

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

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 43 (1986)

**Heft:** 5

**Rubrik:** Literatur und Film

### **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>**



## Wir haben für Sie gelesen...

Karl Ringli

Frank, Gerhard.

**Fussball.** Stundenmodelle für den Sportunterricht. Berlin, Bartels & Wernitz, 1985. – 197 Seiten, Abbildungen. – DM 34.80.

Es ist des Anliegens des Autors, eine durchgehende Behandlung des Themas «Fussball in der Schule» von der Grundschule bis zur gymnasialen Oberstufe (BRD) zu leisten. Auf der Grundlage der theoretischen Sport-Didaktik-Diskussion unternimmt er den lobenswerten Versuch, eine didaktische Grundhaltung zu formulieren und den Fussballunterricht auf verschiedenen Stufen daraus ableitend zu planen. Ausgangspunkt ist dabei in erster Linie eine Analyse des Fussballspiels selbst. Diese Analyse, die sich der Kategorien Technik, Taktik und Regelwerk bedient, führt zu einer situativen Spieldidaktik; einer Didaktik, die Spiel und Üben in ein ausgewogenes Verhältnis zu bringen versucht, um der Struktur des Fussballspiels gerecht zu werden.

Da sich die Inhaltanalyse ausschliesslich an der Oberflächenstruktur des Fussballspiels orientiert, reduzieren sich die Zielsetzungen und die Inhalte der Stundenmodelle gezwungenermassen auf konditionelle, technische und taktische Fähigkeiten und Fertigkeiten. Die 20 praktischen und 5 theoretischen Unterrichtsbeispiele sind unter diesem Blickwinkel gut aufeinander aufgebaut. Ob damit allerdings der eingangs formulierten bildungstheoretischen Grundhaltung konsequent Rechnung getragen wird, bleibt zumindest fraglich. Wer allerdings für die Vorbereitung von Fussballunterricht in der Schule eher an technischen Informationen interessiert ist, kommt auf seine Rechnung.

Hamm, Michael; Nilles, Manfred.

**Richtig essen hilft gewinnen!** Weil der Stadt, Walter Hädecke Verlag, 1986. – 112 Seiten, Abbildungen, Tabellen. – Fr. 15.70.

Ob Amateur oder Profi, Fussballer oder Tennisspieler, Ruderer, Radfahrer, Bergsteiger oder Langstreckenläufer – durch richtige Ernährung bei sportlichem Einsatz



kann jeder seine Leistungsfähigkeit steigern, seine Ausdauer verbessern und seine Siegeschancen erhöhen.

Möglichkeiten der Sporternährung – Grundlagen einer vollwertigen Ernährung – Einführung in die Sport- und Ernährungsphysiologie – die Ernährung im Sport: Als Basisernährung, an Trainingstagen und am Aktionstag – Der Pausenschluck – Kleine Lebensmittelwarenkunde für Sportler – Empfehlungen für die Küche des Sportlers. Dr. Michael Hamm ist Ernährungswissenschaftler an der Universität Dortmund und kennt aus jahrelanger Vortrags-, Beratungs- und Schulungstätigkeit im Bereich der Diätetik und Sporternährung die speziellen Probleme dieses Fachgebietes. Manfred Nilles, Dipl.-Ing. für Ernährung und Hauswirtschaft, ist Verfasser mehrerer Fachveröffentlichungen über die Ernährung im Sport und einer in Fachkreisen beachteten Forschungsarbeit über das Ernährungswissen von Fussball- und Handballspielern.

Prof. Dr. med. Richard Rost, Leiter des Instituts für Sportmedizin der Universität Dortmund, empfiehlt das Buch in seinem Vorwort allen Sportlern, Trainern, Sportstudenten, Physiotherapeuten, Sportärzten sowie Berufs- und Hobbysportlergruppen, für die optimale Ernährung bei körperlicher Aktivität von Bedeutung ist.

Prof. Dr. Weber, Alexander.

**Seelisches Wohlbefinden durch Laufen.** Oberhaching, Sportinform, 1986. – 128 Seiten, Abbildungen. – DM 9.80.

Immer mehr Menschen erkennen, dass Laufen ein sehr wirksames Mittel darstellt, sich körperlich und seelisch gesund zu erhalten. Es ist wissenschaftlich geprüft: Regelmässiges Laufen beeinflusst tiefgreifend Körper und Seele. Der Autor führt seit Jahren umfangreiche experimentelle Studien zu diesem Thema durch. In seinem Buch wird erklärt, was seelisches Wohlbefinden ist und wodurch es gestört werden kann. Der Leser findet detaillierte Erklärungen, wie sich Laufen auf das seelische Befinden auswirkt. Die zehn Schritte dieses Buches beinhalten auch viele Tips zur Ausrüstung, Lauftechnik und Laufprogramme. Das zentrale Thema heisst: Den (Seelen-)Arzt in sich selber zu entdecken und durch Laufen aus eigener Kraft für das erwünschte Wohlbefinden sorgen.

Lanig, Hanspeter.

**Die schönsten Alpenpässe. Abenteuer mit dem Fahrrad.** Oberhaching, Sportinform, 1986. – 128 Seiten Abbildungen. – DM 9.80.

Die grossen Pässe der Alpen üben auf den Radsportler eine besondere Faszination aus. 40 dieser Pässe werden in dem preiswerten Führer beschrieben. Der Autor, Hanspeter Lanig, früher alpiner Skirennläufer und Silbermedaillengewinner bei der Olympiade in Squaw Valley, hat diese Pässe alle selbst befahren. Seine Eindrücke und Erfahrungen finden in diesem Buch seinen Niederschlag. Detaillierte Angaben zu Streckenlänge, Höhenunterschied, Schwierigkeitsgrad, Fahrzeit und zum Strassenzustand findet der Leser. Zu jedem Pass gehört ausserdem eine Höhenprofil-Zeichnung mit Kilometer-Angaben und Höhenmetern.

**WERDE  
BLUTSPENDER!**



Suttner, Jupp.

**Marathon 1: Von Athen bis New York – Die faszinierendsten Läufe der Welt.** Oberhaching, Sportinform, 1986. – 128 Seiten, Abbildungen. – DM 9.80.

Ein preiswerter Führer durch die Welt der Marathon-Läufe liegt mit diesem Band vor. Er enthält Streckenbeschreibungen, Lauf-routenskizzen, Reisetips und detaillierte «Tourist-Infos». Laufzeitenstatistiken runden die Informationen ab.

Ausserdem findet der Leser in einer aktuellen Aufstellung die Namen der Reiseveranstalter mit Kostenangaben und Reisedauer für diverse Marathonziele.

*Diem, Carl-Jürgen; Prof. Dr. Hess, Heinrich.*

**Der Laufschuh-Ratgeber. Was der Läufer beachten und wissen muss.** Oberhaching, Sportinform, 1986. – 128 Seiten, Abbildungen. – DM 9.80.

Der Laufschuh ist das wichtigste Kleidungsstück des Läufers! Durch das vielfältige und grosse Angebot wird die Wahl des richtigen Schuhs für den Läufer immer schwieriger. Dieser Ratgeber bringt eine Fülle von Hinweisen, die dem Leser helfen, «seinen» Schuh zu finden.

Leistenform, Machart, wichtige Bestandteile, Schuhformen und vieles andere mehr wird in einzelnen Schritten detailliert besprochen. Ein Kapitel widmet sich den Fussfehlstellungen und ihrer Bedeutung. Eine Checkliste zum Schuhkauf und eine aktuelle Schuhübersicht ergänzen dieses bisher einmalige Buch.

*Altig, Rudi; Link, Karl.*

**Optimale Radsport-Technik 2: Für Könner.** Oberhaching, Sportinform, 1986. – 128 Seiten, Abbildungen. – DM 9.80.

Was zum Repertoire eines Radsport-Könners gehört, zeigen in diesem Band ein Profi-Weltmeister und ein Olympiasieger. Optimale Radsport-Technik bedeutet sicheren Umgang mit dem Fahrrad in allen Situationen – als einzelner oder in Gruppen. In diesem Buch wird sowohl die Technik beim Umgang mit dem Fahrrad, wie auch die dazugehörige Taktik in einfachen Lernschritten dem Leser vermittelt. Ambitionierte Freizeitsportler, Rennfahrer und Tri-Athleten – denen ein besonderes Kapitel gewidmet ist – können ihre Kondition erst dann richtig einsetzen, wenn sie diese Technik beherrschen.

*Pramann, Ulrich.*

**In Form durch Bodybuilding mit Miss World Gabriele Sievers.** München, Heyne, 1985. – 189 Seiten, Abbildungen, illustriert. – DM 9.80.

«Bodybuilding ist gerade für Frauen das ideale Fitnesstraining», weiss die erfolgreiche Lady aus Kiel aus eigener Erfahrung, und immer mehr Frauen schliessen sich dieser Erkenntnis an. Denn mit Bodybuilding können gezielt einzelne Körperpartien trainiert und individuelle Figurprobleme gelöst werden. Aber nicht nur der Körper kommt in Form – Bodybuilding fördert auch das Selbstvertrauen, macht ausgeglichen und aggressionsfrei.

## ...und gesehen

### Tischtennis. Die Verteidigung.

Maggingen, ETS, AV-Produktion, 1981/83. – Zirka 23 Min., color, VHS. **V 71.223**

Technik und Taktik anhand von Wettkampfausschnitten, aufgenommen anlässlich der Swiss Open von 1981 und 1983.

### Mit der JO Lindenberg lernte ich die Berge kennen.

Muri AG, Filmteam Studio M, 1985. – 45 Min., color, VHS. **V 74.54**

Ein Film zum Jahr der Jugend. Aus dem Jahresprogramm einer JO des SAC.

### Mit den Fellen unterwegs.

Maggingen, ETS, AV-Produktion, 1985. – Zirka 14 Min., color, VHS. **V 77.137**

Die Sekundarschule Worb ist mit den Fellen unterwegs.

### Ahaggar.

#### Ein alpinistischer Fluchtversuch.

Buchs, Dinner Willi, 1985. – 50 Min., color, VHS. **V 74.52**

Klettern in der zentralen Sahara. Kamelharee zu den bizarren Basalttürmen des Hoggar. Motivation und Problematik des Abenteuer-Alpinismus.

### Alpine Gefahren, 1. Teil: Schnee und Eis.

Maggingen, ETS, AV-Produktion, 1985. – 12 Min., color, VHS. **V 74.48**

Realistische Nachzeichnung von typischen Bergunfällen mit tödlichem Ausgang. Aus-rutschunfall – Spaltensturz – Mitreissunfall – Wächtenbruch. Der Film ist ohne Kommentar. Es gibt jedoch ein Begleitheft dazu.

### Alpine Gefahren, 2. Teil: Fels.

Maggingen, ETS, AV-Produktion, 1985. – 12 Min., color, VHS. **V 74.49**

Realistische Nachzeichnung von typischen Bergunfällen mit tödlichem Ausgang. Massenbergschneisen – Kletterunfall – Abseilunfall. Der Film ist ohne Kommentar. Es gibt jedoch ein Begleitheft dazu.

### Volleyball «101».

Oberschleissheim, Stiftung Deutscher Volleyball, 1985. – Zirka 115 Min., color, englisch, VHS. **V 71.221**

Dr. A. Selinger und der bekannte Tennistrainer V. Braden geben eine Einführung in den Volleyballsport. – Konditionstraining, Spieltechniken, Spielsituationen. Ferner sind Spielausschnitte aus dem Bremer Turnier 1984 zu sehen.

## Das Programm der Schweizer Wanderwege 1986 ist erschienen

Anregungen für Wanderausflüge im ganzen Lande vermitteln die Schweizer Wanderwege. In ihrem soeben erschienenen Wanderprogramm finden Personen, die sich gerne einer Gruppe anschliessen über 400 Vorschläge für geführte ein- und mehrtägige Wanderungen sowie für Wanderwochen im In- und Ausland. Die 90seitige Broschüre kann kostenlos bei den Schweizer Wanderwegen, Hirshalm 49, 4125 Riehen, verlangt werden (Briefmarke à 50 Rappen beilegen). Ansprechende Routenbeschreibungen finden Interessierte auch in der alle zwei Monate erscheinenden Wander-Revue, die an der gleichen Adresse bezogen werden kann.

### Volleyball for the future.

Oberschleissheim, Stiftung Deutscher Volleyball, 1985. – Zirka 115 Min., color, englisch, VHS. **V 71.222**

Einführung in die Technik des unteren Zupspiels. Trainingsformen, Anpassung und Anwendung im Spiel. Ferner sind Spielausschnitte aus dem Bremer Turnier 1984 zu sehen.

### Lehrlingssporttag in Langenthal.

Maggingen, ETS, AV-Produktion, 1985. – Zirka 7 Min., color, VHS. **V 70.143**

In diesem Beispiel wurden Mannschaften in zwei Alterskategorien, geschlechtlich gemischt, aus den verschiedenen Berufen von drei Berufsschulen (Langenthal, Burgdorf, Langnau) gebildet. Nachmittags wurde ein Spielturnier in verschiedenen Wahlsportarten organisiert. Für die Klassierung der Berufsklassen zählten die Resultate des ganzen Tages.

Wer diese Videobänder sehen möchte, richtet sich schriftlich und frühzeitig (bitte Vorführdatum bekanntgeben!) an:

Eidg. Turn- und Sportschule  
Mediothek  
2532 Maggingen ■

### Ferienlager in Obergesteln (Goms)

Gemeindehaus (42 Plätze)  
Mehrzweckhalle (92 Plätze)

Ganzjährige gute Ausbildungsmöglichkeiten. Im Sommer und Herbst Wandern. Im Winter Skifahren und Langlauf. Skilift im Ort.

Anreise mit der Bahn via Furka-Tunnel ab Zürich 3 Stunden..

**Geeignet für:** Schulverlegungen, Kurse, Tagungen, Sportanlässe, Trainingslager

Anfragen:  
P. Bachmann  
3981 Obergesteln, Tel. 028 731019