

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 9 (2007)
Heft: 6

Rubrik: Plattform // Standpunkte

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: 04.02.2026

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



Klotzen statt kleckern

Andres Hunziker // Verzeihung – eine Frage: Was ist eigentlich der Grund dafür, dass die «Bewegte Schule» in der Schweiz noch nicht obligatorisch ist? Und zwar vom Kindergarten bis zur Matur oder zum Lehrabschluss!

► Es gibt in unserem Land genügend Beispiele, die zeigen, wie viel Gewinn einer Bildungsanstalt winkt, wenn sie sich in den Klammern der starren Konventionen auch nur ein bisschen bewegt. Und Untersuchungen, die schlüssig beweisen, dass mehr Bewegung im Schulalltag messbaren Nutzen bringt, sind nun wirklich schon mit Händen zu greifen.

Schule mit Bewegung funktioniert einfach besser: effizienter, gesünder, lustvoller. Warum nur hapert es denn so bei der landesweiten Realisierung? Zwar haben sich die Erziehungsdirektoren im Oktober vor zwei Jahren höchst positiv zur Bedeutung der Bewegung in der Schule geäussert. Aber seither wurde in der Praxis höchstens ein bisschen gekleckert.

«schule.bewegt» animiert gut, und es gibt zunehmend bewegte Klassen – aber ganze Schulen oder gar Kantone? Die Sache steht und fällt noch immer mit der Initiative einzelner Lehrpersonen. Dabei war es die Schweiz, die in den 90ern das Prinzip «Bewegte Schule» entwickelt und bekannt gemacht hat – Wirkung hat es vorwiegend bei unseren nördlichen Nachbarn hinterlassen. Die Schule in der Schweiz muss sich bei der Knacknuss «Bewegungsarmut» immer noch vorwerfen lassen, sie sei mehr Teil des Problems, als dass sie zu dessen Lösung beitrage. Da muss doch einfach mit der grossen

Kelle angerührt werden! Oder: Könnte es sein, dass wir doch noch zu wenig begriffen haben, dass Bewegung ein billiges und zugleich hoch effizientes Mittel für die Schulentwicklung ist? Befinden wir uns auf dem Holzweg, wenn wir immer mehr Millionen in die Förderung der sowieso schon Sportlichen buttern, anstatt zu versuchen, vor allem die Sportuninteressierten zu bewegen? Oder liegt es ganz einfach daran, dass wir noch immer den feinen – aber entscheidenden – Unterschied zwischen Bewegung und Sport nicht ins Feld führen können?

Vielleicht aber müssen wir auch einfach lernen, die Leute in Entscheidungspositionen besser aufzuklären. Klarmachen, dass wir zwar vom «Sport» her kommen, es uns aber als Spezialisten für Bewegung um weit mehr als nur um «mehr Sport» geht!

Oder liegt es am Ende schlicht daran, dass sich einfach zu wenig bewegt, wenn nicht «geklotzt» wird? In etwa so, wie es uns derzeit Boris und seine private Cleven-Becker-Stiftung wie aus dem Lehrbuch vorzeigt. //

► **Andres Hunziker ist Verantwortlicher der SVSS-Weiterbildung und Lehrer für Bewegung und Sport auf der Sek-II-Stufe**
Kontakt: andres.hunziker@svss.ch

Das Wesentliche ist anderswo

Raphael Donzel // Einer von vier Kunden wendet sich nach nur gerade sechs Monaten von seinem Fitnesscenter ab. Einige versuchen ihr Glück ein zweites, gar ein drittes Mal. Mit derselben Erfolgsrate.

► Mit 18 Jahren auf der Suche nach einem Körper, ähnlich einer Statue von Michelangelo. Mit 24 sind die Ideen auf einen fitten Körper fixiert. Mit 30 auf den Kampf gegen die vorübergehenden Jahre. Drei Versuche. Drei Erfahrungen, die mit dem gleichen Resultat enden: einem Misserfolg. Und dies lange vor dem Erreichen der sechs Monate Mitgliedschaft im Fitnesscenter. Fitness ist verführerisch. Sicher, sie nährt sich vom Schein. Aber sie unterhält auch das Sein. Eine neue Studie bestätigt es (siehe Seiten 20 bis 23): Fitnesspaläste spielen in der Schweiz eine wichtige Rolle in der Förderung von Bewegung. Und zwei von drei Kunden bleiben ihnen auch noch nach einem Jahr treu. Im Grunde mit der gleichen Motivation.

Motivation. Das Wort ist schnell ausgesprochen. Denn einige Ziele sind schwieriger zu erreichen als andere. Die eigene «Silhouette» zu verbessern, zum Beispiel, ist eines davon. Training ist dabei nicht mehr Mittel, sondern verkommt zum reinen Zweck. Ein Konzept, das gewöhnlich ins Aufgeben führt. Und das eine andere Wirklichkeit verheimlicht: «Kunden, die sich deshalb ins Training begeben, achten zu wenig auf ihre Ernährung», stellt ein Verantwortlicher eines Fitnesscenters fest.

Ernährung. Das Wort ist schnell ausgesprochen. Die Fitnessanbieter müssen heute eine wichtige Mission wahrnehmen und mittragen

helfen: die Förderung der Gesundheit in ihrer Gesamtheit. Mehr als andere sportliche Aktivitäten ist Fitness der Ausgangspunkt dieser Thematik. Einige Anbieter haben dies erfasst, es in ihre Programme integriert. Mehr oder weniger aktiv: Beratung, Planung, Ernährungstipps. Natürlich ist der Kunde immer noch frei. Frei, seine Diät zu wählen, aber auch frei, das Ganze aufzugeben. Trotzdem: Er muss sensibilisiert, eingeführt, begleitet werden, bevor er eine Wahl treffen kann.

Und dann gibt es die anderen. Jene, die ihren Weg nicht zu Ende gehen. Weil ihr Platz anderswo ist. Laut erwähnter Studie wenden sich sieben von zehn Menschen, die das Fitnesstraining aufgeben, einer anderen sportlichen Aktivität zu. Bis zum nächsten Versuch. Mit 36 Jahren vielleicht! //

► **Raphael Donzel, Redaktor «mobile» und regelmässiger Ex-Kunde von Fitnesscentern.**
Kontakt: raphael.donzel@baspo.admin.ch

