

Zeitschrift: Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 12 (1955)

Heft: 1

Rubrik: Neun berühmte amerikanische Coaches und Trainer äussern sich zum Thema Alkohol

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 26.11.2024

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

NEUN BERÜHMTE AMERIKANISCHE COACHES UND TRAINER ÄUSSERN SICH ZUM THEMA ALKOHOL

Wenn auch die Coaches und Trainer, was Ausbildung, Spiele und Strategie anbelangt, sehr verschiedener Ansicht sein mögen, so sind sie sich doch vollkommen einig, dass die goldene Regel für eine gute Gesundheit lautet: **Trinke keinen Alkohol, in welcher Form es auch sei.** Sie wissen aus ihrer Tätigkeit, dass alkoholische Getränke eine Bedrohung für eine gesunde Lebensweise darstellen, dass der Alkohol alle Sinne wie Sehvermögen, Tastgefühl, Koordinationsgefühl betäubt und das wirksame Spiel von Geist und Muskeln beeinträchtigt, wodurch Höchstleistungen verunmöglicht werden.

Regel Nr. 1 für jeden Sport

Bud Wilkinson, Fussball-Coach, Oklahoma Universität

Der Gebrauch von Alkohol benebelt die Reflexe. Jeder Athlet, der hier nicht hart ist, schadet sich körperlich und ist unfair gegen seine Mannschaft.

Charlie Caldwell, Fussball-Coach, Universität Princeton

Lass Dich nicht verführen, Alkohol zu trinken, weil es schneidig oder gesellig sei. Es ist etwas nie schneidig, das Deinem Körper und Geist schadet.

Rollie Bevan, Trainer, US-Militärakademie

Trinke nie Alkohol zur Stimulierung. Alkohol ist kein Stimulus; er ist im Gegenteil einer der grössten Trübmacher. Warum etwas gebrauchen, das die Gesundheit und Zukunft gefährdet?

Carl Snavely, Fussball-Coach, Washington Universität

Jeder Coach weiss, dass alkoholische Getränke die Koordination von Geist und Muskeln behindert. Sie sind ein Handicap — in welcher Disziplin es auch sei — und zerstören die Eigenschaften, die für den Erfolg im Leben wichtig sind.

Tuss Mc Laughry, Fussball-Coach, Dartmouth College

Da der Alkohol den Geist benebelt und den Körper schädigt, kann kein Athlet, der davon trinkt, hoffen, Höchstleistungen zu erlangen. Schnelle Entschlüsse und Reaktionen werden dadurch verunmöglicht.

R. L. Chambers, Leichtathletik-Coach-Trainer, Duke Universität

Alkohol ist ein falscher Stimulant, der die Ausdauer des Athleten beeinträchtigt. Er hat absolut keinen Platz in der Ernährung von jemanden, der ein Maximum an körperlicher Leistungsfähigkeit erlangen will.

Tom Hamilton, Athletik-Direktor, Universität Pittsburgh

Alkohol ist der tödlichste Feind für jeden Wettkämpfer, der gewinnen will. Er ist ein mächtiger «Bedrücker», der das Durchhaltevermögen, wenn es am nötigsten ist, sehr herabsetzt.

Adolph Rupp, Basketball-Coach, Universität Kentucky

Alkohol gibt niemanden etwas, weder dem Athleten noch sonst jemanden. Er zerstört die Reflexe und schwächt entschieden das Urteilsvermögen und den richtigen Einsatz.

Howald Hobson, Basketball-Coach, Yale Universität

Das Spiel mit einem Gift wie der Alkohol verursacht eine Ueberbelastung Deiner Organe, was sehr ernstliche Folgen haben kann. Dies ist geistig, gesellschaftlich und körperlich nicht erwünscht.

Aus: «Scholastic Coach»

Trinke keinen Alkohol, in welcher Form es auch sei. Er ist weder ein Nahrungsmittel noch ein Stimulant, sondern ein Gift, welches das ganze Körpersystem angreift. Er zerstört das feine Zusammenspiel von Geist und Muskeln, beeinträchtigt die Fähigkeit zu schneller Entscheidung und setzt die Ausdauer stark herab. Man braucht kein Genie zu sein, um zu ermessen was dies für den Athleten oder auch sonst jemand bedeutet. Alkohol macht Höchstleistungen unmöglich, sowohl auf dem Feld wie im Klassenzimmer oder im täglichen Leben. Jeder Trainer wird daher als erste und oberste Regel verlangen: «Keinen Alkohol». Mache auch Du dies zu Deiner Regel Nr. 1. Akzeptiere keine alkoholischen Getränke, weil «andere Leute es tun». Es ist weder schneidig noch gesellig, sondern purer Unsinn, etwas in Dein System aufzunehmen, das in mancher Hinsicht schadet. Um im Sport oder in irgend einer Tätigkeit Erfolg zu haben, sage NEIN zu allen Sorten von alkoholischen Getränken.

ALKOHOLERZIEHUNG

1730 Chicago Ave.,
Evanston, III.