

Zeitschrift: Puls : Monatsheft der Gruppen IMPULS + Ce Be eF
Herausgeber: IMPULS und Ce Be eF : Club Behinderter und Ihrer FreundInnen (Schweiz)
Band: 20 (1978)
Heft: 4: Ferien : Eindrücke, Gedanken, Anregungen

Artikel: Ein sportlicher Ferientip
Autor: Bruppacher, Helene
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-154982>

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>

in anspruch zu nehmen. Jeder behinderte sollte ohne angst allein in eine wild-fremde masse gehen können und einfach sagen: hier steh ich, wie ich bin, es kann kommen, was will.

Ich würde gern wieder in einen solchen kurs gehen, wenn es möglich ist. (Ich bin nämlich nicht mehr arbeitslos!) Man hat am nachmittag drei bis vier stunden pause, da kann man schon etwas unternehmen, baden etc. Und ich finde es gut, dass man für sich persönlich etwas lernen kann, besonders in der heutigen zeit, in der die welt so schwer zu verstehen ist. Es hilft einem weiter.

Ich habe auch gerne andere ferien, plauschferien, aber leider musste ich erfahren, dass in den grossen gruppen nicht immer alles so klappt und gut geht. Darum möchte ich gerne einmal in einer kleinen gruppe mit etwa 3 – 8 leuten losziehen. – Wenn es in einer grossen gruppe probleme gibt, die einem belasten, ist das mühsamer, als wenn man einen kurs besucht.

Erich Waldvogel

EIN SPORTLICHER FERIENTIP

Ferien. . . nun ja, da denke ich in erster linie daran, ohne hetze tun zu können, was mir freude macht, geniessen, möglichst viele kontakte knüpfen und pflegen, in bewegung sein, frische luft, sonne. . .

Viele werden dabei an reisen, lager, abenteuer und an die warmen, langen sommerabende denken. Wie wäre es gerade an so einem abend mit etwas sport? ? Denkt nun nicht, ich komme mit dem altbekannten spruch: "Der gesunde soll sport treiben – der behinderte muss sport treiben." (Warum MÜSSEN wir und DÜRFEN nicht? !) Vor allem bin ich der meinung, dass wir gerade den sport auch zum plausch betreiben dürfen, ja sollen.

In Zürich haben wir seit längerer zeit eine gruppe, die regelmässig wöchentlich federball spielt. Diese sportart hat den grossen vorteil, dass sie sich sowohl für behinderte fussgänger (steher) als auch für rollstühler eignet und nicht so sehr an bestimmte örtlichkeiten gebunden ist, wie tischtennis, sitzball etc. Dass eine solche mischung (steher und rollstühler) überhaupt möglich und sinnvoll ist, hat sich bei den wettspielen in unserer gruppe deutlich gezeigt. Wie wir feststellen konnten, funktioniert sie in der praxis sogar ausgezeichnet. Voraussetzung ist selbstverständlich, dass die globale behinderung bei stehern und rollstühlern in der gleichen grössenordnung liegt. Gibt es zu wenig behinderte mitspieler, können als ausnahme auch nichtbehindert mitmachen, wenn diese sich in einen rollstuhl setzen.

Als spielfeld eignet sich aus verständlichen gründen nur möglichst glatte flächen, wie z.b. turnhallen, nicht befahrene strassen, turn-, schulhaus- und parkplätze.

Natürlich liegt es durchaus drin, dass auch nur zu zweit gespielt wird. Dabei kann man eigene spielregeln aufstellen, ev. auch ohne netz oder nur über eine gespannte schnur spielen. Hauptsache, man hat den plausch am spiel!

Helene Bruppacher

Die genauen spielregeln, die ein wettkampfspiel ermöglichen, können bei Helene angefordert werden.

Red.