

**Zeitschrift:** Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

**Herausgeber:** Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule

**Band:** 6 (2004)

**Heft:** 1

**Vorwort:** Editorial

**Autor:** Bignasca, Nicola

### 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:** 14.01.2026

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

Liebe Leserinnen, liebe Leser

«Move your body. Stretch your mind». Mit diesem schlagkräftigen und viel versprechenden Motto wurde am 1. Januar 2004 das Europäische Jahr der Erziehung durch Sport lanciert. In den nächsten 12 Monaten beabsichtigt die Europäische Union, die erzieherischen Werte des Sports zu fördern und die Bande zwischen Sport und Erziehung zu stärken. Zahlreiche wichtige Veranstaltungen, wie beispielsweise die Fussballeuropameisterschaft in Portugal, die Olympischen Spiele und die Paralympics in Athen, werden diese Kampagne begleiten.

«Move your body. Stretch your mind» – ein Motto, das alle betrifft, die sich mit Erziehung und Sport befassen; bilden doch der Körper und der Geist die Achse, um die sich die Erziehung des Menschen dreht. Sehr erfreulich ist darüber hinaus, dass dieses Motto – hoffentlich – die alte Leier vom «gesunden Geist in einem gesunden Körper» ersetzen kann. Denn Letztere ist zu statisch und stellt keinen Bezug zu Bewegung her.

«Move your body. Stretch your mind» ist ein Slogan, der von einer Mehrheit der europäischen Bürger unterstützt wird. Eine kürzlich von der Europäischen Union in Auftrag gegebene «Eurobarometer-Studie» hat ergeben, dass ein hoher Prozentsatz der Europäer/-innen einer verstärkten Präsenz des Sports in den Lehrplänen zustimmt. Eine Haltung, die im Kontrast zur Realität steht: Nämlich dem Bestreben nach Kürzung des Sportunterrichts in den Stundenplänen, illustriert beispielsweise durch eine kürzlich im Kanton Freiburg getroffene Entscheidung.

«Move your body. Stretch your mind». Wird damit auch die Schweizer Jugend eingeschlossen? Sicherlich, denn zumindest in diesem Bereich gehören wir zur europäischen Gemeinschaft. Zahlreiche Aktivitäten sind vorgesehen, wobei der Wettbewerb «Sportfreundliche Schulen» besonders zu erwähnen ist. Hier werden jene Schulen ausgezeichnet, die sich für die Förderung von körperlichen und sportlichen Aktivitäten einsetzen.

«Move your body. Stretch your mind» ist eine Etikette, die jede Kampagne zur Förderung von Bewegung und körperlicher Aktivität zieren könnte. In diesem Zusammenhang möchten wir auf einen ersten Erfolg der Bemühungen des Bundes hinweisen: Der negative Trend, der in den letzten Jahren zu einer Erhöhung des Prozentsatzes der körperlich inaktiven Bevölkerung geführt hat, konnte gestoppt werden. Auch in Zukunft: «Bewegen wir uns. Erweitern wir unseren Geist!» Oder eben: «Move your body. Stretch your mind».

Nicola Bignasca  
mobile@baspo.admin.ch

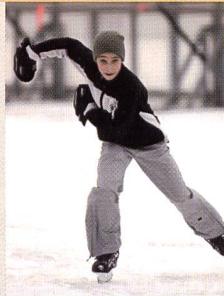
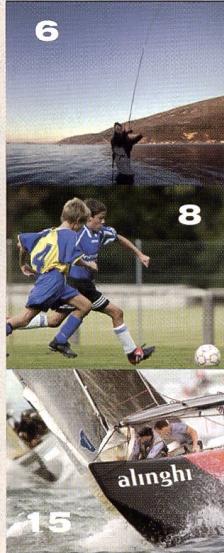


Foto: Daniel Käsemann



## ETH-ZÜRICH

06. Feb. 2004

## BIBLIOTHEK

mobile

Die Fachzeitschrift für Sport

## Schnelligkeit

«Keiner hat mehr Zeit für Musse! Weshalb geht alles so schnell? Wo bleibt die Gemütlichkeit?» Die Kritik an unserer Gesellschaft ist auch eine an der Schnelligkeit. Trotzdem entscheidet im Sport die Fähigkeit, etwas schnell zu tun über Erfolg oder Misserfolg. Genauer betrachtet, gibt es jedoch nicht eine, sondern viele Schnelligkeiten. Und manchmal ist der oder die vermeintlich Langsamere am Ende schneller.

Man braucht jedoch etwas Zeit und Musse, sich den faszinierenden Aspekten des Schnellseins gemütlich lesend zu nähern – womit wir wieder beim Anfang wären!

- 6 Ouverture
- 8 Von Hasen und Igeln – Schnelligkeit im Fussball  
Roland Gautschi
- 15 Schnell auf Kurs – Mit Jean-Pierre Egger auf der Erfolgswelle  
von Alinghi  
Véronique Keim
- 18 Keine Zeit verlieren – Richtig laufen in der Schule  
Véronique Keim
- 22 Gemeinsam sind wir schnell! – Der Erdgas kids cup für schnelle Athleten  
Véronique Keim
- 24 Der Fünfer und das Weggli – Weshalb Sprinter aussehen wie Bodybuilder  
Roland Gautschi
- 25 Lob auf die Langsamkeit – Fernöstliche Trainingsmethoden verbessern den Kraftfluss  
Erik Golowin
- 26 «Reine Wahrnehmung, keine Aktion» – Eine Studie im Banne der Geschwindigkeit  
Nicola Bignasca

