

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

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 52 (1995)

Heft: 10

Artikel: "Trainieren heisst für eine Idee leben"

Autor: Hotz, Arturo

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-993233>

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>

25 Jahre Pro Elite STV

«Trainieren heisst für eine Idee leben»

Arturo Hotz

Im Rahmen der Jubiläumsfeierlichkeiten des Schweiz. Turnverbandes «25 Jahre Pro Elite STV» anfangs Juni an der ESSM in Magglingen hat Bundesrat Adolf Ogi die richtungsweisenden Werte eines verantwortungsvollen Spitzensporttrainings hervorgehoben und an die fast lückenlos präsente Schweizer Sportprominenz appelliert, mit dazu beizutragen, bestimmte Gesellschaftskreise aus ihrer Lethargie aufzuwecken, damit «Leistung» wieder zu einem positiv bewerteten Begriff werden könne.

In jenem für den Sport so bedeutungsvollen Jahr 1970 (Bundesartikel, Gründung der Sporthilfe), hat sich der damalige Eidg. Turnverein (ETV) – im Aufwind der erfolgreichen «Günthard-Boys» – klar zum Spitzensport bekannt und die Institution «Pro Elite» begründet. Seither werden alle Spitzensportler, die einem Nationalkader des heutigen Schweiz. Turnverbandes (STV) angehören, von diesem Sozialwerk unterstützt. Rund ein Drittel seines Jahresbudgets, also vier Millionen Franken, setzt der STV für den Spitzensport in den Sparten Kunstturnen, Rhythmische Gymnastik und Trampolinturnen ein. Rund eine Million Franken stammen aus diesem Fonds «Pro Elite STV», wovon auch erfolgreiche STV-Vereine (Faustball, Handball, Leichtathletik, OL, Ringen und Volleyball) profitieren. In diesen 25 Jahren konnten mehr als zwölf Millionen Franken, notabene aus Mitgliederbeiträgen (heute drei Franken pro Mitglied/pro Jahr), in den Spitzensport investiert werden, eine ohne Zweifel stolze Summe.

«Aufbruchstimmung braucht Pioniere»

Höhepunkt des ersten – auch durch praktische Vorführungen bereicherten – Teiles dieser Jubiläumsveranstaltung «25 Jahre Pro Elite STV» waren die Ausführungen über «Zeitgenössische Gedanken zum Spitzensport» von Bundesrat Adolf Ogi, der sich, wieder einmal unter Sportlern, sichtlich wohl fühlte und sich, kaum an ein Manuskript gebunden, mit Herzblut zu aktuellen Themen im Umfeld von Gesellschaft, Sport und Poli-

tik äusserte. Es mache ihm zu schaffen, wie eine Gesellschaft, die in zunehmendem Masse auf individuelle Vorteile erpicht sei, noch für solidarische Ideen zu begeistern sei. Gerade die eigene aktive sportliche Betätigung könne uns aber reich beschenken und auch zur Lebensqualität viel beitragen, wenn die darin erfahrene Gesundheitsförderung und das erlebte Abenteuer uns zur Einsicht verhelfen, dass Menschlichkeit und gelebte Solidarität jenen Innovationsgeist beflügeln könnten, dessen unsere Gesellschaft so sehr bedarf.

Sport – und speziell ein verantwortungsvoll betriebenes Spitzensporttraining – könne zu einem gesunden Selbstbewusstsein beitragen, das sich auch positiv auf ein intensives, an ethischen Werten orientiertes Leben auswirken werde. «Trainieren heisst für eine Idee leben» und dieser, eine Art neu zu erweckender Magglinger Geist, müsse auf unsere Jugend übertragen werden, damit um unsere gesellschaftliche Zukunft in Europa nicht gebangt werden müsse. Er, der ehemalige Direktor des Schweiz. Skiverbandes, wisse und habe es auch hautnah erfahren, was es heisst, sich für spitzensportliche Ziele einzusetzen, sich mit ganzer Kraft dafür zu engagieren, gegen die eigene Bequemlichkeit und gegen die latente Trägheit anzukämpfen und sich dafür aufzuraffen, wovon man letztlich überzeugt sei, dass es sich lohnt. Diese im sportlichen Training zu entwickelnden Eigenschaften und Haltungen, verkörpern die Kernsubstanz einer erstrebenswerten Sport-erziehung. Spitzensport könne eine Lebensschule sein, wenn wir dazu das entsprechende Umfeld schaffen, wozu auch – was ganz wesentlich sei – begeisterungsfähige Trainerpersönlichkeiten gehören, die sich durch Glaubwürdigkeit und Fachkompetenz auszeichnen und deshalb genau wissen, wo und wann das oft allzu absolut interpretierte Leistungsprinzip pädagogisch zu relativieren sei.

Wege der Akrobatisierung im Turnen

Im zweiten Teil dieser Jubiläumsveranstaltung führte der STV – als Beitrag zur stets notwendigen Förderung der



Bundesrat Adolf Ogi am STV-Jubiläum an der ESSM.

(dk)

Trainerfortbildung – ein bemerkenswertes Symposium durch: «Wege der Akrobatisierung im Turnen.» Prof. Jürgen Krug, ein am Leipziger «Institut für angewandte Trainingswissenschaft» forschender Hochschullehrer, führte in überzeugender Weise in die Thematik der «Entwicklungstendenzen akrobatischer Sportarten» ein, während Dr. med. Roland Biedert, u.a. Verbandsarzt der Schweizer Fussballnationalmannschaft und am Sportwissenschaftlichen Institut (SWI) der Sportschule Magglingen tätig, differenziert zu Fragen der Belastungsverträglichkeit Stellung bezog. Im praktischen Teil dieser anregungsreichen und eindrucklichen Veranstaltung zeig-

ten die beiden Ausbildungsverantwortlichen Klaus Hübner (Damenkunstturnen) und Claus Haller (Herren), wie eine qualitative Steigerung im Training erzielt werden kann, wenn neue Wege im Bereich der methodischen Hilfsmittel eingeschlagen werden. Dabei kommt – neben den Longen – dem Trampolin eine sehr wesentliche Rolle zu; beispielsweise im Zusammenhang mit dem Aufbau von Flugelementen, aber auch mit der gezielten Stärkung der die Belastbarkeit sichernden Muskulatur des passiven Bewegungsapparates.

Sowohl Krug als auch Biedert erkennen die Qualität der Fachkompetenz eines erfolgreichen Trainers in seinem

pädagogischen Verantwortungs- und Gesundheitsbewusstsein. Auf den Punkt gebracht: Trainerinnen und Betreuer müssen alles daran setzen, dass Nachwuchssportler/-innen, die während einer bestimmten Zeit mit Überzeugung «Ja» zum Leistungssport gesagt haben, im Nachhinein, wenn sie anderes als Sport für wichtiger halten, nicht zum bedauerlichen Schluss kommen, es sei für sie eine vertane Zeit gewesen. Vertan ist die Zeit immer dann, wenn sich das Engagement – beispielsweise verletzungsbedingt – nicht in den erwarteten Erfolg umgemünzt hat. Damit diese pädagogische Verantwortung tatsächlich auch wahrgenommen und getragen werden kann, brauchen alle im Jugendsport Engagierten, jene Sensibilisierung und jene profunden Kenntnisse (z.B. über die Gefährdung der Wachstumszonen durch Fehlbelastungen), damit sie in der Lage sind, Trainingsprozesse nicht nur leistungssteigernd, sondern auch gesundheitsfördernd gestalten zu können. Belastung und Superkompensation durch entsprechende Erholung sind dann sinnvoll, wenn ein Gleichgewicht gewahrt werden kann, und zwar zwischen individueller Belastbarkeit und Regenerationsfähigkeit.

Kehrseiten der Akrobatisierung

Krug verstand es aufzuzeigen, wie der Wunsch nach erhöhter Attraktivität in akrobatischen Sportarten dazu führt, dass letztlich die traditionellen Trainingssysteme aufgrund gezielter trainingswissenschaftlicher Forschung verändert werden müssen. Erhöhter Schwierigkeitsgrad drückt sich in entsprechendem technischen Niveau aus und dieses werde wesentlich durch die Flughöhe und die Drehgeschwindigkeit gekennzeichnet, ausgedrückt in gesteigerter Stabilität und Originalität der gezeigten Elemente. Die zunehmende Akrobatisierung zeige sich in einem Mehr an Flugelementen und in der Zunahme von Varianten, auch vor, über und nach dem Gerät. Diese Entwicklung sei nicht ohne Folgen geblieben. Es habe sich gezeigt, dass Leistungsstärkere signifikant kleiner und leichter an Körpergewicht seien, was wiederum Probleme im Bereich der frühzeitigen Spezialisierung, aber auch der Ernährung provoziere. Eine «qualitative Intensivierung» müsse deshalb angestrebt werden, denn das günstige Lernalter und ein vernünftiges Wettkampfalter klaffen immer mehr auseinander. Mehr Verantwortungsbewusstsein, und zwar sowohl in medizinischer, psychologischer als auch in pädagogischer Hinsicht sei mehr denn je eine unabdingbare Voraussetzung. ■



Symposiumsthema Akrobatisierung: Hier bei einer Partnerübung.

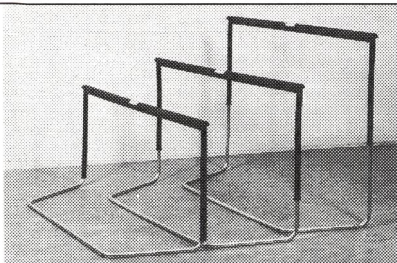
(Foto: Stéphane Gerber)

Übungshürden

bringen noch mehr
Abwechslung in Ihre Turn-
stunden

- 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



Winter • Grümpler

Grümpelturniere Mannschaftsturniere Volkssportanlässe

am Kiosk erhältlich
oder Fr. 4.- auf PC 45-6243-4
Der Grümpler, A. Bassin, 4528 Zuchwil

Sommer • Grümpler Mitte April
Inseratenschluss 20. März

Winter • Grümpler



Sonderrabatt für Jugend + Sport- Gruppenreisen

65 Prozent billiger als Normalpreis
auf Bahn, Bus, Schiff.
Verlangen Sie den Prospekt bei
Ihrem J+S-Amt.



**Sport+Erholungs-
Zentrum
Frutigen** 800 m ü.M.



Information: Verkehrsbüro CH-3714 Frutigen ☎ 033 71 14 21, Fax 033 71 54 21 – 180 Betten, hauptsächlich
Zwölfer- und Sechszimmer – Aufenthaltsräume –
Sportanlagen: Hallen- und Freibad, Fussballplatz, Tennisplatz, Kraft- und Fitnessraum, Minigolf – Kunststoffplatz: für Hand-, Korb- und Volleyball und Tennis.
Vollpension ab Fr. 37.-.
Für Sport- und Wanderlager, Skilager.

cjs
TENNIS+SQUASH
BADMINTON
MARIN

Jetzt schon für 1996 buchen Polysportive Lager für Schulen + Sportvereine

In traumhafter Lage am Neuenburgersee
erwartet Sie unser Sportzentrum!

Einrichtungen

- Tennishalle (5 Courts)
- 4 Tennisaussenplätze
- 4 Badmintonfelder
- 4 Squash-Courts
- 1 Sporthalle (Volleyball, Basketball, Fussball, usw.)
- 1 Mini-Golf mit 18 Löchern
- Windsurfen, Wassersport
- Ideale Möglichkeiten zum Joggen
- Mountain-Bike-Vermietung mit interessanten Ausflugsvorschlägen

Unterkunftsmöglichkeiten

- 7 Kabinen (direkt neben dem Zentrum)
- Camping (am See)
- Zivilschutzanlage
- Hotel (Distanz 2 km)

Verpflegung

Auch möglich bei uns im Restaurant
(Restaurant mit Ess- oder Theoriesaal)

Weitere Auskünfte erteilt auch gerne:

Denis Kuster
CIS Tennis+Squash Marin AG
La Tène
2074 Marin
Tel. 038 337373/74

Günstig zu verkaufen:

- 1 Barren
- 1 Olympiabarren
(Stufenbarren)

Auskunft:

**Kaufmännische
Berufsschule Winterthur
Roger Danner**
Telefon 052 213 66 23

magu sports • 8460 marthalen

T-Shirts
inkl. Druck ab
Fr. 9.90

➤ TEL 052/43 43 88
➤ FAX 052/43 43 89

Und Vieles mehr! Katalog anfordern!



Hotel-Restaurant
Kühboden

Das gemütliche Familien- und Bergrestaurant
auf 2200 m ü. M. im herrlichen Wander- und Skiparadies
auf der Fiescheralp am Aletschgletscher

Informieren Sie sich bei uns über unsere Gruppenunterkunft geeignet
für Schullager / Schulreisen und Vereinsausflüge

Mit bester Empfehlung:

Cornelia und Beat Schmid Telefon 028 / 71 13 77
3984 Fiesch / Kühboden Fax 028 / 71 36 22