

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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 31 (1974)

Heft: 5

Artikel: Sorgfalt bei Tauchübungen!

Autor: Strupler, E.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-994943>

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: 18.04.2026

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

Sorgfalt bei Tauchübungen!

Prof. Dr. phil. E. Strupler, Institut für Leibeserziehung und Sport an der Universität Bern

Das Institut für Leibeserziehung und Sport der Universität Bern hatte kürzlich im Auftrage eines Gerichtes einen schweren Schwimmunfall, der mit dem Tode eines Oberstufenschülers endete, zu beurteilen.

Es ist hier nicht der Ort, diesen Unfall zu schildern, die Schuldfrage zu erörtern oder gar den Lehrer zu verurteilen, sondern wir möchten, da in unseren Lehrmitteln («Lehrbuch für das Schweizerische Schulturnen», Band 4; «Lerne Rettungsschwimmen» der SLRG [Schweizerischen Lebensretter-Gesellschaft] und die «Schweizerische Schwimmschule» des Interverbandes für Schwimmen) präzise Weisungen fehlen, 6 wichtige Punkte, die der Schwimmlehrer bei Tauchübungen beachten muss, aufzeigen:

1. In Bassin-Bädern soll nur in *Randbahnen* und längs der seitlichen Bassinwand getaucht werden. *Quer* durch ein Bassin wird *nicht* getaucht, da dadurch die Tauchenden der Kontrolle des Übungsleiters entgehen.
2. In Becken mit schiefen Boden wird auf der tieferen Seite gestartet und gegen die untiefe Zone getaucht.
3. In offenen Gewässern (Seen und Flüssen) wird aus brusttiefem Wasser *gegen das Ufer* getaucht. In ganz günstigen Verhältnissen, wenn der Tauchende vom Ufer aus verfolgt werden kann, ist das Tauchen parallel zum Ufer möglich. Die Tauchstrecke muss in diesem Falle mit gut sichtbaren Tauchtellern oder mit einem Band gekennzeichnet werden.
4. In trübem, unsichtigem Wasser wird auf Tauchübungen verzichtet. Wenn aus zwingenden Gründen doch getaucht werden muss, ist der Tauchende mit *einer Leine* zu sichern.
5. Die Tauchstrecken sind klar zu begrenzen. Farbige Tauchteller, die in einer Reihe quer durch die Tauchbahn gelegt werden, sollen den Tauchenden die Distanzen angeben.

Als Tauchstrecken für Übungen in der Schule und in Gruppen mit Jugendlichen empfehlen wir:

- I. Stufe: 4 bis 8 m
- II. Stufe: 6 bis 10 m
- III. Stufe: 10 bis 15 m
- IV. Stufe: 15 bis 20 m (unter ganz günstigen Verhältnissen evtl. bis 25 m)

Die Strecken sind dem Ausbildungs- und Trainingszustand anzupassen. Im Rahmen der Schulstunden ist längeres Tauchen zu verbieten. Auch gute Taucher sind von diesem Verbot nicht ausgenommen.

6. Tauchende sind während des ganzen Aufenthaltes unter Wasser — bis sie wieder auf dem Beckenrand stehen — zu beobachten. Der Lehrer muss die Kontrolle organisieren, indem er *paarweise* üben lässt. Der eine Partner taucht, der andere verfolgt ihn vom Bassinrand aus. Der Lehrer hat die Oberaufsicht, er muss nicht selbst alle Schüler kontrollieren wollen, sonst wird die Wartezeit beim Üben viel zu lange und die Übungsintensität sehr gering.

Das paarweise Üben bietet auch bei kleinen Schülern genügend Sicherheit.

Im oben erwähnten Unglücksfall spielte die *Bassinstruktur* eine wesentliche Rolle. Das Becken besitzt hochgezogene Wände und runde, breite Ueberfluter. Die Beckenumgänge sind mehr als 50 cm unter dem

Wasserspiegel. Dies erschwert dem Lehrer die Uebersicht über das, was im Wasser geschieht. Tauchende zu beobachten ist hier praktisch unmöglich. Bei einem Beckenumgang mit orthodoxer Ueberlaufrinne, steht der Lehrer 20 bis 30 cm oder mehr über dem Wasserspiegel, der Ueberblick auch für Korrekturen beim Schwimmen ist bedeutend besser. Beim Tauchen spielt der Standort des Lehrers eine ganz besondere Rolle. Die Augenhöhe des Lehrers differiert zwischen einem Ueberfluterbecken mit hochgezogenen Mauern und einem orthodoxen Becken sofort bis zu 80 cm! Was das heisst, kann nur der erfahrene Schwimmlehrer ermes-

sen. Da der Lehrer bei der unglücklichen Übung *quer* durch das Bassin tauchen liess, wirkte sich der tief-liegende Bassinumfang besonders nachteilig aus. Wer oft Schwimmunterricht erteilt, weiss, dass viele Schüler nach den Anstrengungen im Wasser, sich gerne auf dem Umgang hinlegen. In einem solchen Falle entschwinden die Schüler den Augen des Lehrers vollständig.

Trotz gewissen Gefahren gehört das Tauchen unbedingt zum Schwimmunterricht. Die Schweizerische Schwimmschule sagt dazu: «Schon im Rahmen der Wassergewöhnungsübungen wird dem Tauchen grosse Bedeutung beigemessen. Nur wer tauchen kann, ist mit dem Wasser wirklich vertraut. Die Schwimmarten sollen erst gelehrt werden, wenn der Schüler seinen Kopf ins Wasser und die Augen offen halten kann. Das Tauchen ist nicht nur eine ausgezeichnete Wassergewöhnungsübung, sondern es ist auch unbedingt notwendig für das Rettungsschwimmen.»

Privatdozent Dr. med. Rudolf Bucher schreibt in der Anleitung «Rettungsschwimmen» der Schweizerischen Lebensretter-Gesellschaft: «Wer nicht tauchen und sich unter Wasser nicht orientieren kann, dem fehlen für eine Rettungsaktion grundlegende Voraussetzungen.

Das Tauchen bedeutet für Herz und Lunge eine grosse Belastung. Beim Erlernen soll deshalb sorgfältig und schrittweise vorgegangen und jede Uebertreibung peinlichst vermieden werden, d.h. nicht über zu lange Strecken tauchen und nicht zu lange unter Wasser verharren.»

Weiter heisst es: «Beim Tauchen ist vor allem zu achten auf:

- a) richtiges Durchlüften der Lunge vor dem Start
- b) das Mitnehmen der richtigen Menge Luft und
- c) die Orientierung unter Wasser.»

Der Altmeister des Schulschwimmunterrichtes, der unvergessliche Seminarturnlehrer August Graf, von Küssnacht, schreibt im SIW-Heft «Schwimmen, Springen, Tauchen» (SIW-Heft Nr. 61): «Tauchen gehört zum Schwimmen! Du sollst dich jedoch hüten, zu häufig und zu andauernd zu tauchen.»

Wir hoffen, mit den voranstehenden Hinweisen allen Schwimmunterricht erteilenden Lehrern und Trainingsleitern Fingerzeige geben zu können, wie man Unfälle beim Tauchen vermeiden kann. Wir wünschen vor allem, dass nie mehr so schwere Folgen aus Leistungsprüfungen im Tauchen entstehen werden, wie beim Unfall, der den Ausgangspunkt dieser Zeilen gebildet hat.