

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

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 50 (1993)

**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](#)

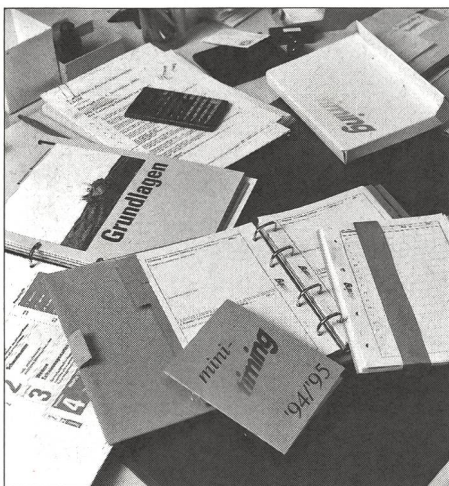
**Download PDF:** 22.11.2025

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

## Timing

# Der Planer für Alltag und Unterricht

Verfasser: Walter Bucher



Ende einer Sitzung oder Besprechung. «Wir müssen noch einen Termin vereinbaren!» sagt der Gesprächsleiter. Viele suchen ihre Agenda und finden sie sofort. Andere suchen verzweifelt oder haben nur die Daten der Schule oder der Firma bei sich.

Haben Sie nicht auch schon ähnliche Situationen erlebt? Hätten Sie nicht schon oft in der Schule oder im Sportverein, im Zug oder an einer Sitzung, auch die «anderen Daten» bei sich gehabt? Hätten Sie nicht schon oft eine wichtige Notiz machen wollen, ohne diese (auf einem kleinen Zettel) wieder zu verlegen? Haben Sie nicht auch schon nach einem System gesucht, mit dem Sie die wichtigsten Daten für Alltag und Unterricht in übersichtlicher und handlicher Form immer bei sich haben könnten?

Der Autor versuchte, auch aus Sicht von Lehrern ein Instrument zu schaffen, das nicht zu teuer und für Alltag und Unterricht geeignet ist.

Der A5-Plastikordner mit einem Klebverschluss enthält 5 Kapitel:

### Teil 1: Privat

Dieser Teil soll helfen, den Alltag besser in den Griff zu bekommen. Planen Sie jede Woche, jeden Tag. Planen Sie Freiräume, auch für Ihre Freizeit. Und zu guter Letzt: Planen Sie auch Zeit ein für Ihr persönliches Fitness-Training und Ihre Gesundheit!

### Teil 2: Unterricht

Dieser Teil richtet sich an alle Personen, die in irgendeiner Form mit Unterricht zu tun haben. Die Prinzipien jeglicher

Unterrichtsplanung sind mehr oder weniger in allen Fächern dieselben. Es können sowohl einzelne Klassen, Gruppen aber auch einzelne Fächer aufgeführt werden.

### Teil 3: Projekte/Ideen

Ein Projekt entsteht nicht von einem Tag auf den anderen. Warum die oft vielen guten Ideen nicht gleich festhalten?

### Teil 4: Adressen/Telefon- und Telefax-Nummern

Wichtige Adressen, Telefon- und Fax-Nummern sind immer wieder gefragt.

### Teil 5: Formulare

Reserve-Formular, auch zum selber Kopieren.

Das Angebot umfasst:

- 1 Plastikordner Din A5.
- Registraturen in Plastik.
- 1 Archiv-Box.
- Inhalt: 1 ganzer Satz.
- 1 Mini-Planer (mini-timing).
- 3 Plastik-Klarsichtmappen.

Bezugsquellen:

- Walter Bucher, Weiherstrasse 13, 9305 Berg SG, Tel. 071 48 11 69.
- ISM Sportmarketing, Fabrikstrasse, VSP-Areal, 8505 Pfyn TG, Telefon 054 65 28 28 / Fax 054 65 28 28. Preis Fr. 95.–.

## Neuaufgabe des Sportwissenschaftlichen Lexikons

Nahezu mit Ungeduld ist in sportwissenschaftlichen Kreisen die Neuaufgabe des «Sportwissenschaftlichen Lexikons» von Peter Röhlig erwartet worden. Dieses (vor allem für Sportstudierende) unentbehrliche Handbuch ist seit 1983 nicht mehr neu aufgelegt worden. Eine Zeitspanne von fast zehn Jahren ist hier Jahrhunderte, gemessen an der Entwicklung der nach wie vor relativ jungen Disziplin «Sportwissenschaft». Die Entwicklung der bisher sechs Auflagen geben in quantitativer wie auch in qualitativer Hinsicht einen informativen Einblick und Überblick, wie sich die Sportwissenschaft im deutschsprachigen Raum in den letzten 20 Jahren etabliert und differenziert hat. 1972 erschien die erste Auflage (284 Seiten), 1973 bereits die zweite neu bearbeitete mit schon 396 Seiten, die 1977 herausgekommene vierte Auflage war unverändert und die fünfte «völlig neu bearbeitete» (1983) umfasste dann schon 460 Seiten. Die jetzt vorliegende – und gewissermassen den aktuellen Irrtum repräsentierende – sechste Auflage von 568 Seiten ist ein Produkt einer mehrjährigen Überarbeitungszeit und erschien gleichsam als krönender Ab-

schluss der reichen Lehrtätigkeit des Frankfurter Hochschullehrers Peter Röhlig, der auf Ende des Sommersemesters 1993 in den Ruhestand getreten ist. Welch immense Arbeit hinter einer solchen Lexikonsneukonzeption steckt, kann von Aussenstehenden kaum erahnt werden. Daran sollte vor allem dann gedacht werden, wenn der eine oder andere Klugkopf ein ihm wichtiges Stichwort (z.B. «Timing») nicht entdeckt hat. Dieses Lexikon ist ein überaus wertvolles Arbeitsmittel, und zwar mit Lehr- oder Handbuchcharakter besonderer Art. Zu bedauern bleibt schliesslich, dass im sporthistorischen und im institutionellen Teil der «germanozentrale Fokus» nicht zu einem deutschsprachigen Blickwinkel ausgeweitet worden ist, der dann auch österreichische und schweizerische Beiträge zur Sportwissenschaft (nicht nur im Literaturbereich) gebührender hätte mitberücksichtigen können.

Arturo Hotz

## «Sportpsychologien» für Einsteiger

Gäbe es eine Art Hitparade, aus welcher Disziplin im Rahmen der Sportwissenschaft die meisten Veröffentlichungen stammen, stünde die Sportpsychologie ohne Zweifel an erster Stelle. Psychologisches Wissen, gerade auch aus dem (Elite-) Sport, interessiert nicht nur Fachleute, sondern zieht – vielleicht auch wegen der offensichtlichen, dann und wann auch angeblichen – Transfersubstanz für den (Berufs-) Alltag (-stress) auch Laien in seinen Bann: Psychologisch akzentuierte Phänomene, Zusammenhänge und Probleme sind (möglicherweise) bezüglich ihrer Wirkung und Transparenz im Sport leichter zu erfassen und zu quantifizieren als strukturverwandte Parallelen in anderen Bereichen. In diesem Sinne möchten auch die Autoren des hier angezeigten Buches, allesamt Professoren der (Freien) Universität Amsterdam, einerseits dazu anregen, sich mit «klassischen» Themen der (Sport-)Psychologie auseinanderzusetzen: «Motivation und Sport», «Persönlichkeit und Sport», «Aggression und Sport», «Motorisches Lernen», «Entscheidungsprozesse im Sport» und «Sportpsychologie und Praxis». Andererseits geben sie eine instruktive Einführung in ein (faszinierendes) Gebiet, das «derzeit in relativ hohem Masse von «borgtem» Wissen aus der Allgemeinen Psychologie abhängig» ist. Die Konzeption ist gut gewählt; sie beeindruckt durch ihre Konsequenz, wozu auch die Übersetzung nach der englischen (aktualisierten) Ausgabe (1990) des niederländischen Originals (1984)

einiges beigetragen haben mag. Der Kapitelaufbau ist pragmatisch und leuchtet ein: Vom Erfahrenen (Praxisprobleme und ihre Grundlagen) zum Erkannten (Lösungen und ihre Anwendungen) werden von Fragen ausgehend, die der Praxis (offenbar) unter den Nägeln brennen, mögliche Antworten aus dem facettenreichen Fundus der (Sport-) Psychologie gegeben sowie der aktuelle Forschungsstand diskutiert und die vorwiegend anglo-amerikanische Literaturübersicht mit deutsch-sprachigen Publikationen ergänzt. So ist ein lesenswertes Buch zustande gekommen, das in seiner auch didaktischen Aufmachung besticht und vor allem als Einstiegs- oder Übersichtslektüre, insbesondere für Studierende im Bereiche Sport (-psychologie/-wissenschaft), einen soliden, aber auch weiterführenden Kenntnisstand vermitteln kann.

Arturo Hotz

## Einführung in die Bewegungslehre

In der vom Sportpädagogen Ommo Grupe herausgegebenen Reihe «Sport und Sportunterricht. Grundlagen für Studium, Ausbildung und Beruf» ist als Band 4 das Werk seines Tübinger Kollegen Ulrich Göhner: «Einführung in die Bewegungslehre des Sports. Teil 1: Die sportlichen Bewegungen» erschienen. Vor mehr als einem Jahrzehnt wurde diese Reihe mit einer «Einführung in die Soziologie des Sports» (Band 1; 1980, 1990<sup>2</sup>; Klaus Heinemann) begonnen; als Band 2 folgte dann die «Einführung in die Sportpsychologie» (Teil I; 1986; Hartmut Gabler u.a.).

Die Substanz des 201 Seiten starken Buches von Göhner entspricht den aufgrund der durch den gewählten Titel geweckten Erwartungen: Die menschliche Bewegung im sportbezogenen Umfeld steht im Zentrum seiner mit zahlreichen Grafiken und Tabellen instruktiv ergänzten Ausführungen. Die Gliederung in acht Hauptkapitel kommt dem Bedürfnis nach einer ebenso umfassenden wie auch logisch-systematischen Strukturierung des Gegenstandsbereiches entgegen. Daraus kann auch leicht nachvollziehbar die hier grundsätzlich vom Autor vertretene aussichtsorientierte, also vor allem naturwissenschaftlich-analytische Position erkannt werden. Ganz im Sinne einer Einführung wird ein diskursiver Überblick über die zurzeit richtungsweisenden Konzeptionsvorschläge und Theorieansätze – samt Rückblick auf historische Ausgangspunkte – gegeben. Speziell wird auch die pädagogisch-didaktische Perspektive – besonders im 8. Kapitel: «Richtiges Bewegen im Sport» – gebührend reflektiert berück-

sichtigt. Im zweiten Band (in Vorbereitung) wird dann mehr die Sicht des Bewegers, also die Innensicht-Weise fokussiert, wobei – ein erfreuliches Fazit – bereits im Teil 1 auch anleitende Hinweise gegeben werden, wie Bewegungen «richtig» gelernt werden können.

Arturo Hotz

Diese drei Neuerscheinungen können in der ESSM-Bibliothek ausgeliehen werden:

**Röthig, P. u.a. (Hg.): Sportwissenschaftliches Lexikon, 6., völlig neu bearbeitete Auflage, Hofmann-Verlag, Schorndorf 1992<sup>2</sup>. 9.164-49/50**

**Bakker, F.C./ Whiting, H.T.A./ Brug, H.: Sportpsychologie. Grundlagen und Anwendungen, Verlag Hans Huber, Bern 1992. 01.984**

**Göhner, U.: Einführung in die Bewegungslehre des Sports. Teil 1: Die sportlichen Bewegungen, Hofmann-Verlag, Schorndorf 1992. 9.322-4**

## Neuerscheinungen

Françoise Matthey



Anker, Daniel

**Gipfelziele im Tessin.** Mit der «Strada Altissima» und anderen Gipfel-Trekking. 50 Touren zwischen Gotthard und Chiasso. München, Bruckmann, 1993. – 192 Seiten, Illustrationen, Karten.

Wanderer und Bergsteiger finden in diesem Band rund 50 präzise recherchierte und mit zahlreichen Farbbildern illustrierte Touren in einem der bekanntesten Gebirge der Schweiz. Fast jedes der Gipfelziele im Tessin hat mindestens eine Anschlusstour und kann – wahlweise als Ein- oder Zweitagestour – mit öffentlichen Verkehrsmitteln erschlossen werden.

Ein handlicher und informativer Führer für Weitwanderer, Kulturfreaks, Badetouristen und Tagesausflügler, die das andere Tessin kennenlernen und erleben wollen.

**74.882**

Kamber, Matthias (Hrsg.)

**Dopingprävention = La prévention du dopage.** 32. Magglinger Symposium 20.–22. Mai 1993 = 32e symposium de Macolin du 20 au 22 mai 1993. Magglingen, ESSM, 1993. – 132 Seiten, Figures, Illustrationen, Tabellen.

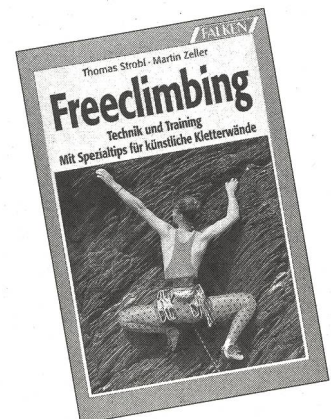
Der vorliegende Bericht ist die Zusammenfassung des 32. Magglinger Symposiums vom 20. bis 22. Mai. Neben den grundsätzlichen Eintretensreferaten, die eine Standortbestimmung zur heutigen Dopingbekämpfung in der Schweiz und zu allgemeinen Fragen der Prävention ermöglichen, werden die Ergebnisse aus vier Arbeitskreisen besprochen. Die Arbeitskreise befassten sich mit Ursachen der Leistungsmanipulation, Präventionsmöglichkeiten im «Vorleistungsbereich», mögliche Strategien zur Bestimmung der Häufigkeit des Medikamentengebrauchs im Breitensport und mit limitierten Faktoren der heutigen Dopingbekämpfung. Die anschließenden Referate versuchen diese Erkenntnisse zusammenzufassen und zukünftige Richtlinien in der Schweizerischen Dopingprävention aufzuzeigen. Abgeschlossen wird der Bericht mit den Ergebnissen einer kleinen Umfrage über den Stand der Kenntnisse zum heutigen Informationsmittel zu Doping.

**06.2170**

**9.69-54**

Strobl, Thomas; Zeller, Martin

**Freeclimbing.** Technik und Training. Mit Spezialtips für künstliche Kletterwände. Niedernhausen, Falken, 1992. – 151 Seiten, Figures, Illustrationen.



Immer mehr Menschen suchen im Sport eine Herausforderung. Im Kanon der Erlebnissportarten nimmt das Freeclimbing einen Spitzenplatz ein.

«Freeclimbing» ist die optimale Einstiegshilfe in die Wand. Das beginnt bei der Auswahl der richtigen Ausrüstung

und setzt sich über die umfassende und anschauliche Darstellung der Kletter- und Sicherungstechniken fort, die durch zahlreiche Farbfotos sowie präzise Grafiken und Zeichnungen unterstützt wird.

Fortgeschrittene Kletterer erhalten durch die Kapitel «Training» und «Taktik» wichtige Tips zur Leistungsverbesserung. Empfehlungen und Bauanleitungen zum Erstellen einer künstlichen Kletterwand und viele spektakuläre Fotos in brillanter Farbqualität runden diesen gelungenen Band ab.

**74.886**

### Bemerkungen zum Büchlein «Clenbuterol» von M. Bachmann

In der Zeitschrift Magglingen (10/1993) wird diese Schrift in einem positiven Sinn besprochen. Insbesondere wird erwähnt, dass es sich um «ehrliche Information» über ein Mittel, «das den Sport in den nächsten Jahren entscheidend beeinflussen wird» handle.

Es muss hier ganz klar festgehalten werden, dass es sich bei Clenbuterol um einen Wirkstoff handelt, der im Sport

**Curling.** Videofilm der AV-Produktion ESSM 1991.



Inhalt: Ein liebevoll gestalteter Lehrfilm zum Thema «Curling». Der Film beginnt mit einem kurzen geschichtlichen Rückblick dieses Sportes. Er schildert einige Eindrücke des Sommertrainings. Die Technik wird anhand einer Zeitlupenstudie erklärt. Ein sehr eindrücklicher, didaktischer Film. Dauer: 8 Minuten

Verkauf: Fr. 28.–

ESSM, Mediothek, 2532 Magglingen

Ausleihe: Bestell-Nr. **V 77.214**

nichts zu suchen hat. Clenbuterol ist ein sogenannter  $\beta$ -2-Agonist, der im Veterinärbereich und in einigen Asthmamitteln eingesetzt wird. Bekannt wurde diese Substanz unter anderem im Zusammenhang mit gesundheitlichen

Beschwerden (Muskelzittern, Kopfweh, Tachikardie und Schwindligkeit) bei 22 Patienten, die Kalbsleber gegessen hatten. Es konnte daraufhin gezeigt werden, dass die Kälber verbotenerweise mit Clenbuterol behandelt wurden. Aus der Tiermast und aus Tierexperimenten ist bekannt, dass Clenbuterol eine anabol, also muskelaufbauende Wirkung bei gleichzeitiger positiver Beeinflussung des Verhältnisses von Muskel- zu Fettgewebe hat. In einem kürzlich erschienenen Artikel ergeben sich zudem starke Hinweise, dass Clenbuterol beim Menschen den Muskelaufbau nach Verletzungen beschleunigt.

Die zunehmende Anwendung von Clenbuterol im Sport veranlasste das Internationale Olympische Comité (IOC), diese Substanz unter dem Kapitel der anabol wirkenden Substanzen zu verbieten. In der Dopingliste von 1993 erscheint deshalb Clenbuterol unter Anabolika.

Im Humanbereich gibt es in der Schweiz kein registriertes Medikament, das den Wirkstoff Clenbuterol enthält. Im Ausland sind einige Clenbuterol-haltige Asthmamittel erhältlich.

Es muss aber betont werden, dass das IOC lediglich Asthmamittel mit den Wirkstoffen Salbutamol und Terbutalin zur

**Vorbeugung?  
Bewegung!**

**Prévention?  
Mouvement!**

**dynamisches  
Mobilier**

**mobiler  
"dynamique"**

Bitte senden Sie mir Ihre Unterlagen  
s.v.p. envoyez-moi votre documentation

Name/nom: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

**VISTA**  
WELLNESS

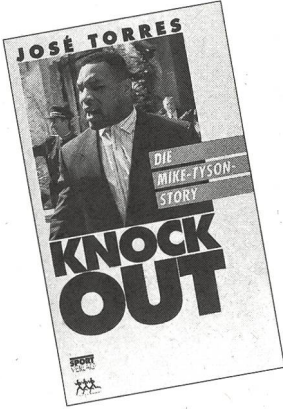
4513 Langendorf/SO 065 38 29 14  
2014 Böle/NE 038 41 42 52

Inhalation erlaubt. Alle anderen  $\beta$ -2-Agonisten fallen unter die verbotene Substanzklasse der Anabolika. Wie bereits gesagt, hat also Clenbuterol im Sport nichts zu suchen!

Dr. chem. Matthias Kamber

Torres, José

**Knock out.** Die Mike-Tyson-Story. Berlin, Sportverlag, 1992. – 240 Seiten, Illustrationen.



Mike Tyson ist der lebende Beweis für den amerikanischen Traum: Vom Gossenjungen, der mit zwölf Jahren

Die Bücher der ESSM-Bibliothek können nicht gekauft, sondern während 1 Monat gratis ausgeliehen werden.

bereits vierzigmal vorbestraft war, zum Multimillionär. José Torres schrieb die authentische Insider-Biographie des jüngsten Schwergewichts-Weltmeisters aller Zeiten, dessen glanzvolle Profikarriere vorerst mit einem völlig unerwarteten Knockout ausserhalb des Rings jäh gestoppt wurde: Am 26. März 1992 verurteilte ein Strafgericht in Indianapolis «Iron Mike» wegen Vergewaltigung zu sechs Jahren Knast. Als Sträfling Nummer 922 335 sitzt die Kampfmaschine mit Kinderseele seitdem seine Strafe im Gefängnis von Plainfield ab, wo man bereits Wetten auf sein Comeback abschliesst.

09.452

Kapustin, Peter

**Familie und Sport.** Spiel – Spass – Gemeinschaft. Aachen, Meyer und Meyer, 1991. – 280 Seiten, Figuren, Illustrationen.

In diesem Buch zeigt der Autor mit vielen Übungs- und Sportbeispielen wie sich Eltern und Kinder innerhalb der Familie, im Verein und im gemeinsamen



Urlaub mit anderen Familien näherkommen können. Ein eigenes Kapitel ist dem Familiensport mit behinderten Familienmitgliedern gewidmet.

Schliesslich wird das ideale Fähigkeitsprofil eines Leiters oder Betreuers einer Familiensportgruppe gezeichnet.

Wegen seiner Praxisnähe ist das Buch eine grosse Hilfe für alle, die «vor Ort» mit Familiensport zu tun haben.

70.2754

Thera-Band®



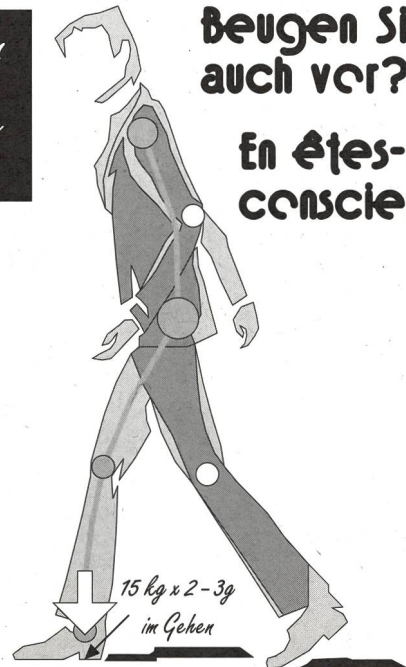
$$80 \text{ kg} = 800 \text{ Newton}$$

$$80 \text{ kg} \times 10 \text{ m/sec}^2$$

$$\underbrace{\hspace{10em}}_{\text{mg}}$$

Beugen Sie auch vor?

En êtes-vous conscient?



VISTA WELLNESS

4513 Langendorf/SO 065 38 29 14  
2014 Böle/NE 038 41 42 52

Viscolar™

Schockdämpfende Einlagen  
matériau anti-chocs

**Gymnastik + Tanz**

# Von zwei auf sechs Fachrichtungen

Mariella Markmann, J+S-Fachleiterin, ESSM  
 Fotos: Daniel Käsermann, Peter Lüthi

**Das Sportfach Gymnastik + Tanz hat eine rasante Entwicklung hinter sich. Besonders die Aufnahme der Tanzfachrichtungen hat zu einer enormen Erweiterung geführt. Hier eine Übersicht über das Sportfach und eine kurze Vorstellung der zwei neuesten Fachrichtungen: Standard/Latein und Twirling.**

**Die Fachrichtungen in G + T**

**A Gymnastik**

Körper-, Bewegungsformung und -gestaltung mit funktionellen Bewegungen  
 → Eigenerlebnis, Vorführungen, Wettkampf mit oder ohne Handgeräten

**B Rhythmische Sportgymnastik**

Körper- und Bewegungsformung mit oder ohne die fünf Handgeräte, welche auf  
 → Niveauprüfungen, Wettkämpfe  
 STV- und ITB-Vorschriften zielen

**C Tanz**

Körper-, Bewegungsformung und -gestaltung mit gestaltenden Bewegungen  
 → Eigenerlebnis, Choreographien  
 → Elementare Tanzformen  
 Kreativ-, Jazz-, Afro-, Modernanz

**E Rock 'n' Roll**

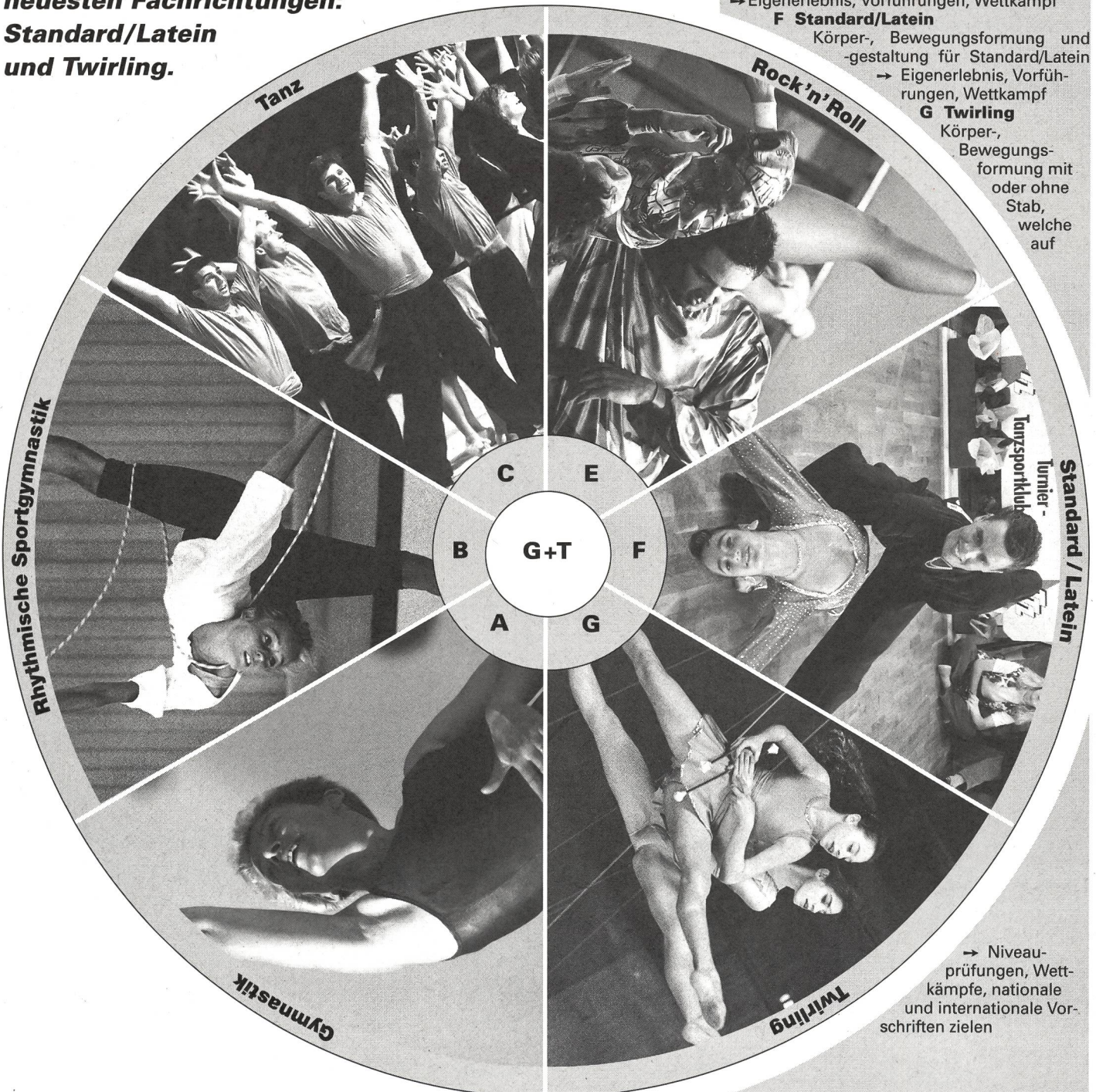
Körper-, Bewegungsformung und -gestaltung für Rock 'n' Roll.  
 → Eigenerlebnis, Vorführungen, Wettkampf

**F Standard/Latein**

Körper-, Bewegungsformung und -gestaltung für Standard/Latein  
 → Eigenerlebnis, Vorführungen, Wettkampf

**G Twirling**

Körper-, Bewegungsformung mit oder ohne Stab, welche auf



→ Niveauprüfungen, Wettkämpfe, nationale und internationale Vorschriften zielen

## Standard/Latein

Sicher sagen Ihnen «Englisch-Walzer, Wiener-Walzer, Slow-Foxtrott, Quickstep, Tango» mehr als «Standard» und «Samba, ChaChaCha, Rumba, Paso doble, Jive» mehr als «Latein». Aber genau diese Tänze sind es, die Gegenstand sind von Standard/Latein in Gymnastik und Tanz. Die Gruppierung der Tänze stammt aus der Turniertanz-Szene, werden doch national und international Meisterschaften in den Standard-, den Lateintänzen und in der Kombination, d.h. über alle 10 Tänze getanzt. Solche Meisterschaften werden zunehmend im Fernsehen übertragen.

Das wettkampfmässige Turniertanzen in der Standard- bzw. Latein-Disziplin bedeutet Absolvieren eines 5-Kampfes, Kombination ist eine 10-Kampf-Disziplin.

Und das soll Sport sein, höre ich einzelne Leser fragen. Nun, an der ETH wurden Untersuchungen durchgeführt und diese haben den Nachweis erbracht, dass Turniertänzer beispielsweise in einem Quickstep eine Kreislaufbelastung aufweisen wie etwa ein 400-m-Läufer.



Ich möchte mich hier nicht in die Diskussion einlassen, ob und in welchem Ausmass Tanzen gleich Sport oder gleich Kunst oder gleich Show sei. Für mich sind in Standard/Latein alle vorgeannten Faktoren enthalten und das macht diese Disziplinen auch attraktiv. Die körperliche Leistung eines 400-m-Läufers erbringen, dabei aber leicht und locker aussehen und den Zuschauern die Freude mitempfinden lassen, dies macht gutes Tanzen aus. Betrachtet man die durchtrainierten Körper z.B. von Ballett-Tänzerinnen und -Tänzern, die gekonnte Art, wie Hebefiguren ausgeführt werden und bei allem ein Musikthema interpretiert wird, so ist festzustellen, dass

alle Fähigkeiten, die wir bei Jugend+Sport fördern wollen, im Tanzen sehr gleichmässig gefordert werden.

Nun sind die Standard-/Latein-Tänze Paartänze. Das bedeutet, dass es sich hier um die «kleinste Mannschafts-Sportart» handelt. Dass dabei per Definition eine männliche Rolle und eine weibliche Rolle zu tanzen sind, macht es für den J+S-Leiter in einem Kurs nicht leichter. In der Schweiz ist es leider so, dass die Frauen lieber tanzen als die Männer. Damit haben wir in unserem Sport eine wichtige soziale Aufgabe zu erfüllen, geht es doch darum, den Schülern und Jugendlichen beizubringen, was «Gleichberechtigung» effektiv bedeutet, nämlich dass in der «Mannschaft» beide Teile gleich wichtig sind und eine eindeutig definierte Rolle zu spielen haben. Eine Fussball-Mannschaft, in der die Verteidiger meinen, sie müssten unbedingt Tore schiessen, wird kaum eine Meisterschaft gewinnen. Jeder Partner hat seine Rolle bestmöglich zu spielen und beide haben sich dabei noch gegenseitig zu unterstützen.

Ein besonderes Gewicht wird auf den Umgang mit Rhythmus, Musik und Bewegung gelegt. Es geht nicht darum, Turniertänzer und -tänzerinnen heranzubilden. Die Jugendlichen sollen Freude am gemeinsamen Bewegen zur Musik empfinden. Zudem sollen sie lernen, aus sich herauszugehen und auf den Partner einzugehen, also Spass am Wechsel von Führen und Folgen gewinnen.

### Auskunft über Standard/Latein:

Peter Lüthi, Bergacker 3, 3114 Wichtrach. Tel. 032 781 00 38.

## Twirling

Vor mehr als 20 Jahren kam aus den Vereinigten Staaten von Amerika die Idee, aus Twirling, das bis dahin nur als Folklore-Darbietung bekannt war und ausschliesslich von Frauen betrieben wurde, eine Sportart zu machen.

In einem ersten Schritt mussten alle lästigen, nutzlosen, folkloristischen Elemente eliminiert werden. Mit einer sportlichen Kleidung, mit Turnkleid und Turnschuhen, waren sie bereit, mit ihrem Körper zu arbeiten. Unter diesen Bedingungen waren auch unsere männlichen Freunde interessiert. Auch sie wollten nun diesen Stab zu den verschiedenen musikalischen Rhythmen artistisch drehen. Warum nicht? Twirling war geboren.

### Was ist Twirling?

Eine Mischung aus Tanz, Gymnastik, Akrobatik und Choreographie. Zudem braucht es ausserdem Rhythmusgefühl, Ausstrahlung, Selbstkontrolle, Ausdauer und Wille zum Siegen.



Die Schnelligkeit der Ausführungen sowie die Rotation des Stabes müssen in einer perfekten Harmonie zur Musik stehen. Die Wahl der Musik ist deshalb sehr wichtig. Sie muss zum Stil des Sportlers passen, und die Ausführungen müssen mit der Musik übereinstimmen. Es ist für die Solisten nicht einfach, die maximal 10 Punkte für Technik und 10 andere Punkte für die Artistik zu erreichen, um so mehr, als sie 15 Pflichtübungen perfekt kennen und beherrschen müssen. Die Pflichtübungen betragen 25 Prozent der Finalnote.

In der Kategorie Team (von 5 bis 9 Sportler) oder Gruppe (mehr als 10) gibt es zwar keine Pflichtübungen, aber dafür eine Vielzahl verschiedener Choreographien und Stabwechsel in der Gruppe, die von grösster Einfachheit bis zu extrem schwierigen Kombinationen sein können. Im Maximum werden 100 Punkte vergeben. Diese sind aufgeteilt in 30 Punkte für die Technik, 30 Punkte für

*Peter Lüthi* ist als J+S-Experte Fachverantwortlicher für Standard/Latein in J+S und im Schweiz. Amateur-Tanzsportverband (SATV).

*Chantal Gaillard* ist J+S-Expertin Twirling und Verbandsdelegierte in J+S.

die Präzision und Zusammenarbeit und 40 Punkte für den Gesamteindruck.

Es gibt ausserdem noch eine Kategorie Duo, die ebenfalls nach anspruchsvollen Kriterien bewertet wird. Der Schweizerische Twirling-Sport-Verband wurde 1972 gegründet und zählt heute 34 angeschlossene Vereine vorwiegend aus der französischen Schweiz. Aber auch die anderen Sprachregionen sind vertreten. Die besten Twirler und Twirlerrinnen nehmen jedes Jahr an den Weltmeisterschaften und abwechselnd an den Europameisterschaften oder dem Coupe d'Europe der Vereine teil.

### Auskunft über Twirling:

Chantal Gaillard, 21, rue Prévost-Martin, 1205 Genève. Tel. 022 329 44 45. ■

## LEITERBÖRSE

### J+S-Leiter/-innen suchen Einsatz Skifahren Leiter 1

Vom 1. bis 6. Februar 1994.

Andreas Lüthi, Waldhaus, 3432 Lützel-flüh. Tel. 034 61 15 67. ■

### Erfolgreiches J+S-Radball-Trainingslager

Zum dritten Mal fand ein J+S-Radball-Trainingslager der Radfahrervereine Amriswil und Mosnang statt, mit Einbezug von jugendlichen Radballern der RMV Steckborn. Die insgesamt 26 Lager-Teilnehmer wurden in Chur von den J+S-Radball-Leitern Georg Hausammann, RMV Amriswil, Werner und Ruedi Artho, Leo Schweizer und René Ziegler, alle RMV Mosnang, trainiert und betreut. Als Unterkunft bewährte sich die Zivilschutzanlage der Gewerbeschule, als Verpflegungsstätte das Restaurant Militärkantine.

Das Training fand in der grossen Militär-Mehrzweckhalle statt. Die Teilnehmer wurden in fünf Stärkeklassen eingeteilt. Trainiert wurde nicht nur mit dem Radballlevelo, sondern auch die koordinativen und konditionellen Fähigkeiten sowie Ballspiele wurden in das Training eingebaut. Auch ein Lagerturnier durfte nicht fehlen. Die zwei Hallenbadbesuche boten Abwechslung und Entspannung.

Am Mittwoch stand eine Tageswanderung auf den Brambrüesch auf dem Programm.

Den Radballern gefiel besonders die Besichtigung der Schokoladenfirma Lindt und Sprüngli, Zweigniederlassung Chur. Für Freitagabend war der Schlussabend angesagt, organisiert durch die Jugendlichen selbst, mit einer tollen Stimmung durch verschiedene Spiele und Gags. Die Tagesberichte, von den Jugendlichen zusammengestellt, verfasste Georg Hausammann in einen lustigen Lager-Rückblick. Zwischendurch wurde Lotto gespielt. Die Siegerehrung des Lagerturnieres bildete den Abschluss des Abends. Jeder Teilnehmer durfte ein Präsent, J+S-Lager 1993 Chur, entgegennehmen. Am Samstagmorgen die grosse «Putzete». Dann hiess es Abschied nehmen von Chur mit einem Dank des Kursleiters an die Leiter und einer Würdigung der guten Zusammenarbeit zwischen Leitern und Teilnehmern. ■

## Wir wollen fairen Sport.

Schweizerischer Landesverband für Sport Initiative für Fairplay



**Neues Lagergebäude für Sportmaterial.** Auf dem Areal des Eidg. Zeughauses Biel konnte anfangs November ein neues Gebäude für Sportmaterial von J+S und Armee dem Betrieb übergeben werden. Das 9-Millionen-Gebäude dient nicht nur als Lager, sondern auch als Reparaturstätte. Auslieferung und Rücknahme sind EDV-gesteuert, die technischen Einrichtungen für Lagerung, Umschlag und Reparatur hochmodern. Unser Bild: Der Einweihung des Gemeinschaftswerkes zweier Departemente, EMD und EDI, wohnten zahlreiche Gäste bei. Das Spiel des Inf Rgt 43 setzte den musikalischen Rahmen. ■

### Ausscheidungswettkampf für den Schweizer Super-Zehnkampf 1993.

Am letzten Oktober-Sonntag trafen sich 30 sportliche Paare aus der ganzen Schweiz auf den Anlagen am «End der Welt». In einem Fünfkampf, der hohe Ansprüche an Koordination und Kondition stellte, wurde das Blick-Bankverein-Publikumspaar für den Super-Zehnkampf 1993 der Schweizer Sporthilfe ermittelt. Gewonnen wurde die Ausscheidung von *Silvana Schwarb* und *René Wyler* (Start-Nr. 29), beides Absolventen der ESSM-Sportlehrausbildung 1991/93, vor Ivo Rüegg und Franziska Krieg aus Tuggen (Start-Nr. 19). ■ (dk)



**Die Jugend-Agenda** in poppiger Aufmachung will Jugendliche ab 12 Jahren ansprechen. Sie enthält viele praktische Tips, Hinweise und Anregungen zu verschiedenen Themen, die Heranwachsende beschäftigen. Nebst einem jungen-/mädchenspezifischen Teil kommen Schule und Arbeit, Freizeit, Gewalt und Aggression, Rausch, Sucht, Liebe und Sexualität sowie Sport und Bewegung zur Sprache.

Feuersalamander und feuerspeiender Vulkan: die Jugend-Agenda steht 1994 im Zeichen des Feuers. Das Feuer als Symbol für Lebensenergie, Intensität, Kraft und Licht. Damit wird versucht, Inhalte von Suchtprävention und Gesundheitsförderung direkt an Jugendliche heranzutragen.

Die Agenda kann für die persönliche Planung, für Gedanken und Notizen, als Aufgabenbuch und Adresskartei benutzt



werden. Sie ist die ideale Begleiterin, Tag für Tag, durchs ganze Jahr hindurch. Im Taschenbuchformat (A6), robust gebunden, zirka 240 Seiten. Stückpreis: Fr. 9.- (zuzüglich Versandkosten). Erhältlich bei: Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA), Postfach 870, 1001 Lausanne. Tel. 021 323 34 23. ■





**T-Shirts  
Sweat-Shirts  
Jogging**



**aries**  
IHRE SIEBDRUCKER

**Kleber  
Gläser.**

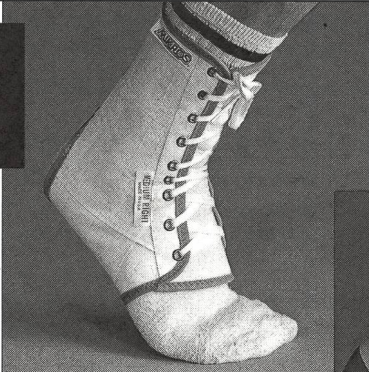
Verlangen Sie unseren Katalog.

**Mit Ihrem  
Aufdruck!**

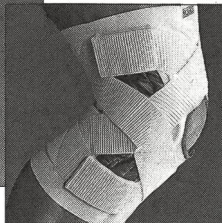
CH-8200 SCHAFFHAUSEN  
REPFERGASSE 14  
TELEFON 053 - 24 80 11  
FAX 053 - 25 96 78



Exklusiv-Lieferant  
des Schweiz.  
Volleyball-  
Verbandes, der  
Nat.-Kader des  
Schweiz. OL-  
Verbandes sowie  
offizieller  
Partner der  
Medizinischen  
Kommission  
des Schweiz.  
Handball-  
Verbandes



**MIKROS**



## Mikros schützt und stützt.

Die Mikros Fussgelenksstütze ist indiziert

- bei konservativ/operativ versorgten Bandläsionen in der Mobilisationsphase.
- bei chronischer Instabilität des oberen Sprunggelenks.
- als Prophylaxe gegen Sprunggelenksdistorsionen.
- Gibt es in je 5 Grössen für beide Füsse separat.
- In verschiedenen Ausführungen (kurz, normal, orthopädisch).
- Stabilisiert das Sprunggelenk wirkungsvoll.
- Ersetzt tapen und bandagieren.
- Verbessert die Proprioception am Sprunggelenk.

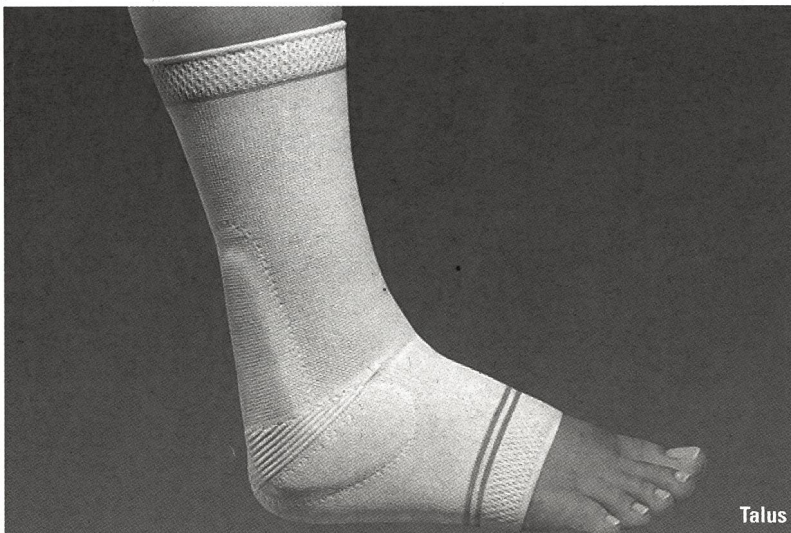
Die Mikros Gelenkstütze gibt es auch für Hand und Hals.

**medExim**

Medexim AG, Solothurnstrasse 180, 2540 Grenchen, Telefon 065 55 22 37

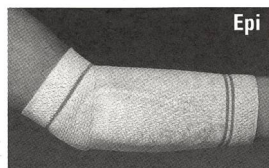
**Die neue  
Generation**

## Tricodur® Friktionsbandagen



Talus

**BDF ●●●●●  
Beiersdorf**



Epi



Omos

## Rasche Schmerzlinderung

durch Friktionskerne mit  
Massage-Wirkung.

## Sicherer Sitz

durch spezielles Wellen-  
gestrick.

Indikationen:

Reizzustände und Überlastungs-  
erscheinungen, Gelenkergüsse  
und Schwellungen bei Arthrose  
und Arthritis, nach Verletzungen  
und Immobilisierungen.

Erhältlich bei:  
Orthopädie- und  
Sanitätsfachhändlern,  
Apotheken, Drogerien.

**Weltklasespieler zurück zur Spitze**

## Interview mit Guy Forget

**Weltklasseathlet Guy Forget hat seit einiger Zeit keine Turniere mehr bestritten. Der Grund lag bei schwerwiegenden Problemen mit einem Knie, die er in Magglingen zu lösen hoffte. Wir haben ihn im Sportwissenschaftlichen Institut (SWI) getroffen und mit ihm gesprochen.**

**Magglingen:** Sie haben Schwierigkeiten mit einem Knie. Um welche Art von Verletzung handelt es sich?

**Guy Forget:** Ich liess mich zuerst von Ärzten in Frankreich behandeln. Sie waren sich über die Ursachen meiner Schmerzen im Knie nicht ganz sicher und meinten, es sei eine Sehnenentzündung im Oberschenkel. Ich unterzog mich einer Arthro-Scanneruntersuchung. Die Ärzte entdeckten an der Gelenkfläche des Oberschenkelknochens eine Abnützung des Knorpels. Sie empfahlen mir zwei Monate Ruhepause. Doch die Schmerzen hielten an, und ich entschied mich dann, einen anderen Arzt aufzusuchen.

**Magglingen:** Warum haben Sie sich für das Sportwissenschaftliche Institut von Magglingen entschieden?

**Guy Forget:** Ich lebe in der Nähe von Neuenburg und habe schon verschiedentlich von Magglingen gehört. Einige Freunde haben mir Dr. Biedert und den Physiotherapeuten Stephan Meyer empfohlen, zwei Kapazitäten auf ihrem Gebiet. Ich hatte die besten Referenzen und entschied mich, die beiden aufzusuchen.

**Magglingen:** Was für einen ärztlichen Befund machte Dr. Biedert und welcher Operation unterzogen Sie sich?

**Guy Forget:** Dr. Biedert untersuchte mein Knie und die gemachten Skanneraufnahmen und kam zum Schluss, dass das Problem offenbar bei der Gelenkinnenhaut, auch Synovialhaut genannt, lag.

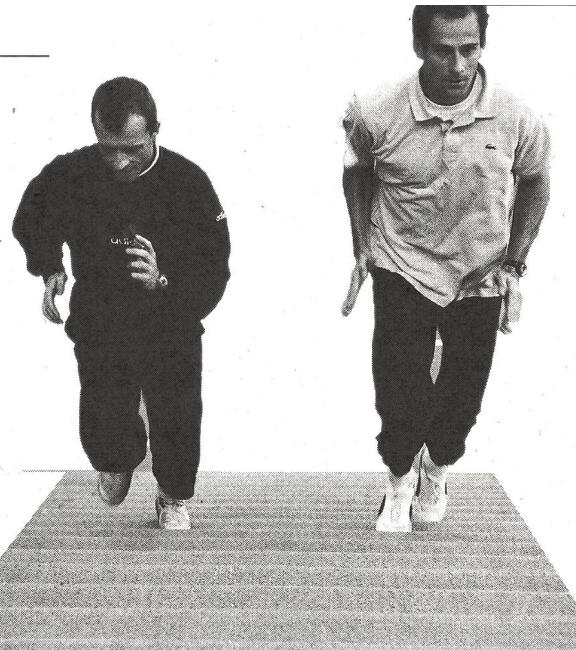
**Magglingen:** Was für eine Operation musste vorgenommen werden?

**Guy Forget:** Die Operation fand im September in der Klinik Linde in Biel statt. Der Eingriff bestand darin, eine Erhebung der Gelenkinnenhaut zu entfernen, welche die Bewegung des Kniegelenks behindert hatte. Die Operation verlief zufriedenstellend.

**Magglingen:** Wie ist es überhaupt zu dieser Verletzung gekommen?

**Guy Forget:** Ich litt schon seit einiger Zeit unter Knieschmerzen. Es waren vermutlich Abnützungerscheinungen, die sich nach und nach verschlimmert hatten.

**Magglingen:** Wie sieht Ihr Physiotherapie-Programm aus?



**Guy Forget mit Physiotherapeut Stephan Meyer beim Aufbautraining.** (dk)

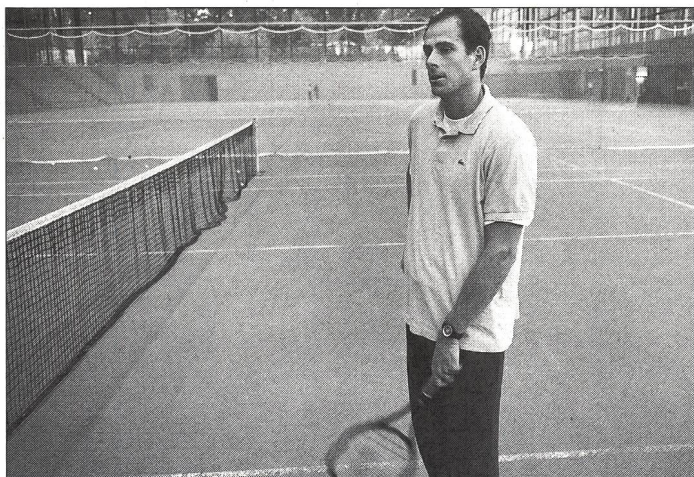
**Guy Forget:** Die ersten drei Wochen lief ich an Krücken und musste das Knie so gut als möglich stillhalten. Dann begann ich mit dem Aufbautraining. Zuerst leichtes Jogging und Velofahren, um mich aufzuwärmen. Dann intensives Muskeltraining mit spezifischen Übungen. Jetzt spiele ich täglich etwas Tennis. Ich bin recht zufrieden und guter Hoffnung, bald wieder voll trainieren zu können. Ich habe viel Zeit verloren, harte Arbeit wartet auf mich.

**Magglingen:** Wann werden Sie wieder bereit sein, Wettkämpfe zu bestreiten?

**Guy Forget:** Ich will nichts überstürzen und werde erst an einem Wettkampf teilnehmen, wenn das Knie ganz genesen ist. Die Meinungen von Dr. Biedert und Stephan Meyer sind ausschlaggebend. Ich hoffe, im Januar 94 im Australian Open zu spielen und werde versuchen, mein Bestes zu geben.

**Magglingen:** Herzlichen Dank für das Gespräch. Wir wünschen Ihnen viel Glück und eine rasche Genesung.

*Die Fragen stellte Judith Altorfer.*

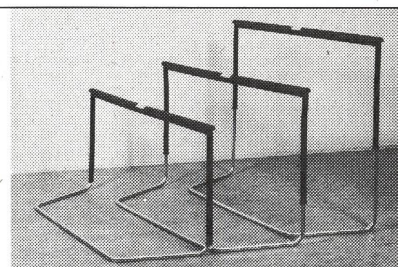


### Übungshürden

bringen noch mehr Abwechslung in Ihre Turnstunden

- Förderung der Sprungkraft
- Konditionstraining
- Lauf- und Rhythmusschulung ohne Angst vor Verletzungen

Verlangen Sie unseren Prospekt



**R. Bachmann**  
**Im Lussi, 8536 Hüttwilen**  
**054 747 14 63**

## Symposium 93 SKA und Universitätssport Bern

# Die volkswirtschaftliche Bedeutung des Sports

Corinne Schmidhauser

**Der Universitätssport Bern und die SKA hatten eingeladen, die Vertreter aus Wirtschaft und Sport kamen: In einem eintägigen Symposium setzten sich rund 50 Teilnehmer mit der volkswirtschaftlichen Bedeutung des Sports auseinander.**

Brücken schlagen zwischen den Sportexponenten einerseits und Wirtschaftsvertretern andererseits, Verständnis wecken und das Aufzeigen von Abhängigkeiten, so lautete der Anspruch des diesjährigen Symposiums. Unter den rund 50 Teilnehmern befanden sich zahlreiche hohe Sportfunktionäre. Korpskommandant Jean-Rodolphe Christen, Wirtschaftsprofessor Armin Seiler, Mediziner Jean-Marc Lüthi und Sporthilfepresident und Nationalrat Paul Wyss bildeten einen Zyklus von vier Referaten, der von Marc Furrer, Direktor des Bundesamtes für Kommunikation, moderiert und von einem Podiumsgespräch abgerundet wurde.

### «Der grösste Fitnessklub»

Jean-Rodolphe Christen versuchte in seinem Referat auf die ungeheure Bedeutung der Armee als Fitmacher aufmerksam zu machen. Im Wissen um

diese Stellung habe die Armee in den letzten Jahren auch die Anstrengungen zugunsten des Sports deutlich verstärkt. Die Ausbildung von aktiven Leistungssportlern zu Sportanimatoren («Sport-RS») während eines fünfwöchigen Kurses innerhalb der RS ist ein solcher Schritt. Aber auch Aerobic-Kurse werden innerhalb der Grundkurse angeboten. Einen Schwachpunkt gestand allerdings auch der nicht um Sprüche verlegene Korpskommandant zu: Die Umsetzung und die Weiterführung der sportlichen Aktivitäten in den WKs und die Rückführung der Sportanimatoren in die Vereine seien noch weitgehend dem Zufall überlassen.

### Sportler als Führungskräfte

Etwas weiter vom gestellten Thema bewegten sich die beiden Vorträge von Betriebswirtschaftler Armin Seiler und Arzt Jean-Marc Lüthi. Armin Seiler suchte nach Parallelen der persönlichen Eigenschaften von Sportlern, die sich auch als Führungskräfte übertragen liessen. Das sehr interessante Thema wurde allerdings durch die einseitige Auswahl von Beispielen ebenso eingeschränkt wie durch die einseitige Behandlung von «nur» kombinierten Sportlern. In der heutigen Zeit, wo Spitzensportler, zumindest eine gewisse Zeit, fast ausnahmslos als Profis engagiert sind, wäre die differenzierte Betrachtung dieser Voraussetzung ein wichtiger Aspekt des Themas gewesen.

Jean-Marc Lüthi blieb weitgehend in den medizinischen Abhandlungen von Herz-Kreislaufkrankheiten, ein zwar sehr interessantes Thema, doch kam dabei die Behandlung des volkswirtschaftlichen Aspektes fast zu kurz. Erst in der Anschlussfrage wurde auf die unter-



**Ausdauer: eines der Mittel gegen Herz-Kreislaufkrankheiten.**

schätzte volkswirtschaftliche Bedeutung des Sports in der präventiven Medizin hingewiesen. Dass es dabei auch um eine Verlagerung der Gelder in die Vorbeugung ging, wurde nur am Rande erwähnt.

### Die fehlende Lobby

Den Bogen zum Gesamthema spannte dann erst Paul Wyss, der in seinem Referat auf die Dreiteilung Sport – Wirtschaft – Politik hinwies. 2,5 Mio. Mitglieder sind in 79 Verbänden und 28 000 Vereinen unter dem Dach des SLS vereint, sechs Milliarden Franken werden alljährlich für den Sport ausgegeben; 10 von insgesamt 21 Milliarden beträgt der Anteil des Sports am Tourismusvolumen. Diesen beeindruckenden Zahlen steht die fehlende Lobby der Sporttreibenden gegenüber, wie gerade Abstimmungsergebnisse auf kommunaler oder kantonalen Ebene immer wieder beweisen. Auf eidgenössischer Ebene fehle es zudem an einem Staatssekretär.

Wie schwierig die Abhängigkeiten zwischen (Spitzen-)Sport und Wirtschaft sind, bewies auch das abschliessende Podiumsgespräch. Wie weit diese noch gehen sollen oder müssen, auf diese Frage konnte natürlich auch dieses Forum keine endgültige Antwort geben. Klar war nach diesem intensiven Diskussions-Tag nur eines: Der Sport wird in seiner volkswirtschaftlichen Bedeutung nach wie vor unterschätzt und noch zu oft als quantité négligeable abgehandelt. Das Symposium war deshalb sicher ein Schritt in die richtige Richtung. ■

Indikationen: Bei **Stresssymptomen, Übergewicht, Schlafstörungen, über grossem Aggressionspotential, Einsamkeit, Zirkulationsstörungen, Kurzatmigkeit, Kontaktproblemen, Müdigkeit u.a.m.**

 **SLS-ASS** Pro Sport-Club  
Eine Kampagne des Schweizerischen Landesverbandes für Sport

## Nachlese zur Herbsttagung der Verbandstrainer

# «Technik ist wichtiger als Kondition!»

Arturo Hotz

Die klassischen Säulen des Trainings sind «Technik», «Kondition» und «Taktik». Die Frage aber, ob der eine oder andere Trainingsaspekt schliesslich für das angestrebte Resultat bedeutungsvoller sei, kann weder im Sinne der Titelaussage noch anders akzentuiert, weder hinreichend überzeugend, noch allgemein gültig, beantwortet werden. Christian Gross jedenfalls, der zurzeit erfolgreichste Trainer eines Schweizer Fussballklubs und gerngesehener Gast an der vor kurzem an der Sportschule in Magglingen durchgeführten traditionellen Herbsttagung der Verbandstrainer, antwortete auf die Frage, welchen Trainingsteil er – gesetzt den Fall – seinem Assistententrainer delegieren würde, unmissverständlich mit: «Sicher nicht den Taktikteil!» Für Gross ist die «Technik» auf dem Niveau seiner Mannschaft selbstverständliche Voraussetzung und die «Kondition» buchstäblich eine «conditio sine qua non». Allerdings wies er ergänzend und mit Recht darauf hin, dass solche Fragen stets nicht nur sportartspezifisch, sondern vor allem im Hinblick auf die Alters- und Leistungsstufe sowie bezogen auf den entsprechenden Periodisierungsabschnitt im Trainingsprozess differenziert und individuell erörtert werden müssen. Damit hat er

genau die Schwierigkeit erfasst, mit der auch die Tagungsverantwortlichen konfrontiert gewesen waren: Wie können sportübergreifende Antworten auf die zentrale Tagungsfrage: «Wodurch wird Techniktraining erfolgreich?» gegeben werden, und zwar ohne dass die Antworten allzu abstrakt und damit für Trainer/-innen zu wenig praxisrelevant ausfallen.

Wenn der Direktor der Sportschule, Heinz Keller, Recht hat mit seiner in den Begrüssungsworten formulierten und durchaus diskussionswürdigen Hypothese, dass der Schlüssel zum Erfolg die «Trainerpersönlichkeit» sei, so müssten eigentlich – auch in der Trainerausbildung und am Sportwissenschaftlichen Institut der ESSM – vermehrt in diese Richtung Signale gegeben und solche Schwerpunkte auch gesetzt werden (vielleicht auch auf Kosten der Leistungsphysiologie).

### Technik als Kunst, Wissenschaft und Handwerk

Welche Funktionen die sportliche Technik zu erfüllen hat, haben die Griechen mit der Begrifflichkeit «techne» noch heute gültig charakterisiert: «Kunst, Fer-

tigkeit, Wissenschaft und Handwerk» war der damalige Bedeutungsinhalt. Mit dieser trefflichen Definition wird das Wesen der Technik auch sportbezogen umfassend erfasst: Einerseits wird die schöpferisch-wissenschaftliche Komponente der Technikfunktion erkennbar – «Wie können technische Bewegungsabläufe weiterentwickelt und vor allem individuell optimiert werden?» – und andererseits die Seite des «Homo faber», also der Macher-Aspekt: Technik trainieren heisst einschleifen und noch einmal üben, also wiederholen und doch nicht das gleiche tun. Dass «Technik» in diesem Sinne als ein in der Praxis erprobtes optimales Verfahren darstellt, um ein bestimmtes motorisches Problem zu lösen, leitete auch die Referenten dieses dreitägigen Trainersymposiums als Grundüberzeugung: letztlich bestimmt die technische Ausführung die Qualität der Leistung, denn das Niveau perfekter Technik ist stets auch Ausdruck sowohl der konditionellen als auch der psycho-taktischen Fähigkeiten.

### Praxisrelevante Konsequenzen

Trainer/-innen interessieren sich für Konkretes und Handfestes, für das, was in der Praxis taugt und auch (kurzfristig) Erfolg bringt. Neben methodischen Anregungen, vor allem in einem für diese Tagung konzipierten Lehr-Video («Trilogien des Handelns – Sinfonien des Lernens») zusammengefasst, sind neuere Theorien des Techniktrainings (von Prof. Dr. Erich Müller, Salzburg) referiert sowie pädagogisch-didaktische Aspekte (von Dr. Kurt Murer, ETH Zürich) behandelt worden. Als spezielle Themen sind beispielsweise das «Umlernen» (das Aufbrechen technischer Automatismen), «Feedback-Technologien» (z.B. visualisierte Rückmeldungen über physiologische oder biomechanische Grössen am Beispiel Rudern), «effiziente und gleichzeitig präventive Hilfsgeräte» (z.B. das Minitramp und das Trampolin sowie Longen beim Kunstturnen), «Lernwirksamkeit und Führungsstil» ausführlicher erörtert. Immer wieder ist versucht worden, die Trainer vielseitig anzuregen, so auch mit Antworten auf die zentrale Frage: Welche wissenschaftliche Erkenntnisse können und sollten auf die praktische Arbeit im Techniktraining angewandt werden? ■



**Trainer des Jahres 1993: Roy Hodgson.** Die Vereinigung Diplomtrainer NKES wählte mit grossem Mehr dieses Jahr ihren Kollegen von der Fussballnationalmannschaft. Der gebürtige Engländer spielte selbst in renommierten Klubs, ist ausgebildeter Lehrer und startete seine Trainerkarriere in Schweden, wo er zuletzt während mehreren Jahren Malmö FF betreute. An der Herbsttagung der Verbandstrainer konnte der sichtlich gerührte Hodgson die Auszeichnung in Empfang nehmen und verteilte in echt englischer Sportlichkeit das Lob auf seine ganze Mannschaft. ■

(dk)