

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 104 (1978)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Signale  
**Autor:** Schaller, Robert  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-597957>

#### **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:** 13.01.2026

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

## Apropos Sport Schwimmen – schädlich?

«Jetzt rauben sie einem noch die letzte Illusion!» meinte mein Gesprächspartner entrüstet. «Ich hab' früher Fussball gespielt, mich in leichtathletischen Disziplinen versucht, einer schleppete mich einmal in einen Boxclub, später spielte ich angefressen Tennis. Im Fussball zerrte ich mir den Meniskus, beim Speerwerfen zog ich mir eine Wurfschulter zu, beim Boxen, wo ich nur ein kurzes Gastspiel gab, handelt man sich eine weiche Birne ein, und im Tennis spürte ich auf dem Hartbelag bald einmal meinen Rücken. Jetzt schwimme ich nur noch, und dies mit wachsender Begeisterung. Schwimmen ist übrigens, so hab' ich einmal gelesen, der gesündeste Sport überhaupt. Meinte ich! Bis dieser Tiefschlag kam», fuhr er weiter. «Bei meinem kürzlichen Besuch in Wien las ich in einer dortigen Zeitung, Schwimmen rufe ebenfalls Beschwerden hervor, und zwar am Bewegungsapparat.» Mit nervösen Fingern angelte mein Gegenüber einen xmal zusammengefalteten Zeitungsausschnitt aus der Brieftasche und hielt ihn mir hin.

Mit wachsendem Interesse las ich: Jede Schwimmart halte für den Körper bestimmte Unannehmlichkeiten bereit. So belaste zum Beispiel das Delphinschwimmen die Wirbelsäule. Wer kauft, strapazierte zu stark Schienbeine und Sprunggelenke, und beim Brustschwimmen seien es die Kniegelenke, die chronisch in Mitleidenschaft gezogen würden. Die Schwimmer seien nach den Gewichthebern die Gruppe von Hochleistungssportlern mit dem

grössten «Knie-Risiko». Schuld sei vor allem die Umstellung der Schwimmtechnik beim Brustschwimmen von der Stoss- zur Schwunggrätsche, die mache die Schwimmer für chronische Ueberlastungsschäden empfänglich. Mit diesen Fakten wartete ein Arzt von der Universität Heidelberg beim Jahrestagung der Orthopäden in Wien auf. Und er belegte es mit Zahlen: In der Heidelberger Sportambulanz hatten von 3757 Schwimmern 59,6 Prozent Beinbeschwerden. Durch das peitschenartige Schliessen der Beine komme es bei der Schwunggrätsche zu Ueberdehnungen des inneren Seitenbandes mit Ueberlastung am Ursprung...

«Ziehst du täglich während drei bis vier Stunden deine Trainingsbahnen wie ein Hochleistungsschwimmer?» fragte ich meinen Gesprächspartner. «Nun, also! Wenn du zwei- oder dreimal pro Woche eine halbe Stunde tüchtig schwimmst, werden das deine Beine ohne weiteres aushalten, dein Kreislauf hingegen wird es dir danken. Apropos! Kennst du die Geschichte vom Vater, der mit seinem Sohn und einem Esel unterwegs war und der, weil ihm so viele liebe Leute gute Ratschläge erteilten, auf die er stets beflissen einging, am Ende den Esel auf dem eigenen Rücken nach Hause trug...» *Speer*

### Die letzte

Der Marquis von Louvois, ein Kavalier des 18. Jahrhunderts, entschliesst sich, nach reichlich genossenem Leben zu heiraten. Als das frisch getraute Paar aus der Kirche kommt, sagt die junge Frau:

«Jetzt ist es aber aus mit den Dummheiten!»

«Darüber kannst du beruhigt sein», versichert er. «Es ist meine letzte.»

## Signale

von Robert Schaller

Über Dunkelmänner  
gibt es  
nur Dunkelziffern.

\*

Hintermänner  
sind wie Hintertreppen:  
Unbeleuchtet!

\*

Angsthasen.  
Im Tierreich seltener.

\*

Zugeknöpft?  
Wenn möglich,  
nur in den Beinkleidern!

\*

Ich fürchte  
das Leben nicht;  
ich fürchte  
ein halbes Leben!

\*

Das Problem der Minderheit  
liegt bei der Mehrheit.

## Der Neujahrs- empfang

In der Meinung, der berühmte Neujahrssempfang des diplomatischen Corps in Bern finde am Neujahrstag statt, erkundigt sich Miggeli am Vorabend telefonisch bei der Stelle, die es für zuständig hält, nach der Stunde des Beginns des Ereignisses. Am andern Ende des Drahtes meldet sich – so erschien es wiederum dem lebhaften Miggeli – eine «Gmüetsmöhre», die dem Miggeli in aller Breite kundtat, dass es erstens lätz verbunden und zweitens wohl etwas spät erwachet sei, denn seit Jahren

schon finde der Neujahrssempfang nicht mehr am 1., sondern am 10. Januar statt.

Miggeli ist perplex und möchte wissen, wieso so spät.

Am andern Drahtende meint «die Mohre» (es war zwar einer, aber «der Mohr» geht auch nicht gut), das sei haut nu äben eso u schliesslech wärdi z Bärn nit gjufl, das gryff eim numme d Närven a. RP

### Schlechtes Wetter

«Daddy, das Barometer ist gefallen.»

«Sehr tief?»

«Ja, fünf Fuss tief. Und dabei ist es zerbrochen.»



Am Spenglercup überraschten die Schweizer wiederum mit prächtigem Einsatz.