

**Zeitschrift:** Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen  
**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen  
**Band:** 34 (1977)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Innerlich voller Figur sein  
**Autor:** Lörtscher, Hugo / F.D.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-993709>

### **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:** 15.01.2026

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

## Innerlich voller Figur sein

Bildbericht von Hugo Lörtscher,  
ETS Magglingen

Der Schweiz fällt die Ehre zu, vom 13. bis 16. Oktober dieses Jahres in der Sporthalle St. Jakob zu Basel die 8. Weltmeisterschaften in der Rhythmischen Sportgymnastik durchzuführen. Sowohl diese Tatsache als auch die Teilnahme einer gut vorbereiteten Schweizer Nationalmannschaft sind keine Selbstverständlichkeit, zählt doch die grosse Turnnation Schweiz in dieser Sparte paradoxerweise zu den Entwicklungsländern. Während in Bulgarien, der Tschechoslowakei und der Sowjetunion, der Wiege der modernen Gymnastik, erste Wettkämpfe bereits in die frühen fünfziger Jahre zurückreichen, wurde in der Schweiz erst Ende 1973 unter der Leitung des Magglinger Gymnastiklehrers Fernando Damâso eine Versuchsgruppe gebildet, welche mit nahezu fanatischer Hingabe und unter grossen persönlichen Opfern an Geld und Zeit versuchte, den Rückstand aufzuholen und gleichzeitig die Basis für eine Breitenentwicklung der Rhythmischen Sportgymnastik in unserem Lande zu schaffen.

Dieses erste Nationalkader wurde nach ihrer letzten Darbietung anlässlich der Einweihung der Magglinger Gross-Sporthalle vom 17. September 1976 und nach dem Erreichen des gesteckten Ziels aufgelöst und dann durch ein Nachwuchskader ersetzt, dessen Durchschnittsalter bei 14 Jahren liegt. Die zurückgetretenen Turnerinnen, zumeist reife Persönlichkeiten welche bereits im Erwerbsleben stehen, bilden von nun an als ausgebildete Trainerinnen, Expertinnen und Kampfrichterinnen das Schulungskader, womit die Kontinuität bereits jetzt gesichert ist. Die neugebildete Nationalmannschaft, bestehend aus 15 Mädchen, obliegt zurzeit einem strengen Training im Hinblick auf die WM in Basel. Wir haben Nationaltrainer Fernando Damâso anlässlich eines Kaderzusammenzugs gebeten, über den Stand und die Aussichten der Rhythmischen Sportgymnastik in der Schweiz Auskunft zu geben.

**Red. J+S:** Herr Damâso, was versteht man unter «Rhythmischer Sportgymnastik»?

**F.D.:** Rhythmische Sportgymnastik ist eine wettkampf- und damit leistungsorientierte Weiterentwicklung der Gymnastik nach internationalen Wertungen. Es wird nur mit Handgeräten gearbeitet, wobei tänzerische Elemente oder akrobatische Teile verboten sind. Die Handgeräte werden vom Internationalen Turnbund (ITB) für jeden internationalen Anlass neu bestimmt.

**Red. J+S:** Wie erklären Sie sich die Tatsache, dass bis vor kurzem die Rhythmische Sportgymnastik in der Schweiz nahezu unbekannt war?

**F.D.:** Der Schweizerische Fraueturnverband mit seinen nahezu 200 000 Mitgliedern war am Leistungsturnen nicht interessiert. Dabei ist die Frauengymnastik in der Schweiz international gesehen am weitesten entwickelt.

**Red. J+S:** Hat die Rhythmische Sportgymnastik in der Schweiz eine Zukunft?

**F.D.:** Unbedingt. Gerade der 1976 auf kantonaler Ebene durchgeführte Lehrgang für Jungturnerinnen von 13 bis 16 Jahren sowie die Ferienkurse lösten beim Nachwuchs eine Welle der Begeisterung aus.

**Red. J+S:** Michelangelo forderte einmal von einem Künstler, dass er «innerlich voller Figur» sei. Trifft das nicht auch auf die Rhythmische Sportgymnastik zu?

**F.D.:** In hohem Masse. Bewegungskreativität ist Voraussetzung. Hinzu kommen Musikalität, Zeit-, Raum- und Rhythmisgefühl sowie vollendete Körperbeherrschung.

**Red. J+S:** Hat das Zusammentreffen all dieser Qualitäten nicht eher Seltenheitswert?

**F.D.:** Meine Talentsuche im letzten Jahr, welche mich durch die ganze Schweiz führte, brachte mich mit 600 Jungturnerinnen zusammen. An hoffnungsvollen Talenten bestand kein Mangel. Doch das allein genügt nicht. Talent ist nicht zuletzt eine Frage des Fleisses. Von den 600 von mir persönlich beurteilten Mädchen wurden 150 zu einer weiteren Beurteilung eingeladen. Davon verblieben 20 – das neue Nachwuchskader. Es besteht heute aus 15 Mädchen, welche auch bereit sind, die entbehrungsreiche Trainingsarbeit auf sich zu nehmen.

**Red. J+S:** Wie gross ist der Trainingsaufwand und wie lange braucht ein Talent, um von der Wurzel zur Spitze zu gelangen?

**F.D.:** Die Mitglieder der Nationalmannschaft bekommen ein Wochenprogramm nach Hause mit einem vorgeschriebenen Training von täglich zwei Stunden. Hinzu kommen alle 14 Tage ein Wochenendzusammenzug in Magglingen sowie verschiedene Trainingslager. Was den Werdegang betrifft, bestehen die 5 ersten Jahre (von 11 bis 16) aus technischer Schulung. Die zweite Phase gilt vermehrt der Persönlichkeitsentfaltung. Mit 19 Jahren sollte eine Turnerin in den Einzeldisziplinen den Zenith erreicht haben. In den folgenden Jahren der Reife dürfte ihr Ziel darin liegen, diesen Zenith so lange als möglich zu halten.

**Red. J+S:** Welches sind Ihre Ziele?

**F.D.:** Wir verfolgen zwei Ziele: 1. die Spitze, das Kader, mit internationalen Kontakten. Für die Propaganda im Inland ist das Kader – Schauturnen! – unser bestes Werbemittel. Das zweite Ziel besteht in der Entwicklung der Breite. Eines der Mittel dafür ist der Aufbau eines, das «Programme Jeunesse». Weiter setzen wir auf eine systematische Leiterinnenausbildung. Mit 95 ausgebildeten Trainerinnen und 30 Kampfrichterinnen stehen wir schon gut da.

**Red. J+S:** Wird die rhythmische Sportgymnastik auch für Jugend + Sport geöffnet?

**F.D.:** Als Fachrichtung des Sportfachs Gymnastik und Tanz wird die bestehende Struktur



der rhythmischen Sportgymnastik ab 1978 vollständig in J+S integriert. Ein Problem stellt sich allerdings mit der Altersgruppe der elf- bis vierzehnjährigen, welche von der Teilnahme an Jugend + Sport noch ausgeschlossen sind.

**Red. J+S:** Welches ist Ihr Ziel für die Weltmeisterschaften in Basel?

**F.D.:** Unser Ziel ist die Verteidigung des 1975 in Barcelona mit dem ersten Kader gewonnenen 10. Platzes in der Mannschaftswertung. Damals waren die dominierenden Ostländer nicht dabei. Eine Verbesserung in Basel auch um nur einen Rang wäre bereits eine Sensation, denn die wieder mitwirkenden Nationen aus dem Osten sind uns fast um eine Generation voraus.

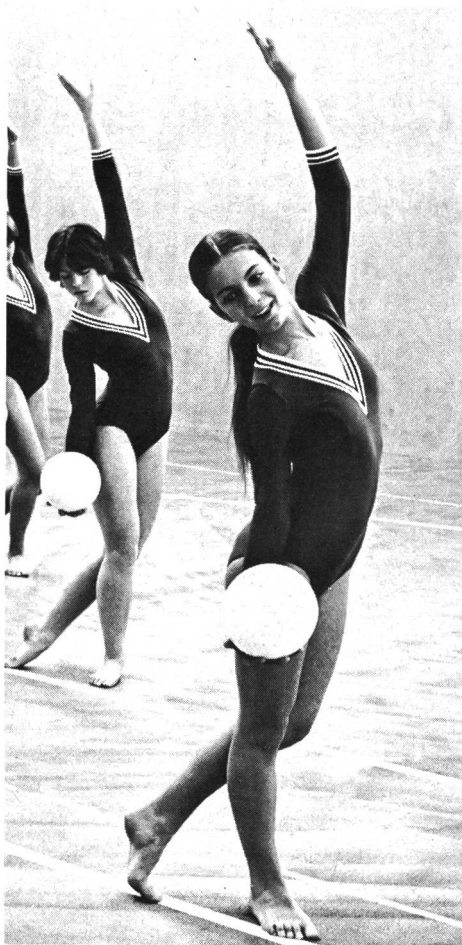
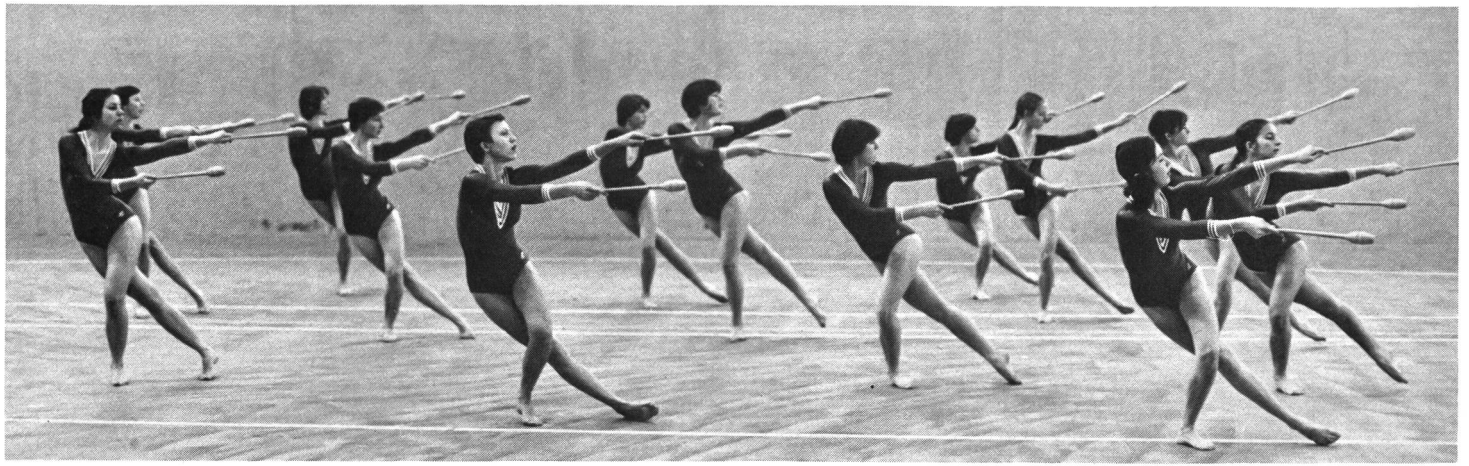
In der Einzelwertung, in welcher pro Land drei Turnerinnen zugelassen sind, hoffen wir, dass Susanne Zimmermann, welche zusammen mit Mariella Sciarini auch noch als Hilfstrainerin wirkt, die Qualifikationslimite erreichen wird.

**Red. J+S:** Herr Damâso, Sie haben in der kurzen Zeit Ihres Wirkens bereits erstaunliche Erfolge zu verzeichnen – auch auf dem internationalen Parkett am grünen Tisch. Dazu dürfen wir Ihnen herzlich gratulieren, und Ihnen für die WM in Basel viel Erfolg wünschen.

**F.D.:** Danke für die Anerkennung, doch ist das nicht allein mein Verdienst, dass wir bereits jetzt, nach knapp dreieinhalb Jahren, das Fünfjahresziel erreicht haben. Ohne die aufopfernde Arbeit der Versuchsgruppe und des gesamten leitenden Kaders wäre der heutige Stand undenkbar. Der hervorragende Korpsgeist hat sich zum Glück auch auf das blutjunge neue Nachwuchskader übertragen.

Fernando Damâso, der Schweizer Nationaltrainer portugiesischer Herkunft, hat in kurzer Zeit aus dem Nichts ein junges Team gezaubert, ausgerüstet mit viel Kredit, Selbstvertrauen und Selbstdisziplin. Noch steht ein langer Weg zum Erfolg bevor und Fernando Damâso ist zu sehr Realist um sich selber oder seinen Turnerinnen utopische Ränge vorzugaukeln. Er ist aber andererseits auch Optimist genug, um reelle Chancen für die Zukunft richtig einzuschätzen. Mit seinem ausgewogenen Mass an Güte, Sensibilität und Durchsetzungsvermögen vermag er eine verschworene Truppe zusammenzuschmieden. Sein Erfolgsrezept ist ein auf Egalität und Leistung beruhender partizipativer Führungsstil.

Der heutige Stand der rhythmischen Sportgymnastik in der Schweiz ist ein Versprechen. Nicht nur für die Spitze, sondern auch für die Breite. Er ist aber auch eine Bestätigung. Eine Bestätigung unserer Jugend und auch dafür, dass die Rhythmische Sportgymnastik die wohlbehütete und gegen den Leistungsstress abgeschottete Welt der Gymnastik nicht zerstören, sondern bereichern wird.



#### Bildlegenden:

Das Nationalkader in Magglingen

Bild rechts: die technische Leitung der Rhythmischen Sportgymnastik in der Schweiz mit v.l.n.r.:

Mariella Sciarini, Hilfstrainerin;  
Hans Forrer, Tanzlehrer;  
Fernando Damâso, Nationaltrainer;  
Susanne Zimmermann, Hilfstrainerin

