

**Zeitschrift:** Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 41 (1984)

**Heft:** 7

**Artikel:** Eine Wasser-Olympiade

**Autor:** Etter, Max

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-993647>

### **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:** 14.04.2026

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



Abb. 1: Schlauch-Slalom.

## Eine Wasser-Olympiade

**Offenes Wasser ist an sich ein ideales Tummelfeld für Spiele. Mit ein paar Ideen, einigen Einrichtungen und etwas Material lässt sich sogar ein Grossanlass, eine Wasser-Olympiade durchführen.**

Max Etter, Fachleiter Fitness, ETS

### Hinweise zur Organisation

#### Für wen?

Das Konzept ist für etwa 50 Personen ausgearbeitet.

Teilnehmer können sein:

- ein ganzer Verein
- eine Fitnessgruppe und die Angehörigen
- eine Schule oder Schulklassen
- Jugendgruppe mit Freunden oder Kollegen/innen

Von den 50 Teilnehmern müssten 10 als Helfer eingesetzt werden.

#### Ziel des Anlass:

- Die Kondition in und am Wasser in spielerischer Form fördern
- Durch die Verbindung mit einem gesellschaftlichen Anlass sollen Kontakte untereinander gefördert werden

#### Ort:

Eine flache, übersichtliche Seebucht

#### Form:

- Das Ganze soll ein Plauschwettkampf sein mit Einzel- und Gruppenwertung, sowie Zufalls-, Pechvogel- und Fairnesspreisen

- An einer Station kann ein «Joker» gesetzt werden. Die hier erreichte Punktzahl wird verdoppelt
- Der ganze Rahmen ist wichtig. Beispiele: zentrale Resultat-Tafel, Getränkeauschank (gegen Gutscheine), angeschriebene und auffällig markierte Stationen, Zeitangabe mit einem Gong... Pflege die Details!

#### Wichtige Hinweise:

- Die nötigen Sicherheitsmassnahmen treffen
- Alle sollen eine Chance haben: die Anforderungen sind auf die Teilnehmer abzustimmen
- Das Bewertungssystem muss für alle Stationen gelten (zum Beispiel überall maximal 10 Punkte) und eine sofortige Wertung erlauben; eine Berechnung nachher oder Rangpunkte sind ungünstig. Ein Probedurchgang (= Training) ermöglicht eine ausgeglichene Bewertungsskala.

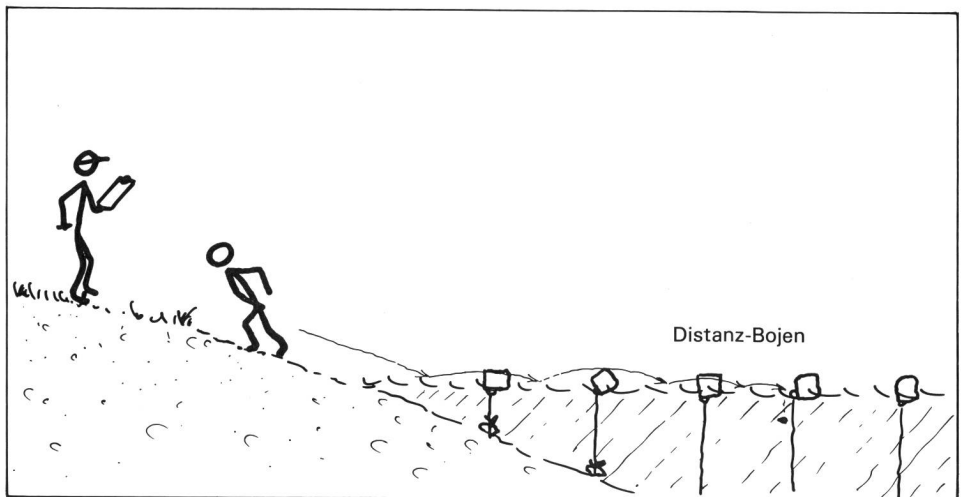


Abb. 2: «Schiefern.»

- Echte sportliche und eher plauschige Disziplinen sollten einander abwechseln
- Pro Station immer gleichviel Zeit zur Verfügung stellen.

#### Aufbau und Vorbereitung:

- Es kann ein Organisationskomitee eingesetzt werden oder
- die «Aktiven» organisieren für die «Zugewandten» oder
- jede Gruppe übernimmt eine bis zwei Stationen.

#### Ablauf:

- Die Vorbereitung richtet sich nach dem Konzept und geschieht allenfalls gemeinsam
- Vielleicht ist ein Probelauf nötig, um Anlagen und Punktesystem zu testen
- Für den Wettkampf selber gibt es verschiedene Möglichkeiten:
  - beliebige oder festgelegte Anlauffolge
  - nur eine gewisse Anzahl Posten zählt (zum Beispiel 8)
  - nach jeder Station wird das Resultat auf eine Gruppen-Laufkarte eingetragen und der «Zentrale» gemeldet
  - Anfangs- und Schlusszeiten bekanntgeben
  - Postenwechsel eventuell mit Gongschlag oder Glocke angeben
  - nach dem Wettkampf: freies Baden, aber Aufsicht organisieren
  - in dieser Zeit auswerten; anschliessend Rangverkündigung im Rahmen eines gemeinsamen Abends (Picknick am See).

#### Stationen/Posten

Hier einige Ideen:

- *Slalom* in einem Lastwagenschlauch auf Zeit (Abb. 1).
- *«Schiefern»* auf Distanz: Flache Steine auf der Wasseroberfläche hüpfen lassen. Dazu müssen Distanzen mit improvisierten Bojen markiert werden. Anzahl Würfe festlegen.

- **Kerzenschwimmen:** Eine brennende Kerze muss in einem Joghurtbecher transportiert werden. Auf Zeit; wenn die Kerze auslöscht, muss neu begonnen werden.
- **Luftmatratzen-Parcours** auf Zeit (Abb. 3).
- **Zielwurf:** Von einer markierten Stelle aus Bälle in ein Boot werfen, zum Beispiel fünf Würfe; jeder Treffer zählt zwei Punkte (Abb. 4).
- **Badeball-Schieben:** Schwimmend oder im Wasser gehend einen grossen Badeball über einen Parcours schieben. Auf Zeit; Ballberührungen geben Abzug respektiv Zeitzuschlag.
- **Geh-Parcours** im seichten Wasser: Ein Karton muss auf Zeit trocken über die Runde gebracht werden; je nach Anzahl/Flächenanteil von Wasserspritzern auf dem Karton gibt es Zeitzuschlag.
- **Gutschein-Tauchen:** In einer festgelegten Zeit müssen möglichst viele vorher angemalte und verteilte Steine aus dem stehtiefen Wasser geholt werden. Punkte und damit verbunden Getränke-Gutscheine werden je nach Anzahl Steinen verteilt.
- **Distanzschwimmen:** Es wird auf einem markierten Dreieckparcours geschwommen (Abb. 5). Markierungen: Eingerammte Stecken, Boje, Landungssteg. Hier ist eine Glocke aufgehängt. Jeder, der vorbeischwimmt, läutet. Pro festgelegte Zeit wird die Anzahl Glockentöne gezählt.
- **Wassertransport-Parcours:** In einer gewissen Distanz vom Wasser ist ein leerer Kübel postiert. Die Gruppe füllt in festgelegter Zeit mit Joghurtbechern möglichst rasch den Kübel. Gemessen wird die Menge Wasser im Kübel.
- **Fähre:** Zwischen Ufer und Steg wird ein Floss hin und her gezogen und jedesmal ein Mitglied der Gruppe transportiert. Gemessen wird die Zeit für den gesamten Gruppentransport (Abb. 6).
- **Stelzenparcours** in Ufernähe. Auf Zeit; «Absteiger» geben Abzug respektiv Zeitzuschlag. ■

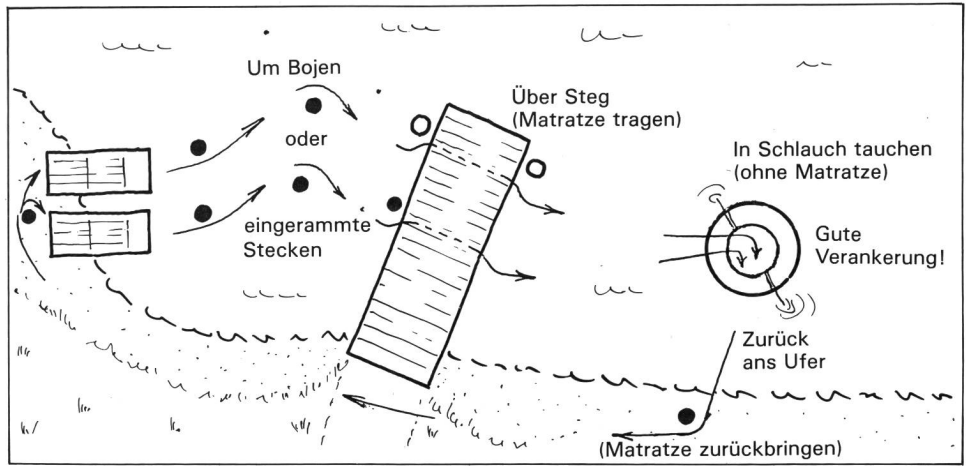


Abb. 3: Luftmatratzen-Parcours.

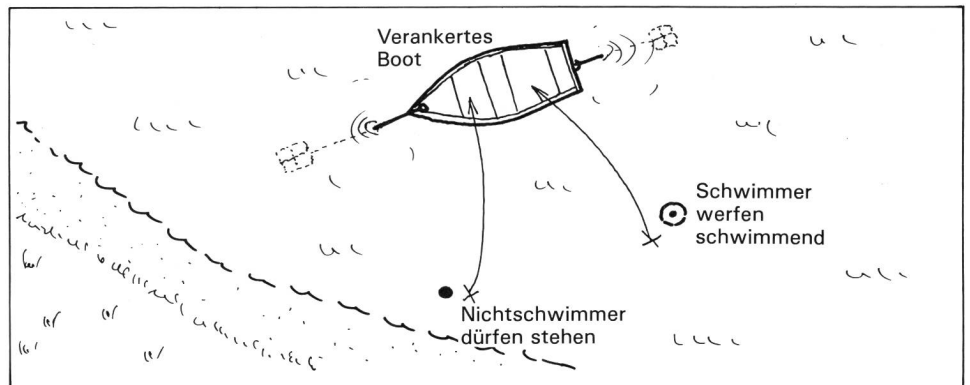


Abb. 4: Zielwurf.

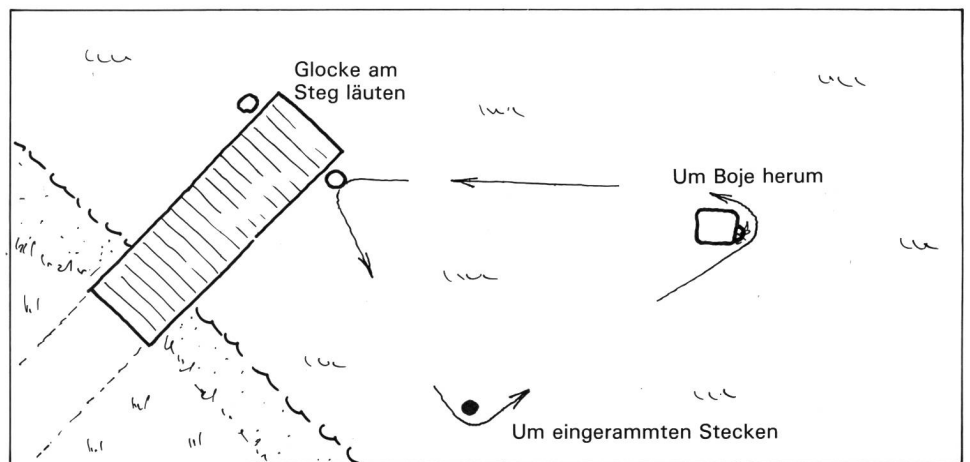


Abb. 5: Distanzschwimmen.



Abb. 7: Stelzenlauf.

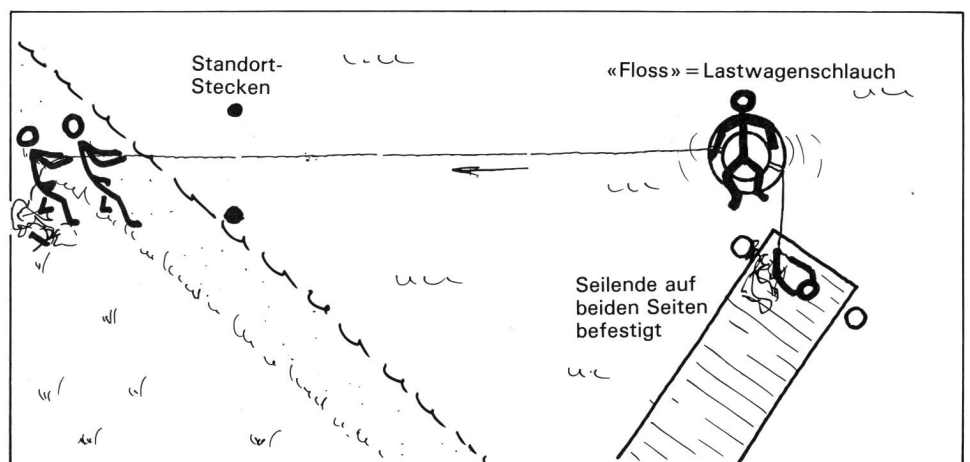


Abb. 6: «Fähre.»