Zeitschrift: Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin

Band: 106 (1980)

Heft: 42

Rubrik: Apropos Sport : also doch!

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: 13.12.2025

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

Apropos Sport
Also doch!

«Was in aller Welt bewegt Millionen dazu (in Amerika waren es schon 1978 über 25 Millionen), zwei oder zehn Meilen zu ‹joggen› (leicht dahinzutraben) und monatelang für ein Rennen zu trainieren? Wie in aller Welt kommt es, dass Millionen bei feuchtheissen Temperaturen und klirrender Kälte, peitschendem Regen oder böigem Sturm in den Laufschritt übergehen? Sind diese Millionen von allen guten Geistern verlassen? Warum verlassen sie frühzeitig ihre kuschelwarmen Betten oder den bequemen Fernsehsessel? Die Antwort ist nicht leicht, und richtig zu verstehen vermag es wohl auch nur der regelmässige Jogger.» Dies schreibt die Amerikanerin Kolja Kater in ihrem Buch «Jogging».

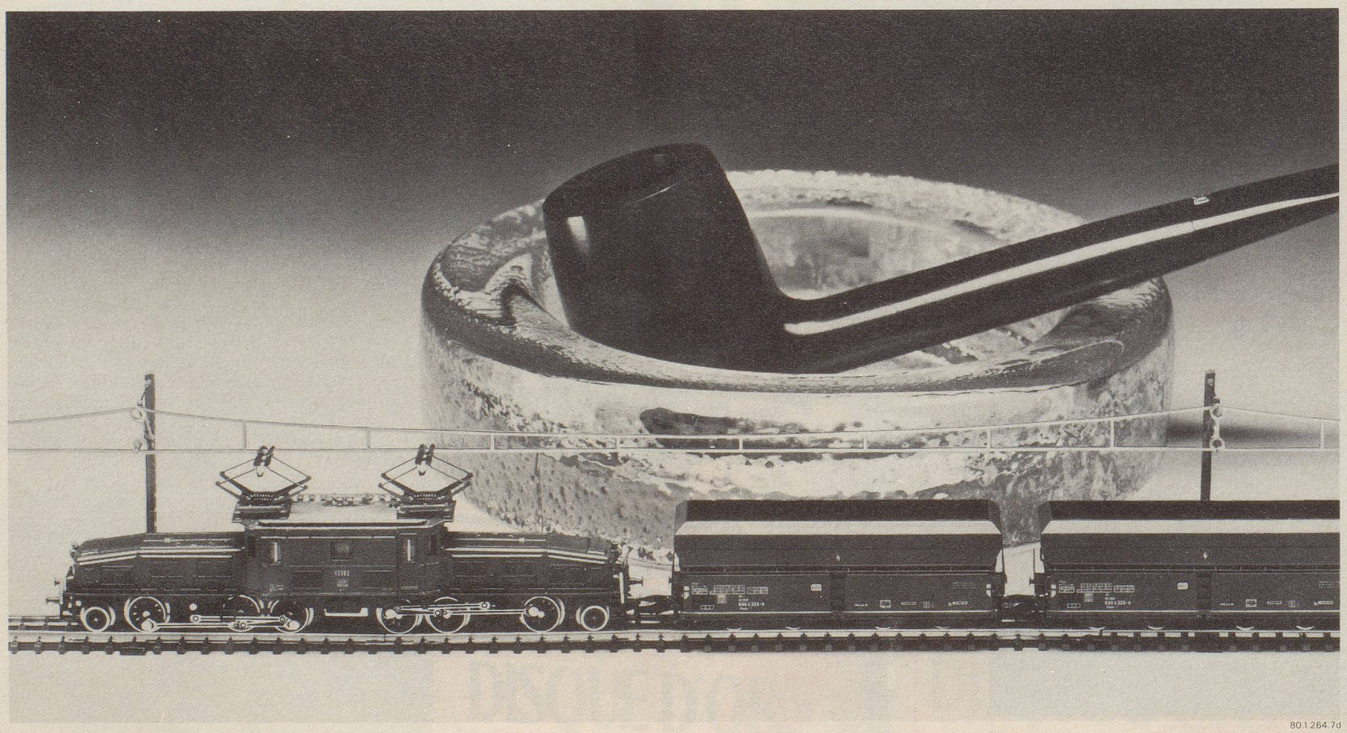
Dieser ganze Jogging-Rummel ist schon ein interessantes Phänomen. Das leichte Dahintraben, das «Laufen ohne zu schnaufen» also, haben nämlich schon unsere seligen Turnväter im vergangenen Jahrhundert entdeckt und propagiert. Ohne zu schnaufen vielleicht deshalb, weil damals das normale Atmen durch hohe Stehkrägen und einschnürende Mieder verunmöglicht war. Nun, dieses leichte Traben wurde von der Trimmbewegung neu entdeckt und u. a. auch nach Amerika exportiert. Als John F. Kennedy die Nation aufrüttelte und den Startschuss zu einer weitangelegten Fitness-Bewegung auslöste, stürzten sich in der Folge Millionen mit dem Fanatismus eines Guru auf das Joggen. Die Bewegung, mächtig angeheizt durch die Sportartikelindustrie, elektrisierte eine ganze Nation. Für viele wurde Jogging zu einer Ersatzreligion, vielen ersetzte es den Psychiater. Anleitungen in Buchform sprossen wie Pilze aus dem Boden; in den Massenmedien erschienen Anleitungen für gesünderes Leben, Lauftips und Trainingspläne.

Die Reaktion auf diesen Rummel liess nicht auf sich warten; sie kam u. a. in Form eines Buches, das den Titel trägt «Jogging – Nein danke!» Geschrieben hat es der Amerikaner Vic Ziegler. Witzig, ironisch nimmt er die Jogging-Welle aufs Korn, macht sich lustig über die Laufanatiker, die mit Scheuklappen in abgeschwängerter Luft durch Häuserschluchten laufen. Wer dieses Buch liest und selbst zur Bequemlichkeit neigt, schlürft die Argumente Zieglers mit Wollust ein. Er muss dann nur noch den Satz von Prof. Dr. Heinz Meusel lesen «Wer sich auf seine alten Tage ächzend aus dem Fernsehsessel erhebt, um dann auf dem Trimmpfad etwas für die eingerosteten Gelenke zu tun, der handelt ganz entschieden gegen seine Gesundheit», um sich erst recht noch tiefer in den Sessel zu graben: «Hab's ja immer gesagt, Sport sei ungesund ...»

Meusel unterstützt aber auch die These «Wer Sport treibt, kann 20 Jahre lang 40 bleiben ...» Nur sollte man, je älter man damit beginnt, vorsichtig und langsam anfangen und nicht ohne sich vorher ärztlich genau untersuchen zu lassen. Falsch sei jeder Fanatismus und jeder dumme Ehrgeiz. Meusel legt grossen Wert auf zwei Dinge: Auf das regelmässige Ausdauer-Training (Herz und Kreislauf) sowie auf die Aufrechterhaltung der Reaktionsfähigkeit.

Also doch Spiel und Sport!

Speer



801.264.7d

Männersache

Die Märklin mini-club, die kleinste elektrische Eisenbahn der Welt, fährt auf Schienen mit einer Spurweite von nur 6,5 Millimeter. Sie ist trotz ihrer Zierlichkeit eine ausgewachsene, vollwertige und ausbaubare Modelleisenbahn mit sehr viel Zubehör. Originaltreu bis ins kleinste Detail.
Und sie fährt wie eine Grosse! Stunden um Stunden, wenn's sein muss, und mit wirklich echter Oberleitungsfunktion.

Die Märklin mini-club – eine technische Spitzenleistung, die Männer immer wieder besonders fasziniert.
Lassen Sie sich die mini-club zeigen und verlangen Sie den neuen Märklin-Katalog.

Ideal zum Schenken: Die mini-club-Anfangspackung ist der richtige Einstieg in ein wertvolles Hobby.

märklin mini-club
der Kluge fährt Märklin