

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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 20 (1963)

Heft: 10

Artikel: Schulturnen und Leistungssport

Autor: Fischer, H.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-990900>

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: 30.03.2025

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

Schulturnen und Leistungssport

von H. Fischer, dipl. Turnlehrer, Riehen

Das zur Diskussion gestellte Problem ist nicht neu; es ist vielmehr so alt wie das Schulturnen, d. h. so alt, wie jede pädagogisch orientierte Leibesübung selbst. Ich beginne mit einigen notwendigen grundlegenden Feststellungen zum Bildungsziel des Schulturnens.

I. Leibeserziehung als grundlegender Bereich menschlicher Bildung

Die öffentliche Schule hat als Bildungsstätte einen bestimmten Bildungsauftrag. Dieser Bildungsauftrag richtet sich nach dem in einem bestimmten Kulturkreis vorherrschenden Bildungsideal. Vom Augenblick an, in dem das Turnen in das Schulprogramm aufgenommen wurde, war es, wenigstens theoretisch, als vollwertiger Bildungszweig anerkannt. Ich sage theoretisch, weil die Einführung des Schulturnens bei uns in den meisten Kantonen nicht auf Grund seines umfassenden Bildungsgehaltes erfolgte, sondern als notwendige Vorbereitung auf den Wehrdienst nur für die männliche Jugend von Bern herab befohlen wurde und dementsprechend mühsam Eingang fand. Die Einsicht in den grossen Bildungsgehalt des Schulturnens fehlte — und fehlt, nota bene, auch heute noch — in weiten Kreisen; dies paradoxerweise, obwohl bei uns schon in der Pionierzeit weltweit anerkannte Schulmänner wie z. B. Pestalozzi und Spiess noch heute zeitgemässe Formulierungen für die Bedeutung der Leibeserziehung geprägt hatten und sie für Knaben und Mädchen in die Praxis umzusetzen versuchten.

Das Schulturnen wird auch heute noch vielerorts einfach als ein Fach unter anderen Unterrichtsfächern betrachtet. Die neuzeitliche Pädagogik aber sieht in der Leibeserziehung einen Bereich «grundlegender Bildung» (K. Paschen, Didaktik der LE). Der Pädagoge W. Klafki z. B. in «Das pädagogische Problem des Elementaren und die Theorie der kategorialen Bildung» unterscheidet zwölf elementare Bildungsbereiche:

1. Körperliche Bildung
2. Handwerkliche - technische Bildung
3. Gesellschaftliche Bildung
4. Musisch - ästhetische Bildung (darin auch das Gymnastische)
5. Sprachlich - literarisch - kulturkundliche Bildung
6. Historisch - politische Bildung
7. Wirtschaftlich - erdkundliche Bildung
8. Mathematisch - naturwissenschaftliche Bildung
9. Biologische Bildung
10. Philosophisch - lebenskundliche Bildung
11. Sittlich - soziale Bildung
12. Religiöse Bildung.

Die modernen Pädagogen kommen damit auf die ganzheitlichen Auffassungen z. B. von Plato, Montaigne, Rousseau, Pestalozzi zurück.

Ich setze hier nur zwei Zitate von einst und jetzt untereinander:

E. de Montaigne (Essais) «Es ist nicht eine Seele, es ist nicht ein Körper, den man erzieht; es ist ein Mensch; daraus soll man nicht zweierlei machen».

Dr. O. Hanebuth (in «Grundschulung zur sportlichen Leistung»): «Das letzte Ziel darf immer nur sein, den Menschen in seiner Leib-Seele-Geist-Ganzheit zu

einer charakterlich starken, lebensstüchtigen und wertvollen Persönlichkeit innerhalb seiner Gesellschaft zu erziehen».

Als Ausgangspunkt unserer Diskussion stellen wir also fest: Leibeserziehung ist ein grundlegender Bereich menschlicher Bildung.

Auf dieser Generallinie treffen sich heute wohl alle bedeutenden Pädagogen und die Turnlehrer im besonderen.

Was für Teilziele setzt sich der moderne Turnunterricht nun im einzelnen? Ich zitiere aus dem Handbuch der Leibeserziehung von Burger-Groll den österreichischen Mittelschullehrplan 1955, weil die darin vertretenen Auffassungen heute wohl weitgehend Geltung haben.

Lehrziel

- «Durch vielseitige Leibesübungen Sicherstellung eines möglichst hohen Masses an Entwicklungsreizen zur Wahrung der Gesundheit und zur Erwerbung einer optimalen Leistungsfähigkeit.
- Durch Gewöhnung und durch Weckung von Formgefühl, Formverständnis und Formwillen, Erarbeiten einer biologisch einwandfreien Haltungs- und Bewegungsform bei allen Leibesübungen als Grundlage für gute Haltung und Bewegung im Alltag und bei der Arbeit; Sinn für Ästhetik der Bewegung (Bewegungskunst).
- Entfaltung der jugendlichen Freude an der Bewegung; Gewöhnung an ernsthafte und ausdauernde Arbeit an sich selbst wie an allen Aufgaben. In biologisch richtige Bahnen gelenkter Spielbetrieb und Leistungswille.
- Förderung der Tugenden, die ein geordnetes Gemeinschaftsleben von jedem einzelnen fordern, wie z. B. Tatwille, Ausdauer, Mut, Hilfsbereitschaft, Verantwortungsbewusstsein, Einordnung, Achtung des Mitmenschen, Freude an körperlicher Betätigung, Naturverbundenheit.
- Einsicht in die Grundfragen der Leibeserziehung, wie z. B. Gesundheitsfragen, biologische und kulturelle Bedeutung der Leibesübungen, Werte und Grenzen der ausserschulischen Formen und Arbeitsweisen (Turnen, Sport, Gymnastik), Ethik der Leibesübung.
- Schaffung der Voraussetzungen dafür, dass die Leibesübungen den Schülern auch über ihre Schulzeit hinaus zu einer freudvollen Lebensgewohnheit werden.»

Diese Teilziele zeigen die ganzmenschliche Breite unserer Aufgabe in aller Deutlichkeit auf. Was können wir zu unserem Thema daraus entnehmen?

II. Leistungssport und Schulturnen

Das Schulturnen will z. B. «Durch vielseitige Leibesübungen Sicherstellung eines möglichst hohen Masses an Entwicklungsreizen zur Erwerbung einer optimalen Leistungsfähigkeit.»

Es soll also auf breiter Grundlage optimale Leistungsfähigkeit erzielt werden. Spezialistentum kann daher nicht erstes Anliegen des Schulturnens sein. Leistungssport aber erfordert weitgehende Spezialisierung. Konrad Paschen unterscheidet in seiner Strukturanalyse der Leibesübungen und des Sports drei Übungsweisen: Das Spielhafte — das Sportliche — das Tänzerische.

Sicher muss die Schule alle diese Übungsweisen berücksichtigen. Wo jeweils der Akzent liegt, hängt von den vielen Voraussetzungen, so z. B. von Alter und Geschlecht, von der psychischen und physischen Verfassung der Schüler und auch von den äusseren Gegebenheiten ab. Bei den Mädchen der oberen Stufen wird wohl meist das Spielhafte und Tänzerische vorherrschen, bei gleichaltrigen Knaben das Sportliche und Spielhafte. Hier kommt deutlich zum Ausdruck, dass die Schule, will sie vielseitig sein und allen Hauptver-

anlagungen und äusseren Voraussetzungen gerecht werden, sich nicht auf eine Übungsweise oder gar auf eine Sportart oder Einzeldisziplin einengen lassen kann. Gerade diese Engehung aber wird oft von engstirnigen Vereins- und Verbandsfunktionären gefordert. Die Schule sollte ihrer Ansicht nach speziellen, weitgehend ausgebildeten Wettkämpfernachwuchs in allen möglichen Sparten liefern; eine in jeder Hinsicht unsinnige Forderung, die am Bildungsauftrag der Schule vollständig vorbeigeht. Eine normale Wettkampftätigkeit mit dem heute dazu gehörigen Spezialtraining überschreitet meist das Mass, sowohl an Zeit, wie an Kraftausgabe des Schülers, das die Schule im Rahmen der Gesamterziehung dem Schulturnen zubilligen kann. Wenn unser Bildungsziel die harmonisch ausgebildete Persönlichkeit ist, so gilt es eben, unter den Bildungsbereichen (ich erinnere an die Aufstellung von Klafki) eine entsprechende Balance zu halten.

Ich habe eingangs die Breite unserer Aufgabe angedeutet. Auch innerhalb dieser Aufgabe ist eine Ausgewogenheit der Übungsweisen und eine Berücksichtigung der Begabungsrichtungen anzustreben. Die Schule hat es mit grossen Ausbildungsgruppen (Klassen von 30—50 Schülern) mit allen möglichen Veranlagungstypen zu tun. Sie sollte möglichst allen Schülern gerecht werden, eine Aufgabe, die nur beschränkt durchführbar ist. Der Turn- und Sportverein hat meist eine Auswahl körperlich begabter und lernbegieriger Leute zu betreuen. Eingehende individuelle Förderung auf einem Spezialgebiet ist dort viel einfacher (wenn auch nicht immer richtig).

Der Übungsstoff und die Lehrweise im Schulturnen soll gemäss den Grundsätzen der modernen Pädagogik natur- und kindgemäss, lebensnah und anschaulich, ganzheitlich, gemeinschaftsgebunden und volkstümlich sein. Von besonderer erzieherischer Bedeutung ist vor allem die liebevolle Förderung der körperlich Schwachen. Ich erwähne einen Satz von Prof. Dr. theol. Morgenthaler (Referat an der turnpädagogischen Tagung 1962 des Schweiz. Turnlehrervereins in Basel).

«Ein Turnunterricht, der die Schwachen und Kranken disqualifiziert und diskriminiert, ist undenkbar.»

Also ist eine Bevorzugung der Begabten, auch wenn dabei die schönsten sportlichen Leistungen erzielt würden, erzieherisch nicht zu verantworten. Die Stellung und das Ansehen des Schulturnens im Schulganzen hängt in erster Linie von der pädagogischen Grundhaltung des Turnlehrers und nicht von seinen leistungsmässigen Lehrerfolgen ab, so wichtig und erfreulich diese Lehrerfolge auch sind.

Weiter: Die zu Recht kritisierten Auswüchse im Leistungssport der Erwachsenen sind nicht zwangsläufig mit der Ausübung von Wettkampfsport verbunden. Diese Auswüchse sind nichts anderes als ein Abbild, ein Ausdruck unserer hektischen Lebensweise, unserer vermaterialisierten und vertechnisierten Welt. Es kann nicht im Bildungsauftrag der Schule liegen, diese veräusserlichte Betriebsamkeit eines entarteten Leistungssportes in die Schulkatmosphäre zu tragen. Ich zitiere E. Burger (Referat an der turnpädagogischen Tagung 1962 des STL in Basel):

«Ganz wesentlich und über allem stehend ist aber ein Hinarbeiten auf Verinnerlichung, auf Sammlung, auf Vertiefung. Das Betriebsame kann nicht die Frage unserer Zeit sein. Die Kinder müssen zu sich kommen und in der Geborgenheit der Klasse kann das Kind zur Musse kommen. Nur so können wir zur Ganzheit der Erziehung vorstossen.»

Es ist schon so: Eine pädagogisch wirksame Atmosphäre bedarf einer bestimmten Ruhe und Musse, eines naturnahen Rahmens, einer gewissen Einfachheit und einer weitgehenden Freiheit.

Die Spezialisierung und Vertechnisierung unseres Spitzensportes führt zu absurden Entwicklungen. Ein kleines, bezeichnendes Beispiel: Ich las kürzlich in einer

Volleyballanleitung: Volleyball ist ein Hallenspiel. Auf Freiplätzen treten sehr oft Verstauchungen und Knöchelbrüche auf. Das Spielfeld im Freibad oder auf dem Schulplatz auf Rasen ist eher ungeeignet.

Es ist ein weiter Weg vom Bohnentickel als Stabhochsprunggerät bis zum Glasfiberstab oder von den Fassdauben bis zu den Plastikschi mit allen Schikanen. Gewiss, auch das Schulturnen hat von der technischen Perfektion des Wettkampfsportes profitiert. Nie aber darf diese technische Perfektion den für das Schulturnen notwendigen einfachen, natürlichen und daher jugendgemässen Rahmen sprengen. Perfektionismus tötet letztlich das Leben, weil er die Freiheit, die Spontaneität, die dem gesunden Sport angemessene Haltung des Wagens und der Spielhaftigkeit zerstört. (Vergleiche hierzu: Aldous Huxley «Schöne neue Welt».)

Unser Ziel kann nicht die Heranzüchtung von Sportperfektionisten und Sportrobotern sein.

Wir wissen auch um die dem Schulturnen zufallende psycho-physische Ausgleichsfunktion. Wir müssen als Lehrer darüber klar sein, wo die Grenze einer ausdauernden Arbeit an sich selbst zur Erreichung sportlicher Ziele für die Jugendlichen liegen und wo der unangebrachte tierische Ernst beginnt. Das Wort Sport kommt schliesslich von se desporter = sich zerstreuen. Sport gehört im weitesten Sinne zur Spielwelt. Der Spielcharakter des Sportes muss gewahrt bleiben.

Alle meine bisherigen Feststellungen und vielleicht etwas überspitzten Formulierungen könnten den Eindruck erwecken, als sei das Schulturnen dem sportlichen Leistungsstreben, dem Leistungssport an sich abgeneigt. Dem ist jedoch keineswegs so. Ich zitiere nochmals Groll:

«Leistungsfähigkeit ist ein Kriterium der Werthhaftigkeit der Lebewesen, sie ist es in einem besonderen Masse auch für die Lebenstüchtigkeit eines Menschen. Leistungssteigerung ist darum ein allgemeiner Erziehungsgrundsatz, der in den Leibesübungen ebenso gilt, wie in allen andern Unterrichtsgegenständen der Schule.» Ferner:

«Die Steigerung der Leistungsfähigkeit (die Leistungsschulung) ist oberstes Ziel und wichtigster Arbeitsgrundsatz der Pädagogischen Leibesübungen. Demgemäss hat auch die Leistung innerhalb unseres Schulturnens eine zentrale Stellung.» Und weiter: «Das Leistungsstreben der erzieherisch orientierten Leibesübung ist auf die optimale Leistung des einzelnen gerichtet. Man versteht darunter die unter Wahrung der physischen, aber auch der psychischen Gesundheit erreichbare persönliche Höchstleistung. Wenn aus diesem Streben nach der optimalen Leistung sich als reife Frucht die objektive Höchstleistung (auch ein Rekord) ergibt, dann freuen wir uns darüber. Die «Sucht» nach der absoluten Höchstleistung, die keine Grenze kennt und auch vor der physischen und psychischen Gefährdung einer Person nicht haltmacht, ist abzulehnen.»

Hören wir den bereits zitierten O. Hanebuth in «Grundschulung zur sportlichen Leistung»: «Das Streben nach persönlicher Höchstleistung in der Leibeserziehung muss allerdings als ein sehr wirksames Mittel bezeichnet werden, denn eine sportlich hochwertige Leistung nur aus körperlicher Kraft ohne seelisch — triebmässigen und geistig-willensmässigen Einsatz wäre niemals möglich. Gerade die sportliche Leistung verlangt den ganzen Menschen. Darum kann auch durch sie der Mensch in seiner Ganzheit erzogen und gebildet werden, unabhängig davon, ob dies mit geistigem Bewusstsein geschieht oder nicht. Geistige Frische und Beweglichkeit, selbständige und willensstarke Handlungsbereitschaft und ritterliches Verhalten sowie lebensbejahender Frohsinn können besonders charakteristische Eigenschaften eines Leistungssportlers gegenüber einem nicht sportlich erzogenen, nur in der Anlage gleichartig ausgestatteten Menschen sein. Andererseits würden auch in den Leibesübungen minderwertige Lei-

stungen zu keinen echten Bildungserlebnissen führen. Wie in den übrigen Gebieten des Kulturlebens ist auch hier das Streben nach vollendeter Leistung die beste Grundlage ganzheitlicher Bildung und Erziehung.»

Die moderne psychologische Forschung bestätigt weitgehend diese Auffassung. Dr. O. Neumann, Direktor des Instituts für Leibesübungen an der Universität Heidelberg z. B. hat es unternommen, die Persönlichkeit des Sportlers einer wissenschaftlich begründeten, sehr eingehenden psychologischen Diagnostik und Deutung zu unterziehen. Das Ergebnis dieser Untersuchung zeigt, dass sich die sportliche, auch die leistungssportliche Betätigung auf den Charakter des Ausübenden günstig und ungünstig auswirken kann. Die positiven Auswirkungen, wie sie oben Hanebuth andeutet, überwiegen jedoch deutlich.

Negativ wirkt sich der Leistungssport vor allem bei Menschen aus, die zur Kompensation von Minderwertigkeitsgefühlen einem krankhaften Leistungsstreben verfallen. Bei solchen Leuten fördert der Sport in ungesunder Weise den ohnehin schon vorhandenen Hang zu Geltungssucht, Selbstsucht und Herrschsucht. An diesem Beispiel werden die Grenzen sportlicher Erziehungsmöglichkeiten deutlich.

Neumann sagt denn auch in seinen pädagogischen Schlussfolgerungen:

«Die Erkenntnis von der kulturellen Bedeutung des Sportes und der Uebertragbarkeit seines ethischen Gehaltes auf den Lebensstil der Jugend eines Volkes hebt ihn weit über den Rahmen eines nur privaten Vergnügens hinaus in den Bereich des Erzieherischen. Sport ist zwar mehr als eine rein erzieherische Funktion. Freiheit und Triebhaftigkeit sind seine wesentlichen Attribute und müssen es bleiben. Nichts wäre törichter, als eine uferlose «Pädagogisierung» des Sportes. Er muss jedoch in Pflege genommen werden, weil er durch seine Popularität in starkem Masse der Gefahr ausgesetzt ist, von kulturellen Krisenerscheinungen, die der menschlichen Hybris oder Dekadenz entstammen, überwuchert und damit an der Beschleunigung des Abstieges eines Gemeinwesens in die Unkultur mitschuldig zu werden. Die Menschen, die ihm huldigen, müssen in sportlichem Geiste erzogen werden und zwar zu einem Zeitpunkt, da sie noch bildsam sind, d. h. in ihrer Jugend.»

Diese Aufführungen sollten genügen, die Sinnhaftigkeit des sportlichen Leistungsstrebens und einer dem Entwicklungsstand des Jugendlichen angepassten Wettkampftätigkeit darzulegen. Ein gesundes Schulturnen hat denn auch von jeher dem Wetteifer den entsprechenden Raum zugeteilt. Man kann füglich behaupten, dass ein Schulturnen ohne die Möglichkeit des Leistungsvergleichs sein Ziel verfehlen würde. Unsere Lehrbücher fassen denn auch auf dieser Auffassung und in den Lehrerfortbildungskursen des Schweizerischen Turnlehrervereins und der kantonalen Erziehungsdirektionen wird diesem Problem die notwendige Aufmerksamkeit geschenkt.

Wenn wir der Meinung sind, dass das Schulturnen eine breite Grundlage schaffen sollte und dass ein zu früh einsetzendes Spezialistentum sich für die Jugendlichen ungünstig auswirke, so wissen wir andererseits als Beobachter des Schulturnens nur zu gut, dass dieser Grundschulung sehr oft die notwendige Zielstrebigkeit fehlt und dass demzufolge das Leistungsniveau unserer Schulklassen im Turnen oft zu wünschen übrig lässt. Wir alle kennen wohl Fälle, wo an sportlich begabten Schülern von unvernünftigen Sportfunktionären Raubbau betrieben wurde. Trotzdem bin ich der Ansicht, dass bei uns sowohl im Mädchen- wie im Knabenturnen auf dem Gebiete einer systematischen und doch kindgemässen Leistungsschulung zu wenig getan wird. Ein wichtiger Punkt ist die Ueberleitung der Grundschulung auf der Volksschulstufe in einen gesunden Erwachsenensport, also auch in Erwachsenen-Wett-

kampfsport (ich erinnere an den letzten Punkt der eingangs erwähnten «Lehrziele»).

Diese Ueberleitung muss auf der IV. Stufe, also in den Oberklassen der Mittelschulen, resp. für Schulentlassene im «Vorunterrichtsalter» erfolgen. Obwohl auch in diesem Alter eine breite Grundschulung von Bedeutung bleibt, so ist hier eine Differenzierung nach Neigungsgruppen angezeigt. Es sollten auf der Oberstufe den Schülern mehr Gelegenheiten zu spezieller Ausbildung in Sportwahlfächern geboten werden (z. B. Leichtathletik, Geräteturnen, Basketball, Handball, Fussball, Rudern, Eishockey, Gymnastik, Tanz, Orientierungslauf etc.). Die Vervollkommnung auf besonderen Gebieten und gelegentliche, gut vorbereitete Wettkämpfe würden manchen Schüler dazu bringen, eine intensive sportliche Tätigkeit über die Schulzeit hinaus fürs ganze Leben weiter zu pflegen. Dass dabei auch der Wettkampfsport — nicht nur im Leistungsmässigen, sondern auch in seiner ethischen Grundhaltung — profitieren würde, ist nicht von der Hand zu weisen. Am besten geeignet scheinen mir hier vor allem die Mannschaftssportarten zu sein, wo der Kampf weniger um Zentimeter und Sekunden geht, sondern mehr in einem Kräftemessen von Mann zu Mann, von Mannschaft zu Mannschaft besteht. Es gibt viele Schulen, die hier seit Jahr und Tag Vorbildliches leisten. Ich denke vor allem an einige Seminarien und Internatsschulen.

Noch steckt die Lösung dieses Ueberleitungsproblems in den Anfängen. Die angelsächsischen Länder sind uns hierin voraus, was jedoch stark mit deren Schulsystem zusammenhängt.

III. Zusammenfassung

- Schulturnen und gesunder Leistungssport — jedes an seinem Platz unter ganzmenschlichen Aspekten gepflegt — sind keine Gegensätze.
- Der zweckfreie, im weitesten Sinne spielhafte Leistungssport sollte eine — ich betone eine — Frucht des systematisch betriebenen Schulturnens sein.
- Die Schule muss jedoch die ständig einwirkenden Einflüsse des Wettkampfsportes vom Standpunkt ihrer erzieherischen Verantwortung aus einer stetigen Wertung unterziehen. Bei aller Einsicht in die Bedeutung eines gesunden sportlichen Wetteifers muss sie auch den Mut aufbringen, schädigenden Einflüssen zu widerstehen.
- Eine systematisch betriebene, vielseitige Grundschulung während der Schulzeit muss sich auf die gesamte Lebenshaltung unseres Volkes in jeder Hinsicht günstig auswirken.
- Die Ueberleitung vom Schulsport zum Erwachsenensport sollte daher noch gradliniger vollzogen werden.
- Nie darf eine Ueberschätzung der sportlichen Leistung falsche Wertmassstäbe erzeugen. Aktive sportliche Betätigung innerhalb der erzieherischen Atmosphäre der Schule ist in hervorragendem Masse geeignet, ausgewogene Wertmassstäbe zu schaffen. Die Veranstaltung von Schulsporttagen, Spielturnieren etc. ist daher zu begrüssen.
- Immer aber, auch im heissesten Wettkampf, muss der Schulsport in der Sphäre des im weitesten Sinne Spielhaften, Freiheitlichen, Spontanen bleiben und gemeinschaftsbildenden Charakter haben.
- Als Turnlehrer tragen wir eine grosse Verantwortung. Nicht unsere Reden werden es in erster Linie sein, die entscheidend wirken, sondern unser persönliches Beispiel.

Die Engländer als Lehrmeister des Sportes haben uns das unübertroffene Rezept gegeben, das gleichzeitig Wertmassstab allen sportlichen Wetteifers ist:

Fair kämpfen — mit Haltung gewinnen — lachend verlieren können.