Zeitschrift: Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin

Band: 108 (1982)

Heft: 41

Rubrik: Dies und das

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: 30.11.2025

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

Apropos Sport

Braucht es unbedingt Steaks?

Es war vor 22 Jahren an den Olympischen Spielen in Rom. Am Fusse des Capitols wurde gegen Abend der Marathonlauf gestartet. Unter den 70 Teilnehmern fiel ein drahtiger dunkelhäutiger Läufer auf, der, zur grossen Überraschung der Zuschauer, barfuss auf den Startschuss wartete. Der Naturbursche aus Addis Abeba lief mühelos in der Spitzengruppe mit, am imposanten Kolosseum, den Säulentürmen des Forums vorbei in die Campagna und über die Via Appia ins Ziel zurück, das er ohne ersichtliche Anstrengung als erster erreichte. Den erstaunten Reportern erklärte er: «Das Rennen war nicht so strapaziös, wie man es mir in meiner Heimat gesagt hatte.» «Und Ihr Geheimnis?» wollten die Reporter wissen. «Ich esse nur leicht verdauliche Speisen, die den Magen nicht überlasten. Ich ziehe meine Kräfte aus den Früchten der Natur – das ist mein Geheimnis.»

Dass ein Vegetarier eine solch kräfteraubende Strecke als Sieger beenden konnte, war für viele Sachkundige eine ebenso grosse Überraschung wie die Tatsache, dass der Sieger die ganze Strecke barfuss zurückgelegt hatte.

In der Zwischenzeit haben weitere Hochleistungssportler bewiesen, dass man auch mit ausschliesslich pflanzlicher Kost Spitzenleistungen erzielen kann: so u. a. der Skispringer Toni Inauer, die Diskuswerferin Ingra Manecke, der Läufertrainer Dr. van Aaken. In der Bundesrepublik hat man im vergangenen Jahr eine interessante Untersuchung durchgeführt. Beim «Deutschlandlauf» mussten sechs Läufer, zwei Mischköstler, zwei Halb- und zwei Ganzvegetarier jeden Tag 50–60 Kilometer rennen. In 20 Tagen liefen sie von der dänischen zur österreichischen Grenze. Durchgehalten haben es alle, doch für den Sportmediziner Professor Klaus Jung war überraschend, dass die vegetarisch essenden Läufer, obwohl im Schnitt um vier Jahre älter und weniger gut trainiert angetreten, sich als bedeutend leistungsfähiger erwiesen. Jung sprach in seiner Studie auch von der «Qual des Essens», wenn er von 5000 Kalorien für Spitzensportler am Tag höre. Die Deutschlandläufer kamen kaum auf 2000. Die vegetarisch essenden brauchten wesentlich weniger Kohlenhydrate und Eiweisse als ihre Mitkonkurrenten. Wie kürzlich an einem Kongress bekanntgegeben wurde, schaffen schwedische «Sonnenkinder», die nach den Erkenntnissen des Ernährungsreformers Are Waerland essen, selbst im hohen Alter noch ganz erstaunliche Leistungen, was an diversen Beispielen bewiesen werden konnte.

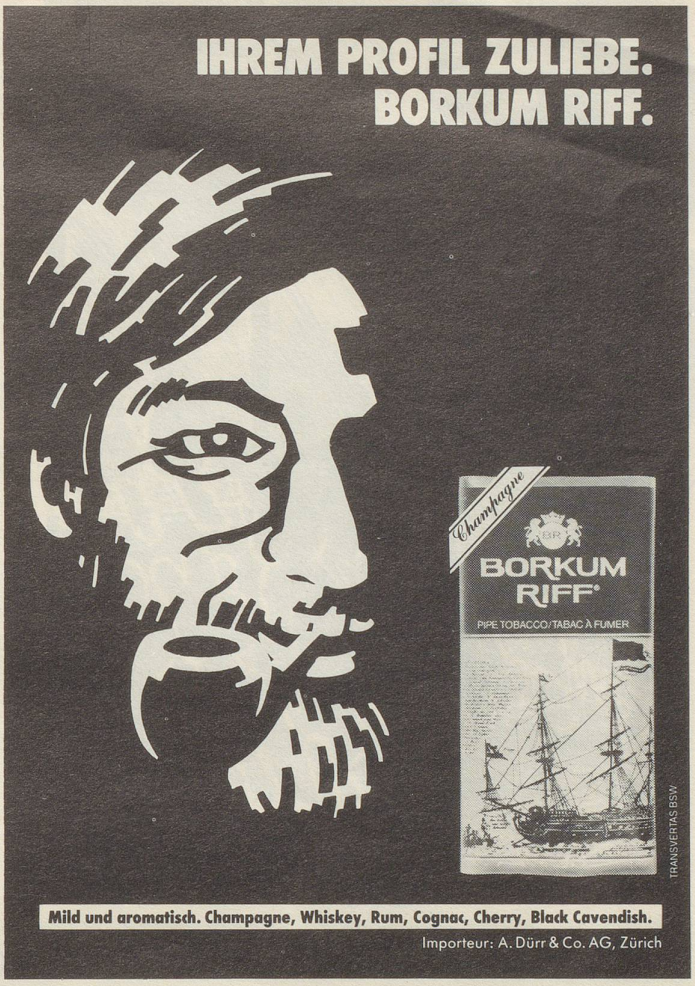
Es geht also auch ohne Steaks und 5000 Kalorien. Weniger wäre auch hier mehr.

Apropos Ernährung: Ein indisches Sprichwort sagt: «In sechsunddreissig Gängen sind zweiundsiebzig Krankheiten.» En Guete! *Ihr Speer*

Heimisch

Müller verbringt geschäftlich ein paar Tage im Norden und schreibt an seine Frau:

«Liebe Ida! Der Wind heult, das Meer tobt, und ich muss immer an dich denken ...»



Aufgegabelt

Im Zürcher LdU-Informationsblatt «Gaht's no» wird Radio Eriwan gefragt: «Stimmt es, dass in der Schweiz immer mehr Holz in der Papierindustrie verarbeitet wird?» Antwort: «Leider ja. Grund: Wenn ein ‹Bewegter› unter dem Zürcher Packeis furzt, schickt die SVP unverzüglich ein ausführliches Communiqué an sämtliche Schweizer Zeitungen. Auf Papier, natürlich.» *Boris*

Dies und das

Dies gehört (im deutschen Werbefunk, notabene): «Energie sparen ist unsere beste Energiequelle!»

Und *das* gedacht: ??? – aus nichts wird nichts ... *Kobold*

ADALBERT EDELBART's GEDANKENSPRÜNGE

VON RAPALLO