

**Zeitschrift:** Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen  
**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen  
**Band:** 34 (1977)  
**Heft:** 10

## Inhaltsverzeichnis

### 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:** 16.01.2026

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

Redaktion: Marcel Meier

Ständige redaktionelle Mitarbeiter:

Simone Hefti, Karl Ringli, Hugo Lörtscher,  
Kaspar Zemp

Verantwortlich für die Beilage

«Forschung – Training – Wettkampf»:  
Forschungsinstitut ETS

Verantwortlich für die Beilage «Sportanlagen»:  
Sportstättenbau ETS

«Jugend und Sport» erscheint monatlich.

Zuschriften sind zu richten an die  
Eidg. Turn- und Sportschule  
2532 Magglingen

Redaktionsschluss: am 10. des Vormonates

Artikel können unter Quellenangabe und  
Einsenden von drei Belegexemplaren  
veröffentlicht werden.

Redaktionelle Hinweise: Unverlangt  
eingesandte Manuskripte können nur  
zurückgesandt werden, wenn ein adressiertes  
Kuvert mit Rückporto beiliegt. Bei der  
Auffassung der Manuskripte ist folgender  
Modus zu beachten: Die Beiträge sind  
einseitig in Maschinenschrift (1½zeilig)  
abzufassen.

Jahresabonnement Fr. 19.—.

Zu bestellen bei der  
Eidg. Drucksachen- und Materialzentrale,  
3000 Bern

Einzelbezugspreis Fr. 3.—. Einzelne Nummern  
können bei der Eidg. Turn- und Sportschule,  
2532 Magglingen bezogen werden.

Addressänderungen sind mit dem  
PTT-Formular 257.04 am Schalter Ihrer  
Poststelle zu melden.

Herstellung: Buchdruckerei W. Gassmann AG  
2501 Biel

Anzeigenverwaltung:  
Annoncen-Agentur Biel AG  
Freiestrasse 11, 2501 Biel  
Telefon (032) 224214

## Inhaltsverzeichnis

- 337 Was ist echter Sport?  
Rudolf Etter
- 338 Gesehen, beobachtet, gehört...  
Resignation bringt uns nicht weiter  
Marcel Meier
- 338 ETS-Sportlehrer im Einsatz  
Ernst Fahrni
- 340 Kurortsport – Fitnesswellenreiter oder  
reale Notwendigkeit  
Jörg Stäuble
- 342 Erfolg einer «Bieridee»:  
Stabhochsprungmeeting im Herzen  
der Berner Altstadt  
Hugo Lörtscher

## Aus der Praxis – Für die Praxis

- 345 Eishockey  
Trainingsplanung im Eishockey  
Jürg Schafroth
- 351 Unsere Monatslektion  
Konditionstraining Skifahren  
Christoph Kolb

## Forschung – Training – Wettkampf

- 353 Ausdauersport und Elektrolyt-  
veränderungen  
A. Berg
- 354 Beeinflussung des Leistungsvermögens  
durch Ernährung, Elektrolyte und  
Vitamine  
W. Kindermann
- 355 Leistungsgerichtete Ernährung  
B. Segesser
- 356 Bergunfälle verhüten ?  
H. P. Dreifuss
- 358 Sportwissenschaftliche Veranstaltungen
- 361 Bibliographie
- 365 Jugend + Sport
- 368 Echo von Magglingen