Schweizerischen Landesverbandes für Leibesübungen und bietet mit ihren Broschüren (Fit-Paraden 1 bis 5, Fitnessübungen für das Heimtraining usw.) auch gleich konkrete Vorschläge zur Verbesserung der körperlichen Verfassung an. Wer sein Fitnesstraining lieber im Kreise Gleichgesinnter erleben möchte, ohne jedoch die Verpflichtungen eines Vereinsbeitrages auf sich zu nehmen, für den sind die sogenannten «Turnstunden für jedermann» (in Zürich oft auch «Circuit-Trainings» genannt) wie geschaffen.

Eine vom Sportamt der Stadt Zürich durchgeführte Erhebung hat nun ergeben, dass im ersten Halbjahr 1973 rund 29 000 Zürcherinnen und Zürcher an diesen öffentlichen Turnstunden teilgenommen haben. Pro Woche waren es an die 1300 Personen und auf die einzelnen Veranstaltungen entfielen im Durchschnitt ungefähr 45 Teilnehmer. Mit einem Anteil von 53 Prozent waren die Damen etwas besser vertreten als das «starke Geschlecht». Rund die Hälfte unter ihnen war zwischen 25 und 40 Jahre alt, 28 Prozent gehörten der jüngsten Generation (unter 25jährig) an und 22 Prozent der teilnehmenden Damen hatten ihren vierzigsten Geburtstag schon hinter sich. Bei den Herren waren die Altersgruppen noch etwas ausgeglichener: jeder vierte war unter 25jährig, 47 Prozent zwischen 25 und 40 und immerhin 28 Prozent über 40jährig.

### Die sportlichsten Quartiere,

wenigstens in bezug auf das «Jedermannsturnen», sind Schwamendingen und Wiedikon, wo wöchentlich über 200 Teilnehmer an diesen öffentlichen Fitnesstrainings mitmachen. Immerhin noch rund 100 Personen pro Woche bringt man auch in Unterstrass, Wipkingen und Witikon auf die Beine. Spitzenfrequenzen konnten jeweils am Dienstagabend in der Dreifachturnhalle Stettbach (organisiert durch die Sportjournalistenvereinigung) mit durchschnittlich 193 Turnenden und am Donnerstagabend in der Doppelturnhalle Döltchi (TV Wiedikon) mit durchschnittlich 100 Teilnehmern beobachtet werden. Zu den überdurchschnittlich besuchten Turnstunden gehörten mit jeweils etwa 50 bis 60 Teilnehmern auch die Veranstaltungen der Turnvereine Oberstrass, Satus Unterstrass, Wipkingen und Witikon sowie die durch die Sportjournalistenvereinigung in den Turnhallen Letzi und Kügeliloo veranstalteten Circuit-Trainings.

Nachdem Stadtrat Jakob Baur, dem als Schulvorstand auch das Sportamt untersteht, seine Mitbürger vor einem Jahr mit der ersten Broschüre «Machen Sie mit — bleiben Sie fit» zu vermehrter sportlicher Betätigung aufgerufen hatte, bleibt ihm heute die angenehme Pflicht, allen Vereinen, die sich mit so grossem Erfolg für das «Jedermannsturnen» einsetzen, zu danken.

Nach der Sommerpause werden die «Turnstunden für jedermann» nun wieder regelmässig durchgeführt. Ohne jeden Zwang, ohne Voranmeldung oder Teilnahmeverpflichtung und gegen eine bescheidene Gebühr von in der Regel einem Franken, können also die Zürcherinnen und Zürcher ab sofort etwas für ihre Fitness tun. Jede Woche werden durch die städtischen Turnvereine sowie die Zürcher Sportjournalistenvereinigung insgesamt 30 Gelegenheiten dazu geboten. Wer genau wissen will, wann und wo die Fitnesstrainings durchgeführt werden, verlangt am besten beim Sportamt der Stadt Zürich, Abteilung Freier Sport, Selnaustrasse 13, 8039 Zürich, den illustrierten Gratisprospekt «Sport für alle in der Stadt Zürich».

### Naturstadion «Fitness-Parcours» Baar

Gesund bleiben — Sport treiben!

Seit einigen Wochen besteht in Baar eine weitere ideale Möglichkeit, Sport zu treiben:

#### Der Fitness-Parcours

In gemeinsamer Anstrengung der Einwohnergemeinde, der Korporation Baar-Dorf, der Spinnerei an der Lorze, der Intersport Schweiz, der örtlichen Turn- und Sportvereine und verschiedener privater Helfer ist im Gebiet Ruggeren-Langmoos—Chastenrain (oberhalb der Spinnerei Baar) eine mustergültige Sportanlage entstanden. Vorbild dieser zweckmässigen und sinnvoll gestalteten Anlage bildete der von Sportlehrer Walter Baumann auf dem Lindberg in Winterthur verwirklichte und von der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen empfohlene Parcours.

Was will der Parcours sein?

- ein Beitrag zur Gesunderhaltung unserer Bevölkerung
- ein Mittel zur Förderung und Erhaltung der Fitness in unserer bewegungsarmen Zeit
- ein durchdachtes System von Trainingsmöglichkeiten.

Wie soll der Parcours benutzt werden?

#### Anmarsch

- Strecken zwischen Lorzendiffamm (Parkplätze und Garderobenraum mit Waschmöglichkeit) — Parcoursbeginn.
- Legen Sie den Weg bis zum Beginn der Einlaufstrecke ruhigen Schrittes zurück. Zufolge der Steigung geht Ihr Puls dennoch etwas schneller.

#### Einlaufen

- Dient der körperlichen Vorbereitung für das eigentliche Haupttraining. Gymnastische Übungen und lockeres Laufen entsprechen dem Charakter dieser Strecke.

#### Fitnessbahn

- Ermöglicht einen sorgfältig dosierten Fitness-Aufbau und nach Alter und Geschlecht abgestufte Fitness-Tests. Sechs Kraftplätze ergeben zusammen mit dem Laufen eine kombinierte Trainingswirkung auf Muskulatur und Kreislauf.

Beginnen Sie unter allen Umständen mit den Anforderungen der Stufe 1, auch wenn es Ihnen am Anfang zu leicht erscheint.

#### Hindernisbahn

- Diese Bahn eignet sich vor allem für das freie Konditions-training von geschlossenen Gruppen und Schulen oder auch als Abwechslung zur Fitnessbahn. Mehrere Hindernisgruppen mit total rund 40 Hindernissen sind auf der Laufstrecke (verteilt auf den 2. Abschnitt) zu überwinden.
- Die Kraftstationen der Fitnessbahn und die Stationen der Hindernisbahn sollen in der Regel nicht im gleichen Umgang absolviert werden (sonst stimmen die Zeiten nicht). Ausnahme: gut trainierte Leute.

#### Waldlauf

- Sie können auf der Parcours-Strecke auch einen Waldlauf ohne Bewältigung der Stationen und Hindernisse durchführen.

#### Beruhigungsstrecke

- Vom Ziel bis zur Garderobe können Sie sich von der «anstrengenden Erfrischung» wieder etwas erholen. Ihr Puls und Atem beruhigt sich. Frohelaune kehren Sie heim oder besuchen gar noch das nahegelegene Schwimmbad Lättich.

#### Orientierungsschrift

- Wenn Sie im Detail über Fitness-Probleme und die richtige Benützung des Parcours informiert sein wollen, empfehlen wir Ihnen die Anschaffung der Schrift von Walter Baumann: «Fitness-Parcours», herausgegeben durch Intersport Schweiz und erhältlich bei Bannwart-Sport, Zug. Es handelt sich hier um eine ganz ausgezeichnete Anleitung.

Wir empfehlen die Anlage der Sorgfalt der Benutzer und der ganzen Bevölkerung. Der Parcours ist keine Rundstrecke für Velo- und Mofafahrer und auch kein Reitweg.

Wir wünschen Ihnen genussvolle Stunden auf dem Parcours und hoffen, dass Sie bald fit werden und es dann bis ins hohe Alter auch bleiben.

Die Initianten