

**Zeitschrift:** Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport  
**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen  
**Band:** 50 (1993)  
**Heft:** 10

## **Inhaltsverzeichnis**

### **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:** 15.04.2026

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

**Erscheint 12mal jährlich, anfangs Monat**

**Verantwortlicher Redaktor:** Hans Altorfer (Al)

**Stellvertretender Redaktor und Gestaltung:**  
Daniel Käsermann (dk)

**Mitarbeiterin und Sekretariat:**  
Marisa Bühlmann (bü)

**Adresse der Redaktion:**  
Eidg. Sportschule, 2532 Magglingen  
Tel. 032 27 61 11, Telex: 93 12 30 ets ch  
Telefax 032 27 64 04

**Jahresabonnement:** Fr. 29.– (Schweiz),  
Fr. 33.– (Ausland)

**Inkasso:** Zeitungsabonnementsdienst PTT (je nach  
Bestellungsengang erfolgt die Rechnungstellung  
quartalsweise, halbjährlich oder jährlich).

**Verkauf von Einzelnummern:** Fr. 3.– (Schweiz),  
Fr. 3.50 (Ausland). Bestellungen bitte an: Eidg. Sport-  
schule, 2532 Magglingen.

**Herstellung:** Druckerei W. Gassmann AG,  
2501 Biel

**Annoncen-Verwaltung:**  
Annoncen-Agentur Biel AG, Längfeldweg 135,  
2501 Biel, Tel. 032 428 296/95

**Abonnementkontrolle und Adressänderungen:**  
Zeitungsabonnementsdienst PTT, 3029 Bern  
(bitte mit Adressänderungskarte der PTT Nr. 257.04,  
welche auf den Postämtern erhältlich ist).

**Redaktionsschluss:** 2 Monate vor Erscheinen.  
Die Artikel widerspiegeln die Meinung ihrer Autoren.  
Sie ist nicht unbedingt jene der Redaktion.  
Die Manuskripte werden nicht zurückgesandt.

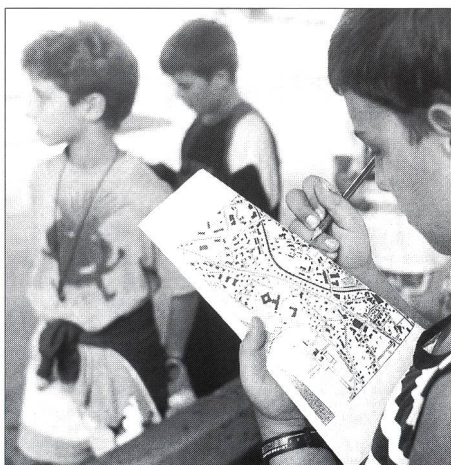
Veröffentlichungen und Auszüge unserer Artikel  
sind mit Quellenangabe gestattet. Ein Belegexem-  
plar ist erwünscht.

**Redaktionsausschuss:**

*Präsident:* Hans Altorfer  
*Mitglieder:* Yves Jeannotat und Eveline Nyffenegger  
(französische Redaktion), Arnaldo Dell'Avo und  
Nicola Bignasca (italienische Redaktion), Daniel  
Käsermann (Fotos und Bildredaktion), Marisa Bühl-  
mann (Sekretariat)

**MAGGLINGEN / MACOLIN**  
**erscheint monatlich in drei Sprachen**

deutsch / französisch / italienisch



**Zu unserem Titelbild:** Pläne oder Landkarten  
lesen – das gehört mit zum Schulsport. OL verbindet  
in idealer Weise diese Leistung des Verstandes mit  
einer Leistung im Laufen. OL kann auch in einem Ort  
(Bild), auf einem Areal oder sogar in der Turnhalle  
unterrichtet werden.  
(Foto: dk)

**Inhaltsverzeichnis**

Seite

**EDITORIAL**

Lernen und Lehren  
H. Altorfer 1

**THEORIE UND PRAXIS**



Orientierungsläufen mit Kindern  
H. Bürkli, H.-U. Mutti 2

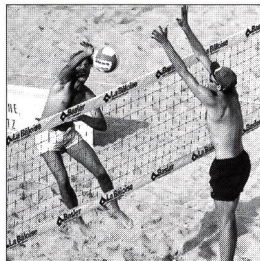
Aufwärmen  
N. Bignasca 5

Sport, Entspannung und  
Entspannungsmethoden  
H. Meusel 8

Laufen  
R. Weber 12

Lernen und Lehren  
A. Hotz 18

**REPORTAGE**



Beach-Volley Aventicum  
B. Théraulaz / D. Käsermann 16

**BRENNPUNKT**

Zwei kommerzielle Konzepte:  
Synergien und Abgrenzung  
H. Schönenberger 24

«Medical Fitness»  
T. Mehmman 26

**AUS DER MEDIOTHEK**

Neuerscheinungen  
F. Matthey 28

**JUGEND + SPORT**

Jugend+Sport muss auch sparen! 30

Neue Fachleitung W+G / Lagersport 30

JUSKILA 30

Carte Jeunes Suisse 30

**INFO ESSM**

Wer macht was? 31

SKTSV 31

Turnfest 31

Rudern in der Schule 32

