

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

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 48 (1991)

Heft: 9

Rubrik: Mitteilungen

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: 14.01.2026

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

Neu in der Mediothek...

Markus Küffer

Michler, Peter; Grass, Monika

Gymnastik – aber richtig! Funktionsgerechte Übungen für Wirbelsäule und Gelenke nach neuesten sportmedizinischen Erkenntnissen. 3., neu überarb. Aufl. Hard, P. Michler, 1991. – 176 Seiten, Illustrationen. – Fr. 30.80.

In einer Zeit zunehmender Bewegungsarmut beziehungsweise einseitiger körperlicher Belastung ist Gymnastik – aber richtig! – von immer grösserer Bedeutung. Dies um so mehr, da viele der allseits bekannten Übungen nicht mehr den neuesten sportmedizinischen Erkenntnissen entsprechen und sich schädigend auf den Bewegungsapparat auswirken. In anschaulicher und für jedermann anwendbarer Art stellt der Autor funktionelle Übungen nicht funktionellen gegenüber und zeigt damit einen überaus effektiven und gesunden Weg auf, wie Gymnastik betrieben werden soll.

72.1184

Höher, Sebastian

Einradfahren. Vom Anfänger zum Könner. Reinbek, Rowohlt, 1991. – 175 Seiten, Illustrationen. – DM 13.80.

Radfahren kann jeder, den Spass des Fahrens auf einem einzigen Rad gönnen sich nur wenige. Dieses Buch zeigt praktisch, wie man das Einradfahren



rasch erlernen und als Könner ausgiebig geniessen kann. Es erklärt alle Techniken vom Aufsteigen über das Vorwärts- und Rückwärtsfahren bis hin zu kleinen Kunststücken. Mehr als hundert Übungsaufgaben und viele Trainingstips sorgen dafür, dass keine Langeweile aufkommt. Weitere Themen sind Ausrüstung und Sicherheit, Jonglieren auf dem Einrad, Hoccheinräder, Tips zum Bewegungslernen und vieles mehr.

07.818

Peregrin, Per

Faszinierende Schweiz. Auf Wanderwegen durch Natur und Kultur. Derendingen, Habegger, 1991. – 224 Seiten, Illustrationen. – Fr. 49.80.

Wandern, die beglückendste Art, sich fortzubewegen für Leute, die mit offenen Sinnen eine Landschaft erleben wollen. Für jeden Monat des Jahres drei Wanderungen schlägt uns der Autor, Per Peregrin, vor. Und das Besondere daran: jede Wanderung führt unterwegs oder am Ende zu einem kulturellen Ziel, etwa zu den Schätzen eines Heimatmuseums, das in anschaulicher Art lokales Brauchtum darbietet und uns in die Geschichte dieser Region einführt. So wird jede Wanderung zu einem Gang durch Raum und Zeit.

74.808/Q

Scholl, Peter

Tennis ist toll. Von den Besten lernen. Völlig überarb. Neuaufl. München, BLV, 1991. – 111 Seiten, 87 Farbfotos. – DM 19.80.

Spielen die besten Tennisspieler der Welt anderes Tennis als jenes, das weltweit gelehrt wird? Bestätigen die Aus-

nahmen, also die Besten, die Regel? Kann der normale Tennissterbliche vom Tennis der Besten – falls es dieses wirklich gibt – unmittelbar profitieren? Diese Fragen hat sich einer der renommiertesten Tennisspezialisten in Deutschland, Trainer von Verbandsmannschaften und Bundesligateams, Coach verschiedener Davis-Cup-Teams, Peter Scholl, gestellt. Er hat die zusammenfassenden Antworten auf diese Fragen einschliesslich der Erfolgsgeheimnisse der Spitzensportler in seinem jetzt im BLV Verlag erschienenen Buch «Tennis ist toll – Von den Besten lernen» veröffentlicht. Die Tips und Tricks von Boris Becker, Steffi Graf, Stefan Edberg, Gabriela Sabatini, Martina Navratilova und vielen anderen Profispielern helfen, die eigene sportliche Leistung zu steigern. Technik, Taktik, Training, Matchvorbereitung und Mentales werden ausführlich beschrieben und anhand von populären Beispielen verdeutlicht.

71.1970

Grosser, Manfred

Schnelligkeitstraining. Grundlagen, Methoden, Leistungssteuerung, Programme. München, BLV, 1991. – 199 Seiten, 32 s/w-Fotos, 40 Zeichnungen. – DM 29.80.

Schnelligkeit im Sport ist ein Phänomen. Wer lässt sich nicht von attraktiven Sprinterinnen und superschnellen Sprintern, von «wieselflinken» Fussballern und reaktionsschnellen Tennisspielern, von blitzschnellen und dennoch gestochten scharfen Boxschlägen, von kaum wahrnehmbaren Kampf- und anderen schnellen sportlichen Aktionen begeistern? Viele sportliche Leistungen lassen sich heute nur durch höhere Bewegungsgeschwindigkeiten steigern, das heisst die Schnelligkeit gewinnt in Wettkämpfen, in Spielen und Turnieren eine immer stärkere Bedeutung. In dem jetzt in der Reihe BLV Sportwissen vorliegenden Band «Schnelligkeitstraining» von Manfred Grosser unter Mitarbeit von Fritz Zintl werden auf der Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse die Grundlagen, die Trainingsmethoden und Trainingsinhalte sowie die Steuerungs- und Regelungsschritte einer Schnelligkeitsverbesserung umfassend dargestellt. Es ist weltweit das erste Buch dieser Art!

70.2566

Lenk
- das ganze Jahr!
Kurs- und Sportzentrum Lenk (KUSPO)

Modernste Unterkunfts-, Verpflegungs- und Schulungsräume. Sportanlagen mit Mehrzweckhalle. Für Vereine, Schulen, Klubs und Gesellschaften. • 450 Betten (3 Chalets).

Informieren Sie sich **heute**, damit Sie schon **morgen** planen können.

Kurs- und Sportzentrum
CH-3775 Lenk Tel. 030/3 28 23

Federleicht? Grundformen der Badmintontechnik.

Videofilm der AV-Fachstelle ESSM 1990.



Inhalt:

Der Film ist in zwei Teilen aufgebaut, in einen ersten animativen Abschnitt und einen ausführlichen Technikteil mit Schlag- und Bewegungsanalysen. Im Zentrum stehen die Grundschläge und die Lauftechnik.

Dauer:

33 Minuten

Verkauf:

Fr. 54.—; ESSM, Mediothek
2532 Magglingen

Ausleihe:

Bestell-Nr. V 71.354

Maas, Horst

Rafting. Schlauchbootabenteuer auf den wildesten Flüssen der Welt. Im Anhang: Training, Technik, Touren in Mitteleuropa. München, J&V, 1990. — 217 Seiten, Illustrationen. — Fr. 36.—.

Kräftemessen mit den Naturgewalten, grenzenlose Freiheit und das erhabende Gefühl, in unberührtes Land vorzustossen — all das bietet der neue Modersport Rafting. Lange bevor Rafting von einer breiteren Masse nervenkitzel-suchender Freizeitabenteurer entdeckt wurde, kämpfte sich der Österreicher Horst Maas, bekannt für waghalsige Unternehmungen aller Art, auf reissenden Flüssen durch Berg- und Dschungelgebiete. Als erster Europäer befuhr er den Jangtsekiang, auf dem kurz zuvor ein chinesisch-amerikanisches Team nach einem tödlichen Unfall gescheitert war. Wenig später bezwang er Wildwasser in Indonesien. In die spannende Schilderung dieser einzigartigen Expeditionen fliessen immer wieder atemberaubende Darstellungen von Begegnungen mit fremden Kulturen und Völkern ein. Der umfassende Anhang enthält alles Wissenswerte über Training, Ausrüstung, Verhalten in Extremsituationen und stellt in Wort und Bild Touren in Mitteleuropa vor.

78.1148

Egli, Peter (Hrsg.)

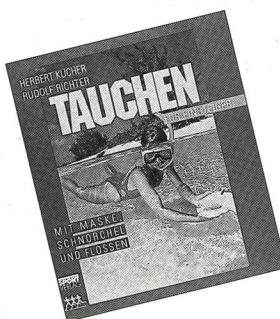
Bewegung in der Erziehung. Bericht zum 10. Kongress des Internationalen Arbeitskreises für zeitgemäße Leibeserziehung 17. bis 21. September 1990 in Magglingen. Schriftenreihe der ESSM, 43. Magglingen, ESSM, 1991. — 212 Seiten, Illustrationen. — Fr. 20.—.

Nach 1958 und 1974 war 1990 wieder die ESSM Gastort für die 10. Auflage des Kongresses des Internationalen Arbeitskreises für zeitgemäße Leibeserziehung (IAZL). Der Arbeitskreis hatte sich das vieldeutige Thema gegeben «Bewegung in der Erziehung». Die Publikation zu diesem Kongress ist nun unter diesem Titel erschienen. Sie wurde von Peter Egli vom Schweizerischen Verband für Sport in der Schule (SVSS), Mitorganisator des Anlasses, zusammengestellt und enthält alle Referate, die Berichte aus den insgesamt 23 Arbeitskreisen, die Berichte aus den Ländergruppen, die den Kongress umrahmenden Gruss- und Abschiedsworte sowie im Anhang eine Würdigung der Ausstellung «Schweizerische Lehrmittel — heute und morgen». Der Kongress habe Raum für unterschiedliche Standpunkte und ein pluralistisches Ausloten von ganzheitlichen Bewegungs-, Erlebnis- und Erfahrungsmöglichkeiten gelassen, schreibt der Herausgeber in seinem Vorwort. Das Buch soll helfen, diese Offenheit auch längerfristig zu dokumentieren.

9.69-43

Kucher, Herbert; Richter, Rudolf

Tauchen für Einsteiger. Mit Maske, Schnorchel und Flossen. Berlin, Sportverlag, 1991. — 128 Seiten, Fotos, Illustrationen.



Zwei erfahrene «Wassermänner» laden ein zum Tauchgang mit Maske, Schnorchel und Flossen. Sie erklären, wie man im Wasser vorwärts und in die Tiefe kommt, wie man sich orientiert und verständigt. Auch Tauchspiele und ein richtiges Trainingsprogramm sind dabei. Man erfährt, wie man Gefahren vermeidet und sich im Notfall verhält. Neben vielem Wissenswertem über die Entwicklung und Rekorde im Tauchen werden natürlich auch die Eigenschaften des Wassers und seine Wirkungen

auf den Körper behandelt. Die wichtigsten heimischen Pflanzen und Wassertiere werden vorgestellt. Es wird verraten, wie man unter Wasser fotografiert, und natürlich sind auch Hinweise über den Natur- und Umweltschutz enthalten.

78.1185

Aufmuth, Ulrich

Zur Psychologie des Bergsteigens. Überarb. und erg. Ausgabe. Frankfurt/M., Fischer, 1989. — 231 Seiten, Fotos. — Fr. 16.80.

Dieses Buch ist auch ein «Bergbuch». Aber zugleich weit mehr. Im Gegensatz zu der seit einiger Zeit massenhaft publizierten Bergliteratur verzichtet es weitgehend auf die Darstellung von «Gipfelsiegen» und den dazu ersonnenen Klettertechniken. Das mit dem Literaturpreis des Deutschen Alpenvereins ausgezeichnete Buch beschäftigt sich vielmehr mit den vielfältigen Motivationen des Bergsteigens, die in der geläufigen Alpinliteratur so gut wie nicht auftauchen. Warum steigen Menschen, vor allem aus «Wohlstandsländern», in die Berge, in diese lebensfeindlichen, ständig mit tödlichen Gefahren drohenden Fels- und Eiswüsten, die zu erklettern früheren Menschen nicht im Traum eingefallen wäre? Warum nehmen sie für dieses ominöse «Gipfelglück» Strapazen auf sich, die an körperliche und geistige Folter erinnern? Ulrich Aufmuth, selbst Bergsteiger, hat aus Berichten bekannter Bergsteiger und aus eigenen Erfahrungen am Berg eine Fülle psychischer Antriebskräfte erschlossen, die zum Teil durch Erfahrungen der frühen Kindheit bedingt sind. Das Bergerlebnis erscheint bei Aufmuth als Versuch, mit unbewältigten Erfahrungen, mit Tod, Verlassenheit, Liebesverlust, fertigzuwerden, auch als Versuch, die Angst, das zentrale Thema aller Bergsteiger, sozusagen kontraphobisch zu bewältigen. Ein Buch für alle, die es in die Berge zieht, aber vor allem auch für den psychologisch Interessierten.

01.938

— NEU! —

Luzern Engelberg TITLIS 3020 m GLETSCHER-PARADIES

Erster geologischer Panoramaweg

Verlangen Sie
das spezielle Wanderbillett mit
Gratis-Überraschung!

Individuelle Auskunft 041 94 15 24
Autom. Wetterbericht 041 94 01 01



Baselland

Personalamt des Kantons Basel-Landschaft

Sportamt sucht Sportpädagogen/ Sportpädagogin

Die Aufgaben des Sportamts sind mit dem neuen, modernen Sportgesetz erheblich erweitert worden. Die bisherigen Aktivitäten Jugend + Sport sollen mit dem Anschluss- und Ergänzungsprogramm Jugendsport Baselland (JSBL) ergänzt werden. Für die Umsetzung der neuen Aufgaben, die weitgehend sporttechnischer Natur sind, suchen wir eine initiative, kreative und vor allem aktive Fachperson.

Sind Sie diplomierte/r Turn- oder Sportlehrer/in, Jugend und Sport-Experte/in oder Ausbilder/in? Haben Sie Erfahrung in der Ausbildung von Leitern und Leiterinnen, aktive Verbandserfahrungen und Kenntnisse der Sportstrukturen? Verfügen Sie über administrative und organisatorische Fähigkeiten und sind Sie zu aussergewöhnlichem Engagement bereit?

Dann hätten wir zu bieten: Die Umsetzung der Aufgaben gemäss Sportgesetz, die Verantwortlichkeit für die Ausbildung von Sportleitern und Sportleiterinnen, die Förderung der sportlichen Aktivitäten, die Beratung und Betreuung des Ausbildungskaders, die Organisation und Durchführung von Sportlagern und Sportveranstaltungen, die Vorbereitung von Entscheidungsgrundlagen und die Mitwirkung bei übergeordneten Geschäften des Sportamts.

Möchten Sie mehr über dieses vielseitige und zukunftsorientierte Tätigkeitsfeld erfahren, das Ihnen selbständiges Wirken in hoher Eigenverantwortung und Zusammenarbeit in kleinem Team verspricht, dann steht Ihnen der Leiter des Sportamts, Ernst Lehmann, gerne zur Verfügung (Tel. 061-925 50 72).

Ihre Bewerbung mit den üblichen Unterlagen richten Sie bitte bis 15. September an das Kantonale Personalamt, Rheinstrasse 24, 4410 Liestal.

Von Vorteil ist es (weil es Ihnen und uns die Arbeit erleichtert), wenn Sie Ihre Bewerbung mit unserem Bewerbungsbogen einreichen.

Das Personalamt
(Tel. 061-925 52 32)
stellt Ihnen gerne
einen solchen
Bewerbungsbogen zu.
(Kennziffer:
91.0179)

*Das Baselland
hat gute Stellen
für gute Leute*

NAPF-MARATHON



OFFIZIELLE LAUF-
VERANSTALTUNG

Sonntag,
13. Oktober 1991

3. Napf-Marathon

Organisation:

Turnverein STV Trub
Turnverein STV Trubschachen

Startberechtigt:

Jedermann, lizenzfrei

Start, Ziel:

Bahnhofplatz, Trubschachen

Strecke:

42 km im voralpinen Hügelgelände
des Napfgebietes
(Napf 1407 m ü.M.)

Auskunft und
Anmeldung:

Verkehrsverband Emmental
Mühlegässli 2
3550 Langnau i.E.
Telefon 035 2 42 52

Anmeldeschluss:

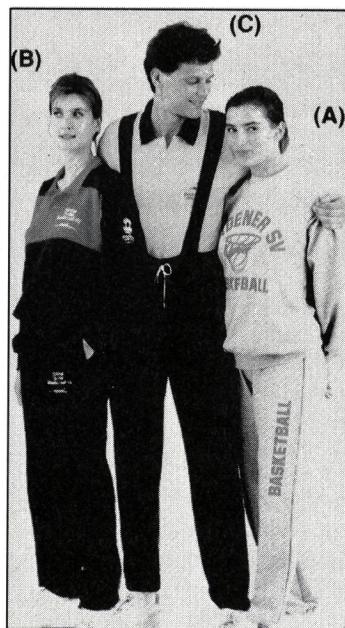
Samstag, 21. September 1991
Nachmeldungen möglich

Hauptsponsor

 Ersparniskasse
Amtsbezirk Signau

Seit 1840 die Bank der Emmentaler.

PANZERI
veste lo sport



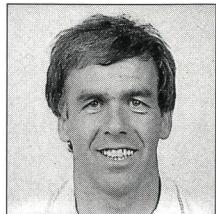
Modell
«JOGGING»

Aus der vielseitigen
Panzeri-Kollektion

Garantierte
Nachlieferungen
auch für
Einzelstücke

Vera Bühler
Grossmatt 16
6440 Brunnen
Q 043 31 46 41
(auch abends)
Fax 043 31 20 85

Verlangen Sie unseren kostenlosen Prospekt



**Peter Bäni
neuer
J+S – Fach-
gruppenchef**



**Martin Wyss
neuer
J+S-Fachleiter**



**Dank
neuer J+S-
Fachrichtung:**

Die Entwicklung der kleinen J+S-Fächer und die Einführung neuer Sportfächer bedingen eine immer mehr verfeinerte Einteilung. Um eine bessere Verteilung der Aufgaben zu erreichen, wurde Peter Bäni ab dem 1. August 1991 die Verantwortung für eine Gruppe von J+S-Fächern übertragen, die in den Bereich der Freiluftsportarten gehören: Segeln, Surfen, Bergsteigen/Skitouren, Kanu, OL, Radsport, Rudern, Skilanglauf.

Neben dieser neuen Funktion in der Leitung von J+S behält Peter Bäni seine Tätigkeit als Verantwortlicher für die Wassersportarten der ESSM und als Lehrer im Studienlehrgang. Obwohl immer noch mit dem Fach Kanu direkt verbunden, gab er die Leitung, die er seit 1975 inne hatte, an Martin Wyss ab.

Ich danke Peter Bäni für sein nie nachlassendes Engagement und seinen Einsatz zugunsten der Entwicklung des Kanusportes, vor allem auch was den Bereich Sicherheit betrifft. Ich freue mich auf die neue Zusammenarbeit im Kreise der Verantwortlichen von J+S im Bereich Ausbildung. Viel Glück und Erfolg in der zukünftigen Arbeit.

Wechsel in der Fachleitung Kanu

Die ESSM hat Martin Wyss (1955) als neuen Fachleiter gewählt. Er ist Turn- und Sportlehrer II mit Diplom von der Universität Bern. Als Kanute hat er 9 Schweizer-Meister-Titel errungen und an Weltmeisterschaften mehrere Silber- und Bronzemedaillen. Seine zehnjährige Erfahrung im Sportunterricht und die Ausbildung als J+S-Experte werden ihm erlauben, sich rasch mit den neuen Aufgaben vertraut zu machen.

Martin Wyss hat an der ESSM eine halbe Stelle inne. Neben der Fachleitung ist er auch im Pädagogikunterricht der Sportlehrerausbildung beschäftigt. Ich heisse ihn in der Gruppe der Fachleiter und der Lehrer der ESSM willkommen und wünsche ihm viel Erfolg und Befriedigung in seiner neuen Aufgabe. ■

Chef Sektion J+S-Ausbildung
Jean-Claude Leuba

Leiterbörse

Jugend+Sport-Leiter/-innen werden gesucht

Haben Sie als Leiter/-in Interesse an einem Einsatz? Dann melden Sie sich bitte direkt!

Skifahren/Snowboard

Das Auslandschweizer-Sekretariat sucht vielseitige J+S-Leiter/-innen für das Neujahrsskilager in Splügen vom 26. Dezember 1991 bis 4. Januar 1992. Wer gerne eine zusammengewürfelte Gruppe junger Auslandschweizer/-innen zwischen 15 und 25 Jahren miteilen möchte, melde sich beim:

Auslandschweizer-Sekretariat
Frau Locher, Alpenstrasse 26
3000 Bern 16, Tel. 031 44 66 25

Leichtathletik

Turnverein Maur sucht J+S-Leiter 1 oder 2 für junge motivierte Leichtathletikriege zur Unterstützung des Leiterteams.

Auskunft erteilt: Andreas Bachofen
Präsident
Tel. P 01 980 17 35, G 01 385 27 10

Jugend+Sport-Leiter/-innen suchen Einsatz

Skifahren

J+S-Leiterin 3 (SI) sucht Einsatz in der Zeit vom 25. Dezember 1991 bis 4. Januar 1992.

Auskunft erteilt: Sybille Meier
Morgartenstrasse 5, 8004 Zürich
Tel. 01 291 27 70

Selbstverteidigung durch Selbstvertrauen

(PD) Dass Selbstverteidigung in erster Linie auch Selbstvertrauen bedeutet, erfahren über 30 Mädchen, die in der Berner Ka-We-De an einem von der SBG organisierten Feriensportkurs teilnehmen.

«Wer in eine unangenehme Situation gerät, soll erst einmal tief durchatmen», so eröffnet Esther Müller, *Judo-leiterin J+S* und Trägerin des 2. Dan, den zweiten Trainingstag des Selbstverteidigungskurses für Mädchen, den die Schweizerische Bankgesellschaft im Rahmen ihres Check-It-Programmes für Jugendliche durchführte. 32 Mädchen zwischen 12 und 18 Jahren nehmen an diesem Kurs teil, in dem in fünf Doppellectionen die einfachsten und wirksamsten Techniken und Methoden zur Bewältigung der am häufigsten vorkommenden Notwehr- und Gewaltsituationen erlernt werden.

Esther Müller legt Wert darauf, dass jedem Angriff mit einer angemessenen Verteidigung begegnet wird. Es sei nicht nötig, jedem Gegner mit einem gezielten Schlag gleich das Nasenbein zu brechen. Wichtig sei vielmehr, dass man Selbstvertrauen zeige und Situationen vermeide, bevor eine Gewaltsituation überhaupt eintreten könne. Gemeinsam wird jeden Tag eine Situation durchgespielt und besprochen, wie man ihr am besten begegnet. Damit die Mädchen auch dem schlimmsten Angriff gewachsen sind, werden schliesslich trotzdem Schlag- und Falltechniken geübt. Um den Kursteilnehmerinnen ein realistisches Bild vom potentiellen Gegner zu vermitteln, steht für ernstfallmässige Übungen auch ein ausgewachsener Mann zur Verfügung.

Schliesslich ist im Rahmen des Kursprogrammes auch der Besuch eines Polizeivertreters vorgesehen. Er soll Lösungen zur Prävention bieten und rechtliche Fragen, wie den Notwehrparagraphen des Strafgesetzbuches, erläutern. ■