

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

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 48 (1991)

**Heft:** 12

**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:** 04.02.2026

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

## Neu in der Mediothek...

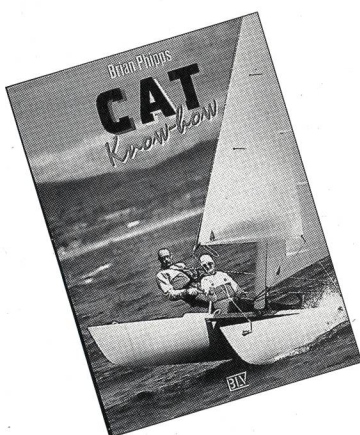
Markus Küffer

Phipps, Brian

**Cat Know-how.** Katamaransegeln vom Start bis zur Regatta. München, BLV, 1991. – 96 Seiten, 218 s/w-Fotos, 32 Grafiken. – DM 29.80.

Katamarane sind die sportlichsten aller Segelboote und gehören zu den aufregendsten im Segelsport. Sie liegen voll im Trend, denn Cat-Segeln ist elegant und schnell. Viele Menschen segeln in ihrem Freizeit- und Urlaubsbereich bereits Katamarane. Weit mehr haben es sich zum Ziel gesetzt und wollen es erlernen.

Das jetzt im BLV vorliegende Buch «Cat Know-how – Katamaransegeln vom Start bis zur Regatta» von Brian Phipps vermittelt das nötige Grundlagenwissen über den schnellen Sport mit Wind und Wellen. Dieses spezielle Wissen ist nötig für die besondere Segeltechnik des Katamaran. Der Inhalt des Buches ist in drei Teile gegliedert:



Zunächst lernt der Anfänger, wie er den Wind ausnutzt, das Boot takelt und sein erstes Segeln genießt – und nicht zuletzt, wie er sicher wieder das Ufer erreicht! Dieser Teil erklärt alle Aspekte des Katamaransegelns bei Windstärke zwei und drei. Dann folgen Informatio-

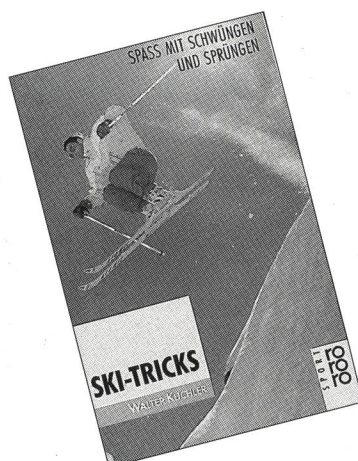
nen für alle, die schon Segeln können, zum Beispiel bisherige Jollensegler, und mehr wissen wollen über Schwach- und Starkwindtechniken, über das Trapezsegeln und das Segeln auf dem Meer – auch bei widrigen Wetterbedingungen.

Zuletzt folgt eine Einführung in die wichtigsten Aspekte des Regattasports. Dazu gehören auch Tips, wie man das Beste aus seinem Boot herausholen und seine Rennposition verbessern kann.

78.1156-16/Q

Kuchler, Walter

**Ski-Tricks.** Spass mit Schwüngen und Sprüngen. Reinbek, Rowohlt, 1991. – 192 Seiten, Illustrationen. – DM 12.80.



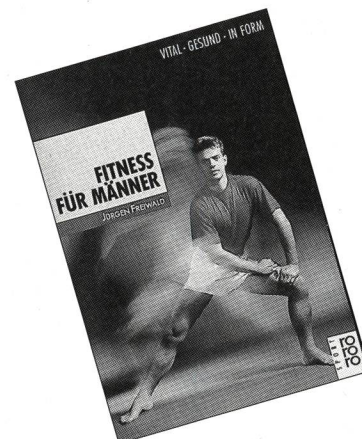
Ein spielerisches Buch für alle, die schon halbwegs sicher auf Ski stehen. Hier finden sich viele Tricks und kleine Sprünge, die den Spass am Skifahren erhöhen, so dass jeder seinen eigenen Stil finden kann und nebenbei auch noch die eigene Skitechnik verbessert – und das geschieht auch noch wie von selbst.

77.861

Freiwald, Jürgen

**Fitness für Männer.** Vital – Gesund – In Form. Reinbek, Rowohlt, 1991. – 176 Seiten, Illustrationen. – DM 19.80.

Hier findet jeder Mann ein komplettes Körperprogramm, das von Figurtraining bis zur Partnergymnastik leicht



zu praktizieren ist. Vielfältige Anleitungen für das Gerätetraining und Übungen ohne Geräte, für das Üben allein oder zu zweit. Das Buch zeigt allen Männern, wie sie mit wenig Aufwand vital und gesund bleiben oder in Form kommen können.

72.1194

Seidl, Hermann

**Mountain-Bike-Technik.** Rahmen und Komponenten, Funktion, Pflege und Wartung. München, BLV, 1991. – 128 Seiten, 110 Farbfotos. – DM 24.80.

Obwohl die deutsche Fahrradindustrie nach einer Absatzprognose für das kommende Jahr mit verstärkter Kon-



kurrenz aus Übersee rechnen muss, wird der Mountain-Bike-Boom insgesamt anhalten. Die Gründe: Umweltverträglichkeit, äusserst positives Image, Produkt mit hohem technischem Standard für Freizeit, Alltag und



Sport. Die rasante technologische Entwicklung des Mountain-Bikes hat nun zwar eine Vielzahl technisch besserer Lösungen gebracht, macht aber das Verständnis dieser Technologie für die meisten Mountain-Biker und solche, die es werden wollen, immer komplizierter.

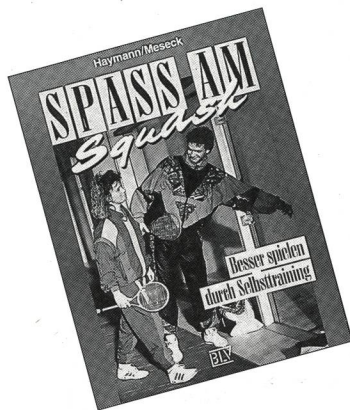
Hier hilft der im BLV Verlag erschienene Ratgeber «Mountain-Bike-Technik – Rahmen und Komponenten, Funktion, Pflege und Wartung» von Hermann Seidl. Das Buch erklärt die Technik des Mountain-Bikes im Hinblick auf Rahmen und Komponenten und informiert über die verschiedenen Typen, deren Einsatz, Pflege und Wartung. Besonders interessant ist auch die Beschreibung der technischen Veränderungen bis zum aktuellen Standard.

Komfort und Qualität des Bikes bestimmen den anspruchsgemessenen Preis. Diesen ausführlichen Leitfaden sollte sich jeder Biker zusätzlich leisten: Das darin vermittelte Basiswissen ist nicht nur für die Anschaffung eines Mountain-Bikes, sondern auch für dessen Pflege und Wartung sehr nützlich.

**75.403**

Haymann, Kurt; Meseck, Ulrich

**Spass am Squash.** Besser spielen durch Selbsttraining. München, BLV, 1991. – 95 Seiten, 78 s/w-Fotos, 45 Zeichnungen. – DM 24. 80.



Nach den Prognosen der Freizeitforscher hat Squash auch weiterhin Zuwachsraten zu verzeichnen: Hatten 1980 in Deutschland erst 200 000 Fans

Squash gespielt, so waren es 1990 bereits 2 Millionen – eine Verzehnfachung! Squash-Fans, die ausschliesslich zum eigenen Spass spielen und nicht auf Höchstleistung trainieren, suchen oft einfache Anleitungen zur besseren Ausübung ihres Sports. In dem jetzt im BLV Verlag vorliegenden Buch «Spass am Squash – Besser spielen durch Selbsttraining» von Kurt Haymann und Ulrich Meseck sind Tips und Anregungen zu finden, die 98 Prozent aller Squash-Spieler benötigen, die sich mit diesem Sport fit halten, Geselligkeit suchen und das gewünschte Ambiente in den Squash-Zentren finden.

Höheres spieltechnisches Können bringt noch mehr Freizeitsspass mit Squash. Deshalb liegt der inhaltliche Schwerpunkt der Anleitungen bei der Spielverbesserung mit einfachen Mitteln, dem Erkennen und Vermeiden von Risiken, dem Vermitteln der richtigen Einstellung zum Spiel sowie einer ausgewählten Übungssammlung für das Selbsttraining. Auch die wichtigsten Spielregeln werden erklärt.

**71.1965-4**

## Drei neue Videofilme der AV-Fachstelle ESSM

### Aufwärmen im Bergsport



Inhalt:

Lektionsbeispiel für das Aufwärmen im Sportklettern, besonders geeignet für die Arbeit an künstlichen Kletterwänden. Dem gezielten Aufwärmen wird im Klettersport oft noch zuwenig Beachtung geschenkt: Misserfolg, Frustration und erhöhte Unfallgefahr sind die Folgen. Das Video zeigt den möglichen Aufbau einer umfassenden Klettervorbereitung. Im Begleitheft wird dieses Beispiel für die verschiedenen Bereiche des Bergsportes abgehandelt.

Dauer:

12 Minuten

Verkauf:

Fr. 32.–

ESSM, Mediothek  
2532 Magglingen

Ausleihe:

Bestell-Nr. **V 74.89**

### 50 Jahre JUSKILA



Inhalt:

Das Jugendstilager des SSV feierte letztes Jahr sein 50jähriges Jubiläum. Ausgehend von der jährlichen Verlosung und einem kurzen geschichtlichen Abschnitt gibt der lebendig geschnittene Film einen Querschnitt durch die vielfältigen Aktivitäten des Lagers und vermittelt durch seine Stimmung einen lebendigen Eindruck dieser Veranstaltung, die zur Institution geworden ist.

Dauer:

11 Minuten

Verkauf:

Fr. 31.–

ESSM, Mediothek  
2532 Magglingen

Ausleihe:

Bestell-Nr. **V 77.219**

### Bewegtes Leben



Inhalt:

Seniorenport – eine nationale Aufgabe.

Ein Animationsfilm für den Seniorensport. Es werden vor allem angesprochen: Sport in der Gruppe und ein guter Aufbau unter kundiger Leitung. Gymnastik, Spiel (Tennis), die Ausdauersportarten Laufen, Langlauf und Radfahren sowie Wandern und Gesellschaftstanz gehören zu den wichtigsten Aktivitäten. Der Film ist geprägt durch die Fröhlichkeit der sporttreibenden Senioren.

Dauer:

10 Minuten

Verkauf:

Fr. 30.–

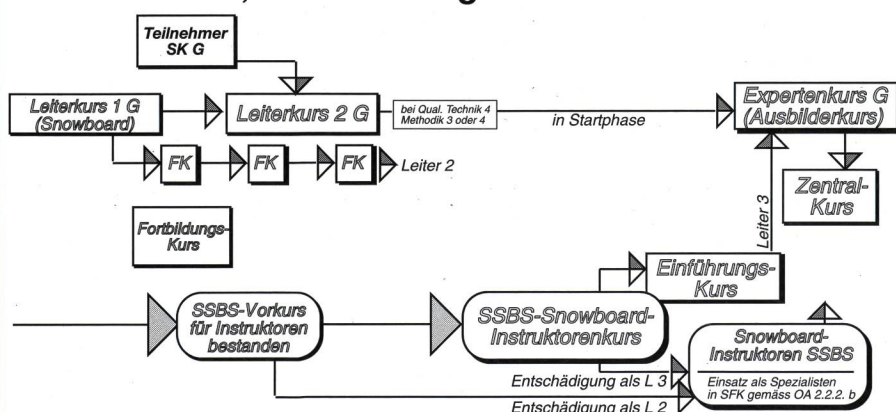
ESSM, Mediothek  
2532 Magglingen

Ausleihe:

Bestell-Nr. **V 70.232**



Erich Hanselmann, ESSM





# Sportfachausbildung Snowboard: Inhalte

Stufe 1 : Grundausbildung	Stufe 2 : Fortgeschrittene	Stufe 3: Könnner
<div data-bbox="92 241 406 280"><b>Praktische Ausbildung</b></div> <p><i>Einführung:</i>            Bindungsfertigkeit in der Ebene            Grundstellung            Gleichgewichtsübungen            Bindungsfertigkeit am Hang            Spielerische Formen in einfachem Gelände            Fahren in der Fallinie            Seitrutschen            Schrägrutschen            Schwung bergwärts            Grundsprung            Benützung von Ski- und Sesselliften            Schwung mit Hochentlastung (Grobform)            Freestyle Springen: Einfache kleine Strecksprünge            Freestyle Fahren: Walzer, Ollie, usw.</p>	<div data-bbox="555 241 869 280"><b>Praktische Ausbildung</b></div> <p><i>Schulung:</i>            Fahren in der Fallinie            Grundsprung            Schwung mit Hochentlastung (Grobform)            Schulung Seitrutschen            Schulung Schrägrutschen            Freestyle Fahren: Walzer, Ollie usw.            Freestyle Springen: Einfache Strecksprünge</p> <p><i>Einführung:</i>            Vom Schrägrutschen zur Schrägfahrt            Kippdrehen            Schwungsteuerung            Direktes Umkanten            Schwung mit Hochentlastung (Feinform, aneinandergereiht)            Schwung mit Tiefentlastung (Grobform)            Fahren im Weichschnee (unpräparierte Piste)            Freestyle Springen: Strecksprünge, Twister, Backscratcher, 180er (Back to Front)            Freestyle Fahren: Rückwärtsfahren, Nosewheelie, Tailwheelie, usw.            Slalom, Riesenslalom (einfache Formen, kleine Wettkämpfe)</p>	<div data-bbox="1018 241 1332 280"><b>Praktische Ausbildung</b></div> <p><i>Schulung:</i>            Fahren in der Fallinie            Schwung mit Hochentlastung (Feinform, aneinandergereiht)            Schwung mit Tiefentlastung (Feinform, aneinandergereiht)            Kippdrehen            Schwungsteuerung            Slalom, Riesenslalom (einfache Formen)            Freestyle Fahren: Rückwärtsfahren, Nosewheelie, Tailwheelie, usw.            Freestyle Springen: Strecksprünge, Twister, Backscratcher, 180er (Back to Front)            Fahren im Weichschnee (unpräparierte Piste)</p> <p><i>Einführung:</i>            Schwung mit Tief-Beugedrehen            Kurzschnellen            Beschleunigungsdrehen            Slalom, Riesenslalom (anspruchsvollere Formen, Wettkämpfe)            Freestyle: Verschiedene Sprünge und Fahrformen            Möglichkeit der Spezialisierung in Richtung alpine Wettkämpfe oder Freestyle:            Gezielte Ausbildung in Slalom oder Riesenslalom            Ausbildung in Quarter- oder Halfpipe</p>
<div data-bbox="92 1249 263 1288"><b>Fachwissen</b></div> <p>Bindungseinstellung            Materialpflege</p>	<div data-bbox="555 1249 726 1288"><b>Fachwissen</b></div> <p>Materialpflege, Wachsen, Kanten            Einfache Reparaturen (Belag, Kanten)            Materialkenntnisse: Brett-Typen, Eigenschaften</p>	<div data-bbox="1018 1249 1189 1288"><b>Fachwissen</b></div> <p>Materialpflege, Wachsen, Kanten            Einfache Reparaturen (Belag)            Materialkenntnisse: Brett-Typen, Eigenschaften            Bei Spezialisierung in Richtung Wettkampf/Freestyle: Regelkenntnisse</p>
<div data-bbox="92 1507 518 1545"><b>Sicherheit – Verhalten – Umwelt</b></div> <p>Verhaltensregeln auf Pisten (FIS-Regeln)            Verhalten bei Lawinengefahr            Verhalten an Ski- und Sesselliften            Umweltgerechtes Verhalten (Abfälle, Pflanzen, Tiere)</p>	<div data-bbox="555 1507 981 1545"><b>Sicherheit – Verhalten – Umwelt</b></div> <p>Verhaltensregeln auf Pisten (FIS-Regeln)            Verhalten bei Lawinengefahr            Verhalten an Ski- und Sesselliften            Umweltgerechtes Verhalten (Abfälle, Pflanzen, Tiere)</p>	<div data-bbox="1018 1507 1444 1545"><b>Sicherheit – Verhalten – Umwelt</b></div> <p>Verhaltensregeln auf Pisten (FIS-Regeln)            Verhalten bei Lawinengefahr            Kenntnisse Lawinenbildung            Umweltgerechtes Verhalten (Abfälle, Pflanzen, Tiere)</p>





### Ein dynamisches Expertenteam im Aufbau

Dem Schweizerischen Snowboardverband (SSBA) sind im Moment etwa 50 Clubs angeschlossen. Die Ausbildungsverantwortung trägt der Schweizerische Snowboard-Schulverband (SSBS), ein Unterverband des SSBA, der in den vergangenen Jahren eine ansprechende Snowboardlehrerausbildung aufgebaut und entwickelt hat. Eine Ausbildung, die der heute landesüblichen Skilehrerausbildung in jeder Beziehung die Stirne bieten kann, sowohl quantitativ wie auch qualitativ, nur mit dem kleinen Unterschied, dass es etwas lockerer zu und her geht. Selbst die Chefinstruktoren nehmen in den mondänen Skistationen den oft langen Weg zur Gondelbahn mit dem Rollbrett unter die Räder.

Der Snowboardschulverband unter der Leitung von Roland Primus (Valbella) und Antoine Massy (Nendaz), der heute über ein Team von rund 200 brevetierten Snowboardinstruktoren verfügt, hat seine Instruktoren aufgefordert, in J+S mitzuarbeiten. In einem «Orientierungs- und Selektionswochenende» im August in Saas-Fee wurden vom SSBS die Teilnehmer für den ersten Expertenkurs (28.10.–2.11.91, 35 Teilnehmer) bestimmt. Diese fachkom-

petenten J+S-Experten werden in Zukunft vor allem in der Leiterausbildung eingesetzt werden können.

### 2stufige Leiterausbildung im Aufbau

Die Leiterausbildungsstruktur sieht mindestens in einer ersten Phase lediglich eine 2stufige Ausbildung vor. Snowboardinstruktoren können bei einer J+S-Einführung (zum Beispiel innerhalb des Brevetkurses möglich, als Leiter 3 anerkannt werden (siehe Struktur der Leiter- und Kaderausbildung).

### Breitgefächerte Programminhalte für die Sportfachkurse Snowboard

Die Sportfachkursprogramme sind in 3 Stufen gegliedert:

- Anfänger (Grundausbildung)
- Fortgeschrittene
- Könner

Die Ausbildungsinhalte fordern auch zu Aktivitäten in den Bereichen Freestyle und Springen auf.

Nebst dem «Können» und «Wissen» geht es aber auch um das «Kennen» von Gefahren und Verhaltensregeln gegenüber anderen Wintersportlern, aber auch gegenüber der Umwelt.

Auf eine Sportfachprüfung wurde bewusst verzichtet. Zu viele Vorgaben und Normen könnten die Freude am Snowboardfahren auch verderben.

### Arbeitsgruppe Snowboard

Für die Entwicklung dieser Fachrichtung wurde eine Arbeitsgruppe eingesetzt:

Erich Hanselmann, ESSM, Vorsitz  
Pius Disler, SVSS  
Roland Primus, SSBS  
Antoine Massy, SSBS  
Fritz Tschanz, Chefexperte Bern ■



KUONI SPORT LIVE

# NEU: TRAINING UND WETTKAMPF 92

Der erste KUONI Prospekt für aktive Sportler ist soeben erschienen!

Training für alle  
vom Hobby- bis zum Leistungs-Sportler!  
Wettkampfreisen für Marathon und Langlauf

Verlangen Sie den SPORT LIVE-Prospekt  
in einer Kuoni Filiale, in Ihrem Reisebüro oder direkt:

Tel.: 01/277 47 17/67



EINE WELT FÜR SICH.



# Nachwuchsförderung und Schulsport

## Konzept der Langlauf-JO im Skiclub Davos

Nic und Regina Kindschi

### Spiele und Probieren

Lassen sich Nachwuchsförderung und Schulsport überhaupt vereinbaren? Nun, wir gehen davon aus, dass es für die Erfassung talentierter Nachwuchshoffnungen eine breite Basis braucht. Diese breite Basis erreichen wir in idealer Weise mit unserem freiwilligen Schulsportangebot am Mittwoch Nachmittag. In Graubünden wird der freiwillige Schulsport für alle Altersstufen durch den Kanton gefördert und unterstützt (besonderes Anschlussprogramm). Mitmachen können hier alle schulpflichtigen Kinder von der 1. bis zur 9. Klasse. Erfreulicherweise steht das Interesse für diese schöne Sportart hoch im Kurs; im letzten Winter zählten wir 140 begeisterte Kinder. Wir dürfen betonen, dass Davos eine sehr sportbegeisterte Jugend hat, denn neben diesen 140 Kindern besuchen deren weitere 350 die alpine JO. Hinter diesen beiden Organisationen steht ein starker Skiclub, der die Nachwuchsarbeit tatkräftig unterstützt und für Kinder und Leiter optimale Bedingungen schaffen kann. Dank der schneesicheren Lage von Davos fällt von anfangs Dezember bis Ende März kein Training aus, und wir verlieren auch keine Zeit durch Anfahrtswege und Reisen. Da der Langlauf saisonbedingt nur im Winter ausgeübt werden kann, lassen wir jedoch den Kindern noch genügend Freizeit und Spielraum, sich polysportiv zu entwickeln und sich im Sommer eventuell in anderen Sportarten zu üben.

Inhaltlich geht es uns in erster Linie darum, die Begeisterung zu wecken und den Zugang zu unserer faszinierenden Sportart in Form vom Spielen und Probieren zu fördern. Das Spiel ermöglicht ein breites Spektrum an Bewegungserfahrungen, und diese gehören unbedingt an den Anfang aller sportlichen Betätigungen. Indem die Kinder versuchen, eine Spielidee zu realisieren, werden dazu neugierig neue Bewegungen ausprobiert, andere beobachtet und spontan eigene Lernwege erfunden. Die Kinder lernen aus Freude und aus eigenem Antrieb. Im kameradschaftlichen Wetteifern vergessen sie die körperlichen Anstrengungen, lernen aufeinander Rücksicht zu nehmen und können sich gegenseitig Mut machen.

### Leisten und Trainieren

Aus dieser breiten Basis soll sich eine sogenannte Renngruppe herauskristalisieren, die dann mehr qualitätsbezo-

gen trainiert. Aber auch beim jungen Rennläufer legen wir das Hauptgewicht auf ein spielerisches Training. Wollen wir, dass die jungen Sportler den Spass am Langlaufen behalten, tun wir gut daran, nicht nur die gelaufenen Kilometer als Inhalt unseres Trainings anzusehen. Auch die Klischeevorstellung der langlaufenden Einkerolonne ist vorbei; Langlaufen ist vielseitiger! Da wird auch einmal auf Langlaufski Handball, Fussball und Hockey gespielt, um die Wette geskatet, gesprungen, Slalom gefahren und mit viel Begeisterung ein Telemarschswing in den Tiefschnee gezaubert. Es geht für diese Gruppe einmal darum, das Bewegungsrepertoire zu erweitern, die Technik zu verfeinern und spezifisch anzuwenden. Eine *Ski-Cross-Anlage* als permanenter Parcours eignet sich hervorragend zur differenzierten Schulung der Schritarten und ist ein Ziel von uns im nächsten Winter.

Auch kleinere Wettbewerbe gehören für diese rund 20 bis 30 jungen Rennläufer ins Programm, jedoch achten wir auch hier darauf, dass Kindertraining noch Freizeit und nicht Arbeit ist. Das Vorbereitungstraining für diese Gruppe umfasst ein zusätzliches Hallentraining ab Schulbeginn im August sowie auch einige Rollski- und Stocklauftrainings im Herbst. Dabei sein kann man ab dem 11. (JO I) bis zum 16. (JO III) Altersjahr. Aus dieser Renngruppe streben wir eine Spitze von 6 bis 10 Läufern an, die ins Kader des Regionalverbandes aufgenommen werden sollen.

## Nachtrag zum Kursplan 1992

### ZK OL:

21.11. bis 22.11.92, d/f in Magglingen  
Organisator: SOLV  
Teilnehmer: Experten  
Meldestelle: H. R. Walser  
Grubenweg 40, 3280 Murten  
(bis 15.9.92)

## Leiterbörse

<b>J+S-Leiter suchen Einsatz:</b>	Leiter- kategorie/ Fachrichtung	Telefon	Einsatzzeit
Nayoz Yves Seestr. 9, 8599 Salmsach	Skifahren 1/A	071 63 21 45	1.1.–15.4.
Bärtsch Boris Im Rohr 5, 8532 Warth	Skifahren 2/A		1.2.–30.4.
Riederer Lukas Birkenweg 13 8590 Romanshorn	Skifahren 1/A	071 63 16 57	1.1.–29.2.
Ganter Maurus Hafenstr. 46, 8590 Romanshorn	Skifahren 1/A	071 63 33 65	1.1.–31.3.
Bachmann Urs Unterdorfstr. 7, 8370 Sirnach	Skifahren 1/A	073 26 42 10 G 054 24 24 69	1.1.–30.4.
Martinelli Vittorio Kurzfeldstr. 25, 8500 Frauenfeld	Skifahren 1/A	054 21 72 66	1.1.–30.4.
Strässle Mark Brühlstr. 96, 9320 Arbon	Skifahren 1/A	071 46 26 38	1.1.–31.3.
Faller Patrick Hermann-Greulich-Str. 20 9320 Arbon	Skifahren 1/A	071 46 44 05 G 071 20 91 41	1.1.–31.3.
Müller Markus Turnerweg 21, 9220 Bischofszell	Skifahren 2/A	071 81 20 94	1.1.–29.2.

Ein **J+S-Leiter Skilanglauf gesucht:** für ein Lager in Fiesch vom 23.2.–29.2.92.  
Melden Sie sich bitte bei:  
Andrea Thürig  
Ringelstr. 2, 8370 Sirnach, Tel. P 073 26 30 96



## Organisation und Zielsetzung

Die Ausschreibung zur Teilnahme an der Jugendorganisation erfolgt durch die lokale Presse und wird in allen Schulklassen verteilt. Für unsern JO-Betrieb benötigen wir 12 bis 14 JO-Leiter, alle ausgebildete J+S-Leiter oder Langlauflehrer. Wir versuchen, den Leiternachwuchs aus den eigenen Reihen zu rekrutieren. Als Beispiel: Von der erfolgreichen JO-Truppe vor drei Jahren (Club-Cup-Sieger im Kanton Graubünden) haben mittlerweile 5 den J+S-Leiterkurs gemacht, 4 sind ins SSV-Kader aufgestiegen und 3 bis 4 weitere kommen als Hobbysportler sporadisch ins Clubtraining. An den Rennen werden unsere JOler vom Club betreut. Eltern werden hie und da zur Unterstützung beigezogen.

Am Jugendskitag sollen alle den Langlaufwettbewerb bestreiten. Weitere 2 bis 3 lokale Clubrennen sind auch für die Kleinsten geeignet. Die Renngruppe nimmt an den regionalen Läufen des BSV-Cups teil. Wir möchten

wieder an die Erfolge der vergangenen 3 Jahre anknüpfen (einmal Club-Cup-Sieg, zweimal 2. Rang). Die Spitze (Kader) soll sich zusätzlich für die überregionalen und JO-Schweizer Meisterschaften qualifizieren. Es ergibt sich folgende Pyramide, die auch die Fortsetzung zur Leistungsspitze aufzeigen soll:

Skizze 7- bis 10jährige:

- Spielen und sammeln von Bewegungserfahrungen
- Heranführen an die Grobformen der LL-Technik
- Noch keine Unterscheidung zwischen den Richtungen «Plausch» und «Wettkampf». Beteiligung an Kinderrennen im Langlauf durchaus schon möglich.
- Kriterien für Einteilung: Technisches Können, minimales Durchhaltevermögen und Alter

Skizze 11- bis 14jährige:

- Verfeinerung der Techniken durch geeignete Lernhilfen und Korrekturen

- Differenzierung nach «Plausch» und «Wettkampf», aber auch Vermischung beider Richtungen möglich
- Beginn erster Renneinsätze auf regionaler Ebene
- Für die Einteilung werden neben technischen Fähigkeiten und Alter auch Bereitschaft für Wettkampftätigkeit und bisherige Resultate berücksichtigt

Skizze 15- bis 16jährige:

- Vertiefung des spezifischen Trainings, Stabilisierung der Techniken und Steigerung der Trainingsbelastung
- Häufige Wettkampftätigkeit, auch interregional
- Trennung zwischen «Plausch» und «Wettkampf» drängt sich auf
- Einteilung in «Wettkampf» aufgrund von Resultaten und Kaderzugehörigkeit und in «Plausch» für Spiel und Spass ohne Renneinsätze

Mit diesem Konzept hoffen wir, möglichst allen Kindern gerecht zu werden! ■

## 12. Luzerner Kantonales J+S-Volleyball-Turnier in Ruswil und Umgebung, 11.+12. April 1992

### Kat. A

Mädchen und Jünglinge der Jahrgänge 1972–1978 mit Lizenz.

### Kat. B

Mädchen und Jünglinge der Jahrgänge 1972–1978 ohne Lizenz.

### Kat. C

Schülerinnen- und Schülermannschaften Jahrgang 1976 und jüngere mit und ohne Lizenz. Separate Kategorie für Schülerinnen, welche nur in der Schule Volleyball spielen.

### Kat. D

Mixed-Mannschaften für Schülerinnen und Schüler Jahrgang 1976 und jüngere.

### Kat. E

Mixed-Mannschaften des Jahrgang 1972 und jüngere.

Burschen-, Schüler- und Mixed-Mannschaften spielen am Samstag, Mädchen-Mannschaften am Sonntag.

### Anmeldeschluss: 26. Februar 1992

Turnierunterlagen und Auskunft:  
Pius Erni, Neuenkirchstrasse 5  
6017 Ruswil, Tel. 041 73 10 20



## Praxislehrgang Wassergymnastik



SCHWIMMEN FÜR ALLE  
NATATION POUR TOUS  
NUOTO PER TUTTI

### Kursziel:

Die Teilnehmenden sind befähigt, ein sportliches Wassergymnastik-Training durchführen zu können.

### Kursinhalte:

- Übungen mit Musik
- Übungen mit Geräten
- Theoretische Grundlagen
- Methodik der Wassergymnastik
- Musikeinsatz

### Ort:

Schulschwimmanlage ISENGRIND Zürich

### Datum:

Sonntag, 19. Januar 1992

### Kursleitung:

Schweizerischer Schwimmverband, Schwimmen für Alle  
Sportweg 10, 3097 Liebfeld bei Bern  
Tel. 031 53 60 16, Fax 031 53 60 19

### Referent/-innen:

Matthias Brunner, Ausbilder Schwimmen an der Universität Bern  
Edith Locher, Turn- und Sportlehrerin  
Monique Spühler, Musikpädagogin

### Kosten:

200 Fr. inkl. 25seitiger Dokumentation (davon 12 Seiten praktische Übungsbeispiele!) und Pausengetränk (Barzahlung im Kurs). Nicht inbegriffen: Mittagessen.  
Eine Kassette mit der verwendeten Musik und den Übungsbeschreibungen kann zum Preis von 15 Franken im Kurs gekauft werden.

### Teilnehmende:

ALLE, die Wassergymnastiktrainings oder Wassergymnastikkurse anbieten oder leiten (wollen) (Fitnessclubs, Vereinstrainings, offene Kurse und anderes mehr).

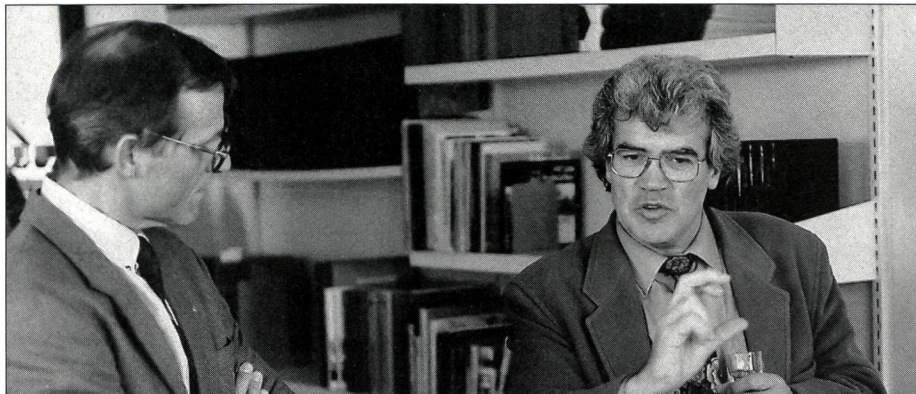
### Anmeldung:

bis **6. Januar 1992** bei der Kursleitung.  
Die **Platzzahl** ist auf 20 Personen **beschränkt**. Berücksichtigung der Anmeldungen nach Eingang. Detaillierte Ausschreibung und Kursprogramm bei der Kursleitung anfordern.

### Nächster Kurs:

Der nächste Wassergymnastikkurs **für Teilnehmende mit Grundkurs SFA** findet am 22. November 1992 in Magglingen statt.

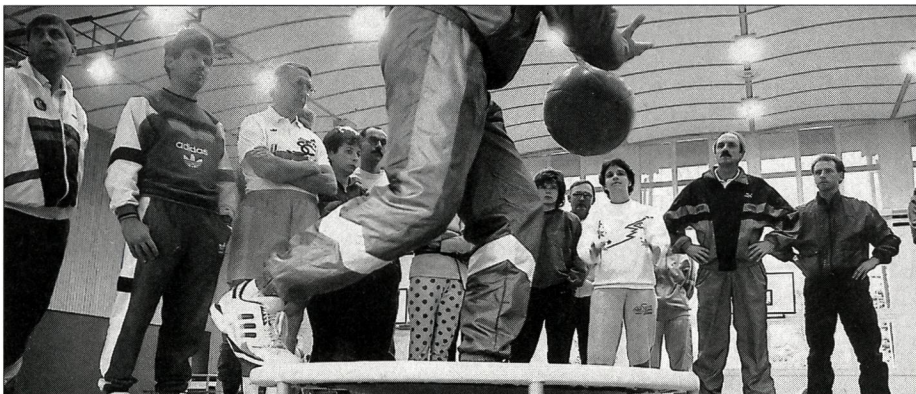




**Europäische Zusammenarbeit:** Seit einiger Zeit schon besteht zwischen der ESSM und dem INSEP, dem «institut national du sport et de l'éducation physique» in Paris ein Übereinkommen für gegenseitige Kontakte und Zusammenarbeit. Besuche gehören auch dazu. Im Oktober weilte eine Delegation unter der Leitung von Jean-Pierre Toulet, «Chef de la programmation et des relations internationales» bei uns (auf unserem Bild rechts von ESSM-Direktor Heinz Keller), um das weitere Vorgehen in der Zusammenarbeit zu verstärken.



**Sportinformationen im europäischen Raum:** Im Rahmen des Europarates besteht eine ständige Expertengruppe für Sportinformationen in den Mitgliedsländern. Die ESSM offerierte Ende Oktober für Länder ohne nationales Zentrum und Informationsnetzwerk einen Kurs, der unter der Leitung von Hans Altorfer stand, Chef der Sektion Information der ESSM. Im Zentrum stand das schweizerische Informations- und Dokumentationsnetz. Auf unserem Bild demonstriert der ESSM-Bibliothekar, Markus Küffer, den Teilnehmern das Bibliothekssystem des Bundes *Swissbase*.



**Verletzt, was nun?:** Die Verletztenlisten in verschiedenen Sportarten nehmen zum Teil beängstigende Ausmasse an. Der Leiter der Trainerweiterbildung an der ESSM, Heinz Suter, wählte für die diesjährige Herbsttagung der Verbandstrainer NKES das Thema Verletzungen und ihre Behandlungen. In eindrucksvollen Videosequenzen wurden Operationen gezeigt und nachher in Theorie- und Praxislektionen das Zusammenarbeitsmodell: Arzt-Physiotherapeut-Sportlehrer-verletzter Sportler aufgezeigt. Auf unserem Bild: Gleichgewichtsübungen nach Knieverletzungen auf einem Mini-Trampolin.

## Touché!

«Spitzensport hat mit Moral nichts zu tun.» Grosse Schlagzeile in einem Interview mit dem deutschen Juristen Harm Beyer, Präsidiumsmitglied der FINA, dem Weltverband der Schwimmer.

Es ist so eine Sache mit der Moral. Wenn man das Wort zweimal in den Mund nimmt, dann ist man leicht ein Sektierer, stur, eng, ein Moralapostel. Nach Duden heisst Moral aber ganz einfach «der Sitte entsprechend». Sitte ist, was die Gesellschaft als sittlich anerkennt. Sitten ändern sich bekanntlich. Was heute Sitte ist, war gestern grösste Unmoral. Unsere Gesellschaft ist in den Auffassungen, da und dort auch in den Handlungen, offener und liberaler geworden, aber auch anfälliger für Auswüchse. Unsere Vorstellung von Moral stützt sich mehr oder weniger auf die christliche Moral mit den zehn Geboten als Grundlage. Sie haben sich erstaunlich lange gehalten. Ähnliches fordert auf den Sport bezogen die Fairplay-Charta als allgemein gültige Spielregeln, die nicht nur für den Sportbetrieb, sondern auch für den Alltag Gültigkeit haben sollten. Wenn nun Spitzensport nichts mit Moral zu tun hat, dann also mit Unmoral? Man handelt entweder der Sitte entsprechend – gleich moralisch – oder unmoralisch. Betrug zum Beispiel wäre also zu akzeptieren, Gewalt auch.

Trübe Aussichten für den Sport. Ist die Aussage richtig, so müssten die Verantwortlichen des Sportes sich umgehend von der Sparte Spitzensport trennen, um die Glaubwürdigkeit nicht gänzlich zu verlieren.

Mit Fechtergruss

Ihr Musketier