Unsere Schwimmbecken sind falsch gebaut = Nos piscines de natation sont mal conçues = The lay-out of our swimming-pools is wrong

Autor(en): **Menz, Max**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Anthos : Zeitschrift für Landschaftsarchitektur = Une revue pour le paysage**

Band (Jahr): **1 (1962)**

Heft 2

PDF erstellt am: **26.04.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-131357

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

d'obtenir la plus grande surface plane possible, la piscine est disposée dans le coin nord-ouest. Le projet prévoit, juste à côté, sur une dalle saillante d'environ 3 m, un pavillon et un bain de soleil devant une cloison en bois. Pour fermer l'étendue du jardin et l'abriter du vent, un mur de 1,80 m de haut est placé en travers de la côte. La vue, par-dessus les vignes et la plaine du Rhin, sur les alpes des Grisons, doit rester libre. Dans le pavillon, l'on prévoit un foyer avec un large banc; derrière, le vestiaire et une remise à outils. Le dessous du pavillon donne une cave.

L'exécution:
Les matériaux employés doivent être travaillés le plus simplement possible, soit:
du béton armé pour le bassin et la dalle saillante,
du béton lavé, incrusté de gravier, pour le sol,
un revêtement de grosses pierres de rivière à une face pour les murs en béton,
des planches de mélèze, disposées horizontalement, pour la cloison en bois,
de la tôle brute rivée pour la hotte de cheminée.
Le toit de gravier collé est détaché du mur et monté sur des supports en fer rond, afin de produire un effet plus léger.
La plantation se réduit à un écran transversal de pins au nord du pavillon, renforçant la protection contre le vent et accentuant la limite de l'espace du jardin-piscine.

The place:
A gompholite rib exposed to all the winds in the St-Gall Rhine valley. On the steep South-East flank there are vineyards, and meadows on the flattening out North-West flank.

The task:
On the gompholite rib there is a garden to be laid-out, opposite to the free standing villa. There should be adequate protection against the North-East wind and privacy from the valley side.

The idea:
The undulating ground of the natural rib is to be flattened out and to be laid about one meter deeper than the terrace of the villa. In order to get as large and even a space as possible the bathing pool is to be built in the North-East corner and, close to it on a corbelled plate, the patio and sunbathing terrace protected by a wooden wall. A stone wall 6 feet high across the undulating ground is to shut off the garden space and to protect it against the wind. The view over the vineyards, the valley of the river Rhine and on to the Alps should remain unimpaired. Within the patio there is to be a fire-place with a broad bench, behind it a dressing room and a shed for garden implements. Under the patio there will be room enough for a cellar.

The execution:
The material is to be used in as plain a manner as possible: reinforced concrete for the pool and the corbelled plate; washed concrete with gravel mixture for the floor; one-head round stones as facing for the concrete walls; raw sheet iron with rivets for the flue. The two-ply pressed gravel roof is to be taken off the wall and to be mounted on round iron girders to achieve an effect of lightness.
Planting will be limited to a cross line of pine trees to the North of the patio in order to strengthen the protection against wind and as a spatial limit to the bathing garden.

Nos piscines de natation sont mal conçues
The lay-out of our swimming-pools is wrong

Dr. med. Max Menz, Basel

Diese Behauptung soll wirklich kein Vorwurf an irgendeine Adresse sein. Sie ist eine Feststellung auf Grund von Erfahrungen, gewonnen aus der regelmässigen jahrelangen Benützung von Bade- und Schwimmgelegenheiten verschiedenster Art.
Die Schrift «Grünflächen in den Gemeinden» fordert als schweizerische Norm für Gartenbäder mindestens 1 m² Wasserfläche pro Besucher. Selbstverständlich beruht diese Norm auf der Tatsache, dass sich nie alle Badegäste gleichzeitig im Becken aufhalten. An heissen Wochenendtagen jedoch wird zum Beispiel das Gartenbad St. Jakob Basel von 10 000 bis 14 000 Personen besucht. Das wimmelt, zappelt und krabbelt im Schwimmbassin ganz ähnlich wie in einem überlasteten Fischzuchtteich, worauf sich die Forderung nach weiteren Schwimmgelegenheiten erhebt, und zwar mit Recht, denn das Schwimmen ist gesund.
Keine Tätigkeit erfasst die Muskulatur so umfassend und gleichzeitig so kräftigend wie das Schwimmen. Beim Schwimmen wird die Wirbelsäule geradegehalten; die korrigierende Wirkung auf Fehlhaltungen der Wirbelsäule ist beachtlich. Beim Kind ist das Schwimmen ein Gegengewicht zur Schulbankhaltung und deshalb, vom prophylaktischen Standpunkt aus gesehen, eine wertvolle Leibesübung zur Vermeidung von Fehlhaltungen. Besonders beim Brustschwimmen wird ausserdem das Verhältnis zwischen der Atemfrequenz und dem Atemvolumen durch die rhythmischen Bewegungen reguliert. Die Zwerchfell- respektive Bauchatmung setzt vermehrt ein und eventuelle Fehleinstellungen in der Atemmittellage werden verbessernd beeinflusst. Dieser regulierende Effekt ist jedoch ein Hauptziel jeder Atemgymnastik. Nur nebenbei können die stoffwechselanregende und die abhärtende Wirkung der Wasser- und Luftanwendung sowie der positive Einfluss auf den Bänder- und Gelenkapparat angeführt werden. Ganz wichtig ist aber schlussendlich, gerade im Hinblick auf die heutige Lebensweise, dass durch das Schwimmen das Herz und der Kreislauf trainiert werden.
Die moderne Lebensweise, am Arbeitsplatz wie in der Freizeit, hat Schattenseiten. Hierzu gehören eine Bewegungsarmut, gepaart mit einem Übergewicht, eine Wachstumsbeschleunigung der Jugend – die Jugend schiesst in die Höhe – als Folge der Reizüberflutung mit dem bekannten und beunruhigend stark verbreiteten Haltungszerfall, der sich schon frühzeitig als Fehlhaltung mit Einschränkung der Lungenvolumina, als schmerzender Rücken oder ganz allgemein durch Müdigkeit und Leistungsabfall bemerkbar machen kann. Die mittleren und oberen Altersstufen andererseits weisen eine scheinbar unaufhaltbar ansteigende Kurve von Herz- und Kreislauferkrankungen auf. Wer regelmässig und bis in das hohe Alter sich angepassten körperlichen Belastungen unterzieht, entgeht weitgehend diesen Schattenseiten der Zivilisation. Kein Zweifel besteht darüber, dass das Schwimmen – nicht das Baden – in jeder Hinsicht gesundheitsfördernd ist. Leider führt, wie einleitend dargetan wurde, die heutige Badefreudigkeit verschiedenenorts zu einer massiven Überbelastung der Bassins, so dass es beim Baden bleibt und das gesunde Schwimmen ins Hintertreffen kommt. Flüsse und Seen werden in zunehmendem Masse ungeeigneter, so dass die Bevölkerung auch zukünftig auf teure und trotz aller Schönheit dürftige Ersatzmittel, die Schwimmbecken der Bäder, angewiesen sein wird.

Aus praktischen und konstruktiven Erwägungen sind die Bassins meistens rechteckig, gelegentlich mit unregelmässigen Umrissen, aber immer als geschlossene Fläche, wenn möglich mit einer Wettkampfstrecke von 50 Metern, angelegt. Bei schlechtem Wetter oder ausserhalb der normalen Arbeitszeiten haben die wenigen Besucher genügend Platz zum Schwimmen; bei gutem Wetter bleibt nur ein Zappeln im Gewimmel übrig.

Aus der Beobachtung des Badebetriebes und des Verhaltens der Schwimmer lassen sich einige praktische Folgerungen für den Bau von Schwimmbecken ziehen. Die Form der Wasserfläche und ihre Begrenzungen sollten zum Durchschwimmen einer bestimmten Strecke nicht nur einladen, sondern dazu herausfordern. Zum Beispiel würde schon eine Insel in der Beckenmitte einen Anreiz bilden, einmal, fünfmal, zehnmal hin und her zu schwimmen. Dieser Anreiz würde einen Teil der Schwimmer locken, wodurch eine gleichgerichtete Bewegung der Schwimmenden in einer, vielleicht in beiden Richtungen, in die sich jedermann jederzeit einfügen und auch wieder daraus lösen könnte, ergeben. Eine gleichgerichtete Bewegung der Schwimmenden vermindert das störende Durcheinander und das Schwimmen wäre ermöglicht, wenn auch nicht garantiert. Noch besser wäre ein Kanal, rundherum laufend. Wir sind deshalb der Ansicht, dass die traditionellen, uniformen Bassins zugunsten von Schwimmbahnen, analog den Aschenbahnen der Läufer, abgeändert oder neu gebaut werden sollten. Schwimmbahnen können, weil sich beinahe ohne störende Verordnungen ein Einbahnverkehr ergibt, das Schwimmen auch bei grosser Besucherzahl wieder ermöglichen. Innerhalb der ringähnlich angelegten Schwimmbahn finden die Zusatzbecken mit dem Sprungturm, das Lehrschwimm- oder Kinderbassin, reichlich Platz. Sprungtürme sollten sowieso aus Sicherheitsgründen von den Schwimmbassins getrennt werden.

Das Schwimmen ist im Verein mit Gymnastik und anderen Betätigungen ein wirksames prophylaktisches Mittel gegen die bekannten und zunehmenden Zivilisationsschäden. Eine zweckentsprechende Bereitstellung unserer Gartenbäder dient in hohem Masse der Volksgesundheit.

Par cette affirmation, nous ne voulons vraiement faire aucun reproche à qui que ce soit. C'est une constatation qui est basée sur des expériences recueillies au cours de plusieurs années d'utilisation régulière des divers moyens à disposition pour la baignade et la natation.

La brochure «Grünflächen in den Gemeinden» (Espaces verts dans les communes) exige comme norme suisse pour les piscines en plein air un minimum de 1 m² de surface d'eau par baigneur. Il est évident que cette norme part du fait que les baigneurs ne so trouvent jamais tous en même temps dans l'eau. Toutefois, les samedis et dimanches de grande chaleur, la fréquentation de la piscine-jardin de St-Jacques à Bâle atteint par exemple un nombre de 10–14 000 personnes. Çà fourmille et frétille dans le bassin de natation comme dans un vivier surpeuplé. C'est à ce moment que s'élèvent les voix qui demandent la construction d'autres piscines; à juste titre, car aucun sport n'est plus sain que la natation. Aucune activité agit sur la musculature d'une façon si ample et si fortifiante que la natation. Pendant la nage, la colonne vertébrale est maintenue droite; l'effet de correction sur une mauvaise tenue de la colonne vertébrale est remarquable. Chez l'enfant, la natation constitue un contre-poids à sa tenue dans le banc d'école, et pour cela, du point de vue prophylactique, un précieux exercice pour éviter un mauvais maintient. En outre, c'est particulièrement la brasse qui règle par ses mouvements rythmiques la proportion entre la fréquence et le volume de la respiration. La respiration du diaphragme, respectivement du ventre, se trouve activée et exerce une influence favorable sur d'éventuels dérèglements dans la position intermédiaire de la fonction respiratoire. Or, cet effet régulateur est un des buts principaux de toute gymnastique respiratoire. Notons en passant que le contact de l'air et de l'eau endurci le corps, stimule le métabolisme et influence positivement le mécanisme articulaire. Mais ce qui est finalement d'une importance capitale, justement en considérant la manière actuelle de vivre, c'est que la natation fortifie le cœur et stimule la circulation sanguine.

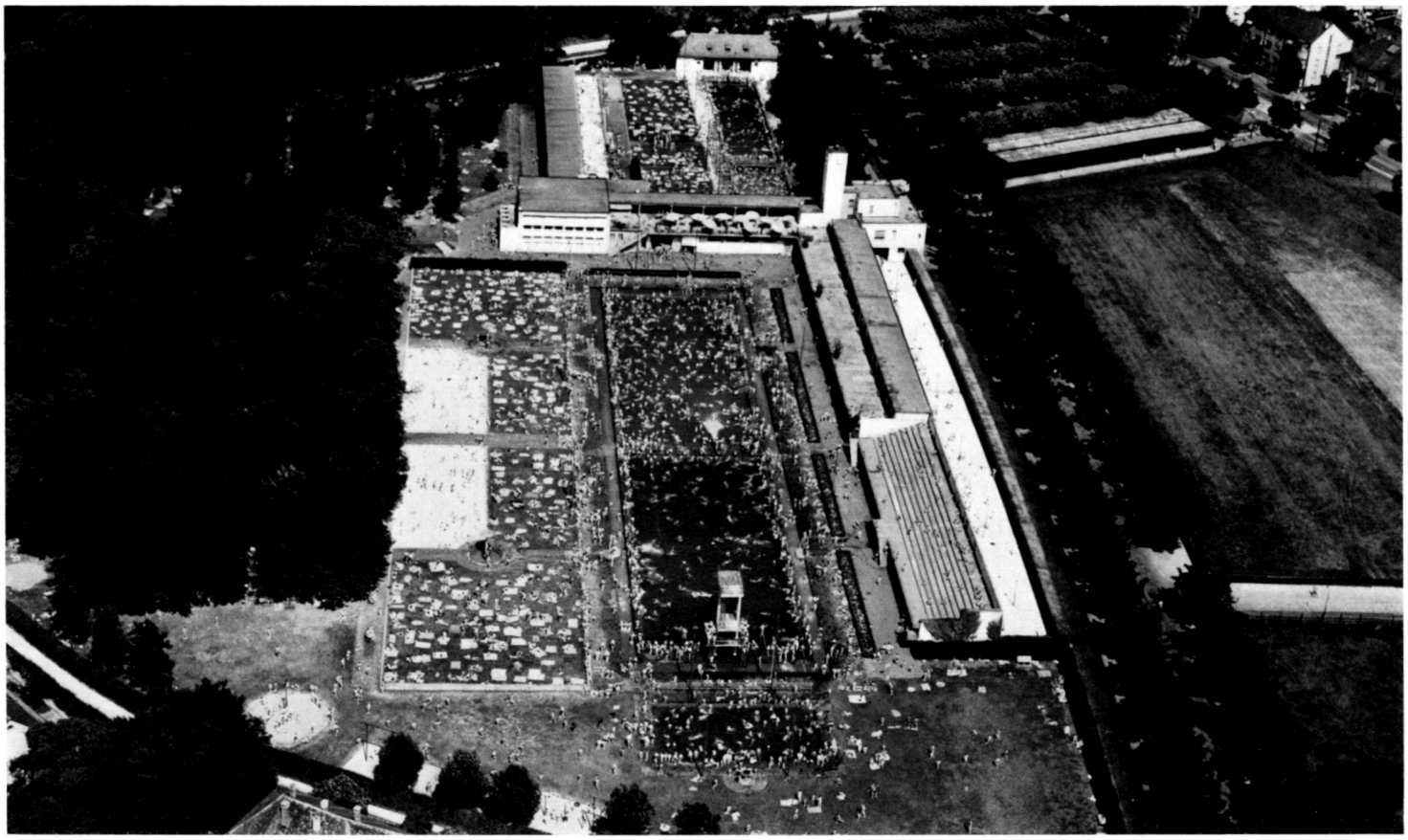
La vie moderne, aussi bien au travail que dans les loisirs, a ses côtés désavantageux, comme, par exemple, un manque d'exercice, accompagné d'un surpoids du corps, une accélération de la croissance de la jeunesse grandit rapidement – qui provient de la surexcitation à laquelle elle est exposé, liée à une décadence bien connue de la tenue. Celle-ci est répandue d'une façon inquiétante et se manifeste déjà très tôt par une réduction du volume des poumons, des douleurs dans le dos, ou, d'une façon plus générale, par de la fatigue et une diminution des capacités. D'autre part, les âges moyens et élevés présentent une courbe qui paraît monter irrésistiblement, celle des troubles cardiaques et des affections circulatoires. Celui qui se soumet régulièrement et jusqu'à un âge avancé à des activités physiques adaptées, échappe dans une large mesure à ces côtés fâcheux de la civilisation. Il n'y a aucun doute que la natation – non le bain – est salutaire à la santé sous tous les rapports. Malheureusement, le plaisir de se baigner entraîne à divers endroits, comme nous l'avons exposé au début, une surcharge extraordinaire des piscines, de sorte que l'on en reste qu'à la baignade, et que la natation devient presque impraticable. Les rivières et les lacs perdant de plus en plus leur attrait pour la baignade, la population dépendra aussi à l'avenir des moyens de compensation coûteux et insuffisants, malgré toute leur beauté, que sont les bassins de natation des établissements de bain.

Pour des raisons pratiques et de construction, les piscines sont le plus souvent de forme rectangulaire, parfois aux contours irréguliers, mais toujours établis comme surface fermée, si possible avec un parcours de 50 m de longueur pour les compétitions. Par mauvais temps, ou en dehors des heures de travail habituelles, les quelques baigneurs trouvent suffisamment de place pour nager. Par beau temps, ce n'est plus qu'un frétillement dans la foule des baigneurs. En observant la beignade et le comportement des nageurs, l'on peut tirer quelques conclusions pratiques pour la construction des piscines de natation. La forme de la surface de l'eau et ses limitations devraient non seulement vous inviter à traverser un certain parcours à la nage, mais directement vous provoquer à le faire. Un îlot, situé au milieu de la piscine, tenterait par exemple déjà beaucoup de baigneurs à faire le traversée une fois, cinq fois, dix fois. Ce motif provocateur attirerait une partie des nageurs; il se formerait forcément un mouvement unilatéral dans un ou peut-être dans les deux sens. Chacun pourrait s'y joindre ou s'en détacher. Un mouvement unilatéral des nageurs diminuerait le pêle-mêle désagréable, et la nage serait, sinon garan-

Strandbad am Katzensee, Kt. Zürich
Plage au Katzensee, ct. Zurich
Bath place on the beach of the Katzensee, near Zurich

tie, du moins rendue possible. Un canal circulaire serait encore mieux. C'est pourquoi nous sommes d'avis que les bassins uniformes traditionnels devraient être modifiés ou reconstruits en faveur de «pistes nautiques», analogues aux pistes cendrées des coureurs. Ces piscines circulaires rendraient la natation de nouveau possible, même les jours d'affluence, parce qu'il s'y formerait, presqu'automatiquement, et sans prescriptions gênantes, un mouvement de sens unique. Au centre de la piscine circulaire se trouverait suffisamment de place pour les bassins supplémentaires avec la plate-forme pour les plongeons de haut vol, le bassin des non-nageurs ou des enfants. Pour des raisons de sécurité, les plates-formes devraient être en tout cas séparées des piscines pour nageurs.
La natation constitue, avec la gymnastique et d'autres activités, un moyen prophylactique efficace contre les troubles bien connus et croissants de notre civilisation. Une disposition appropriée de nos piscines en plein air est d'une haute utilité pour la santé de notre peuple.

This statement is not intended as a reproach to anyone. It is, however, a fact resulting from many years experience, regular use and close observations of conditions prevailing here and there at swimming-pools and bathing facilities of all kinds.
The author of the booklet «Green spaces in towns» demands as a standard norm for Swiss conditions that there should be at least one square meter of water surface per visitor in all parks with bathing facilities. In setting up this standard the fact is of course taken into account that it practically never happens that all the bathers are in the water at the same time. On hot weekend days, however, the park and swimming-pool St-Jakob at Basle is used by 10 — 14 000 persons. Then the pool is crowded with sprawling, jerking, struggling bathers looking like fish in a fish-breeders tank. Under such impressions people will claim further bathing facalities and quite rightly so, for swimming is healthy.
In fact there is hardly any activity like swimming for general and symmetrical strengthening and development of the muscular system. In swimming the vertebral column is kept straight, thus correcting faulty bearing and attitude to a high degree. From a prophylactic point of view swimming as an exercise is especially recommended to children, as it counteracts the effects of faulty positions on school benches. Especially breast stroke swimming regulates by its rhythmic motions the frequency and volume of breathing. It promotes diaphragm breathing (or breathing with the belly), corrects faulty habits in breathing especially in the middle position, and thus achieves the aims of breathing gymnastics, not to mention its effects on metabolism and the inuring effects of water and fresh air in general as well as the development of ligaments and joints. Most important perhaps, under present day conditions, is the healthy effect on the heart and blood circulation.
Modern living conditions have their ill-effects, at work as well as during recreation hours. Lack of exercise resulting in overweight is one them. Among others, we might mention acceleration of growth — children grow to quickly. They are the result of floods of excitements of all sorts, paired with faulty positions of the body, which reduce the volume of the lungs in an alarming degree already at an early age and are made



Gartenbad «Eglisee» in Basel
Piscine «Eglisee» à Bâle
Municipal Swim Park in Basel

manifest by aching backs or a general feeling of tiredness and a decline of performance in every respect. As far as middle-age is concerned the curve of diseases of the heart and blood circulation goes on climbing in an apparently uncontrollable manner and only the one who practises some physical exercise until old age can hope to escape from those evil effects of modern civilisation. There can be no doubt that swimming – not just bathing – is one of the healthiest exercises in every respect. Unfortunately the great popularity of bathing also leads to crowded swimming-pools where one can bathe but hardly practise any real swimming. On account of water pollution rivers and lakes are getting more and more unsuitable for bathing and swimming and artificial pools will form their substitutes – inadequate, however costly and beautiful they may be – for many years to come.

For practical reasons these pools are usually oblong. Sometimes their contours are irregular, but they nearly always form a closed basin. In most cases they have a length of 50 meters, this being the standard length for swimming competitions. If the weather is bad, or during normal working hours, the few visitors have ample space for swimming. On hot weekends these pools are so crowded that there can be no question of any real swimming as an exercise.

What conclusions can be drawn from this state of things when building new swimming pools? The shape should be such as to encourage people to swim a certain distance. What about an island in the midst of the pool – would it not induce people to try to swim to and fro several times, thus resulting in a general swimming in two directions in which everyone could take part and leave off at will? By thus inviting people to swim in one direction and back – could we not get some sort of order out of a confused medley and make real swimming possible again? Or why not lay them out like athletes' running courses – a sort of canal running round in a circle? If such were to be the shapes of swimming-pools they would even without any special regulation induce people to swim in one way, and there would be ample space for many more swimmers at the same time. On the island thus encircled by the swimming lanes one could built an additional pool with a tower for jumpers – they should at any rate be kept separate for safety reasons – as well as some further basins for teaching purposes and splashing basins for children.

As swimming is, together with gymnastics and similar activities, a most efficient prophylactic means against the growing ills of civilisation, public gardens with bathing facilities are – if intelligently planned to encourage real swimming – of paramount importance in the interest of public health.