

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

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

**Band:** 36 (1979)

**Heft:** 2

  

**Artikel:** Nachwuchsauswahl (oder Talenterfassung?) im Militärischen Fünfkampf

**Autor:** Lürhi, Urs

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-994540>

### **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>**

# Nachwuchsauswahl (oder Talenterfassung?) im Militärischen Fünfkampf

Urs Lüthi, Technischer Leiter Militärischer  
Fünfkampf SIMM

Das Anspruchsspektrum an physiologischen und motorischen Grundeigenschaften im Militärischen Fünfkampf, bedingt durch die Zusammen-

setzung der fünf Teilprüfungen, ist, wie die untenstehende Tabelle zeigt, sehr breit.

	Schiessen	Hi-Bahn	Schwimmen	Werfen	Cross
Kraft					
Schnellkraft					
Reaktionsschnelligkeit					
Aktionsschnelligkeit					
Geschicklichkeit					
Gewandtheit					
Beweglichkeit					
Lokales Stehvermögen					
Allgemeines Stehvermögen					
Dauerleistungsvermögen					
Konzentrationsfähigkeit					

*Gewichtung der  
Konditionsfaktoren  
(motorische Grundeigen-  
schaften),  
bezogen auf die  
5 Wettkampf-  
disziplinen*  
  
(Priorität = schraffiert)

## Dynamik des Hindernisschwimmens

Auf diesen Bedingungen (Konditionsfaktoren), kombiniert mit den bereits in ansprechendem Masse vorhandenen Bewegungsmustern im Schwimmen, Werfen und Laufen, lässt sich dann relativ zielstrebig ein Fünfkampfathlet aufbauen, vorausgesetzt jedoch, dass dieser bereit ist, die intensive und umfangreiche Trainingsbelastung auf sich zu nehmen und konstitutionell robust genug ist, diese schadlos, nebst der beruflichen Belastung, zu ertragen. Die «spezifische Befähigung» (Talent), welche parallel zum Trainingseffekt mitentwickelt wird, wird meines Erachtens erst viel später mitentscheidend, dann nämlich, wenn der Athlet nach langjähriger, harter Trainingsarbeit allmählich zum Spitzenkönner emporgeführt werden kann.



## Konzentration beim Zielwurf

Wie bereits erwähnt, ist immer wieder zu beobachten, dass die Talententwicklung bei Athleten, die ihre Aufbauarbeit seriös nehmen, parallel zur Entwicklung der sporttechnischen Befähigungen läuft. Ich bin daher überzeugt, dass zu Beginn des Aufbauprozesses eines Mehrkämpfers dem, was landläufig als Talent bezeichnet wird, relativ wenig Gewicht beigemessen werden kann. Vielmehr bin ich überzeugt, dass die physiologisch-motorischen Aspekte entscheidend sind und dass gerade bei Mehrkampfsportlern

Der Nachwuchstest (Testwettkampf), welcher jährlich im November unter dem Patronat der SIMM für Interessierte durchgeführt wird, beinhaltet daher auch die drei Schlüsselbefähigungen, in welchen ein angehender Fünfkämpfer über genügend Grundlagen verfügen muss:

Schwimmen (50 m flach)  
Werfen (Weitwurf mit 500-g-Wurfkörper)  
Laufen (12-Minuten-Test)

Als genügend gute Grundlage können für:  
das Schwimmen eine Zeit um 35 Sekunden  
das Werfen um 55 m  
das Laufen um 3200 in 12 Minuten  
genommen werden.

Und nun die Frage nach dem Talent: Ist Talent (spezifische Begabung) entscheidend oder überhaupt erforderlich für einen Fünfkämpfer? Diese Frage mit Ja oder Nein zu beantworten, dürfte kaum möglich sein. Sicher steht jedoch, dass Talent allein nicht massgebend ist, ja sogar als nebensächlich für die Formung eines Mehrkämpfers bezeichnet werden kann. Von entscheidender Bedeutung sind vielmehr Ausgewogenheiten und guter Entwicklungsstand der motorischen Grundeigenschaften Kraft, Stehvermögen, Schnelligkeit (Reaktions- und Aktionsschnelligkeit) und Ausdauer sowie der physiologischen Grundlagen Beweglichkeit, Gewandtheit, Geschicklichkeit und Koordinationsfähigkeit.



die Basis zum sportlichen Erfolg in einer intensiven und sehr vielseitigen Ausbildung der Grundbedingungen (Konditionsfaktoren) liegt. Es ist daher auch nicht erstaunlich, dass das Durchschnittsalter der Fünfkampf-Nachwuchsathe-

ten mit 18 bis 19 Jahren relativ hoch ist und dass ein Spitzenathlet seinen Leistungs-Top im Alter von 24 bis 28 Jahren erreicht; also, verglichen mit den meisten Einzelsportarten recht spät.

## Sport in Israel

K. Biener  
Institut für Sozial- und Präventivmedizin  
der Universität Zürich

Gegen Ende des vorigen Jahrhunderts wurden in der jüdischen Diaspora immer mehr Sportklubs gegründet. Der Ruf von Dr. Max Nordau nach muskelkräftigen jungen Menschen fand überall bei der jüdischen Bevölkerung grosses Echo, besonders in Osteuropa. Auf dem 6. Zionistischen Kongress im Jahre 1902 wurde ein eindrucksvolles gymnastisches Programm organisiert. Im Jahre 1912 kam es zur Gründung der Maccabi Sportorganisation. Diese Sportvereinigung entwickelte weltweite Aktivität in verschiedenen Sportarten; heute umfasst die Organisation in Israel über 70 Vereine mit 13 verschiedenen Sportarten. Der grösste Sportverband ist jedoch die im Jahre 1926 gegründete

Hapoel Association mit über 80 000 Mitgliedern und mehr als 300 Teilkclubs. Seit 1951 spielte diese Vereinigung eine wichtige Rolle in der Sportföderation sowie im Olympischen Komitee. Neben dem Hochleistungssport hat der Hapoel-Verband den Breitensport wesentlich mitentwickelt. Besonders hat der Verband den Wassersport (Schwimmen und Segeln), Volksläufe, Volksmärsche, Volkstänze und den Breitensport gefördert. Ein religiöser Sportverband ist die 1939 gegründete Elizur Association mit gegenwärtig 65 Einzelklubs und 6500 Mitgliedern; man widmet sich speziell dem Volley- und Basketballspiel, dem Tischtennis, der Leichtathletik, dem Schwimmen sowie dem Hand- und Fussballspielen. Auch der 1924 gegründete Betar National-Sportklub engagiert sich hauptsächlich im Fussballsport, im Boxen, in der Leichtathletik, im Tischtennis sowie im Basketballspielen. Schliesslich gibt es noch die 1953 gegründete Akademische Sportvereini-

gung (ASA); sie repräsentiert die israelischen Studenten und Akademiker an internationalen Universiaden. Ihre 5000 Mitglieder stammen aus neun Hochschulinstitutionen.

Schon in den Volksschulen widmet man in Israel dem Sport grosse Aufmerksamkeit; 1927 wurde die Sportlehrervereinigung gegründet. Man organisiert Sportfeste der Elementarschulen mit Programmen, vor allem im Schwimmen, der Leichtathletik und dem Basketballspielen; 60 000 Schüler aus 800 Schulen beteiligen sich daran. Jährlich werden Trainingslager durchgeführt, hauptsächlich während den Ferien. In den Nach-Elementarschulen erfolgt die körperliche Ertüchtigung nicht mehr im obligatorischen Turnunterricht von 2 Wochenstunden, sondern auch im vormilitärischen Training (GADNA) von einer Wochenstunde zusätzlich einem Tag im Monat, also 10 bis 14 Tagen jährlich in den Trainingscamps des Nationalen Dienstes. Die Aktivitäten umfassen unter anderem Orientierungsläufe, Camping, Hindernisläufe, Erste Hilfe. Die Schulen nehmen auch Sportabzeichenprüfungen für Kinder aller Altersgruppen ab; es herrscht rege Beteiligung. Aus dieser unerschöpflichen Quelle stammen die späteren Leistungssportler Israels.

Im Jahre 1965 wurde vom Staat eine Trainerschule am Wingate-Institut eröffnet, die Trainer in Jahreskursen in den Hauptsportarten ausbildet. Jährlich werden im Wingate-Institut rund 100 Berufstrainer diplomiert. Diesem Zentrum der Sporterziehung ist auch eine Schule für Physiotherapie angeschlossen, ebenso eine Schule für Sportbetreuer, für Armeesportinstruktoren, ein Trainingscamp für Nationalmannschaften, ein Forschungsinstitut, ein Sportmedizinisches Zentrum sowie eine Sportbibliothek.

Der Breitensport hat in den letzten Jahren als Fitnesswelle auch das israelische Volk fasziniert. Es findet Ausdruck in zahlreichen Volkssportereignissen, an denen sich Frauen und Männer aller Altersstufen beteiligen. Der populäre Cross-Kinneret-Swim, die Durchquerung des Sees von Genezareth (4,5), fand erstmals 1954 mit 226 Teilnehmern statt; heute beteiligen sich schon jährlich über 10 000 Schwimmer. Ganze Familien einschliesslich Grossvater und Grossmutter schwimmen mit. Der 4-Tages-Marsch nach Jerusalem stellt ein weiteres bekanntes Volkssportereignis dar; es wurde 1956 von den Israel Defence Forces inauguriert und von Soldaten sowie Zivilisten zwischen 18 und 98 Jahren absolviert. Jugendliche werden über die GADNA eingewiesen. Von diesem Lauf stammt der Ausspruch eines fast hundertjährigen Mannes, welcher auf die Frage antwortete, ob er denn wegen seines Herzens keine Angst vor dieser Strapaze habe: «Was kann mir Besseres geschehen, als auf dem Wege nach Jerusalem zu sterben?» Im Jahre 1967 hatte man ungefähr 17 000 Teilnehmer registriert, heutzutage marschieren schon über 20 000 jährlich. Die besten Gruppen werden jährlich zum berühmten Internationalen Marsch nach Nijmegen in Holland delegiert. Andere beliebte Volkssportanlässe in Israel sind der Negev-Nachtmarsch nach Beersheba, der Kinneret-Marsch, der Modiin-Marsch, die Mount-Meron-Besteigung sowie der Küstenmarsch am Meer. Auch Cross-Country-Läufe erfreuen sich steigender Beliebtheit, z. B. der 10-km-Lauf rund um den Berg Tabor. Aber auch Volkstänze mit Folklore und alter Instrumentalmusik werden liebevoll gepflegt, oft in den verschiedenen Kibbuzim. Es ist kein Zweifel, dass ein grosser Teil der Lebenskraft des israelischen Volkes aus seiner Begeisterung für den Sport entsteht.