

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 57 (1979)
Heft: 4

Artikel: 7500 kamen, sahen und staunten!
Autor: Scherrer, Fernanda
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-723402>

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: 22.01.2026

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

7500 kamen, sahen und staunten!

Das Turnfest der Superlative im Zürcher Hallenstadion vom 19. Juli

Was den über siebentausend Zuschauern, die an diesem Nachmittag ins Hallenstadion strömten, geboten wurde, war denn auch sehenswert: Nach einer kurzen Einführung durch den Leiter der Arbeitsgemeinschaft für Altersturnen im Kanton Zürich, Walter Lerch, und Begrüssungsworten von Regierungsrat Dr. Peter Wiederkehr und Nationalrat Dr. Hans-Georg Lüscher führte Heidi Abel durch ein abwechslungsreiches Pro-

gramm. Rund 1000 Altersturnerinnen und Turner zeigten bei den verschiedenen Gymnastikdarbietungen ihr Können, und die Gruppe im Wanderkostüm, die singend ins Stadion einzog, sprühte vor jugendlicher Lebensfreude. Ja, es dürfte schwierig sein, festzustellen, wo mit mehr Begeisterung geturnt wurde, bei den Altersturner(inne)n oder bei den Kindern der Bewegungsschule von Rosmarie Metzenthin, die mit ihren Darbietungen in bunten Turnkleidern das Publikum begeisterten.

Was diese zwei Generationen verband, wa-



Rund 1000 Altersturner(innen) hatten sich wochenlang auf diesen Nachmittag vorbereitet und zeigten denn auch eine reife Leistung. Hier eine Gymnastikgruppe bei ihrer Vorführung.

Foto Fr. Jakob



Dichtgedrängt in den steilen Sitzreihen des Hallenstadions verfolgte ein begeistertes Publikum das grossartige Programm und machte bei den von Frau Aeschlimann gezeigten Übungen freudig mit.

Foto Beyeler



die Alternative

Indikationen

Behandlung gewisser Alterserscheinungen, wie verminderte geistige und körperliche Leistungsfähigkeit, Ermüdungs- und Erschöpfungszustände, Gedächtnisschwäche, Konzentrationsschwäche, Unlust, Schlafstörungen, verzögerte Rekoneszenz, mit dem Alterungsprozess einhergehende Vitamin- und Mineralstoff-Mangelzustände, Involutionsercheinungen, Haut-, Nagel- und Haar-Dystrophien, wie sie im Alter häufig vorkommen; als unterstützende Massnahme bei Hyperlipidämie.

Eigenschaften

GERIAVIT PHARMATON vereinigt vier sorgfältig aufeinander abgestimmte Wirkstoffgruppen, welche mit dem Altern verbundene Beschwerden und Abnutzungserscheinungen wirksam bekämpfen und verhüten helfen:

- GINSENG-Komplex PHARMATON (G115)
- Dimethylaminoethanol-Bitartrat PHARMATON
- 20 Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente
- Cholin, Inosit, Linolsäure und Linolensäure

Der nach dem PHARMATON-Verfahren hergestellte und standardisierte Extrakt (G115) mit den Hauptwirkstoffen aus der Wurzel Panax Ginseng C. A. Meyer verleiht dem Präparat eine stimulierende Wirkung auf die psychische und physische Leistungsfähigkeit.

GERIAVIT PHARMATON ist aufgrund der Dimethylaminoethanol-Komponente wirksam bei körperlichen und geistigen Ermüdungs- und Erschöpfungsercheinungen, bei Konzentrationsschwäche, Vergesslichkeit und schlechtem Schlaf. Das Präparat vermag ausserdem die Stimmungslage günstig zu beeinflussen, ohne jedoch aufzupeitschen.

Die im GERIAVIT PHARMATON enthaltenen 20 wichtigsten Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente sind in ihrer Dosierung dem Tagesbedarf des menschlichen Organismus

angepasst. Sie tragen zur Verhütung und Beseitigung von Vitamin-/Mineral-Mangelzuständen bei, welche besonders im Alter durch einseitige Ernährung und schlechtere Resorption, aber auch bei starker geistiger und körperlicher Anstrengung (Stress-Syndrom) vermehrt auftreten.

GERIAVIT PHARMATON verbessert ferner aufgrund der Inhaltsstoffe Cholin, Inosit, Linolsäure und Linolensäure den gestörten Fettstoffwechsel und bekämpft Cholesterin-Ablagerungen in den Gefässen.

Für Diabetiker

Die Kapseln sind zuckerfrei und für Diabetiker geeignet. Es konnte in einigen Fällen bei Altersdiabetes eine Verbesserung der pathologisch herabgesetzten Kohlenhydrat-Toleranz festgestellt werden, so dass eventuell die Tagesdosis oraler Antidiabetika unter ärztlicher Überwachung gesenkt werden kann.

Darreichungsform

GERIAVIT PHARMATON liegt in Form einer modernen Suspensionskapsel aus Weichgelatine vor, welche folgende Vorteile aufweist: Gleichmässige und reizlose Aufnahme der Wirkstoffe im Dünndarm, maximale Stabilität der Inhaltsstoffe, bequemes Schlucken der Kapseln, da sie im Mund sofort gleitfähig werden. Die Einnahme erfolgt am besten mit etwas Flüssigkeit.

Kontraindikationen und Nebenwirkungen

Bei vorschriftsmässiger Einnahme sind keine bekannt.



Pharmaton AG
Abteilung Pharma
Lugano Bioggio



Gespannt warten sie auf ihren Auftritt: v.l.n.r. Charles Zacher vom Ausschuss von Pro Senectute Zürich, Walter Lerch, Leiter der Arbeitsgemeinschaft für Altersturnen im Kanton Zürich, und Stadtpräsident Dr. Sigmund Widmer.
Foto P. Rinderknecht



Dr. Max Beer und Dr. Carl Schnitter, Präsident und Vizepräsident der Schweiz. Vereinigung für Altersturnen, in voller Aktion und sichtlich stolz, das grösste schweizerische Turnfest dieser Art als Ehrengäste miterleben zu können.
Foto P. Rinderknecht

Vom Zürcher Turnfest sind noch zwei schöne Preise nicht abgeholt worden:

2. Preis: Los Nr. 5069, eine Ferienkurswoche vom 22. bis 29. September im Ferien- und Kulturzentrum «Laudinella», St. Moritz.

4. Preis: Los Nr. 3485, Zweitägiger Aufenthalt für zwei Personen im Hotel «Mulino», Ascona.

Die Gewinner melden sich bitte bei Pro Senectute Zürich, Postfach, 8032 Zürich.



Der Nostalgiechor Sirnach, Stimmungsmacher par excellence, wurde für seine mit so viel Inbrunst vorgetragenen Schnulzen von Anno dazumal mit tosendem Applaus belohnt.

Foto Beyeler



Sie hat gut lachen, «unsere» Heidi Abel. Wenn man so viele jugendliche Turner(innen) gesehen hat, kann man dem eigenen Alter wirklich entgegenlachen.

Foto P. Rinderknecht

ren der grosse Eifer und die Liebe zur gleichen Sache. Mochte Heidi Abel vor der Pause noch ganz entrüstet fragen: «Sag mir, wo die Männer sind...?!», so wurde sie bald darauf eines Besseren belehrt, als unter zackigen Trommelklängen eine Gruppe von 200 Altersturnern einmarschierte. Das Senioren-Musikcorps «Alte Garde» aus Winterthur umrahmte die Veranstaltung musikalisch, die Trachtengruppe Dielsdorf zeigte einige



Siegerin im Kampf gegen Trägheit: Berthi Zellweger empfängt an ihrem grossen Ehrentag, nach 15jährigem unermüdlichem Einsatz für das Altersturnen im Kanton Zürich, den wohlverdienten Blumenstrauss.

Foto Beyeler

Volkstänze, das Trio Eugster begeisterte die Zuhörer mit Hits aus seinem Repertoire, und spätestens beim Auftritt des Nostalgiechors Sirnach, der unter Leitung von Rosy Bieger in farbenprächtigen Gewändern Schlager von Anno dazumal zum besten gab, war die Stimmung auf dem Höhepunkt. Selbst die Zaghaftesten sangen bei «Das gibt's nur einmal, das kommt nicht wieder...» kräftig mit.

Auch wenn die Veranstaltung in überwältigendem Rahmen stattfand, so gelang es doch vorbildlich, Sinn und Zweck des Altersturnens dem Zuschauer nahezubringen. Gertrud Aeschlimann konnte sogar das Publikum zu kräftigem Mitturnen animieren. Nachdem Walter Lerch einige Ehrungen vorgenommen und vor allem Berthi Zellweger, der «Mutter des Altersturnens» im Kanton Zürich, für ihre bahnbrechenden Verdienste um das Altersturnen gedankt hatte, überbrachte Stadtpräsident Dr. Widmer Grüsse des Stadtrates, dankte den Turnerinnen und Turnern für ihren aktiven Beitrag zur Gesunderhaltung von Volk und Finanzen und zog die glücklichen Gewinner der Preisverlosung. Alles in allem ein grossartiges, wohl gelungenes Fest, dass einmal mehr zeigt, dass sie durchaus «jung» sind, unsere Senioren.

Fernanda Scherrer