

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

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 54 (1997)

**Heft:** 3

**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:** 12.01.2026

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

## Sport und Gesundheit in J+S

# Und dein Sportfach?

Dass aktiver Sport in vernünftigem Umfang – was auch immer das heissen mag! – das allgemeine Wohlbefinden, landläufig als «Gesundheit» bezeichnet, positiv beeinflusst, gilt als gesicherte Erkenntnis. Von Churchills legendärem «Absolutely no sports» sind wir mittlerweile nicht nur zeitlich weit entfernt. Wissen allein genügt allerdings nicht. Vielmehr stellt sich die Frage: Wie vermitteln wir die Botschaft «Sport ist gesund» den J+S-Leiterinnen und -Leitern, wie schärfen wir ihr Bewusstsein für gesundheitliche Fragen und Zusammenhänge? Eine mögliche Antwort: Indem man sie zum obligatorischen FK-Thema erhebt. Tatsächlich ist «Sport und Gesundheit» nach den konditionellen, den koordinativen und den kognitiven Fähigkeiten und nach dem Umgang mit Emotionen neu in die Reihe der obligatorischen FK-Themen aufgenommen worden, und 1997/98 geht es an die Umsetzung in den Fortbildungskursen.

### Auftrag und Eingrenzung

Der Auftrag, den die Fachleiterinnen und Fachleiter zu erfüllen hatten, war einfach und komplex zugleich:

- Untersuche dein Fach nach gesundheitlichen Schwachstellen;
- Weise auf mögliche Ursachen dafür hin;
- Zeige Möglichkeiten auf, wie die Ursachen angegangen und damit gesundheitliche Probleme in deinem Fach vermindert werden können.

Obwohl dem Auftraggeber (J+S-Ausbildung) bekannt war, dass der Begriff «Gesundheit» umfassend zu verstehen ist, beschränkte sich der Auftrag absichtlich und ausdrücklich auf den Bereich des physischen Wohlbefindens. Einerseits fehlt in einem J+S-Fortbildungskurs schlicht die Zeit, um das Thema in seiner ganzen Breite anzugehen. Abgesehen davon wäre wahrscheinlich die grosse Mehrheit der Leitenden mit einer derart breiten Auslegung schlicht überfordert. Schliesslich soll im FK nach wie vor das Schwergewicht auf die fachliche Weiterbildung der Teilnehmenden gelegt werden. Der Sport, und zwar der gesunde Sport, steht im Zentrum.

Und noch etwas: Mit der Gesundheit befasst man sich in J+S nicht erst im Jubiläumsjahr. Gesunder Sport ist für

J+S nichts Neues. Seit jeher ist es ein Ziel aller Leitenden, ihre Schützlinge ohne gesundheitliche Risiken guten Sport erleben zu lassen. Seit jeher spielt neben dem sportlichen Lernen, Üben und Leisten das Zusammensein in der Gruppe, das gemeinsame Erleben, das Soziale eine wichtige Rolle. Zahlenmässig erfassen lassen sich diese vermittelten Werte allerdings kaum. Statistiken (z.B. die der Militärversicherung) beschränken sich auf den physischen Bereich der Gesundheit. Sie zeigen aber auf, dass gerade hier Verbesserungen nötig sind. Und dass eine konzentrierte Aktion in den Fortbildungskursen Verbesserungen bringt, davon sind die Auftraggeber überzeugt.

### Die Umsetzung

In der Art und Weise, wie die Fachleiterinnen und Fachleiter den «Gesundheits»-Auftrag erfüllten, widerspiegelt die Vielfalt von J+S. Aus der Fülle der Ideen, die in den 38 verschiedenen Sportfächern zusammengetragen worden sind, greife ich ein paar wenige heraus:

- Wandern und Geländesport behandelt ein Sicherheitskonzept für W+G-Kurse und befasst sich mit der Ernährung, besonders mit dem Trinken auf Bergwanderungen.
- Die Tennisspieler werden zu spezieller Fussgymnastik angeleitet, denn ein gestärktes Gelenk ist weniger verletzungsanfällig.
- Mit Gesundheitsrisiken bei Kindern und Jugendlichen, beeinflusst durch Umwelt, Ausrüstung/Bekleidung, Sportausübung/Unterricht und durch die Teilnehmenden selber, befassen sich die Langläufer. Sie tragen Massnahmen zur Verminderung der Risiken zusammen.
- Ein brisantes Thema hat der Fachleiter Ringen aufgegriffen: das «Gewichtmachen». Er begnügt sich nicht damit, diesen für Jugendliche gesundheitsschädlichen «Brauch» anzuprangern, sondern zeigt auf, dass mit einer neuen Kategorieneinteilung das Gewichtmachen überflüssig werden könnte.
- Auf einen ganzen Strauss gesunderhaltende Massnahmen vor, während und nach dem Training und Wettkampf werden die Leichtathleten hingewiesen.

*Muskelzerrungen, Schrammen, zerkratzte Beine, blaue Flecken – unvermeidliche Begleiterscheinungen sportlichen Tuns oder fahrlässige Gefährdung der Gesundheit von Jugendlichen? Mit dem Thema «Gesundheit» befasst sich J+S 1997/98 in den Fortbildungskursen.*

*Hans Ulrich Mutti, J+S-Ausbildung*

- Im Geräte- und Kunstturnen schliesslich legt man das Schwergewicht auf Regenerationsmassnahmen.

Die Auswahl ist zufällig, und die Reihe der Beispiele liesse sich fortsetzen. Die Fachleiterinnen und Fachleiter haben es verstanden, in ihren Unterlagen die fachspezifischen Gesundheitsaspekte zu berücksichtigen.

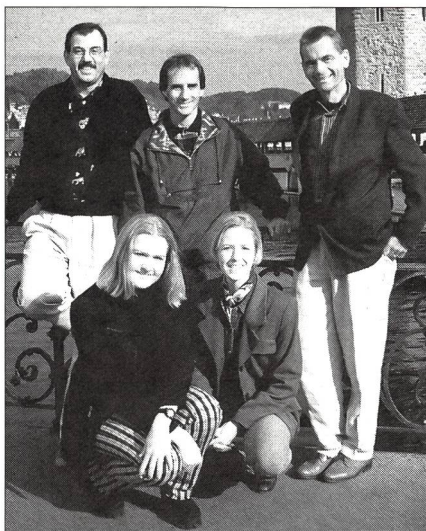
### Und die Ernte?

Papier ist geduldig, das weiss man! Ein Konzept, ein paar allgemeingültige Regeln oder Beispiele zusammentragen, das ist, liegt die Grundidee einmal vor, eine Schreib- und Fleissarbeit. Bewegt oder gar verbessert ist damit noch gar nichts. Der Erfolg jeder Aktion in den Fortbildungskursen steht und fällt mit dem Engagement der Menschen, die sich hier begegnen:

Die Kursleiterin, der Kursleiter des FK versteht es, die Botschaft der Fachleitung auf seine Kursverhältnisse masszuschneiden und das Interesse der Teilnehmenden zu wecken. Die Leiterinnen und Leiter übernehmen das Gehörte, Gesehene und Gelernte und setzen es in geduldiger Kleinarbeit Stück um Stück um: bei jedem Training, in jedem Wettkampf, an jedem Lagertag. Die Betreuerinnen und Betreuer helfen mit Fragen, Hinweisen da und dort nach. Alle sind sich bewusst, dass erwünschte (und überdauernde) Verhaltensänderungen nur dank geduldiger Überzeugungsarbeit erreicht werden.

«Gesundheit ist zu wichtig, um die Sorge dafür allein den Ärzten zu überlassen!» steht (sinngemäss) in einem der FK-Dossiers. Mit dem Thema «Sport und Gesundheit» leistet J+S einen Beitrag zur Gesundheits-erziehung der sporttreibenden Jugend. ■





Das Team des J+S-Amtes Luzern:  
V.l.n.r. Nadine Koller, Bettina Meyer;  
Roland Willi, Peter Bärtschi, Kaspar  
Zemp (Chef).

## Luzern

Eingegliedert sind wir als selbständige Amtsstelle in das Kant. Erziehungs- und Kulturdepartement. Unsere J+S-Leiterdatei umfasst rund 7500 Leiterinnen und Leiter. Pro Jahr bewilligen wir über 2000 Sportfachkurse mit rund 20 000 Mädchen und 25 000 Junglingen.

### Wir blicken zurück

Besonders gern erinnern wir uns an...

- das 10-jährige J+S-Jubiläum mit einem grossen Leiterfest in Sem-pach,
- die Expertengala im Rathaus Sursee beim 20-Jahr-Jubiläum von J+S,
- die Einführung des Kant. Anschlussprogrammes,
- die Herabsetzung des J+S-Alters,
- die Teilnahme von Weltmeister Werner Günthör an einem Leiterkurs LA in Willisau

### Freude bescherten uns...

- Frau Regierungsrätin Brigitte Mürner, Erziehungs- und Kulturdirektorin LU und Heinz Keller, ESSM-Direktor, beim Besuch des Tenerolagers 1996, verbunden mit der Würdigung der verdienstvollen Tätigkeit von CST-Pionier und -Verwalter Ruedi Feitknecht;
- die vielen Kartengrüsse aus aller Welt von ehemaligen Kurs- und Lagerteilnehmern;
- die zahlreichen Vermählungsanzeigen von jungen Paaren, die sich dank J+S kennenlernten;
- die rasante Entwicklung der Zahl der sporttreibenden Luzerner Jugendlichen von 8000 im Jahre 1972/73 bis zur heutigen Zahl von 45 000.

## Die Kantone als Schaltstellen von J+S

# Die J+S-Amtsstellen der Schweiz

### Amüsant fanden wir...

- die telefonische Bitte einer besorgten Mutter vor einem Lager, wir möchten doch bitte ihrer (18-jährigen!) Tochter den Koffer zum Lagerhaus tragen,
- die ernsthafte Anfrage eines nicht mehr ganz so jungen Absolventen eines Skikurses, ob denn beim Nachtessen im «Kurhaus...» Jeans erlaubt seien,
- während fast einer Woche mit 100 Jugendlichen im Lötschental eingeschneit zu sein und das Lagerhaus wegen Lawinengefahr nicht verlassen zu dürfen und dies, notabene, trotz eines Stromausfalles.

### Danken wollen wir...

- allen J+S-Pionieren von Magglingen für das, was sie in weiser Voraussicht für unsere Jugend geschaffen haben: Willy Rätz, Wolfgang Weiss, Gerhard Witschi, Dölf Dreier, Charles Wenger und, als letzte «Mohikanerin» noch im Amt, Jacqueline Leu;
- allen aktiven und ehemaligen Leiterinnen, Expertinnen, Leitern und Experten für das Vertrauen und Wohlwollen, das wir bei der täglichen Arbeit erfahren dürfen;
- allen an J+S interessierten Sportverbänden, Jugendorganisationen, Vereinen, Klubs und Schulen für die erspriessliche und partnerschaftliche Zusammenarbeit während der 25 Jahre J+S.

## Uri

Das Amt für Sport der Erziehungsdirektion umfasst:

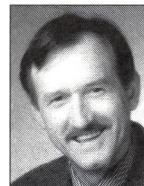
- J+S
- Schulsport
- Sport-Toto
- Erwachsenensport.

### Höhepunkte der letzten 25 Jahre

- 1973: Schaffung eines Kantonalen Amtes für Turnen und Sport.
- 1978: J+S-Ausstellung im Rahmen der Aktion Suchtprävention.
- 1984: Mit der Erstellung der Schul- und Sportanlage Feldli in Altdorf (3-fach-Turnhalle und 400-m-Rundbahn), bewilligte der Regierungsrat

die stufenweise Einführung des Lehrlingssportes.

- 1987: IOC-Präsident Juan Antonio Samaranch wird von der Urner Regierung empfangen.
- 1987: Der 18. Schweizerische Schulsporttag findet in Altdorf statt.
- 1988: Über 500 Jugendliche beteiligen sich am Zentralschweizer J+S-Tag in Altdorf.
- 1988: Die stellungspflichtigen Junglinge des Jahrganges 1969 erreichen bei der Turnprüfung ein Rekordergebnis und belegen damit gesamtschweizerisch den 1. Rang!
- 1991: Der «Urner Jugendsport» für 12- und 13-jährige Jugendliche wird eingeführt.
- 1992: 20 Jahre J+S wird im Kanton Uri mit einem Sternmarsch an die Gestade des Urnersees gefeiert.
- 1994: Die Herabsetzung des J+S-Alters, gesamtschweizerisch auf 10 Jahre, wird in der Mehrzweckhalle in Seedorf feierlich begangen.
- 1995: Der Kanton, Pro Juventute und die Lusserstiftung schenken allen Urner Gemeinden eine Streetballanlage.
- 1996: Am 2. März findet in Andermatt die Gründung der Parlamentarischen Gruppe Sport Uri statt.
- 1996: Die J+S-Ausdauerprüfungen werden auf kantonaler Ebene wieder eingeführt.
- 1996: Der «Urner Sportpass», ein vielfältiges Sportangebot für 7- bis 20-jährige Kinder und Jugendliche, wird in der Osterwoche erfolgreich durchgeführt.
- 1996: Im Rahmen 100 Jahre Olympische Spiele der Neuzeit, findet im Schloss A Pro in Seedorf unter dem Motto «Uri – Sport – Olympia» eine Ausstellung statt.
- 1996: Bei der kantonalen Verwaltungsreform bleibt der Sport als eigenständiges Amt für Sport der Erziehungsdirektion unterstellt.



Max Liniger  
Vorsteher



Peter Sommer  
Sekretär



## Schwyz

Das Turn- und Sportamt ist eines der sechs Ämter, die direkt dem Vorsteher des Erziehungsdepartementes unterstellt sind. Der Tätigkeitsbereich umfasst J+S (80%), Sport-Toto (10%), Schulsport und allgemeine Sportförderung (10%) mit der Untergliederung in Sportberatung, Sportstättenbau, Freiwilliger Schulsport und Seniorensport.

Dank den regen persönlichen Kontakten mit den Verbänden und Vereinen kennt der Vorsteher des Turn- und Sportamtes einen grossen Teil der 3500 Leiterpersonen. Das Sportamt-Team Schwyz zählt 5 Leute nebst dem Vorsteher und einem Sachbearbeiter stehen eine Teilzeitbeschäftigte und zwei Lehtöchter zur Verfügung.

Die steigenden Beteiligungszahlen beweisen die erfolgreiche Schwyzer J+S-Dienstleistungstätigkeit. Vor allem in jüngster Vergangenheit stieg die Zahl der J+S-aktiven Jugendlichen sprunghaft. Trotz den trendigen, neuen Sportarten können sich Skifahren, Turnen und Fussball neben Polysport weiterhin klar vor allen anderen Sportfächern behaupten. Der legendäre Jules Zehnder prägte bis 1991 als erster Vorsteher die Sportamt-Tätigkeit. Als herausragendste Ereignisse, der unzähligen eindrücklichen Begebenheiten, dürfen erwähnt werden: der Empfang des IOC-Präsidenten Juan-Antonio Samaranch am 22. Oktober 1987; die J+S-Vorsteher-Konferenz in Schwyz und Einsiedeln vom 14.+15. Juni 1988; 1991 die Wahl von Hansueli Ehrler als neuen Vorsteher sowie die Einführung des Anschlussprogrammes für die 12- und 13-jährigen Jugendlichen (Kan-



*Die Crew des J+S-Amtes Schwyz: V.l.n.r. Sevgi Oral, Lehtöchter; Anita Schuler, Teilzeitangestellte; Sandra Ulrich, Lehtöchter; Mario Agostini, Sekretär; Hansueli Ehrler, Vorsteher.*

tonsrat mit 70:0 Stimmen dafür als Anerkennung der J+S-Tätigkeit) und 1994 die Herabsetzung des J+S-Alters auf 10 Jahre.

Die zwei jährlichen Lager in Tenero sind bei den Jugendlichen überaus beliebt und gelten als das Markenzeichen des Turn- und Sportamtes. Beide Lager werden bewusst als Kontaktmöglichkeit zwischen Menschen aus dem äusseren und inneren Kantonsteil organisiert: Fördern und Kennenlernen des J+S-Experten- und Leiterkaders, Animation zum lebenslangen Sporttreiben und Einstieg in die Leitertätigkeit organisiert.

Dank stetem Einsatz der bisher zwei Sportamtchefs werden seit 20 Jahren die Schwyzer Sportler des Jahres (Männer, Frauen, Mannschaft und Sportförderer) geehrt, geniesst die Sport-Toto-Kommission einen hohen Stellenwert und wird dem Seniorensport bereits grosse Beachtung geschenkt. ■



*Start des Jubiläumsjahres «25 Jahre J+S» an der Eröffnung des Jugendskilagers (JUSKILA) am 3. Januar. Bundespräsident Arnold Koller, hier mit «seinen» Appenzeller Jugendlichen, hielt die Eröffnungsansprache und würdigte die 25 Jahre Jugend + Sport. J+S solle möglichst viel Optimismus aus dem Sport auf das ganze Land weitergeben, meinte er. (Foto SSV) ■*

## J+S-VERANSTALTUNGEN

### Basketball:

#### 5. Nationales J+S-Turnier

25 Jahre Jugend+Sport – 5 Jahre Nationales J+S-Basketball-Turnier in Kreuzlingen. Grund genug, sich diesen Anlass vom 7.+8. Juni 1997 vorzunehmen und sich in Kreuzlingen am Bodensee ein sportliches Stelldichein zu geben.

### Breite Trägerschaft

Begegnung zwischen Jugendlichen aus allen Landesteilen wird gross geschrieben. Herausgestrichen wird sodann, dass nebst den eingespielten Klubteams auch lockerere Gruppen aus laufenden J+S-Sportfachkursen oder Schulen willkommen sind. Dank einer breiten Trägerschaft – Patronat: Sportamt des Kantons Thurgau;

Schiedsrichter: Basketballverband Zürich / Ostschweiz, lokale Organisation: STV Gymnastica Kreuzlingen; Hauptsponsor: Crédit Suisse – dürfen die Teilnehmer ein gewohnt starkes und organisatorisch bewährtes Turnier erwarten. Als Jubiläumsüberraschung ist für Samstagabend ein besonderer sportlicher Leckerbissen geplant.

Kategorien U 21 (1977–79), U 18 (1980/81) und U 16 (1982 und jünger), je für Mädchen und Burschen.

### Noch im März anmelden!

Die Teilnehmerzahl ist auf 50 Teams beschränkt, 8 pro Kategorie. Für die Anmeldung zählt der Poststempel; letzter Anmeldetermin ist der 16. April 1997.

Anmeldeunterlagen bei den Verantwortlichen Deines Vereins (Korrespondenz-Adresse) oder bei:

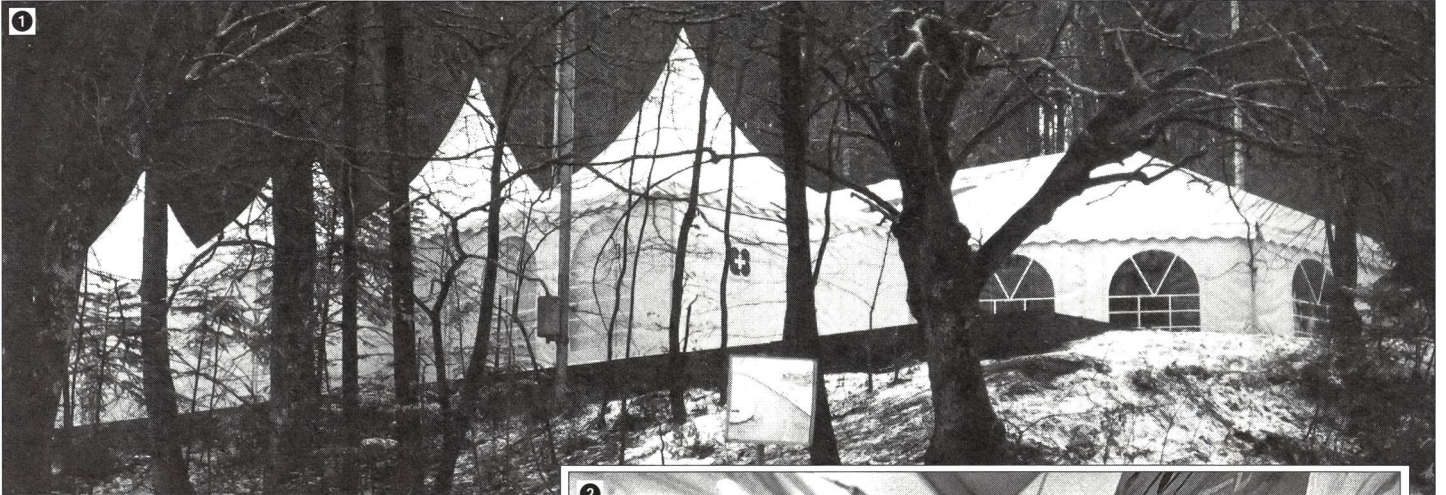
Sportamt Thurgau, 8500 Frauenfeld  
Telefon: 052 724 25 21. ■



In Basel ist im Januar kurz nach ihrem 93. Geburtstag **Nora Guldenstein** gestorben. Es ist nicht übertrieben zu sagen, dass auch sie zu den

«Pionieren» von Magglingen, der damaligen Eidg. Turn- und Sport-schule (ETS), gehörte. Mit ihrer anerkannten fachlichen Kompetenz als Gymnastiklehrerin und der ausgeprägten Persönlichkeit, die sie war, prägte sie an der ETS über Jahre das Fachgebiet Gymnastik und damit viele angehende Lehrkräfte. Unser Bild: Trotz ihres hohen Alters besuchte sie 1994 mit Freude die Jubiläumsfeier «50 Jahre Sport-schule Magglingen». ■





## Das J+S-Zelt ist in Betrieb

Fotos: Hugo Rust

Das ganze Jahr wird das leuchtend weisse Zelt, mit den von weitem erkennbaren roten J+S-Logos, auf dem Tennisplatz beim Schulgebäude (Bild 1) aufgebaut, wöchentlich einmal als Begegnungsort dienen. Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer, Lehrkräfte, Personal, manchmal auch Leute von Magglingen sollen sich treffen, miteinander reden, etwas trinken, künstlerische Darbietungen geniessen, selber aktiv sein...

Ausserdem stellt sich J+S in einer Ausstellung dar und werden verschiedene Souvenirartikel zum Kauf angeboten.

Bild 2: Im Laufe des Jahres entsteht ein «patchwork» unter kundiger Leitung und Mitwirkung aller Kurse.

Bild 3: Am ersten Zelt-Abend riss der J+S-Leiterkurs 2 Rock'n'Roll Zuschauer von den Bänken.

Bild 4: Der Bieler Magier Christoph Borer (r.), ein inzwischen weltbekannter Artist, unterhielt die Teilnehmenden mit seinen Tricks. ■





## KURSE, VERANSTALTUNGEN

### Berufsschulsport: Sportunterricht und Informatik

Datum, Ort

27.9.1997, 8.30 bis 17.00  
Handelsschule KV Zürich

#### Ziele

Praktische Arbeiten für die Jahres-/Semesterplanung, Klassenadministration, Lektionspräparation und Erfolgskontrolle mit Unterstützung eines neuen Software-Gesamtprogrammes für die Betriebssysteme MAC und Windows.

#### Thema

Das neue Software-Gesamtkonzept «SportPro2000» (Einführung)

#### Workshop

Der Computer-Einsatz in der:

- Sportorganisation und Administration
- Jahres-/Semester-Stoffplanung
- Lektionsvor- und -nachbereitung
- Sportstundengestaltung
- Qualitäts-/Erfolgskontrolle
- Veranstaltungen

#### Organisation

BIGA

#### Kursleitung/Referenten

Bruno Bettoli  
Ruedi Bürki  
Urban Schuhmacher

#### Kurskosten

Die Verpflegung und Reise gehen zulasten der Teilnehmer/-innen

#### Anmerkung

- Dieser Kurs richtet sich an alle Lehrer und Lehrerinnen aller Fachrichtungen
- Die Teilnehmerzahl ist auf 24 beschränkt
- Eingeladen sind auch interessierte Personen, welche in Zukunft Computer-Kurse organisieren wollen.

#### Anmeldung

Mit dem offiziellen BIGA-Formular bis 15. Juli 1997: BIGA-Sekretariat, Postfach 42, 3250 Lyss ■

### Symposium der Universität Basel «Bewegung ist Leben»

Anlässlich des 75-jährigen Bestehens des Instituts für Sport der Universität Basel findet vom 12. bis 14. Juni 1997 ein internationales Symposium zum Thema «Bewegung ist Leben – Die Bedeutung von Bewegung und Sport in

der Schule» statt. Zielsetzung der Tagung ist es, die vielseitige Relevanz von Bewegung und Sport für die Erziehung und Entwicklung von Kindern und Jugendlichen im Lebensraum Schule zu beleuchten. Das Symposium bildet gleichzeitig den 6. Schweizerischen Sportwissenschaftlichen Hochschultag (13. bis 14. Juni) und wird in Verbindung mit der dritten gemeinsamen Tagung der Deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft, der Österreichischen Sportwissenschaftlichen Gesellschaft und der Schweizerischen Gesellschaft für Sportwissenschaft veranstaltet.

Die Tagung zielt auf eine enge Verknüpfung von Theorie und Praxis ab. Sie wendet sich deshalb besonders auch an Lehrkräfte aus der Praxis. Im Anschluss an die Hauptreferate von Vertretern aus der Schweiz (Illi/Zahner), Österreich (Grössing) und Deutschland (Kurz) sollen in praxisnahen und stufenbezogenen Workshops Möglichkeiten der praktischen Umsetzung aufgezeigt, diskutiert und neue Ideen vermittelt werden. Ein Schwerpunkt der Veranstaltung liegt auf dem neuen schweizerischen Lehrmittel Sporterziehung. Den Abschluss des Symposiums wird eine Diskussionsrunde zum Thema «Probleme und Perspektiven von Bewegung und Sport in der Schule» bilden.

#### Kontakt

Dr. Uwe Pühse  
Institut für Sport der Universität Basel  
Sportzentrum St. Jakob  
Brüglingerstr. 21, 4028 Basel  
Tel. 061 312 48 84, Fax 061 312 48 86 ■

### Schwimmen für Alle

#### Spezialkurs Wassergymnastik 1

- 23.3. in Zürich-Affoltern
  - 26.4. in Magglingen
  - 25.5. oder 9.11. in Zürich-Affoltern
- Für alle, die Wassergymnastiktrainings oder Wassergymnastikkurse anbieten oder leiten oder leiten wollen. (Fitnessklubs, Vereinstrainings, offene Kurse.) Die Teilnehmenden sind befähigt, ein sportliches Wassergymnastik-Training durchzuführen.

Aus dem Inhalt: Musikeinsatz, Übungsbeispiele, Einsatz von Geräten, Spiele, theoretische Grundlagen und Methodik.

#### Spezialkurs Wassergymnastik 3 (Schwerpunkt Musik)

- 27.4. oder
  - 13.9. an der ESSM Magglingen
- Für alle die Wassergymnastiktrainings oder Wassergymnastikkurse anbieten oder leiten (wollen). Es wird auf dem SFA-Wassergymnastik-Kurs 1 aufge-

baut. Darum haben Leute mit besuchtem Kurs 1 Vorrang! Die Teilnehmenden lernen, Musik in der Wassergymnastik gezielt und richtig anzuwenden. Sie vertiefen und verbreitern ihr im Kurs 1 oder in der Praxis erworbenes Übungs- und Bewegungsrepertoire (zu Musik).

Aus dem Inhalt: Programm zu Musik, Übungen erfinden, Trainingsformen zu Musik, Planen eines vielseitigen, physiologisch und methodisch durchdachten Wassergymnastikprogramms.

### Spezialkurs Wasserspiele für alle

- 31.5. in Zürich-Affoltern.

Für alle, die in ihrem Schwimmunterricht oder Schwimmtraining gern spielen. Wasserspiele für Erwachsene und Jugendliche kennen (Ideensammlung). Wasserspiele gezielt, stufengerecht und situationsangepasst einsetzen. Wasserspiele erklären, aufbauen und organisieren (Spielmethodik). Stichworte zum Inhalt: Wasserspiele, Teamspiele, Spielentwicklung spielend leisten, spezielle Situationen (Bahn, Lehrschwimmbecken, Tiefwasser, Theoretische Grundlagen, Methodik).

### Wassergymnastik- Instruktor/-innen-Ausbildung (WIA) des SSCHV Informations- Halbtag

- So, 1. 6.1997 in Zürich-Affoltern
  - So, 8. 6.1997 in Bern
  - Sa, 19.10.1997 in Zürich-Affoltern
- Für alle, die an der Ausbildung zum(r) Wassergymnastik-Instruktor/-in, interessiert sind.

Der Info-Halbtag zur WIA soll folgende Fragen beantworten:

- Was bringt mir die WIA?
- Wie ist die Ausbildung aufgebaut?
- Welches sind die Prüfungsanforderungen?
- Bin ich geeignet für die neue Ausbildung?

Aus dem Inhalt: Laufformen zu Musik, Wassergymnastik-Programm zu Musik und Postenarbeit (Übungen mit Handgeräten). Information über die WIA, individuelle Fragen und persönliche Beratung. Die Praxis ist so gestaltet, dass sie einen Fortbildungswert für die Teilnehmenden hat!

### Wassergymnastik-Seminar mit der Pool-Noodle

- So, 1.6. oder
- So, 19.10. Zürich-Affoltern

Was ist eine Pool-Noodle?

Die Pool-Noodle (Wasserschlange, Schwimmstange, Flexibeam) ist das neue Gerät für die Wassergymnastik: ein langer, flexibler, farbiger Kunststoff-Stab (162 cm lang, 6,2 cm Durchmesser). Er ist attraktiv für Erwach-



sene, Kinder und Senior/-innen, kostengünstig und sehr vielseitig verwendbar. Grundlagen erarbeiten, um Übungen mit der Pool-Noodle entwickeln zu können.

Stichworte zum Inhalt: Laufformen, Gymnastik solo und zu zweit, Noodle-Games, aus den Grundpositionen Übungen entwickeln, Gruppenspiele, Entspannungsformen.

### Spezialkurs Schwimmtechnik 2 (Techniktraining)

• Sa, 7.6. in Zürich

Für alle, denen das hydrodynamische Antriebskonzept vertraut ist (z.B. Besuch des SFA-Spezialkurses Schwimmtechnik 1). Personen, aus dem Breiten- und Leistungssport, die Stilgruppen oder Schwimmtrainings leiten.

Die Teilnehmenden sollen die theoretischen Kenntnisse und das Repertoire an Schulungs-, Korrektur- und Trainingsformen für das Techniktraining im Schwimmen verbreitern und vertiefen.

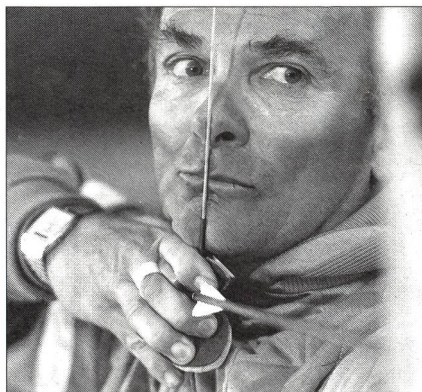
Aus dem Inhalt: Schwimmartenübergreifendes Trainieren, Schulungs- und Trainingsformen für Kraul, Rücken, Brust und Delphin, Korrekturübungen. Die Bedeutung der Technik im Schwimmtraining und -unterricht. Richtiges Techniklernen und -training.

### Informationen und Anmeldung

Schweizerischer Schwimmverband  
Schwimmen für Alle

Postach, Sportweg 10, 3097 Liebefeld  
Tel. 031 97160 16, Fax 031 97160 19 ■

### Christoph Kolb verlässt die ESSM



Am 1. April 1959 trat Christoph Kolb in die Dienste des Bundes ein und wurde an der ETS vorerst als «nichtständiger Turnlehrer», eine damals übliche Form, angestellt. Der aus Eschenz stammende Primarlehrer hatte an der ETH Zürich die Turnlehrausbildung absolviert und Studien in Zoologie und Chemie belegt.

In Magglingen wurde er in eidgenössischen Vorunterrichtsleiterkursen zuerst vor allem als Instruktor in Leichtathletik und Skifahren tätig.

1970 übernahm er die fachliche Verantwortung des stolzen Faches Skifahren, das vorher Urs Weber geleitet hatte. Damit verbunden war die herausfordernde Aufgabe, im neugeschaffenen J+S dieses Fach aufzubauen und zu gestalten. In den Wintermonaten weilte Christoph viele Wochen in den Skikursen, meist in

Montana und wirkte als begabter Ski-lehrer. Immer wieder verblüffte er mit neuen Unterrichtsideen und neuartigen Überlegungen.

1982 wurde ihm als Hauptaufgabe die Leitung der Ergänzungslehrgänge für die Sportstudenten der Universitäten übertragen. Während 14 Jahren plante und leitete er diese anspruchsvollen Lehrgänge mit Engagement und Geschick. Er sah viele angehende Turn- und Sportlehrer in Magglingen vorbeiziehen und freute sich über die zwischenmenschlichen Kontakte und gelungenen Lehrgänge.

Christoph ist uns allen bekannt als koordinativ hochbegabter Athlet, der immer wieder durch qualitativ hochstehende Bewegungsmuster verblüffte, von denen andere nur träumen konnten. Als ursprünglicher Leichtathlet mit beachtlichen Hochsprung- und Weitsprungleistungen hatte er bald in verschiedensten Sportarten die Nase vorn. Er fühlte sich wohl auf dem Wasser, so im Segeln, wo er es bis zum Schweizer-Meister-Titel brachte. Er versuchte sich auch in neuen Sportarten, war ein talentierter Tischtennispieler oder der «Mann der ersten Stunde» auf dem Rollbrett. In den letzten Jahren entwickelte er Interesse am Bogenschiessen, an der Modellfliegerei und erwarb das Pilotenbrevet im Segelfliegen, wo er mit seinen akrobatischen Figuren immer wieder Kollegen auf dem Rücksitz beeindruckte. Sein musikalisches Talent bereicherte viele Kurse mit Spielen auf dem Akkordeon oder der Querflöte.

Verletzungen haben ihn leider Zeit seines Lebens begleitet. Operationen an der Schulter, am Fussgelenk, an der Achillessehne oder an verschiedenen Muskeln gehören zu seiner Biografie. Immer wieder raffte er sich auf, schaffte sich aus dem Wellental und war wieder in blendender Form.

Christoph Kolb war ein feinfühlig, liebenswürdiger Kollege, den alle gerne mochten. Nach 38 Jahren Tätigkeit an der ESSM geht er in die wohlverdiente Pension. Wir danken ihm alle herzlich für die Zeit, die wir mit ihm gemeinsam gehen durften und wünschen ihm viel Lebensqualität in seinem dritten Lebensabschnitt.

Konrad Schwitter

Erich Hanselmann, Chef Ausbildung

### LESERBRIEF

Bei der Vorstellung des J+S-Amtes des Kantons Zürich in der Ausgabe 1/97 «Magglingen» hat die Redaktion eine kleine Änderung in meinem Text vorgenommen, indem sie aus den «J+S-Leiterinnen und -Leitern» Leitende gemacht hat. Die Suche nach geschlechtsneutralen Ausdrücken liegt heute im Trend, doch manchmal wird auch über das Ziel hinausgeschossen. So auch im vorliegenden Fall. Meiner Meinung nach ist nämlich die Verwendung des Begriffs Leitende als Ersatz für Leiterinnen und Leiter in den meisten Fällen falsch. Die Leitenden erscheinen zwar bald in jeder Verlautbarung der ESSM, doch wird die Sache dadurch auch nicht besser. «Leitend» ist das Partizip Präsens von leiten. Diese Form wird als Eigenschaftswort gebraucht und beschreibt etwas, was gerade vor sich geht. Wenn also von Leitenden die Rede ist, ist damit gemeint, dass die betreffenden Personen am Leiten sind. Der Begriff ist also nur

dann korrekt angewendet, wenn eine aktuelle Tätigkeit beschrieben wird. Für die Umschreibung einer Personengruppe ist der Begriff ungeeignet. An einem andern Beispiel kann dies vielleicht besser verdeutlicht werden: Der geschlechtsneutrale Oberbegriff für Sängerinnen und Sänger kann nicht «Singende» heissen. Diese sind nämlich ebenso wenig ununterbrochen am Singen wie unsere Leiterinnen und Leiter immer am Leiten sind. Deshalb werde ich vorläufig bei meinen J+S-Leiterinnen und -Leitern bleiben.

Konrad Schwitter

**Wir  
wollen  
fairen  
Sport.**

SLS-Initiative  
für Fairplay.

**Wir wollen Antritte,  
nicht Fusstritte.**



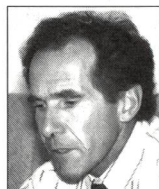
## NEUES AUS DER ESK

**Die Eidg. Sportkommission (ESK)  
Amtsperiode 1997-2000**

Aufgrund der gesetzlichen Bestimmungen werden die ausserparlamentarischen Kommissionen alle vier Jahre erneuert. Die ESK, das beratende Organ des Bundes für Sportfragen, ist von der Vorsteherin des Eidg. Departementes des Innern in einer neuen Zusammensetzung ernannt worden. Im Zuge einer Reorganisation wurde die Kommission von bisher 25 auf 18 Mitglieder reduziert. Auch die sieben Ausschüsse wurden verkleinert. Als vorberatende Gremien wurden vier Subkommissionen eingesetzt. Spezialgebiete werden von Delegierten oder Projektgruppen bearbeitet.

**Die neue Zusammensetzung**

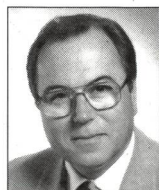
**Heidi-Jacqueline Haussener**, St-Blaise  
Präsidentin ESK  
Delegierte für die ESSM; Dipl. Turn- und Sportlehrerin



**Walter Bosshard**  
Bülach, Vizepräsident ESK und Präsident Subkommission Erwachsenensport  
Delegierter für Finanzfragen  
Vizedirektor HCB



**Charles-Henri Augsburg**  
La Chaux-de-Fonds  
Stadtpräsident



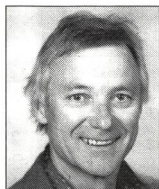
**Marco Blatter**, Bern  
Direktor SOV



**André Calcio-Gandino**  
Bern; Unterstabschef  
Ausbildungsführung



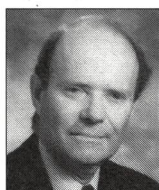
**Simonetta Caratti**  
Bellinzona  
Journalistin



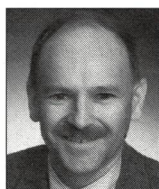
**Kurt Egger**, Bern  
Delegierter für Studienreformen  
Direktor ISSW



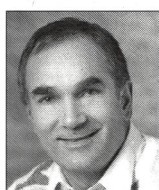
**Barbara Fryer**, Belp  
Studentin  
kaufm. Angestellte



**Francis Galley**, Marly  
Präsident  
Subkommission J+S  
Dienstchef



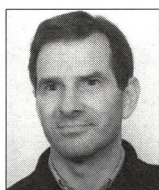
**Hans Höhener**, Teufen  
Präsident  
Subkommission Schule und Bildung  
Regierungsrat



**Ernstpeter Huber**  
Frauenfeld  
Delegierter für Sportanlagen  
Vorsteher  
Kant. Sportamt Thurgau



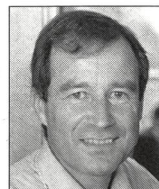
**Ursula Imhof**  
Leukerbad  
Delegierte für Frauenförderung im Sport  
Ärztin



**Jürg Kappeler**  
Rorschacherberg  
Prorektor Seminar Marienberg



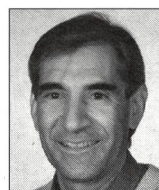
**Christina Niggli**  
Zürich  
Rechtsanwältin



**Maximilian Reimann**  
Gipf-Oberfrick  
Ständerat



**Marianne Schäfer**  
Basel  
Delegierte für Seniorensport  
Direktionsassistentin



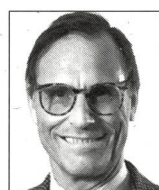
**Christoph Schwager**  
Wädenswil  
Berufsschullehrer



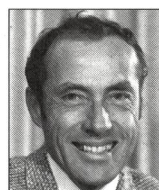
**Thomas Zeltner**, Bern  
Präsident  
Subkommission Forschung  
Direktor Bundesamt für Gesundheit



**Mit beratender Stimme:**  
**Hans Bodmer**, Zürich  
Delegierter für Rechtsfragen  
Rechtsanwalt



**Vertreter der ESSM:**  
**Heinz Keller**, Direktor



**Sekretär:**  
**Hansruedi Löffel**  
ESSM ■