

Zeitschrift:	Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
Herausgeber:	Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
Band:	32 (1975)
Heft:	8
Rubrik:	G+S informazioni

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

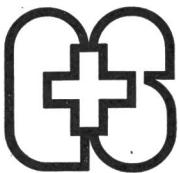
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 23.02.2026

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



INFORMAZIONI

Gioventù + Sport : 1972-1975

Un appello a tutti coloro che partecipano a G+S, e in particolare alle monitrici e monitori G+S che ancora sono indecisi.

L'istituzione G+S ha avuto una partenza fulminante. Tutte le aspettative sono state largamente superate e le cifre concernenti la partecipazione lo provano chiaramente.

Sono ormai tre anni che G+S ha dato il cambio all'istruzione preparatoria ginnica e sportiva, il 1. luglio 1972. Vi fu un breve periodo di «riscaldamento, di messa in moto», a volte anche di «resistenza» agli attacchi degli scettici e degli invidiosi.

Ma la critica è buona cosa. Grazie a questa, noi abbiamo riflettuto su certi problemi, cosa che sicuramente non avremmo fatto senza esservi indotti. Gli sforzi fatti dalla SFGS, i servizi cantonali G+S, le federazioni e istituzioni, le scuole ecc., valgono veramente la pena? I mezzi finanziari della Confederazione, diventati così rari in quest'ultimi anni, sono impiegati in modo tale da trarne il maggior profitto possibile?

Se cerchiamo di rispondere a queste domande imbarazzanti, occorre fare il seguente ragionamento: fintanto che i giovani fanno dello sport, le droghe, l'abuso di alcool e di tabacco e la delinquenza restano in generale tabù per loro. D'altronde, non è forse vero che gli adolescenti abbandonati moralmente costano ben maggiormente allo Stato di quelli che partecipano ad un corso di disciplina sportiva o ad un esame di prestazione G+S?

Ma sarebbe sbagliato riposare sugli allori. Al contrario, si tratta ora di motivare ugualmente le ragazze ed i ragazzi che, fino a questo momento, sono rimasti in disparte da G+S. A questo scopo occorre che i monitori, formati a spese della Confederazione e delle federazioni ma che non esercitano ancora un'attività G+S, prendano il coraggio a due mani e s'impegnino per la buona causa di questa istituzione. È nostro dovere dare una formazione sportiva agli adolescenti, ed è loro diritto esigerla.

Kaspar Zemp

Viaggi di persone ferite durante attività G+S

Si constata che persone ferite e impossibilitate a camminare in seguito ad incidente avvenuto durante attività G+S, utilizzano spesso il tassì per recarsi a scuola o per altri spostamenti, senza avere in precedenza chiesto l'autorizzazione all'Assicurazione militare, e presentano in seguito la fattura per questi viaggi.

È comprensibile che si cerchi di mancare il meno possibile dalla scuola per evitare il rischio di dover ripetere una classe. Il tragitto fino alla scuola può risultare un ostacolo che impedisce la realizzazione di questa buona intenzione. Il ricorso al tassì è certo comodo, ma costoso. Considerato il livello di motorizzazione raggiunto attualmente, si può certamente supporre che un parente, un vicino o un conoscente s'incarichi di questi trasporti senza chiedere un'indennità particolare, e questo nel caso che il ferito non possa utilizzare un mezzo pubblico di trasporto o quando tali mezzi non sono a disposizione.

D'ora innanzi l'Assicurazione militare assumerà le spese per l'utilizzazione di tassì o altre spese di trasporto solo in casi eccezionali. Sarà tuttavia sempre indispensabile chiedere in precedenza l'autorizzazione all'Assicurazione militare e provare che, nonostante le iniziative personali, non è stata trovata nessuna soluzione conveniente.

Notizie sulle nuove discipline G+S

Hockey su ghiaccio

Per gli allenatori di lega nazionale LSHG, un primo corso d'introduzione G+S si è svolto nell'agosto del 1974. I monitori riconosciuti provvisoriamente al termine di questo corso hanno organizzato durante lo scorso inverno, a titolo sperimentale, attività per i giovani. Nel marzo 1975, seguendo un corso di aggiornamento, hanno ottenuto il riconoscimento definitivo come monitori 3 G+S. Questi primi monitori possono organizzare, d'ora innanzi, corsi di disciplina sportiva hockey su ghiaccio e corsi per l'allenamento della condizione fisica. Saranno a Macolin dall'8 al 10 settembre 1975 per seguire il primo corso di esperti. Da questo corso d'esperti, è prevista l'organizzazione di corsi d'introduzione e di formazione di monitori federali e regionali conformemente alla pubblicazione dei corsi. Anche in questa disciplina sportiva, l'attività potrà quindi iniziare in tutta la sua ampiezza.

Il manuale del monitor sta subendo attualmente gli ultimi ritocchi ed è già stato redatto anche in italiano.

Possiamo constatare, oggi, che il sistema adottato per l'introduzione di questa disciplina è risultato valido e potrà servire da modello quanto si tratterà d'introdurre altre discipline sportive.

Ginnastica e danza

I corsi d'introduzione previsti dal programma 1975 non possono aver luogo. Gli interessi, molto diversi gli uni dagli altri, hanno causato inattesi ritardi già al momento della formazione della commissione di disciplina. Numerosi impegni delle persone responsabili, come per esempio il lavoro nel quadro della Gymnaestrada 1975, pongono ugualmente problemi e provocano ulteriori ritardi. Vista la situazione, è poco probabile che il primo corso d'introduzione per le persone qualificate possa aver luogo prima della primavera del 1976.

Ciclismo

La commissione di disciplina ha già consacrato alcune sedute alla strutturazione della disciplina.

Per quanto riguarda la formazione, sono stati fissati, di principio, i seguenti orientamenti:

- cicloturismo
- ciclismo su pista
- ciclismo su strada
- ciclocampestre.

In una prima fase si tratterà di elaborare il programma d'insegnamento generale comune a tutti gli orientamenti. Questa formazione di base costituirà il 1. grado. La formazione specifica nelle differenti discipline, sia per quanto concerne i corsi di formazione di monitori sia i corsi di disciplina sportiva con i giovani, seguirà in una seconda fase. Questa formazione specifica costituirà il 2. grado.

A questo scopo, la commissione di disciplina ha stabilito, per il prossimo futuro, il seguente piano:

- marzo 1976
primo corso d'introduzione per allenatori selezionati
- aprile-maggio 1976
primo corso sperimentale con giovani
- giugno 1976
primo corso d'esperti
- dall'agosto 1976
corsi d'introduzione per allenatori di federazione diplomati e corsi cantonali di monitori 1.

Canottaggio

La commissione di disciplina ha constatato, durante la sua prima seduta, che la Federazione svizzera di canottaggio ha già compiuto un gran lavoro di preparazione. Il primo corso d'introduzione G+S per dieci allenatori selezionati (più tardi esperti) dovrebbe aver luogo nell'agosto 1975. In seguito si applicherà probabilmente lo stesso procedimento usato per l'hockey su ghiaccio.

Adolf Dreier
segretario delle commissioni di disciplina sportiva G+S

Comunicati dei capi disciplina



Allenamento d'efficienza fisica Ri + Re

Nel numero di giugno abbiamo pubblicato le disposizioni transitorie in vista della fusione definitiva delle due discipline allenamento d'efficienza fisica ragazzi e ragazze.

Ai monitori delle due discipline, offriamo ora la possibilità di ordinare la documentazione «dell'altra» disciplina necessaria per i corsi misti. Gli esperti hanno già ricevuto questa documentazione tramite gli uffici cantonali. Si tratta dei capitoli 1 e 2 (programma d'insegnamento / esami di disciplina sportiva) che potrete ottenere **gratuitamente** inviando il talloncino sottostante debitamente compilato all'Ufficio centrale federale degli stampati e del materiale di Berna. Con questi due capitoli il vostro manuale sarà completo poiché il resto, in ambedue le discipline, è praticamente identico.

Tutti i monitori 1, 2 e 3 della disciplina sportiva allenamento d'efficienza fisica interessati, sono pregati di staccare il talloncino corrispondente, d'iscriversi il proprio indirizzo e di inoltrarlo a:

Ufficio centrale federale
degli stampati e del materiale
3000 Berna

Si prega di utilizzare le buste G+S affrancate in blocco. Se non è il caso, non dimenticate di affrancare la lettera! Il termine di consegna scadrà il **30 settembre 1975**. Dopo questa data più nessuna ordinazione potrà essere presa in considerazione.

I capi della disciplina sportiva
allenamento d'efficienza fisica Ri + Re

H. R. Hasler

B. Boucherin



Buono per l'ottenimento dei capitoli 1 e 2 del manuale per ragazzi (Ri)

Buono per l'ottenimento dei capitoli 1 e 2 del manuale per ragazze (Re)

Ri

Buono valido fino al 30 settembre 1975

Capitoli 1 + 2 Allenamento d'efficienza fisica



Schweizerische Bundeskanzlei
Eidgenössische Drucksachen- und Materialzentrale

Chancellerie fédérale suisse
Office central fédéral des imprimés et du matériel
3000 Bern

108.973 b - 36393

Pauschal frankiert
Affanchi à forfait

RE

Buono valido fino al 30 settembre 1975

Capitoli 1 + 2 Allenamento d'efficienza fisica



Schweizerische Bundeskanzlei
Eidgenössische Drucksachen- und Materialzentrale

Chancellerie fédérale suisse
Office central fédéral des imprimés et du matériel
3000 Bern

108.973 b - 36393

Pauschal frankiert
Affanchi à forfait

Sport, una necessità culturale dei nostri tempi

Peter Kasper (St. Moritz), presidente della Commissione «Sport per tutti» dell'ANEF

Chi si vuol confrontare con gli scopi intrinseci del movimento «Sport per tutti» non può evitare di giungere a considerazioni di ordine filosofico. La caratteristica del gioco vuole che l'uomo sviluppi liberamente le forze vitali in lui insite. La massima vale anche per lo sport in generale. Lo sport ricerca una libera attività del corpo, un polo d'attrazione che serva equilibrio al lavoro. Contrariamente però a quanto avviene con il lavoro, dove si tratta innanzitutto di conservazione, di lotta per l'esistenza, lo sport e il gioco servono soprattutto all'uomo quale possibilità di positiva esteriorizzazione individuale, di autosviluppo e formazione.

Grazie allo sport l'uomo può intravvedere che il suo corpo non gli è dato unicamente per assumere il nutrimento, per continuare la specie e per fornire il lavoro necessario alla vita, bensì che esso gli è stato affidato, come l'anima e lo spirito, per permettergli un esercizio di indole culturale, quello che si può appellare, usando un termine forse non del tutto consono, della cultura del corpo. Sotto questo aspetto, si può dire che lo sport libera l'uomo dalla sensazione piuttosto sconfortante di dover trascinare il proprio corpo solo come una gravosa appendice, come una specie di zavorra dello spirito. È solo lo sport ad essere in grado di dare a molti esseri umani la coscienza che il corpo e lo spirito formano un tutto unico, che soltanto una teoria puramente intellettuale ha distinto e rappresentato come due entità separate ed indipendenti.

Prigioniero della sua propria creazione?

Porsi la seguente domanda diventa quasi una necessità: qual è il ruolo dello sport, considerato in funzione del suo significato iniziale, nel mondo moderno? Al giorno d'oggi, l'uomo si trova ordinato in un apparato complicato e superorganizzato. Che paradosso quindi! Proprio l'apparato creato inizialmente dall'uomo partendo dalla libertà e sulla base di iniziativa e di pianificazione proprie ha progressivamente sempre più limitato d'ideatore nella sua stessa libertà e nella moltitudine delle forme d'attività; l'ha fatto, in un certo senso, prigioniero della sua stessa scoperta. Lo sport diventa così una specie di terapia della necessità.

Lo sport dovrebbe invece essere per ogni uomo la sensata compensazione ad ogni unilaterale impiego del corpo e quindi anche ad ogni costrizione, da questa risultante, dei



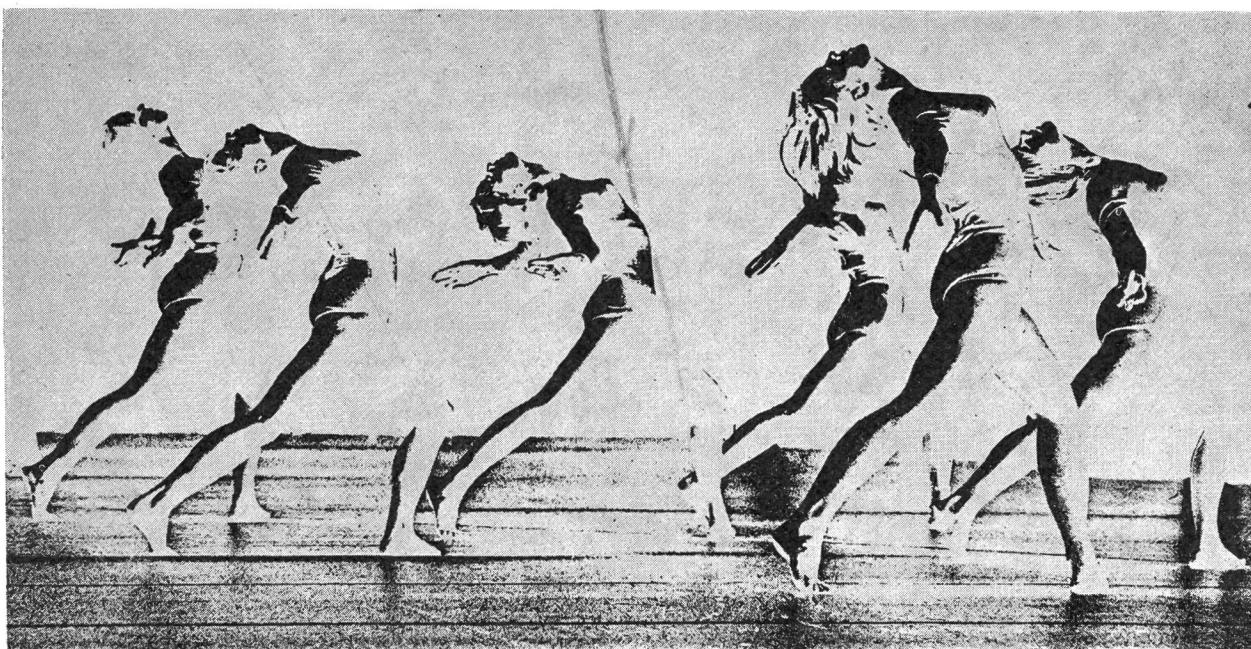
ritmi e dei movimenti dati organicamente a priori; ritmi e movimenti che sono esposti, per mancanza d'attività fisica, ai pericoli della limitazione e della riduzione, e questo sia nell'operaio al lavoro alla catena di montaggio che nell'impiegato costretto alla scrivania.

Lo sport deve però svolgere, oltre al citato compito biologico, anche una funzione più sottile, appartenente all'ambito spirituale della vita umana. Sport e gioco rappresentano un'attività che, come quella artistica, porta i suoi valori in se stessa, è autosufficiente ed è in se stessa al di là di ogni questione d'utilità pratica.

Vittoria su se stessi

È certo che lo sport oggi viene spesso vissuto e sentito altrimenti. Lo sport puramente spettacolare, l'esaltazione delle masse, la mania del primato, il divismo, la commercializzazione son tutti termini di un linguaggio abbastanza chiaro. Scopo dello sport è e rimane certo la vittoria, ma prima di ogni altra quella su se stessi, sulla propria comodità, forse anche la vittoria dell'anima sul corpo. Senza però dimenticare che la vita trova il suo vero e proprio significato solo quando corpo ed anima sono sani. Gioco e sport, separati od accomunati, sono appunto una ricetta più che valida per mantenere sani sia l'anima che il corpo.

Considerato sotto questo aspetto, lo sport è senza dubbio parte della cultura, di cui costituisce un elemento d'indole giocosa e colmo di fascino.



Catalogo dei lavori di diploma 1969-1974 (II)

In seguito ad accordo con la Conferenza dei direttori degli istituti superiori di educazione fisica, alla fine di ogni anno, in futuro, verranno raccolti bibliograficamente i titoli dei lavori di diploma svolti presso gli Istituti di educazione fisica e sport delle università di Basilea, Berna, Ginevra, Losanna e del Politecnico di Zurigo.

La stessa cosa avverrà per i lavori di diploma dei partecipanti al ciclo di studi per maestri di sport dipl. SFGS e del ciclo di studi del CNSE.

I lavori possono essere richiesti in visione presso gli istituti dove sono stati svolti:

- Institut für Leibeserziehung und Sport der Universität Basel, Petersplatz 1, 4051 Basel
- Institut für Leibeserziehung und Sport der Universität Bern, Neu-brückstrasse 10, 3012 Bern
- Université de Genève, Cours pour la formation des maîtres d'éducation physique, rue de Candolles 3, 1211 Genève
- Uni iversité de Lausanne, Cours pour la formation des maîtres d'éducation physique, route cantonale 11, 1025 St-Sulpice
- Eidg. Technische Hochschule, Abt. für Turnen und Sport, Platten strasse 26, 8032 Zürich
- Scuola federale di ginnastica e sport, Biblioteca, 2532 Macolin.

Glauser René; Rainoni Silvia; Widmer Kurt. Turnunterricht und Turnlehrer aus des Sicht des Schülers. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1972.

Gounari Maria. Kinderspiele im freien Bewegungsleben der Mädchen und Knaben von 6-12 Jahren. Vergleichsländer Griechenland und Schweiz. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1972.

Gschwind Hansruedi. Gymnastik als Prophylaxe für Wirbelsäulenschäden. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1972.

Gueissaz Pierre. Etude des méthodes d'entraînement de courses de demi-fond et fond. Tr. d. dipl. Stage d'Etude EFGS Macolin, 1969.

Guénin Germain. Emile de Rousseau, sa conception et la conception actuelle de l'éducation physique. Tr. d. dipl. Univ. Bâle, 1972.

Günthard Jack. Ueber die Arbeit oder das Training mit Spitzenturnern. Dipl.-Arb. TLG NKES, Magglingen, 1969/71.

Gürber Tropuy. Gruppendifynamik beim Kunstrturnen Dipl.-Arb. Stlg. ETS Magglingen, 1969.

Guggenbühl Gerold. Beiträge zum Leiterhandbuch Fitnesstraining Jünglinge. Übungsguppen für Krafttraining. Dipl.-Arb. Stlg. ETS Magglingen, 1971.

Gyax Anne-Marie. Physiothérapie, Gymnastique et Sport. Tr. d. dipl. Stage d'étude EFGS Macolin, 1969.

Haas Josef. Spitzensport und seine sportmedizinische Betreuung. Dipl.-Arb. TLG NKES, Magglingen, 1969/71.

Haggenmüller Alex. Freiwilliger Schulsport in Basel seit 1885. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1970.

Hasa Peter. Eishockey als freiwilliger Schulsport. Planmässige Arbeit mit 12- bis 15 jährigen Knaben. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1973.

Hassler Claudio. Entstehung und Entwicklung des Zehnkampfes. Dipl.-Arb. Stlg. ETS Magglingen, 1971.

Haussener Bernhard. Die 4 x 100-Staffel. Dipl.-Arb. Stlg. ETS Magglingen, 1969.

Hefti Christian; Linder Ruedi. Spielanalyse der Verteidigung im Hallen-handball für die balbezogenen Systeme 3:2:1 und 6:0. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1974.

Heimgartner Alfred. Trainingsplan für Nachwuchsruderer. Dipl.-Arb. Stlg ETS Magglingen, 1973.

Hemmi Jakob. Motivation und Zielsetzung junger Leistungsturner. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1974.

Hobi Peter. Versuch einer Geschichte des Schwingens in der Schweiz von den Anfängen bis in die Neuzeit. Dipl.-Arab. Univ. Basel, 1972.

Hostettler Bruno. Das Agonale und seine Bedeutung für die Entwicklung der heutigen Leistungsgesellschaft. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1974. **Huber Hans.** Die funktionelle, methodische Anpassung im Skiu-richt. Dipl.-Arb. Stlg ETS Magglingen, 1973.

Huggenberger Ruth. Anliegen und Ziele einiger moderner Tanz- und Gymnastikschulen. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1973. d'étude EFGS. 1969.

Jeanneret Jean-François. Le football à l'école. Tr. d. dipl. Univ. Lau-sanne, 1974.

Jeker Martin. Die Geschichte des Turnstättenbaus von 1880-1900 im Spiegel der Schweiz. Turnzeitung. Dipl.-Arb. Univ. Bern, 1972.

Jenny Brigitte. Privatschulen in der Schweiz mit Sportlehrerstellen. Dipl.-Arb. Stlg. ETS Magglingen, 1969.

Inglis Heinz. Sind gute Sportler schlechte Schüler? Dipl.-Arb. Stlg. ETS Magglingen, 1969.

Jöhr Fritz. Die Geschichte des Turnstättenbaus von 1900-1920 im Spiegel der Schweiz. Turnzeitung. Dipl.-Arb. Univ. Bern, 1973.

Joliat Jean-Louis. Les camps d'alpinisme et leur apport au plan spor-tif, éducatif et humain. Tr. d. lpl. Univ. de Bâle, 1974.

Allensbach Rolf; Joray Heiner; Meyer Markus. Sportmotorisches Lei-stungsprofil. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1972.

Isenschmid Verena. Haltung und Leistungsfähigkeit. Dipl.-Arb. Stlg. ETS Magglingen, 1971.

Jucker Peter. Erfassung der Dauerleistungsfähigkeit im J+S Kondi-tiontest. Dipl.-Arb. Stlg. ETS Magglingen, 1971.

Jnod Jacques. L'Adaptation de l'adolescent à l'effort physique. Tr. d. dipl. Univ. Lausanne, 1974.

Kaech Thomas. Trampolinspringen. Grundschule. Dipl.-Arb. Univ. Ba sel, 1970.

Kellenberger Willy. Lehrlingsturnen: Praktisches Beispiel einer Industrie-Firma. Dipl.-Arb. Stlg. ETS Magglingen, 1971.

Keller Rudolf. Wetterföhigkeit der Schüler im Turnen. Dipl.-Arb. Ba sel, 1970.

Gilomen Martin; Klopfenstein Hanspeter. Ausgewählte Fitnessprogra-mme: Anspruch und Verwirklichung. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1973.

Kuhn Olivier. D'Endurance: un facteur de la condition physique et ses possibilités de développement à l'école. Tr. d. dipl. Univ. Lau-sanne, 1974.

Kus Ladislav. Der Aufbau des Angriffs im Eischockey. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1972.

Laubscher Rosmarie. Genese der menschlichen Motorik. Ein Beitrag zur Theorie des Bewegungslernens. Dipl.-Arb. Univ. Bern, 1972.

Hefti Christian; Linder Ruedi. Spielanalyse der Verteidigung im Hal-lenbandball für die ballbezogenen Systeme 3:2:1 und 6:0. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1974.

Lippuner Werner. Aktuelle sport-soziologische Arbeiten. Dipl.-Arb. Stlg. ETS Magglingen, 1969.

Locher Bernhard. Methodik der Grundelemente des Geräteturnens. Dipl.-Arb. Stlg. ETS Magglingen, 1973.

Longchamps Jean. Compétition et sport scolaire. Tr. d. dipl. Univ. Lausanne, 1974.

Luginbühl Reinhard. Die Geschichte des Diskuswurfs. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1974.

Lussi Emma. Schulsportwesen im Kanton Nidwalden. Dipl.-Arb. Stlg. ETS Magglingen, 1969.

Manidi Marie-José. Etude de mouvement en athlétisme (lancers) pour paraprégiennes. Tr. d. dipl. Univ. Lausanne, 1974.

Maret Evelyne. Ski: comparaison de techniques. Tr. d. dipl. Stage d'étude EFGS Macolin, 1969.

Martschini Ludek. Planung und Periodisierung des Trainings im Kun-stturnen (Damen). Dipl.-Arb. TLG NKES, Magglingen, 1969/71.

Meier Martin. Entwicklung der Frauenleichtathletik in der Schweiz. Dipl.-Arb. Stlg. ETS Magglingen, 1973.

Meierhofer Roland; Mohler Hansruedi. Schweizer Fitness-Studie 1973. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1974.

Metzner André. Le Plongeon: Technique, enseignement, entraînement, évolution. Tr. de dipl. CE CNSE, Macolin, 1969/71.

Meyer August. Die Leibesübungen in den Erziehungsplänen Pestalozzis. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1970.

Allensbach Rolf; Joray Heiner; Meyer Markus. Sportmotorisches Lei-stungsprofil. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1972.

Moeschler Claire. Psychologie sportive. Tr. d. dipl. Stage d'étude EFGS Macolin, 1969.

Meierhofer Roland; Mohler Hansruedi. Kraft: Schweizer Fitness-Studie 1973. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1974.

Murer Kurt. Kinderspielplätze — ein Randproblem? Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1974.

Nann Thomas. Die Entwicklung des Schulturnens im Kanton Nidwal-den. Dipl.-Arb. Univ. Basel, 1971.

Neuve Irène. Age-Group Swimming in der Schweiz. Dipl.-Arb. Stlg ETS Magglingen, 1969. (continua)