

Zeitschrift: Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin
Band: 111 (1985)
Heft: 48

Illustration: Höchste Zeit fürs Skiturnen!
Autor: Catrina, Werner

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: 07.02.2026

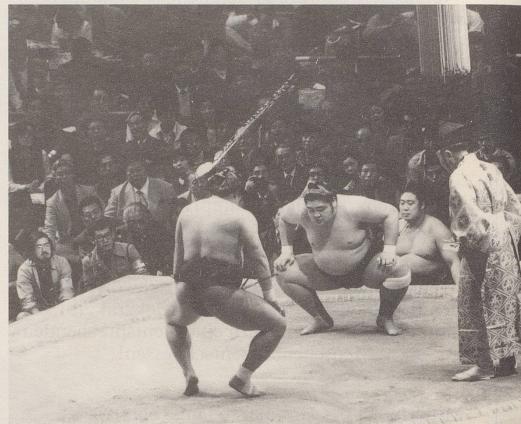
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Höchste Zeit fürs Skiturnen!

Text und Photos:
Werner Catrina



1 Der Altweibersommer ist definitiv vorüber ...



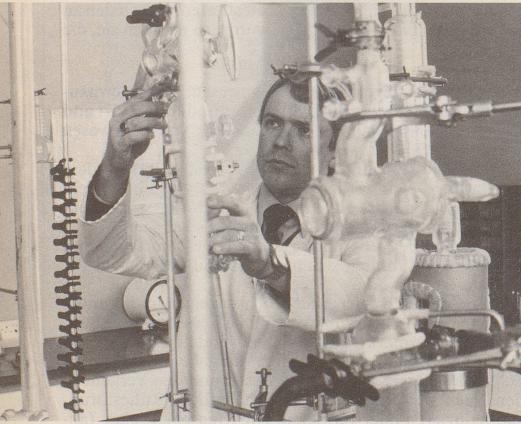
2 ... allerhöchste Zeit also, mit dem Skiturnen zu beginnen!



3 Machen Sie sich geistig vertraut mit den Weiten und der Einsamkeit unserer Skipisten ...



4 ... und nehmen Sie jede Möglichkeit zum Slalom-Training wahr.



5 Wichtig ist jedoch auch eine wissenschaftlich ausbalancierte Sportdiät. Unsere Aufnahme zeigt den Trainer der österreichischen Ski-Nationalmannschaft beim Zubereiten einer Zwischenverpflegung für seine Schützlinge.



6 Nur wenn Sie sich mit eiserner Disziplin an Ihr Programm halten, können Sie sich mit den grossen sportlichen Vorbildern einigermassen messen (das Bild zeigt die – zugegebenermassen etwas idealisierende – Marie-Thérèse-Nadig-Statue in Flums).



7 Sollte trotz gewissenhafter Vorbereitung etwas schief gehen ...



8 ... so lassen Sie sich unter keinen Umständen unterkriegen. Beginnen Sie so rasch wie möglich mit dem Training für den neuen Sommersport.