

**Zeitschrift:** Mobile : die Fachzeitschrift für Sport  
**Herausgeber:** Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule  
**Band:** 10 (2008)  
**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:** 31.12.2025

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



## Kids ohne Halt

► Immer mehr Kinder und Jugendliche weisen Haltungsschwächen auf. Darunter fallen hängende Schultern, auffällig nach vorn geneigter Kopf, abstehende Schulterblätter, starkes Hohlkreuz, seitlich verkrümmte Wirbelsäule (Skoliose) und Probleme mit dem Gleichgewicht und der Körper-Koordination. Kid-Check will schlechte Körperhaltung erkennen helfen, Ursachen dafür erforschen und die Haltung durch ein gezieltes Training verbessern. //

► [www.kid-check.de](http://www.kid-check.de)

## Ein Plus für die Schweiz

► An einer Tagung anlässlich des Mercedes-CSI in Zürich lieferten namhafte nationale und internationale Referenten erstmals Zahlen und Fakten über die Bedeutung der Sportgrossveranstaltungen für Wirtschaft, Gesellschaft und die ganze Schweiz. Professor Dr. Jürg Stettler, Leiter des Instituts für Tourismuswirtschaft in Luzern, präsentierte erstmals die ökonomische Bedeutung der 230 000 Schweizer Sportveranstaltungen und zeigte auf, welchen Anteil die jährlich stattfindenden Sportgrossveranstaltungen ausmachen. Alle Sportveranstaltungen zusammen generieren einen direkten Gesamtumsatz von CHF 1,2 Mrd. Die daraus resultierende direkte Bruttowertschöpfung beläuft sich auf CHF 299 Mio.

68 dieser Sportveranstaltungen werden als «Sportgrossveranstaltungen» taxiert, weil sie auf Grund ihrer Grösse und ihrer Medienpräsenz von der Öffentlichkeit stark wahrgenommen werden. Der direkte Gesamtumsatz aller Sportgrossveranstaltungen zusammen beträgt CHF 355 Mio., wovon allein CHF 193 Mio. auf die 14 Events der Vereinigung Swiss Top Sport entfallen. Der zurzeit profilierteste Nation-Branding-Experte Simon Anholt fasste das Potenzial für das Image eines Landes zusammen, und BASPO-Direktor Matthias Remund und Swiss-Olympic-CEO Marc-André Giger leiteten daraus die Konsequenzen für den Bund und die Politik ab. Die Schirmherrschaft für die Tagung lag bei Bundesrat Samuel Schmid, der sich ebenfalls zum Thema äusserte. Weitere Informationen und Referate entnehmen Sie der Rubrik «Tagung» auf:

► [www.swisstopsport.ch](http://www.swisstopsport.ch)

## Gesund vernetzt

► Shape Up, das europäische Netzwerk von Schulen und Städten zur Förderung der Gesundheit und eines ausgewogenen Heranwachsens, will die Stärkung der Zusammenarbeit auf europäischer Ebene zwischen allen teilnehmenden Schulen aus 26 Städten gewährleisten. Diese können auf der Website ihre Methoden, Ergebnisse und Erfahrungen vorstellen, austauschen und untereinander kommentieren. Grundgedanke von Shape Up ist, dass die Förderung guter Gewohnheiten für ein gesünderes Leben unter Jugendlichen auf eine neue Art vermittelt werden muss, die eine umfassendere Sicht auf gesunde Ernährung und Bewegung gewährleistet. Ein Blick auf die Website lohnt sich auch für Nicht-EU-Mitglieder. //

► [www.shapeupeurope.net](http://www.shapeupeurope.net)

**Jim Bob®**  
**JB**

Jim Bob • Fohlochstr. 5a • 8460 Marthalen  
Tel 052 305 4000 • Fax 052 305 4001 • [info@jimbob.ch](mailto:info@jimbob.ch)

**Der Vereinsausrüster**

**URLAUB + AUSBILDUNG**  
Einsteiger · Fortgeschrittene · Profis  
YACHTCHARTER  
**SAIL & SURF**  
POLLENSA  
**MALLORCA**  
[www.sailsurf.eu](http://www.sailsurf.eu)



## Lernen mit Buch und Web

► «E-Voting», «E-Banking» oder «E-Shopping». Die elektronische Unterstützung ist aus vielen Gesellschaftsbereichen nicht mehr wegzudenken. So ist auch das «E-Learning» ein wichtiger und erfolgversprechender Bestandteil im Bildungsbereich.

Zurzeit führt die Sportwissenschaftliche Akademie ILIS ein Projekt durch, in welchem sportwissenschaftliche Themen in Buchform mit einem Onlinekurs kombiniert und aufeinander abstimmt werden. Die Idee dahinter: Die Potenziale beider Medien nutzen. Das Lehrbuch soll in einer verständlichen Sprache und didaktisch gut aufgearbeitet die Grundlagen der Sportwissenschaft vermitteln. Der Onlinekurs greift diese Inhalte auf, erweitert und aktualisiert sie (siehe Demo-Version unter [www.sportwissenschaft-akademie.de](http://www.sportwissenschaft-akademie.de)).

Das neueste Lehrbuch im Rahmen dieses Projektes erklärt die «Grundlagen der Trainingswissenschaft und -lehre» und richtet sich hauptsächlich an Studierende im Fachbereich Sport und Sportwissenschaft. Im Zentrum steht das «Belastungs-Beanspruchungs-Konzept». Unter Belastung werden alle erfassbaren Einflüsse auf den Sportler und seinen Organismus verstanden. Die Beanspruchung bezeichnet die individuelle Auswirkung dieser Belastung. In Abhängigkeit von unterschiedlichen Voraussetzungen (Eigenschaften, Fähig- und Fertigkeiten des Sportlers) führt die gleiche Belastung also zu verschiedenen Beanspruchungen. Aufbauend auf diesem Basiskonzept erläutert das Buch in verständlicher Weise und einem handlichen Format die wesentlichen Grundlagen des sportlichen Trainings. *Ralph Hunziker*

► Olivier, N.; Marschall, F.; Büsch, D.: **Grundlagen der Trainingswissenschaft und -lehre**. Schorndorf, Hofmann-Verlag, 2008. 313 Seiten.



## Kooperative Zweikämpfe

► Wie können Berührungsängste abgebaut und in kleinen Schritten ein faires Ringen, Raufen und Kämpfen in der Schule angeleitet werden? Auf diese und viele weitere Fragen geht der neueste Band in der Serie «Spiel- und Übungsformen» von Walter Bucher gezielt ein. Die Einteilung der Themen in verschiedene Kapitel ermöglicht ein schnelles Aussuchen neuer Spiele und Übungsformen ohne langes Einlesen. Die ersten sechs Kapitel sind vor allem für die Schule gedacht: Tipps für die Praxis, Konzepte für das Ringen, Raufen und Kämpfen, Rituale und Entspannungsübungen, Bewegungsfreude auf der Matte entwickeln, Ich vertraue mich meinem Partner an, Körperkontakt aufbauen. Beispielsweise kann man aus Kapitel 4 die allgemeinen Übungen und Spiele auf der Matte und die Staffelspiele auf der Matte und aus Kapitel 6 die Kooperation in der Akrobatik (Pyramidenbau) im Training mit Anfängern und Könnern einsetzen. In Kapitel 7 «Grundlagen für Raufen und Zweikämpfe» geht es richtig zur Sache. Mit den über 300 Spiel- und Übungsformen für das Training von Kraft, Kondition und Ausdauer sowie den Mannschafts- und Zweikampfspielen kann man die Sportler richtig fordern. Kapitel 8 «Erproben und Anwenden von Zweikampftechniken» enthält Übungen zu Falltechniken, Abwehrtechniken, Wurftechniken, Bodentechniken und Atemtechniken. Insider kennen den Begriff «Atemi» als den Oberbegriff für alle Schlag-, Stoss-, Tritt- und Abwehrtechniken in den Zweikampfsportarten. Das Buch, das sich für Vereine und Verbände gleichermaßen anbietet, schliesst mit kooperativen Spielen ab. *Markus Küffer*



► Bächle, F.; Hecke, S.: **999 Spiel- und Übungsformen im Ringen, Raufen und Kämpfen**. Schorndorf, Hofmann-Verlag, 2008. 312 Seiten.  
Bestellung: [bupro@bluewin.ch](mailto:bupro@bluewin.ch)

### Aus der Spormediathek

#### Ballspiel

M. Mertens: **Ballfertigkeiten trainieren: 222 Spiel- und Übungsformen**. Mülheim an der Ruhr, Verlag an der Ruhr, 2007. 305 Seiten

#### Fussball

C. Bausenwein: **Geheimnis Fussball: auf den Spuren eines Phänomens**. 2. erg. Aufl. Göttingen, Die Werkstatt, 2006. 575 Seiten

#### Handball

K. Barth, M. Nowak: **Ich trainiere Handball: trainiere deine Technik, verbessere Ausdauer, Kraft und Schnelligkeit**. Aachen, Meyer & Meyer, 2008. 151 Seiten

#### Klettern

G. Flecken, D. Heise-Flecken: **Klettern in der Halle: für Einsteiger, Kinder und Jugendliche, sicher klettern, Methodik und Techniktipps**. Aachen, Meyer & Meyer, 2008. 130 Seiten

#### Konditionstraining

M. Grosser, S. Starischka, E. Zimmermann: **Das neue Konditionstraining: sportwissenschaftliche Grundlagen, Leistungssteuerung und Trainingsmethoden, Übungen und Trainingsprogramme**. 10., neu bearb. Aufl. München, BLV, 2008. 246 Seiten

#### Landhockey

B. Barth, L. Nordmann: **Hockey: modernes Nachwuchstraining: neue Ideen für das Hockeytraining, Spieler motivieren, Trainingsziele erreichen**. Aachen, Meyer & Meyer, 2008. 168 Seiten

#### Lauf

W. Schillings: **Die 100 besten Tipps für den Marathon**. Hamburg, spomedis, 2007. 144 Seiten

#### Mentales Training

H. Eberspächer: **Mentales Training: das Handbuch für Trainer und Sportler**. 7., durchges. Neuaufl. München, Copress Sport, 2007. 120 Seiten

#### Pausengymnastik

H. Harjung: **Vielseitige Bewegungspausen in der Schule**. Kerpen, Kohl-Verlag, 2007. 43 Seiten

#### Radsport

N. Sienknecht: **Die 100 besten Tipps für Rennradfahrer**. Hamburg, spomedis, 2008. 144 Seiten

#### Schwimmen

G. Frank: **Koordinative Fähigkeiten im Schwimmen: der Schlüssel zur perfekten Technik**. 5., überarb. Aufl. Schorndorf, Hofmann, 2008. 194 Seiten

#### Sportphysiologie

Leistungsphysiologie: **Grundlagen für Trainer, Physiotherapeuten und Masseur**. J. Tomasits, P. Haber. 3., neu bearb. Aufl. Wien, Springer, 2008. 290 Seiten

#### Sportunterricht

W.-D. Miethling (Hg.): **Beruf: Sportlehrer/in: über Persönlichkeit, Kompetenzen und Professionelles Selbst von Sport- und Bewegungslehrern**. Baltmannsweiler, Schneider Verlag Hohengehren, 2007. 213 Seiten

#### Tauchen

M. Baschta, C. Münzel: **Schnorcheltauchen: bewährte Spiel- und Übungsformen für Schule und Verein**. Wiebelsheim, Limpert, 2008. 78 Seiten

#### Trainingslehre

N. Olivier, F. Marschall, D. Büsch: **Grundlagen der Trainingswissenschaft und -lehre**. Schorndorf, Hofmann, 2008. 313 Seiten

#### Triathlon

G. Bernhardt: **Trainingspläne für Triathleten: und andere Ausdauersportler**. Betzenstein, Sportwelt Verlag, 2008. 380 Seiten

#### Unterricht

H.-U. Grunder [et al.]: **Unterricht: verstehen – planen – gestalten – auswerten**. Baltmannsweiler, Schneider Verlag Hohengehren, 2007. 352 Seiten

► Mehr dazu: [www.sportmediathek.ch](http://www.sportmediathek.ch)



Wenn Sonne, dann **Daylong**. Daylong schützt. Auch Männerhaut.



**Daylong ist der Massstab für zuverlässigen Sonnenschutz, denn Daylong tickt wie Ihre Haut. Kein Wunder: it's Swiss made!**

Zum Beispiel **Daylong ultra SPF\* 25** oder bei sehr intensiver Bestrahlung (Tropen, Hochgebirge) **Daylong extreme SPF\* 50+**. Sie schützen dank photostabiler Breitbandfilter wirksam vor den hautschädigenden UVA- und UVB-Strahlen, ziehen schnell ein, sind wasserfest und optimal verträglich (enthalten kein Parfum). Und nach der Sonnenexposition regeneriert die feuchtigkeitsspendende **Daylong après Lotion** die beanspruchte oder trockene Haut und gibt ihr neue Kraft.

\*Sun Protection Factor (SPF). Angaben nach strenger europäischer Norm.

Das umfassende Daylong-Sortiment auf [www.spirig.ch](http://www.spirig.ch)



Partner der  **krebsliga schweiz**

Wir verstehen die Sonne und Ihre Haut



CHF

79.-



CHF

69.-

Er läuft nicht ein. Oder höchstens zum Aufwärmen

SWISS OLYMPIC COLLECTION 2008

Switcher garantiert Ihnen eine vollständige Rückverfolgbarkeit seiner Textilien: mehr Informationen unter [www.respect-inside.org/ch/louis](http://www.respect-inside.org/ch/louis) oder [zutter](http://www.zutter.ch)







## Wie viel Sport treibt die Schweiz?

► «Tatort»: Freitag, 18. April 2008, 16 Uhr, Sport-Tot-Halle. Über 250 Vertreter des Sports, der Politik und der Wirtschaft treffen sich zum festlichen Anlass, den Adolf Ogi 1999 ins Leben gerufen hat. Im Zentrum der Gespräche steht die vom BASPO neu veröffentlichte Studie «Sport Schweiz 2008». Es ist die bisher grösste und umfangreichste Befragung zum Sportverhalten der Schweizer Bevölkerung. Eines ist klar: Immer mehr Menschen treiben regelmässig Sport. Zwei von drei Befragten treiben mindestens ein Mal pro Woche Sport. Das sind über 200 000 Menschen mehr als noch vor acht Jahren anlässlich der letzten Befragung. Besonders Frauen und ältere Personen betätigen sich zunehmend sportlich. Am liebsten fahren Herr und Frau Schweizer Rad oder Mountainbike. Auf dem zweiten Platz liegt Walking/Wandern. Es folgen Schwimmen und Skifahren. Auffallend ist, dass die Schweizer Bevölkerung je länger je weniger Wettkämpfe be-

streitet. Viel mehr und viel lieber treibt man Sport für die Gesundheit oder zum Spass. Allerdings unverändert bleibt die Zahl der «Nicht-Sportler»: Jeder Vierte treibt nie Sport. Als Hauptgrund wird Zeitmangel genannt. Matthias Remund, Direktor des BASPO, zeigte sich erfreut über das grundsätzlich positive Resultat. Er wies aber darauf hin, dass die Anstrengungen der Vereine und die diversen Programme des BASPO weiterhin nötig sind, um auch Nicht-Sportler zum Sport zu bewegen. Gerade mit «J+S-Kids» trage man diesem Anliegen Rechnung. Und das ist auch im Sinne der Schweizer Bevölkerung: Gemäss der Studie sieht nämlich eine grosse Mehrheit den Sport positiv und unterstützt den Ausbau insbesondere des Jugendsports. «mobile» plant für die nächste Ausgabe ein Heftthema zu dieser Studie. *Susanne Giger*

► [www.baspo.ch](http://www.baspo.ch)

## Gewaltthematik im Fokus

► 60 Personen folgten der Einladung des BASPO nach Magglingen und nahmen Mitte April 2008 an der Fachtagung «Gewalt im und um den Sport. Hausgemacht oder Gesellschaftsproblem?» teil. Es handelte sich dabei vorwiegend um Vertreter/-innen von Sportvereinen, Polizeiorganen, privaten Sicherheitsdiensten sowie Fanbetreuer. Jörg Annaheim, Vizedirektor des BASPO, hob in seiner Einführung Fairness, Anstand, Respekt und Toleranz als zentrale Werte des Sports hervor. Prof. Dr. J. Maguire (Loughborough University) führte das Publikum anschliessend in das Thema ein, indem er die historischen Zusammenhänge und Entwicklungen sowie die gesellschaftlichen und kulturellen Einflüsse auf das Gewaltverhalten im und um den Sport erläuterte. Das Referat von Prof. Dr. Gunter A. Pilz (Leibniz Universität Hannover) befasste sich mit Massnahmen und Erfahrungen in der Prävention. Er zeigte auf, welchen Einfluss Trainer und Eltern auf das Verhalten von Kindern und Jugendlichen im Sport haben und wie viel bewirkt werden kann, wenn diese Eigenverantwortung für ihr Verhalten übernehmen müssen. Bezüglich Prävention von Zuschauergewalt erläuterte er, was mit guter Fanbetreuung und sinnvollen Rahmenprogrammen um Fussballspiele und -turniere erreicht werden kann. Im letzten Referat plädierte der Präsident von Swiss Olympic, J. Schild, dafür, dass der Sport die Werte der Olympischen Charta respektieren muss, und erläuterte die Massnahmen und Richtlinien der Sicherheitskommission von Swiss Olympic. Die anschliessende Podiumsdiskussion mit Vertreterinnen und Vertretern von Sport (Trainer, Spieler und Clubmanager), Fangruppierungen und Politik ging der Frage nach, inwieweit das Verhalten der Spieler sich auf dasjenige der Zuschauer auswirkt. Die kontroverse Debatte machte deutlich, wie unterschiedlich die Ansichten und wie breit das Spektrum des «Sportverständnisses» und der Erwartungen sind. Am zweiten Tag wurden vier Workshops zu den Themen: «Fanarbeit», «Alkohol in den Stadien», «Vorbildwirkung von Sportlern» und «Zusammenarbeit aller Akteure für die Sicherheit» durchgeführt. Rege Diskussionen wurden geführt, Erfahrungen ausgetauscht. Zum Abschluss folgten die Zusammenfassungen der Erkenntnisse durch die Workshopleiter, ein Resümee der gesamten Tagung, generelle Überlegungen zum Thema sowie ein Ausblick in die Zukunft. // *Edward Salib*

► [www.baspo.ch](http://www.baspo.ch)

## mobile

Vorschau 4 / 08

### Fokus // Aufwärmen

- So nicht // Ein Aufwärm-Experiment mit negativem Ausgang
- Klappe, die erste // Warum jede Lektion mit einem Warm-up beginnt
- Richtig mobilisieren // Der Mensch ist so alt wie seine Gelenke
- Sportunterricht // Mein Lieblingsaufwärmen

### Dossier // Sport Schweiz 2008

- Die Resultate // Ein Volk von Sportler/-innen
- Die Methode // Repräsentativ und flächendeckend
- Die Aussichten // Muffel vs. Aktive?

### Weitere Inhalte

- Impressionen // Schweizerischer Schulsporttag in Tenero
- Bike to school // Die Evaluation des Projektes

Die Ausgabe 4/08 erscheint Anfang August 2008.

### mobilePraxis

- Nordic Walking
- Tischtennis

### Unsere Partner



Rivella sorgt für die Attraktivität der hinteren Umschlagseite und bietet interessante Angebote für den mobileclub.



VISTAWELL bietet interessante Angebote für den mobileclub.