

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 92 (1966)  
**Heft:** 12

**Artikel:** "Rumpfbeugen rumpft!"  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-505596>

### **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](#)

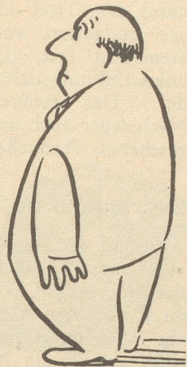
### **Terms of use**

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:** 18.04.2026

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

## «Rumpfbeugen rumpft!»



So soll es irgendwann irgendwo in einer bernischen Turnstunde ge-  
tönt haben. Häufiger ist in Turn-  
vereinen mit etwas rauhem Ton  
der oberturnerische Ausruf: «Ranze  
yche!» zu hören. – Damit sind wir  
beim Thema:

Weil die verschiedenen Abteilun-  
gen unseres Rumpfes nicht so klar  
gegliedert sind wie beim Insekten-  
getier, bereiten die genauen Be-  
zeichnungen vorab den Kindern  
oft Mühe. Ich war jedenfalls als  
Bub kaum je in der Lage, bei Leib-  
schmerzen darüber Auskunft zu  
geben, ob es sich um Magen- oder  
Bauchschmerzen handle. Wie war  
ich doch immer froh, wenn ich der  
fragenden Familie entfliehen konnte  
und bei meinen Kameraden das  
Uebel eindeutig als «Ranzeweh»  
oder in ganz schlimmen Fällen als  
«Ranzepfyffe» bezeichnen durfte!  
Den Ranzen kannten wir, besser  
als den Schulranzen oder gar die  
ranzige Butter. Auch der «goldene»  
des Radios war damals noch nicht  
erfunden. Man kannte ihn, weil  
man als böser Bub darauf bekam.  
Jedenfalls nennt man es «auf den  
Ranzen bekommen» (bzw. geben).  
Gesehen habe ich es zwar nie:

Der Ranzen war nie die leidtra-  
gende Partie – ganz im Gegenteil!

Im Rekrutenalter bekommt man  
glücklicherweise überhaupt nicht  
mehr. Dafür liegt man in dieser  
Zeit gerne darauf. «RP» war da-  
mals die gefragteste – allerdings  
nur halboffizielle – Abkürzung:  
«Ranzeplange». – Ein freundlicher  
Süddeutscher am Badestrand nannte  
das einmal «auf den Rücken lie-  
gen und mit dem Bauch zudek-  
ken».

Für Lausbuben hat der Berner eine  
nette Vorwarnung bereit: «We d  
itz de nid gly Ornig hesch, über-  
chunnsch de Ranzeschnittli!» Was  
bei uns bösen Buben allerdings  
meist nur dazu führte, daß wir  
uns halblaut das Trostsprüchlein  
zumurmeln: «Balge tuet nüt weh,  
u Schleg isch gly gscheh!»

Ein Kopfsprung ins Wasser – der  
Berner nennt das «Gringler» – wird  
bei falschem Landewinkel leicht  
zum schmerzhaften «Ränzler», was

in Analogie zum Kopfsprung mit  
«Bauchsprung» übersetzt werden  
muß.

Um beim Sport zu bleiben: Schlit-  
teln taten wir früher auch mit  
Vorliebe «ränzlige». Die meisten  
besaßen schon die neumodischen  
Davoser, einige noch die alten  
Bodihopper. Kennen Sie die über-  
haupt noch? Wohlvermerkt: Bodi-  
hopper ohne Schluß-y! Das Wort  
ist weder englischen Ursprungs,  
noch will es sagen, daß der schlit-  
telnde «body» unerbittlich geschüt-  
telt, gehoppert wurde. Sondern das  
buntbemalte und mit klingelnden  
Eisenringen garnierte Möbel hop-  
perte einfach schön dem Boden  
nach. Zum «ränzlige» Schlitteln  
waren die Dinger leider etwas  
kurz und deshalb nicht mehr be-  
sonders gefragt. Heute sind sie es  
eher wieder – beim Antiquitäten-  
händler.

«Dä bruucht ja nume drümal uf e  
Ranze z gheie, de isch er deheim»,  
heißt es etwa von besonders lang  
geratenen Bernern (also von sol-  
chen, die in der Kegelbahn über-  
nachten). – Einen «tollen Ranz»  
hatte ein früherer Emmentaler Bä-  
renwirt. Als er einmal in seiner  
ganzen Länge und Breite vor Ge-  
neral Guisan stand, sagte er:  
«Herr General, itz gseht Dir  
einisch e usgwachsne Schwizer-  
soldat!»

Zum Abschluß (vor Gebrauch  
schütteln):

So eine mit'me tolle Ranze  
Sött nid no Solo-Rolle tanze.

-ti

## Die Frage

Der junge Mann hat im Tanzlokal  
ein Mädchen kennengelernt und  
fragt, ob er sie nach Hause bringen  
dürfe. O ja, meint sie, das dürfe  
er.

Beim Hinausgehen fragt er: «Sä-  
gezi, Fräulein, känezi de Under-  
schiid zwüschet emene Tram und  
emene Taxi?»

Sie denkt, es handle sich um einen  
Witz, und antwortet: «Nei, käni  
nid.»

«Prima», seufzt er erleichtert und  
sparsam, «i däm Fall bring ich Si  
mit em Tram heim.» AC



## Der Corner

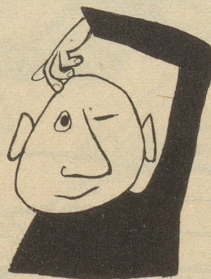
(ag) «In Basel hat sich ein Komitee  
von Lehrern gebildet, das sich ge-  
gen die Resolution der 140 Neuen-  
burger Kollegen und gegen dieje-  
nige der 393 aus Zürich wendet.  
Die gefaßten Resolutionen haben  
sich ausschließlich mit dem Viet-  
nam-Krieg befaßt ...»

Und womit befaßt sich die Basler  
Lehrerschaft: Sie denkt an Carl  
Spittlers «Schweizer Standpunkt»  
aus dem Jahre 1914 und fordert  
alle Basler Kollegen auf, eine Pa-  
tenschaft des Schweizerischen Ro-  
ten Kreuzes zu übernehmen, denn  
mit Worten könne man keine Wun-  
den heilen.

Wie kann man auch! Mit Pro- und  
Contra-Resolutionen kann man  
noch viel, viel mehr Staub aufwir-  
beln und sich viel, viel wichtiger  
machen!  
left Back



«Ist das vielleicht Ihr Mantel?»



## der Faule der Woche

«Kännsch s Gägeteil vo «Früh-  
lings Erwachen?»»

«Kei Aanig!»

«Ganz eifach: «Spät rechts ein-  
schlafen.»»

Bobby Sauer

**Feuer** breitet sich nicht aus,  
hast Du **MINIMAX** im Haus!