

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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 22 (1965)

Heft: 6

Rubrik: Mitteilungen

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: 15.03.2025

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

Helvetisches Mosaik

Plan eines Sportzentrums in Zug

Nachdem die Einwohnergemeindeversammlung bereits im Januar 1962 einem Vorprojekt zugestimmt und einen Projektierungskredit von 152 000 Franken bewilligt hatte, unterbreitet nun der Zuger Stadtrat dem Grossen Gemeinderat das Kreditbegehren für den Bau neuer Sportanlagen auf der Hertiallmen. Die gesamten Anlagekosten belaufen sich auf rund 7,4 Millionen Franken; für den Erwerb des erforderlichen Korporationslandes sind weitere 2,3 Millionen Franken notwendig. Das grosszügige Projekt sieht eine Kunsteisbahn, ein Fussball-Hauptspielfeld mit entsprechenden Zuschauerrampen, zwei Fussballtrainingsfelder, eine Leichtathletikanlage mit Spielfeld und sechs 400-m-Aschenbahnen vor. Geplant sind ausserdem drei Boccia-bahnen und zwei Kinderspielplätze.

Für den Bau der Fussball- und Leichtathletikanlagen, Boccia-bahnen und Kinderspielplätze ist zu Lasten der ausserordentlichen Verwaltungsrechnung ein Kredit von 3,9 Millionen Franken zu bewilligen, während die Kunsteisbahn (Gesamtkosten 3,5 Millionen Franken) auf gemischtwirtschaftlicher Basis finanziert werden soll. Am Grundkapital einer noch zu gründenden Aktiengesellschaft hätte sich die Stadt Zug mit 1,5 Millionen Franken zu beteiligen, 420 000 Franken würden durch andere interessierte Gemeinden und 330 000 Franken durch private Aktienzeichner aufgebracht. Ferner müsste die Stadt Zug einen A-fonds-perdu-Beitrag von 1,25 Millionen Franken leisten.

Im Sinne eines konjunkturgerechten Verhaltens ist vorgesehen, das Projekt in fünf Bauphasen, die sich über sechs Jahre erstrecken, zu verwirklichen. Mit der ersten Bauetappe, der Erstellung der beiden Fussballtrainingsfelder, soll im Herbst 1965 begonnen werden.

«NZZ»

24 000 Kinder turnen in den Mädchenriegen des SFTV

Nachdem der Schweizer Frauen-Turnverband einen Zuwachs von 42 Sektionen pro 1964 melden konnte, hat auch die Jugendkommission 36 neue Mädchenriegen mit 1618 weiteren Mädchen ausgewiesen. Heute turnen in 707 Riegen rund 23 800 Jungturnerinnen. Den grössten Zuwachs weisen die Verbände Aargau mit 7 Riegen und 205 Mädchen, Thurgau mit 4 Riegen und 224 Mädchen auf, um je drei Gruppen Baselstadt mit 63, Bern-Oberaargau mit 150, St. Gallen mit 106 und Zürich mit 226 Mädchen. Je zwei Neugründungen melden Appenzell, Baselland, Bern-Jura, Luzern, Ob- und Nidwalden und die Innerschweiz. Den vorjährigen Bestand hielten Genf, Glarus, Schaffhausen, Solothurn, Tessin, einen leichten Rückgang verzeichneten Neuenburg und Waadt.

Im heutigen Zeitalter der vermehrten Haltungs- und Fuss-Schäden ist dieser erneute Aufschwung des Jugendturnens doppelt erfreulich. In rund 10 000 deutschsprachigen und 5000 französischsprachigen Jugiblättern werden die Mädchen in unterhaltsamer Weise über das Turnen und die Ereignisse in anderen Riegen orientiert. Mit diesem stetigen Zuwachs konnte die Jugitante, Doris Bruderer, ihren Mitarbeiterstab und das Kurswesen noch weiter ausbauen. Der SFTV freut sich über die grosse Mädchenschar in seiner Jugendstube.

Was ist ein Trainingszentrum?

Diese Frage beantwortete Universitätssportlehrer Dr. Ernst Strupler (Bern) in einem Referat in Basel.

Ein Netz von Schwerpunkten

sollen die Trainingszentren werden, in denen die Kondition, ganz allgemein die körperliche Verfassung der Teilnehmer gefördert werden soll, wogegen die technische Schulung weiterhin den Fachverbänden und deren Trainern überlassen sein soll. Ein Zentrum muss verkehrsgünstig liegen, einen möglichst grossen geographischen Umkreis erfassen und auch die Möglichkeiten besitzen (regionaler Zusammenschluss von Sportverbänden) den Betrieb administrativ zu tragen.

Training in drei Phasen

Drei in ihrer Anlage verschiedene Übungsabende sollen pro Woche durchgeführt werden, wobei der einzelne Athlet je nach seinen speziellen Bedürfnissen antritt.

1. A b e n d: Gymnastische Schulung — die Beweglichkeit soll gefördert werden, den Athleten rhythmische Arbeit und Bewegungsökonomie beigebracht werden. Eine besondere Bedeutung kommt dem Wechsel von Spannung und Entspannung auch im Hinblick auf Wettkämpfe zu.

2. A b e n d: Spezifisches Kreislauftraining durch Spiele, Schwimmen und ähnliches. Der Referent wandte sich dabei ausdrücklich gegen immer noch herrschende falsche Vorstellungen über die Schädlichkeit eines massvoll eingesetzten Schwimmtrainings auch für Leichtathleten usw.

3. A b e n d: Allgemeine und spezifische Kraftschulung. Besonders wichtig sei hier die richtige Anleitung der Spitzenathleten, da in den letzten Jahren besonders auf diesem Gebiet gesündigt worden sei.

Als Ergänzung zu diesem praktischen Teil folgt jeden Abend noch etwas Theorie über Lebensweise, geistige und psychologische Vorbereitung auf den Wettkampf, besondere Probleme der Spezialdisziplin jedes Athleten (Fachliteratur), Selbstmassage sowie Gebrauch von Massage und Sauna.

Was es dazu braucht

Das Trainingszentrum müsste in einer Turnhalle fest untergebracht sein. Dazu sollte Freigelände im Wald, eventuell sogar mit einer kompletten Leichtathletikanlage zur Verfügung stehen.

Ein Trainerkollegium von drei bis fünf Fachleuten (ausgebildete Turn- und Sportlehrer usw.) steht diesem Zentrum vor, wozu noch wahlweise Ärzte und Psychologen herbeigezogen werden könnten.

Im Endstadium des Ausbaus sieht der Ausschuss vom SLL fest angestellte Trainer vor, die in der Anfangsphase allerdings eventuell durch einen Wandertrainer zu ersetzen wären.

Ein Trainingszentrum für Spitzensportler in Genf?

Unter dem Vorsitz von Jean Frauenlob, Präsident des SALV, kamen in Genf Persönlichkeiten aus interessierten Kreisen zusammen, um über die Schaffung eines Trainingszentrums für Spitzensportler zu beraten. Geplant ist eine Einrichtung, die Leistungssportlern aller Sparten offen stehen und deren Kondition unter medizinischer Leitung fördern würde. Die Leiter der Genfer Sportvereine und -verbände beschlossen, die Diskussion über das Thema nächstens weiterzuführen und die Detailfragen abzuklären.

Aus der Welt des Spitzensportes

Bittere Klage eines Olympiasiegers

Frankreichs einziger Olympiasieger bei den Olympischen Sommerspielen in Tokio, Pierre Jonquiers d'Orion, der schon 1952 in Helsinki im Springreiten die Goldmedaille errang, trägt sich mit der Absicht, vom aktiven Sport zurückzutreten. Enttäuscht über die mangelnde Hilfe und Unterstützung, die man den Reitern nach Tokio versprochen hatte, schrieb er an den französischen Verband: «Seit unserer Rückkehr aus Tokio wurden wir nur mit Versprechungen abgespeist, doch den Worten folgten keine Taten. Wo bleibt die in Aussicht gestellte zentrale Reitschule? Es ist ein Hohn, dass wir nach den Erfolgen von 1964 beginnen, in Mittelmässigkeit zurückzufallen, wie der fünfte Platz beim Turnier in Nizza offen gezeigt hat. Ich sehe mich leider gezwungen, nicht mehr in der französischen Mannschaft zu starten.»

Und bitter vermerkt die französische Sportzeitung «L'Equipe»: «Ist das die Zukunft eines Sportes, der wohl 50 000 aktive Reiter hat, aber über nur drei Klasseleute verfügt?»

So in Frankreich. Wie steht es bei uns mit den Versprechungen?

DSB

Durch den Wehrdienst gestört

In einem Aufsatz «Leistungsaufbau im Fachverband» schreibt der bekannte Ruderprofessor Karl Adam aus Razeburg:

«Die Entwicklung rechtzeitig entdeckter Talente ist empfindlich gestört durch den Wehrdienst. Ich sehe drei grundsätzliche Möglichkeiten zur Überwindung dieser Schwierigkeit:

1. Diensterleichterungen;
2. Leistungstraining innerhalb der Bundeswehr;
3. Abkommandierung nach Ableistung einer Grundausbildung an ein anerkanntes Trainingszentrum unter Anrechnung auf den Wehrdienst.

Verstärkung der Motivation des Leistungssportlers ist sicher das schwierigste Problem in unserem Zusammenhang. Von seiner Lösung hängt die Entwicklung des gesamten Sports in besonders hohem Masse ab. Es geht dabei nicht nur um die psychische Situation des einzelnen, sondern auch und vor allem um Vorurteile und Prestigefragen in unserer Gesellschaft, deren Manipulation äusserst heikel ist, weil die entsprechenden Probleme von der Soziologie und Sozialpsychologie bisher kaum wissenschaftlich bearbeitet worden sind und nicht durchschaut werden können. Folgende praktische Massnahmen sind möglich:

Ausgleich der materiellen Nachteile für den einzelnen Sportler, die ein Leistungstraining heute mit sich bringt, Propaganda auf der Ebene der public relations (Tagespresse, Fernsehen, Rundfunk), Behandlung von Problemen des Sports auf literarisch anspruchsvoller Ebene, wissenschaftliche Behandlung soziologischer und sozialpsychologischer Probleme des Sports.»

Das «Problem» Mexiko

spg. Der schwedische Leichtathletikverband hat mit seinen Vorbereitungen für die Olympischen Spiele 1968 in Mexiko-City begonnen. Im Oktober wird ein klei-

ner Trupp von Athleten in der mexikanischen Hauptstadt für einige Wochen Aufenthalt nehmen, trainieren und anschliessend Wettkämpfe bestreiten. Diese «Studienreise» wird 1966 und 1967 wiederholt werden. Ausserdem ist nach der schwedischen Saison eine Reise nach Äthiopien geplant. Dort könnten in Addis Abeba und Orten, die bis 2000 m über Meer liegen, Experimente mit dünner Luft gemacht werden.

*

Aus Neuseeland meldet unser spg-Mitarbeiter dagegen, dass Neville Scott bei seiner Rückkehr aus Südafrika erklärt hat, er sei nicht daran interessiert, in Mexiko zu starten. Die dünne Luft sei ihm schädlich. Ein Athlet würde zwei Monate brauchen, um sich zu akklimatisieren. Er habe gesehen, was es bedeute, als er ein Sechsmilenrennen in Potschefstroom auf 1730 m Höhe über Meer gelaufen sei, um seine Reaktion auf die Höhe zu testen. So beschreibt er seine Erfahrung: «Nach den ersten drei Meilen (ca. 5 km) wurden meine Arme und Beine schwer. Später fühlte ich mich kaum besser, meine Glieder aber nicht mehr. Sie waren wie abgestorben. Auch fühlte ich mich schwindlig. Zuletzt musste ich mit einem Kollaps in Spitalpflege verbracht werden... Nein, mein Bedarf ist gedeckt! Ich bin zwar froh, dass ich diese Probe unternommen habe.»

Die Meinung eines Olympiasiegers

Don Schollander, 18jährig, Studierender an der Universität Yale (USA), Gewinner von vier Goldmedaillen im Freistil- und Staffelschwimmen, «Der schnellste Freistilschwimmer aller Zeiten» («NZZ») und «zweifellos vollkommenste Schwimmer» (Paris, «Le Monde»), erklärte einem Reporter der Zeitschrift «Listen» das Geheimnis seines Erfolges: «Meine Ansichten darüber, was zu einer gesunden Lebensweise gehört, sind sehr bestimmt. Es ist selbstverständlich, dass ich weder rauche noch trinke. Das Rauchen nimmt einem den Wind aus den Segeln. Es würde meine Chancen als Wettschwimmer völlig ruinieren. Und was den Alkohol betrifft, dieser untergräbt ebenfalls die Leistungsfähigkeit. Aber auch wenn das Trinken keine schädlichen Wirkungen auf meinen Körper ausüben sollte, würde es mich zum mindesten geistig beeinträchtigen. Um zu Erfolg zu gelangen, muss man sich in allerbesten Form befinden. Weshalb sollte ich da irgend etwas tun, was mir schadet??»

Bravo !

Die deutsche Hockeyspielerin Marlinde Massa hatte, laut M. E. im «Tip», in der Vorentscheidung um die nationale Hallenmeisterschaft die Stuttgarterinnen mit 1:0 in Führung gebracht. Wenig später erhöhte sie auf 2:0, was möglicherweise den Schluss-Sieg bedeutet hätte. Der Treffer war bereits anerkannt, als sich Marlinde meldete und gestand, den Ball von ausserhalb des Schusskreises abgegeben zu haben. Das Tor wurde annulliert, und die Stuttgarterinnen gerieten sichtlich aus dem Rhythmus. Sie wurden schliesslich durch die Damen von Rotweiss Köln 2:1 bezwungen. 2:1... leicht lässt sich ableiten, von welcher entscheidenden Bedeutung das zweite Goal hätte sein können...

Stens «Sport-Palette»

Geldbussen für reine Amateure

(spg) Die russischen Betreuer der Nationalmannschaft haben eine Sonderanstrengung unternommen, damit das Weltmeisterteam auch den Ruhm einer fairen Mannschaft ernten könne. Sie verfügten deshalb, dass jeder Spieler, der in einem Repräsentativkampf in dieser abgelaufenen Saison eine Zweiminutenstrafe erhielt, eine Busse von 15 Rubel bezahlen musste. Rechnen wir ihn etwa zu einem Franken, so konnte die Saison einen Amateur recht teuer zu stehen kommen... es sei denn, es ständen ihm auch Einnahmen, nicht nur Ausgaben, zu.

Mit der Kirchturmuhre gestoppt

Phantasieleistungen haben zu allen Zeiten Aufsehen erregt und sind dann wie Seifenblasen auseinandergeplatzt. Manchmal bewegten sie sich an der Grenze des Möglichen, manchmal waren sie weit davon weg. Am meisten wohl bei dieser Geschichte: Da startete im Sommer 1931 ein Langstreckler norddeutscher Spitzenklasse in einem kleinen Ort und trabte ganz souverän von der Spitze seine 5000 Meter herunter. Er, der sonst um 15:30 Minuten laufen konnte, wollte sich dabei natürlich nicht sonderlich strapazieren, um so überraschender kam dann die Ansage durch das Megaphon (Lautsprecher kannte man damals nur bei ganz grossen Gelegenheiten): «Sieger Meyer in 14:21 Minuten...» Meyer, erstaunt und entsetzt zugleich, eilte zum Kampfgericht: «Kann denn das wirklich stimmen? 14:21 Minuten — das wäre ja Weltrekord!» Aber mit diesem Protest befand sich Meyer an der falschen Adresse. Empört erwiderte ihm der Zeitnehmer-Obmann: «Was soll denn das heissen? Zweifeln Sie an unserer Tätigkeit? Ich habe während dieser ganzen Zeit, da Sie um die Bahn liefen, keinen Blick von der Kirchturmuhre gelassen!» — In jenen Jahren galt der Finne Paavo Nurmi als der Mythos des Langstreckenlaufs, und Nurmi hatte die 5000 Meter nie schneller als in 14:28,2 Minuten zurückgelegt.

Nicht nur im Westen...

«Unsere Jugend ist zu bequem geworden. Sie interessiert sich», laut isk im «Sport», «nur noch für Geld und Motorräder und will keinen Sport mehr treiben», so rügte kürzlich ein Sportfunktionär in der Tschechoslowakei die heranwachsende Generation seines Landes. «Unsere Erwachsenen sind nicht besser. Sie essen zu viel und scheuen sportliche Betätigung.» Da sind die Aussichten wirklich gering, dass neue Zatopeks der CSR sportlichen Ruhm eintragen werden.

So sprachen Profi-Fussballer

Der vielfache spanische Internationale Garay — er spielte dreimal als Läufer gegen die Schweiz — erklärte im Rahmen eines Kongresses über Sportmedizin und -psychologie in Barcelona, dass in ethischer Beziehung der Amateur wie der Berufssportler die gleichen Pflichten zu erfüllen haben. Die Verantwortung des Profis sei aber noch grösser. Der Spieler

müsse sich bewusst sein, dass sein Prestige von dem abhängt, was er auf dem Spielfeld zeigt. Er hat sich vor allem korrekt zu benehmen, denn der Sport hat erzieherische Aufgaben. Garay bezeichnete den Trainer als verantwortlichen Erzieher seiner Spieler, der ihnen den Geist des Fairplay ebensowohl beibringen müsse, wie Technik und Taktik.

Die Wimbledonssiegerin 1990 heisst...

Auf was für ausgefallene Ideen doch manche Leute kommen! Da lese ich, dass ein tennisspielendes australisches Ehepaar namens John und Charleen Hillebrand sich seiner sechs Monate alten Tochter Karen bedient hat, um eine jener exzentrischen Wetten einzugehen, die bei den Angelsachsen von jeher beliebt waren. Die Hillebrands, so schreibt «Edgar», sind mit einer englischen Versicherungsgesellschaft eine Versicherung eingegangen, was einer Wette gleichkommt, wonach das Ehepaar ein Pfund einsetzt und von der Versicherung im Jahre 1990 bare 20 000 Pfund ausbezahlt bekommt, wenn Karen bis dahin nicht Wimbledonssiegerin geworden ist. Im Jahre 1990 wird Karen 26 Jahre alt sein. Ihre Eltern haben also bis jetzt auf ihre Kindheit eine Hypothek von 20 000:1 aufgenommen. Ob sie gross wird oder klein, blond oder dunkel, krumm oder gerade, kräftig oder schwächlich, gesund oder kränklich — Tennis muss sie spielen, denn es steht ein Vermögen auf dem Spiel. Ob es ihr Spass macht oder nicht, spielt keine Rolle.

3,7 Milliarden Franken für Sportanlagen — aber leider nicht bei uns

Im Zeitraum von 1966 bis 1970 will die französische Regierung die Sport- und Erholungsanlagen im ganzen Land mit einem Aufwand von 3,7 Milliarden Francs ausbauen. Das gewaltige Projekt umfasst nach einer Mitteilung des zuständigen Ministers Alain 2850 neue Stadien, 490 Sporthallen, 710 Schwimmbäder und 1800 Freizeitzentren.

(Bieler Tagblatt Nr. 112 vom 15. Mai 1965)

Ein teurer Trainer

Die australische Trainer-Leihgabe Frank Sedgman, 36, ist dem Deutschen Tennisbund auch in der nächsten Saison nicht zu teuer. Das versicherte der Vizepräsident des Tennisbundes Fritz Küttemeyer in Hannover. Frank Sedgman hatte schon in der vergangenen Saison das Training der deutschen Tennisspieler geleitet. Damals wurden für die Dienste des Australiers insgesamt 35 000 Mark gezahlt.

David gegen Goliath

Der Präsident der Amerikanischen Krebsgesellschaft bemerkte in einem öffentlichen «Hearing», dass die Zigarettenindustrie jährlich mehr als 200 Millionen Dollar für Reklame ausgibt, seine Gesellschaft aber verfüge nur über 0,1 Millionen Dollar, um die Menschen über die Tatsachen aufzuklären.

Blick über die Grenzen

Rotchina

Der Marschall und die Massen

Von Cheng Men Wai (Hongkong)

Rotchinas Sport ist heute eine Sache der Massen, des Militärs und eines Marschalls. Um dies zu demonstrieren, finden im September dieses Jahres die sogenannten Olympischen Spiele Chinas statt. Marschall Ho Lung und seine Mitarbeiter haben Wettkämpfe in 23 Sportarten ausgeschrieben. Chinas sportliche Stärke, seine Wehrbereitschaft und sein Aufbauwille sollen gezeigt werden. Neben den traditionellen Sportarten wie Leichtathletik, Fussball, Schwimmen, Gewichtheben, Kunstturnen, Ringen, Rad- und Motorsport, Tischtennis, Badminton und Bogenschiessen stehen auch so militärische Wettbewerbe wie Gewehr- und Fallschirmspringen, Funk-Nachrichtenübermittlung und Marschieren auf dem Programm. Vom rein sportlichen Standpunkt aus sind nur die Konkurrenzen der Schwimmer, Gewichtheber, der Leichtathleten, der Turner und natürlich die der Tischtennispieler von Interesse. Tatsächlich hält das 800-Millionen-Volk nur in einer Sportart die Weltspitze: im Tischtennis. In den anderen Sportarten, die Mitte und Ende der fünfziger Jahre vielversprechende Ansätze zeigten, zahlen die Chinesen heute den Preis für ihre Isolation.

Sie können nicht lernen

Im Jahre 1958 haben die Rotchinesen wegen der Anerkennung von Formosa (Nationalchina) das Internationale Olympische Komitee verlassen und haben auch ihre Mitgliedschaft in den meisten internationalen Fachverbänden quittiert. Die freiwillige Isolation und der Rückzug der sowjetischen Trainer, die nach dem Zweiten Weltkrieg Aufbauarbeit leisteten, hemmten die Entwicklung. So ist denn auch hin und wieder die Frage aufgetaucht, ob man nicht doch über Formosa hinwegsehen sollte. Eine positive Antwort wäre sicherlich erfolgt, wenn die Chinesen auch in anderen Sportarten so gut wären wie im Tischtennis, ihrer Paradeübung. Es ist kein Zufall, dass die Pekinger Sportzeitung Tiyu Bao die Sportler auffordert, im Geist der Revolution und mit wissenschaftlicher Gründlichkeit den sportlichen Standard anzuheben und auf das Niveau der Weltspitze zu bringen. Man lässt dabei freilich nicht anklagen, dass dieser Weg nur über internationale Kontakte zum Erfolg führt. So sind denn auch vielfach Versuche zu erkennen, aus der selbstgewählten Isolation herauszukommen, ohne das Gesicht zu verlieren, das Schlimmste, was einem Chinesen passieren kann.

Propaganda mit Massen

Marschall Ho Lung propagiert den Sport mit Massenveranstaltungen. So nahmen 40 000 Menschen an einem Staffellauf teil, der im Dezember 1964 stattfand. In Peking findet der 13-km-Lauf rund um die verbotene Stadt der einstigen Kaiser die meiste Resonanz; allerdings erhalten auch die ersten 200 Siegerpreise. In Wuhan starteten zu Beginn dieses Jahres nicht weniger als 14 000 Menschen bei einem 10-km-Strassenlauf; der jüngste war sechs, der älteste Teilnehmer 70 Jahre alt. — Skisport gewinnt im Norden des Landes an Popularität. Die Eisschnellläufer können nach den Skandinavieren, den Russen und den Japanern eine starke Mannschaft (Damen und Herren) stellen. Aber der ganz grosse Erfolg ist bisher ausgeblieben. So begnügen sich die Sportpropagandisten mit anderen Schlagzeilen. Sie haben dann Glück, wenn beispielsweise 1000 Chinesen auf einmal einen 4000 Meter hohen Berg in Tibet besteigen... DSB

UdSSR

Ein Zentrum der Sportmedizin

Auf dem Gelände des Zentral-Stadions in Moskau-Lushniki befindet sich ein sportärztliches Zentrum, in welchem interessante Versuche angestellt werden. Prof. Letunow, der Leiter des Sektors Sportmedizin am Zentralen Forschungsinstitut für Körperkultur, hat in einem Interview auf die Bedeutung der sportärztlichen Konsultationen hingewiesen und betont, dass es gerade Physiologen und Ärzte waren, die im höchsten Masse ermöglichten, die im Organismus versteckten Möglichkeiten aufzudecken. Heute gibt es keine Sportarten, in denen nicht die Sportmedizin mit neuen Methoden die Leistungen zu steigern helfen würde. Wenn auch die Ärzte bemüht sind, die Leistungssteigerung zu fördern, so sind sie sich doch dessen bewusst, dass ihre Bemühungen nach einer maximalen Ausnutzung der Reserven des Organismus nicht zu einer Verschlechterung des Gesundheitszustandes des Aktiven führen dürfen.

Es gibt heute eine Möglichkeit, auf Grund von Anzeigen elektronischer Geräte die Anzeichen sich einstellender Ermüdung frühzeitig zu erkennen. Im Laboratorium wurde eine Methodik zur Prüfung der Beweglichkeit des Nervensystems und des Muskelapparates entwickelt. Die Muskeln sind gleich anderen lebenden Geweben in der Lage, auf äussere Reize,

wie zum Beispiel auf die Wirkung schwacher elektrischer Impulse, sehr fein zu reagieren. Diese Reaktion ist ein sehr deutlicher Indikator für den Gesamtzustand des Organismus. Daraus, wie die Muskeln auf Reize reagieren, kann man Schlüsse auf ihren Ermüdungszustand und ihre Ermüdbarkeit ziehen und die Belastung rechtzeitig herabsetzen. Das gegenwärtige Studium der bioelektrischen Antworten der Muskeln auf elektrische Impulse wird ermöglichen, den rationalsten Rhythmus für die Trainingsarbeit festzulegen. In dem sportmedizinischen Zentrum gibt es eine Unterdruckkammer, in der die getesteten Sportler mittels Luftdruckregelung in die gleiche Lage versetzt werden können, als ob sie sich in 5000 m Höhe befänden. Bei Senkung des Luftdruckes registrieren die Geräte auf einem Bogen verschiedene Kurven, so zum Beispiel für die Atmung, für den Kreislauf, für die Gehirntätigkeit. Die auf der «Erde» gewonnenen Kurven lassen sich mit den verschiedenen Werten aus verschiedenen Höhen gut vergleichen. In einer bestimmten, häufig der «maximalen» Höhe, wird der Sportler getestet: er atmet Sauerstoff ein und muss zum Beispiel auf der Stelle laufen. Dabei registrieren die Geräte, wie sein Organismus auf die Belastung reagiert. Der Sportler wird auch nach dem «Abstieg» sorgfältig beobachtet.

Es wäre falsch, die Bedeutung solcher Analysen zu überwerten, denn der Sportler verspürt bei jeder sportlichen Tätigkeit im geringen oder stärkeren Masse Sauerstoffhunger. Jetzt haben aber bereits die Vorbereitungen für die Olympischen Spiele 1968 in Mexiko eingesetzt, einer Stadt, die 2200 m über dem Meeresspiegel liegt, und Untersuchungen in der Unterdruckkammer sind in diesem Zusammenhang geradezu eine Notwendigkeit. P Sportowy, Warschau

USA

Die Amerikaner wollen auch 1968 Gold sammeln

Die Ergebnisse der Olympischen Spiele 1964 in Tokio haben es einmal mehr bewiesen: Amerika ist die führende Sportnation. Erstaunlich das grosse Reservoir an Spitzenkönnern! In der Fachwelt unbekannte Sportler erzielten in Tokio kaum erwartete Siege oder gute Placierungen. Durch diese Erfolge fühlen sich die US-Sportler verpflichtet, ihre Vorbereitungen für die Olympischen Spiele 1968 in Mexiko City rechtzeitig zu beginnen. Die Spitzenposition im internationalen Sport soll gehalten werden.

Mexiko City liegt über 2000 Meter hoch. Die klimatischen Bedingungen sind in der dünnen Höhenluft für Spitzensportler nicht günstig. Die Vorbereitungen in den USA zur Untersuchung der Bedingungen für die Anpassung an die veränderten Klimaverhältnisse laufen bereits jetzt an. Mr. Lyman Bingham, Exekutivdirektor des US-Olympischen Komitees: «Seit März untersuchen amerikanische Ärzte in einem umfassenden Programm die besonderen Bedingungen für die Olympiakämpfer in Mexiko City. Ab Juni dieses Jahres werden 10 bis 12 Sportler als 'Versuchskaninchen' unter Mexiko-ähnlichen Bedingungen Leistungssport betreiben. Wir werden die Ergebnisse dieser Versuche auswerten und entsprechende Möglichkeiten zur Klimaanpassung für unsere Sportler schaffen.»

Die Amerikaner sind, laut «Süddeutsche Zeitung», in der glücklichen Lage, in Denver oder Los Alamos Sportgebiete in gleicher Höhenlage zu haben. Bereits heute steht fest: 1967 und 1968 wird eine Vielzahl amerikanischer Meisterschaften in diesen Gebieten ausgetragen. Die Sportler werden planmässig an die veränderten Klimaverhältnisse gewöhnt. Jahrzehntlang war der Frauensport in den USA ein Stiefkind. Sport galt und gilt noch heute für Frauen als unweiblich. Eine grosszügige Werbung und verbandsseitige Unterstützung des Frauensports wird nunmehr eingeleitet. Neue Talente sollen entdeckt und rechtzeitig gefördert werden. Das Frauenteam der USA soll 1968 noch besser abschneiden als bisher.

Captain Stephan M. Archer, Sekretär der AAU, stellte zwei weitere Schwerpunkte heraus: «Wir werden ein neues langfristiges Schwimmprogramm anlaufen lassen. Auch für unsere Ringer werden Lehrgänge zusätzlich veranstaltet!» Lehren aus dem Versagen in einigen Sportarten in Tokio wird man ziehen. 1960 in Rom holten die US-Ringer 3 Goldmedaillen, 1964 in Tokio gingen sie leer aus. Voll Stolz nannte Mr. Archer die Zahl der Schwimmbäder in den USA: 288 800 Haus-, 59 150 Hotel-, 26 050 Klub-, 27 100 städtische, 13 500 Schul- und 6200 sonstige Schwimmbäder. Diese 420 800 Trainingsmöglichkeiten nennen die Amerikaner die Basis für die Erfolge ihrer Schwimmer.

Zehn Sportarten sind in der AAU, der Amateur Athletic Union, zusammengefasst. Sieben Millionen Mitglieder sind dort gemeldet. Die übrigen Sportarten verteilen sich auf eine Vielzahl kleinerer Verbände. Das Schwergewicht liegt bei den Schulen und Universitäten. Natürlich gibt es hier mannigfache Arten finanzieller Unterstützung. Dort aber, wo es zu deutlich wird, greifen die Verbände ein.

Echo von Magglingen

Kurse im Monat Juni (Juli)

a) schuleigene Kurse

28. 6.—3. 7. Geistliche / Ecclésiastiques (70 Teiln.)
1.—3. 7. Schwimmen und Spiele, resp. für Schweiz.
Schwimmverband (25 Teiln.)
3.—11. 7. Bergsteigen / Instruction alpin (40 Teiln.)
12.—17. 7. Grundschule I (70 Teiln.)
19.—24. 7. Instruction de base I (30 Teiln.)
19.—24. 7. Schwimmen und Spiele (30 Teiln.)
26.—31. 7. Natation et jeux (20 Teiln.)

b) verbandseigene Kurse

31. 5.—2. 6. Trainingsleiterkurs für Leichtathletik und Handball, Schweiz. Vereinigung sporttreibender Eisenbahner (30 Teiln.)
5.—5. 6. Trainingskurs der Nationalmannschaft Wasserball, Schweiz. Schwimmverband (15 Teiln.)
12.—13. 6. Grundschulkurs für Fussball Schweiz. Gehörlosen-Sportverband (25 Teiln.)
12.—13. 6. Trainingskurs Leichtathletik, ELAV (40 Teiln.)
12. 6. Sporttreffen der Lehrlingsgruppen, SMUV (700 Teiln.)
14.—19. 6. Trainingslager Leichtathletik, ELAV (30 Teiln.)
19.—20. 6. Trainingskurs für Junioren, SIMM (30 Teiln.)
19.—20. 6. Hauptkurs 2 für Diplomkandidaten, SFV (100 Teiln.)
20. 6. Springer-Lehrgang, Schweiz. Schwimmverband (15 Teiln.)
21.—26. 6. Zentralkurs I und II für Trainingsleiter, SFV (45 Teiln.)
21.—26. 6. Ausbildungskurs für Junioren, SFV (25 Teiln.)
26.—27. 6. Schweiz. Volkstanztreffen, Schweizer Volkstanzkreis (110 Teiln.)
26.—27. 6. Juniorenlager Nationalturnen und Ringen, SKTSV (40 Teiln.)

Ausbau der sportwissenschaftlichen Forschung

Ab 1. Juni 1965 steht der Sektion Forschung der ETS endlich ein vollangestellter wissenschaftlicher Mitarbeiter in der Person von Dr. med. H. Ackermann zur Verfügung. Auf längere Sicht geplante Arbeiten werden dadurch vermehrt möglich und werden sich für den Schweizer Sport positiv auswirken. Andererseits ist die der Forschung zur Verfügung stehende Arbeitskraft noch immer klein, zumal der neue Mitarbeiter den bisher von Sanitätsoffizieren besorgten Arztendienst, der keine produktive Forschungsarbeit darstellt, zu besorgen hat. Die neue Entwicklung, die nun auch in bezug auf die Erstellung eines Forschungsinstitutes rasch voranschreitet, ist sehr erfreulich und lässt uns hoffen, die gegenüber andern Ländern bestehenden Rückstände verkleinern zu können. Der Ausbau der Möglichkeiten an der ETS wird auch mit der Zeit dazu beitragen, dass eine der schwerwiegendsten Lücken in der Schweiz, nämlich das weitgehende Fehlen von Ärzten, die sportmedizinisch ausgebildet sind und sich mit sportärztlichen Belangen befassen können und wollen, verkleinert werden kann.

Internationales Kolloquium (Tagung) in Vichy

Das «Secrétariat d'Etat à la Jeunesse et aux Sports» hat vom 26. bis 30. April in Vichy ein «Colloque international des sports collectifs» organisiert. Mehr als 100 Teilnehmer aus 16 Ländern hatten den Ausführungen der französischen und ausländischen Referenten gefolgt und an den Diskussionen teilgenommen.

Die ETS Magglingen hatte Herrn A. Metzener delegiert, der über «Das Circuit-Training und seine Verwendung im Kollektissport» referierte und seinen Vortrag durch den Film «Modernes Konditionstraining» ergänzte. Der Schweiz. Basketball-Verband hatte Herrn

R. Hofmann und der Schweiz. Amateur-Fussball-Verband die Herren J. Guhl und Brundler delegiert. Die behandelten Probleme: «Organisation des Trainings», «Die Ausbildung (konditionell, technisch und taktisch) der Spieler und der Trainer», «Die psychologischen Faktoren (méthodes d'approche)», «Beziehungen zwischen Psychologie und Technik», «Die Vorbereitung von Nationalmannschaften».

Die Stadt Vichy (35 000 Einwohner, jedoch mehr als 100 000 in der Kur- und Feriensaison) verfügt über ausserordentlich vielfältige und komplette Sportanlagen: Hallenschwimmbad, Freiluft-Schwimmbäder, Pferderennbahn, Golfterrain, Omnisportstadion mit Jugendzentrum, grosse Sporthalle (25/40 m) mit Tribünen für 1200 Zuschauer. Die bemerkenswerteste Entwicklung ist jedoch die Schaffung einer Wasserfläche von 120 ha, ein richtiger See für den Segel- und Rudersport, nebst künstlich angelegten Flüssen für Kanufahrer.

Ein nationales Athletikzentrum (eine Art Filiale der INS von Paris) ist im Bau.

Leibeserziehung und Sport der Mädchen und Frauen

Vom 2. bis 7. August 1965 findet an der Deutschen Sporthochschule Köln der «5. Internationale Kongress für Leibeserziehung und Sport der Mädchen und Frauen» statt, zu dem fast 500 Meldungen aus dem Ausland vorliegen. Zum Thema «Heranwachsende Jugend heute / Probleme der Leibeserziehung» berichten Institutsleiter und Fachlehrer aus 30 Nationen, 14 Demonstrationen ergänzen die Theorie, darunter österreichische Schulgruppen, das bekannte Laban-Studio «Art of Movement» und die beste amerikanische Studentengruppe im Modern Dance unter Dorothy Madden. 41 japanische Dozenten, 40 spanische Studenten und Lehrer, mehr als 130 amerikanische Professoren sind unter den Teilnehmern gemeldet.

Jubiläums-Bergsteigerwoche für Jugendliche von 16 bis 22 Jahren

Für Jünglinge im VU-Alter (16 bis 20 Jahre) werden diese Wochen subventioniert (VU-Leistungsheft mitbringen!).

Kletterwoche im Alpstein/Kreuzberge 4. bis 10. Juli, Unterkunft Hundsteinhütte. Ausbildung und Klettertouren im bekannten Klettergarten der Ostschweiz.

Kombinierte Bergtourenwoche im Val di Campo (Valle di Poschiavo), 27. Juni bis 3. Juli, Unterkunft Lungacquahütte SAC.

Ausbildung und Touren in einmalig schönem und ruhigem Berggebiet.

Klettertourenwoche im Bergell, 18. bis 25. September, Forno-Albignagebiet. Ausbildung und Klettertouren in grosser Bergwelt.

Die Kurse werden von jungen, aber erfahrenen Bergführern geleitet; diese garantieren für grösstmögliche Sicherheit. Es wird viel Wert auf Benehmen und Kameradschaft gelegt. Das Bergsteigen wird von Grund auf gelernt und geübt, die genauen Programme werden erst an Ort und Stelle besprochen und festgelegt. Ausrüstung: Bergkleider, Schuhe mit Gummisohlen, Rucksack.

Anmeldung bis mindestens 14 Tage vor Kursbeginn.

Kosten, alles inbegriffen:

Für Junge, Burschen und Mädchen von 16 bis 22 Jahren Fr. 160.—

Für Junge im VU-Alter, 16 bis 20 Jahre mit Leistungsheft, Fr. 55.—

Zusätzlich Reise zu 1/2 Taxe und Militärversicherung. Auskunft und Anmeldung mit genauer Altersangabe beim Bergsteiger-Zentrum — Bernina-Bergell — Pontresina, Paul Nigg, Bergführer, Telefon (082) 6 66 44.



Bibliographie

Neuerwerbungen unserer Bibliothek

796 Sport (Allgemeines)

- Beauvillé, G. de.** Sport et épanouissement féminin. Paris, Editions Fleurus, 1963. — 8°. 128 p. — Fr. 6.25. A 4817
- Berlioux, M.** Olympica. Paris, Flammarion, 1964. — 8°. 673 p. — Fr. 37.30. A 4838
- Code de pointage pour les concours de gymnastique artistique aux Championnats du monde, aux Jeux olympiques, aux Championnats et Jeux continentaux, régionaux et dans toutes les autres compétitions internationales.** Edition 1964. Publ. par la Fédération Internationale de Gymnastique, Comité Technique, Section masculine. Sion, Impr. A. & E. Schmid, 1964. — 8°. 72 p. fig. Abr 2997
- Deschka, K.** Olympia ruft die Jugend der Welt. Idee und Wirklichkeit der Olympischen Spiele. Wien, Verlag Brüder Hollinek, 1963. — 8°. 81 S. 7 Taf. — Fr. 13.—. Abr 2970
- Essere sportivi.** Lausanna, Esposizione nazionale svizzera, Settore: Gioia di vivere; Sezione: Lo sport, 1964. — 8°. 7 p. Abr 3002
- Etre sportif.** Lausanne, Exposition nationale suisse 1964, Secteur: L'art et vivre; Section: Sport et éducation physique, 1964. — 8°. 7 p. Abr 3003
- Fauconnier, L.** L'Entraînement moderne. Bruxelles, Editions de l'Institut National de l'Education Physique et des Sports, 1963. — 8°. 68 p. ill. Abr 2982
- Geschichte der Körperkultur in Deutschland.** Die Körperkultur in Deutschland von 1917 bis 1945. Berlin, Sportverlag, 1964. — 8°. 255 S. ill. — DM 14.—. A 4868
- Hornacek, I.** Innsbruck 1964. Bratislava, SV CSTV, 1964. — 8°. 206 S. ill. A 4810
- ICSPE.** Newsletter. International Council of Sport and Physical Education. 1964, Nr. 1 ff. London, Department of Physical Education. — 8°. — unregelm. AP 158
- Maegerlein, H.** Olympia 1964 Innsbruck. Frankfurt a. M., W. Limpert, 1964. — 4°. 128 S. ill. — Fr. 19.50. Aq 341
- Mao Ze-dong.** Une étude de l'éducation physique. Paris-La Haye, Mouton, 1962. — 4°. 80 p. — Fr. 9.40. Abrq 1084
- Meyer, G.** Les Jeux olympiques. Vingt sports au microscope. Paris, La table ronde, 1964. — 8°. 253 p. — Fr. 8.20. A 4797
- Pariété, R.; Edelstein, G.** Héros olympiques. Les Français aux Jeux. Paris, La table ronde, 1964. — 8°. 251 p. — Fr. 13.50. A 4844
- Die Olympischen Spiele der Neuzeit.** Ergebnisse und Dokumente. Berlin, Sportverlag, 1964. — 8°. 227 S. 32 Taf. — DM 9.—. A 4825
- Scheurer, A.** L'entraînement isométrique dans sa forme naturelle. T. p. de: Jeunesse forte — Peuple libre, 21 (1964) 3. Macolin, Ecole fédérale de gymnastique et de sport. — 4°. 4 p. ill. Abrq 1082
- Sportlich leben.** Lausanne, Schweizerische Landesausstellung 1964, Sektor: Froh und sinnvoll leben; Abteilung: Turnen und Sport, 1964. — 8°. 7 S. Abr 3001
- Teichert, J.; Harre, D.** Grundlagen der sportlichen Ausbildung. 2., überarb. und veränderte Aufl. Berlin, Sportverlag, 1964. — 8°. 117 S. — DM 3.50. AP 144
- Umminger, W.** Des hommes et des records. Histoire de la performance à travers les âges. Paris, La table ronde, 1962. — 8°. 382 p. 16 tabl. — Fr. 29.55. A 4796
- IX. Olympische Winterspiele 1964.** Bildband Nr. 3 aus dem Burda-Verlag. Sonderdruck der «Bunten Illustrierten», Offenbourg, Burda, 1964. — 4°. 198 S. ill. — Fr. 11.85. Aq 342
- IX. Olympische Winterspiele Innsbruck 1964.** Hrg. von der Gesellschaft zur Förderung des Olympischen Gedankens in der Deutschen Demokratischen Republik. Berlin, Sportverlag, 1964. — 4°. 168 S. ill. — Fr. 19.80. Aq 351
- IX. Olympische Winterspiele Innsbruck 1964 = IX Olympic Winter Games Innsbruck 1964 = IXes Jeux olympique d'Hiver Innsbruck 1964.** Offizielle Ergebnisse = Official Results = Résultats officiels. Aus: FIS-Bulletin (1964) 16/1. — 4°. 11 S. vervielf. Abrq 1085
- 796.1 1/3 Spiele**
- Busnel, R.; Lavergne, R.** Le guide pratique du basketball. Paris, Ateliers d'impr. Sainte-Anne, 1954. — 8°. 239 p. fig. A 4836
- Flick, P.** Bomben... Schüsse... Steile Pässe. Bergisch Gladbach, Artis-Verlag, 1963. — 8°. 44 S. ill. — Fr. 8.20. A 4805
- Glonnegger, E.; Scheich, F.** Die beliebtesten Sportspiele. Ein Spielregelbuch. Ravensburg, Otto Maier, 1964. — 8°. 121 S. ill. — Fr. 2.90. A 4828
- Haase, J.** 69 Spiele im, am, unter Wasser. Berlin, Sportverlag, 1964. — 8°. 64 S. ill. — DM 1.—. Abr 2985
- Klein, H.** Das Handballspiel für Feld und Halle. 3. Aufl. Essen, Ruhrländische Verlagsgesellschaft, 1964. — 8°. 192 S. ill. 2 Taf. — Fr. 9.40. A 4854
- Meier, M.** Kennst du die Tennisregeln? Regel-ABC für Anfänger, Regelkunde für Schiedsrichter. Hrg.: Schweiz. Tennisverband. St. Gallen, Buchdr. Zollikofer, o. D. — 8°. 47 S. ill. Abr 2967
- Mraz, J.** Hazena mladeze = (Handball für die Jugend). Vyberovy program. Praha, Sportovni a turisticke nakladatelstvi, 1963. — 8°. 216 S. Obr., Kinogr. A 4842
- Nederlandse Dames Softball Bond.** Spelreglement 1964. Amsterdam, NDSB, 1964. — 8°. 61 S. Abb. Abr 2973
- Odbijena mladeze = (Volleyball für die Jugend).** Praha, Sportovni a turisticke nakladatelstvi, 1963. — 8°. 170 S. Obr. A 4840
- Pelletier, R.** Précis de Tennis moderne. «Technique d'abord». Paris, Editions Bornemann, 1964. — 8°. 104 p. ill. — Fr. 6.65. A 4819
- Rovny, M.; Perutka, J.; Golian, B.** Volleybal. Nazorna metodika. Bratislava, Sport, Vydavatel'stvo SV CSTV, 1964. — 8°. 231 S. Obr., Kon. A 4841
- Schaible, H.** Die Fussballorganisationen in der modernen Gesellschaft. Hrg.: Deutscher Fussball-Bund. Berlin, Omnium-Druck und Verlag, o. D. — 8°. 15 S. — Fr. 3.—. Abr 2968
- Der Tennislehrer.** Monatsschrift der deutschen Tennislehrer VDT. Offizielles Organ des Verbandes deutscher Tennislehrer. 1964, Nr. 5/6 ff. Berlin 61, Buchdr. E. L. Krohn. — 8°. ill. — monatlich. AP 156
- World Tennis.** Vol. 11, 1964, Nu. 7 ff. New York, N. Y. Box 3, Gracie Station, G. M. Heldmann. — 4°. ill. — monthly. APq 165
- Zeigert, J.** Volleyball für Schule und Verein. Mit Spielregel-Erläuterungen. Frankfurt a. M., Verlag Wilhelm Limpert GmbH, 1964. — 8°. 129 S. ill. A 4818
- 796.41 Turnen und Gymnastik**
- Debuigne, G.** Musculation par le culturisme. Culture physique moderne — diététique. Paris, Amphora Editions, 1963. — 8°. 160 p. fig. — Fr. 18.10. A 4824
- Deonna, W.** Le symbolisme de l'acrobatie antique. Berchem-Bruxelles, Latomus, 1953. — 8°. 148 p. fig. — Fr. 25.50. A 4880
- Donnhäuser, W.; Gauch, R.; Häusler, W.** Boden und Geräte-turnen. Wege zur Leistung. Frankfurt a. M., W. Limpert, 1964. — 8°. 250 S. Abb. A 4827
- Koch, K.** Klettern und Steigen — Schwingen und Springen am Stufenbarren. Von Grundformen des Bewe-gens zu formgebundenen Bewegungen. Schorndorf bei Stuttgart, Verlag K. Hofmann, 1963. — 8°. 84 S. Abb., 4 Taf. — DM 6.80. AP 132
- Koch, K.; Zimmermann, H.** Vom Steigen und Balancieren zum Turnen am Schwebebalken. Ein methodischer Leit-faden vom Schaffen der Voraussetzungen bis zur höchsten turnerischen Leistung. Schorndorf bei Stuttgart, Verlag K. Hofmann, 1964. — 8°. 115 S. Abb., 8 Taf. — DM 6.80. AP 132
- Meusel, H.** Vom Purzelbaum zum Salto. Erlernen, Üben und Gestalten der Rollen, Aufschwünge, Abzüge und Salti. Mit einer Einführung in die Methodik und Unterrichtsgestaltung. Grundschule des Boden- und Geräteturnens für die Jugend, Teil I. Schorndorf bei Stuttgart, Verlag K. Hofmann, 1964. — 8°. 106 S., Abb.; 6 Taf. — DM 6.80. AP 132
- 796.42/451 Leichtathletik**
- Elert, E.** Leichtathletik 1963. Ein statistisches Jahrbuch. Internationale Bestenliste. Berlin, Sportverlag, 1964. — 8°. 104 S. — DM 3.—. Abr 2986
- Hildreth, P.** Improve Your Athletics. Vol. 1: Track Events. Harmondsworth, Penguin Books Ltd., 1964. — 8°. 124 p. ill. — Fr. 4.80. A 4832
- Lehka atletika mladeze = (Leichtathletik für die Jugend.)** Vyberovy program. Praha, Sportovni a turisticke nakladatelstvi, 1963. — 8°. 220 S. Obr. A 4839
- Der Leichtathlet.** Organ des DVfL. 1964, Nr. 13 ff. Berlin, Deutscher Verband für Leichtathletik im DTSB. — 4°. ill. — wöchentlich. APq 164
- Le Masurier, J.** Improve Your Athletics. Vol. 2: Field Events. Harmondsworth, Penguin Books Ltd., 1964. — 8°. 128 p. ill. 1 map. — Fr. 4.80. A 4832
- Nett, T.** Training des Leichtathleten. Hürdenlauf, Sprung, Wurf, Mehrkampf. Ein Wegweiser für Übungsleiter und Aktive. Berlin, Bartels & Wernitz, 1964. — 8°. 480 S. Abb. — Fr. 19.50. A 4025
- Quercetani, R. L.** A World History of Track and Field Athletics 1864—1964. London/New York/Toronto, Oxford University Press, 1964. — 8°. 370 p. 30 tabl. — Fr. 34.—. A 4804

Schiefelbein, H. Matu — der Millimeterläufer. Stationen eines Europameisters. Berlin, Sportverlag, 1964. — 8°. 277 S. 12 Taf. — DM 7.80. A 4860

Weg und Ziel der Leichtathletik-Jugend. Leitfaden für die Jugendarbeit im Verein. Hrg.: Deutscher Leichtathletik-Verband. Kassel, DLV, o. J. — 8°. 64 S. fig., ill. Abr 2999

Wettkampfordnung für Leichtathletik 1964. Hrg.: Interverbandskommission für Leichtathletik. Bern, IKL, 1964. — 8°. 28 S. — Fr. 1.—. Abr 2998

796.5 Tourismus, Reisen, Alpinismus

Canaperia, G. A. Hygiène du camping. Rapport. Strasbourg, Conseil de l'Europe, Bourses médicales de recherches coordonnées. Comité d'experts en matière de santé publique, 1961. — 8°. 80 p. Abr 2987

Flaig, W. Bernina, Festsaal der Alpen. Wunderbare Gletscherwelt zwischen Engadin und Veltlin. Erlebnisse und Erinnerungen eines Alpenfreundes und Skitouristen. München, Bergverlag R. Rother, 1962. — 8°. 277 S. ill., 20 Taf. — Fr. 26.—. A 4809

Flaig, W. Kleiner Bernina-Führer. Täler und Höhen. Eine Auswahl der beliebtesten Anstiege auf die wichtigsten Gipfel der Bernina-Gruppe. Mit Hinweisen auf die schönsten Skifahrten. München, R. Rother, 2. Aufl., 1956. — 8°. 224 S. ill. + 1 Übersichtskarte im Anhang. — Fr. 8.20. A 4847

Flaig, W. Silvretta. Ein Führer für Täler, Hütten und Berge. München, R. Rother, 1958. — 8°. 584 S. ill. + 1 Übersichtskarte. — Fr. 17.40. A 4833

Frison-Roche, R. Les montagnes de la terre. Vol. 2: La montagne et l'homme — Histoire de l'alpinisme. Paris, Flammarion, 1964. — 4°. 479 p. 30 pl. — Fr. 82.80. Aq 349

Milne, L. J.; Milne, M. Die Berge. Knauer: Das Reich der Natur in Farben. München-Zürich, Dröemersch Verlagsgesellschaft, 1964. — 4°. 192 S. ill. — Fr. 21.40. Aq 340

Rébuffat, G. In Fels und Firn. München-Basel-Wien, BLV-Verlagsgesellschaft, 1964. — 8°. 206 S. ill. — Fr. 30.—. A 4856

Roudene, A. Les aventuriers des sommets. Paris. Ed. A. Bonne, 1964. — 8°. 269 p. 8 tabl. — Fr. 19.80. A 4851

Steiger, H. Fräulein Elise Brunner, 1831—1898. Einige Notizen über das erste Ehrenmitglied der Sektion Bern. Aus: Klub-Nachrichten der Sektion Bern SAC, 41. Jg. 1963, Nr. 4. Bern, SAC Bern, 1963. — 8°. 6 S. Abr 2974

Vanis, E. Im steilen Eis. Fünfzig Eiswände in den Alpen. München-Basel-Wien, BLV-Verlagsgesellschaft, 1964. — 8°. 212 S. ill., 26 Taf. — Fr. 30.—. A 4795

796.6 Radsport

Anquetil, J. Je suis comme ça. 12 ans de courses, 400 000 kilomètres et leurs envers, au repos et au foyer. Toute la vie d'un champion. Paris, Union Générale d'Éditions, 1964. — 8°. 122 p. 4 tabl. — Fr. 2.80. A 4849

Chapatte, R.; Augendre, J. Cyclisme. Technique, Entraînement, Compétition. Paris, Amphora, 1964. — 8°. 117 p. fig., 8 tabl. — Fr. 14.50. A 4932

796.8 Kampf- und Verteidigungssport, Schwerathletik, Wehrsport

Lehnert, A. Le Judo. Paris, Flammarion, 1952. — 8°. 155 p. ill. — Fr. 6.65. A 4798

Savant, J. La boxe. Paris, Hachette, 1964. — 8°. 64 p. ill. — Fr. 4.20. Abr 2996

Sohre, H. Bis zur letzten Runde. Schicksale deutscher Faustkämpfer. Berlin 10/München 8, Verlag Bartels & Wernitz, o. D. — 8°. 174 S., 14 Taf. A 4867

Zadig, G. Der Ringkampf. Leipzig, Grethlein & Co., 1905. — 8°. 232 S. ill. A 4948

796.9 Wintersport

Bruckhaus, G. Leitfaden für den Langlauf. Arnberg, Verlag Hans Busch, 1960. — 8°. 71 S. ill. — Fr. 3.70. Abr 2972

Deschamps, G. Enseignement du ski aux aveugles. Adaptation de la méthode du ski français. Publ. par l'Association «Les amis de l'école Braille». Saint-Mandé (Seine), s. d. — 8°. 16 p. fig. Abr 2984

Skilauf. Leitfaden für den Skiunterricht. Hrg.: Arbeitsgemeinschaft für das deutsche Skilehrwesen. Frankfurt a. M., Verlag W. Limpert, 1964. — 8°. 93 S. Abb. — Fr. 11.65. A 4904

797.1/2 Wassersport, Schwimmen

ABC des Segelns. Berlin, Sportverlag, 1964. — 8°. 263 S. ill. — Fr. 12.—. A 4893

Aprenda a nadar rapidamente. Plan especial de natación. La Habana, Cuba, INDER, 1964. — 8°. 14 p. fig. Abr 3037

Baldry, E. Swimming. London, Hennel Locke Ltd., 1964. — 8°. 64 p. fig. — Fr. 4.40. Abr 3028

Beken, K. Bilder vom Segeln. Bielefeld/Berlin, Delius Klasing & Co., 1964. — 4°. 181 S. ill. — Fr. 54.25. Aq 406

Braecklein, H. Wasserspringen, lernen — üben — leisten. Ein methodischer Leitfaden der Grundausbildung für Lehrer und Übungsleiter. Schorndorf, K. Hofmann, 1964. — 8°. 56 S. Abb. — DM 6.50. AP 132

Clerc-Rampal, G.; Thierry, G. P. La pratique du Yachting. Construction, navigation, manoeuvre. Paris, Editions Maritimes et d'Outre-mer, 1962. — 8°. 276 p. ill. — Fr. 16.10. A 4891

Fundamentos y ensenanza elemental de Polo acuatico. La Habana, Cuba, INDER, 1964. — 8°. 28 p. fig. Abr 3038

Merrien, J. Votre première voile. Ed. rev. et corr. Paris, Editions Denoël, 1962. — 8°. 239 p. ill. — Fr. 12.95. A 4894

Oppenheim, F. La Natation. S. I., Editions de la Table ronde, 1964. — 8°. 256 p. — Fr. 8.20. A 4951

Rajki, B. The Technique of Competitive Swimming. London, Collet, 1963. — 8°. 90 p., 22 plates. — Fr. 14.70. A 4944

Lerne Rettungsschwimmen. Hrg.: Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft. Emmenbrücke, Buchdr. A. Amstg, 1963. — 8°. 40 S. Abb. Abr 3000

Der Deutsche Schwimmsport. Alleiniges Amtsblatt des Deutschen Schwimm-Verbandes. Jg. 14, 1964. Nr. 1 ff. Berlin, Verlag Dr. Hans Muschke, Taborstrasse 21. — 4°. ill. — wöchentl. APq 166

Sergent, F. Technique de la voile. A bord des bateaux légers. Paris, Les Editions J. Suss, 1962. — 8°. 127 p. ill., 6 tabl. — Fr. 10.60. A 4897

Weissmüller, J. Swimming the American Crawl. London, Putnam, 1930. — 8°. 190 p., 14 tabl. Dollar 3.50. A 4960

797.5 Flugsport

Sellick, B. Les hommes volants. L'art et la technique du parachutisme sportif. Paris, Librairie Polytechnique Béranger, 1964. — 8°. 256 p. ill. — Fr. 12.95. A 4823

798 Fahr- und Reitsport

Bruns, U. Voltigieren leicht gemacht. Rüschklikon ZH-Stuttgart-Wien, Verlag Albert Müller, 1964. — 8°. 68 S. ill., 32 Taf. A 4895

799 Jagd-, Fischerei-, Schießsport

Turniersport. Ein Lehrbuch für Übungsleiter und Trainer im Turniersport (Angeln). Berlin, Sportverlag, 1964. — 8°. 213 S. ill. — DM 6.80. A 4821

Zeiske, W. Handbuch des Angelsports. 2 überarb. Auflage. Berlin, Sportverlag, 1964. — 8°. 416 S. ill. — DM 12.80. A 4820

8 Literatur, Literaturgeschichte

Bristow, G. Celia. Roman. Bertelsmann Lesering, o. J. — 8°. 416 S. B 984

Hervet, R. Sport relaxe. Paris, La table ronde, 1964. — 8°. 251 p. — Fr. 12.95. A 4850

Das grosse Jugendbuch. 4. Folge. Stuttgart-Zürich-Wien, «Das Beste», 1963. — 4°. 184 S. ill. — Fr. 16.90. Aq 345

Schmidkunz, W. Der Kampf über den Gletschern. 3. Aufl. München, E. W. Bonsels & Co. Nachf., 1918. — 8°. 247 S. A 4949

Sillitoe, A. La solitude du coureur de fond. Paris, Edit. du Seuil, 1960. — 8°. 207 p. — Fr. 9.25. A 4957

Stave, J. Die Abseitsfalle. Sportliche Disziplinen und Disziplinlosigkeiten. Berlin, Eulenspiegel-Verlag, 1964. — 8°. 127 S. Abb. — DM 6.20. A 4965

Wetter, E. Der Flieger und sein Sohn. Münsingen BE, B. Fischer, 1964. — 8°. 120 S. Abb. A 4902

9 Geschichte, Geographie, Heimatkunde

Hentig, H. von. Hellas und Rom. Ebenhausen, Verlag Lange-wiesche-Brandt, 1964. — 8°. 391 S. — Fr. 20.80. A 4896

Huber, H.; Müller, A. Das Dritte Reich. Seine Geschichte in Texten, Bildern und Dokumenten. I. Band: Der Aufbau der Macht. II. Band: Der Zusammenbruch der Macht. München-Wien-Basel, Verlag Kurt Desch, 1964. — 8°. 355 S. ill. — Fr. 116.—. A 4812

Osnabrück. Schöne alte Stadt zwischen Teutoburger Wald und Wiehengebirge. Hrg.: Kultur- und Verkehrsamt der Stadt Osnabrück. Osnabrück, Verlag A. Fromm, 1954. — 8Z. 105 S. ill. B 983

Die Schweiz — heute. Ein Buch für junge Schweizer im In- und Ausland. Aarau, H. R. Sauerländer & Co., 1964. — 8°. 238 S. Abb., 30 Taf. — Fr. 17.30. A 4906

Sohre, H. Schicksalsstunden berühmter Sportler. Berlin-München, Verlag Bartels & Wernitz, o. D. — 8°. 141 S. 10 Taf. A 4899



Turnerisch-sportlicher Vorunterricht

Die eidg. Vorunterrichts-Inspektoren in Magglingen

H. Schihin

Alle zwei Jahre findet die Jahreskonferenz der Eidg. Inspektoren des Vorunterrichts in dessen erster Pflegestätte in Magglingen statt. Diesmal nahmen sie mit Interesse Kenntnis von den Ausführungen des Sektionsvorstehers Willy Rätz zum vorliegenden Jahresbericht 1964, der eine weiter leicht ansteigende Beteiligung feststellt. Doch lag das Hauptgewicht der Besprechungen auf der Notwendigkeit einer Totalrevision der Bundesverordnung über die Förderung von Turnen und Sport, die aus dem Jahr 1947 datiert. Dies wird am besten im Zusammenhang mit der Planung einer ähnlichen Organisation für die weibliche Jugend geschehen. Vielleicht ist es in einem hochentwickelten Lande schlimmer, keinen obligatorischen Schulturnunterricht für Mädchen zu haben, als dass den Frauen das Stimmrecht vorenthalten ist, denn es sind die künftigen Mütter, die Erzieher der kommenden Generationen, denen die körperliche Ausbildung und Eräftigung vorenthalten wird. Es ist in unserer Zeit der nervösen Hast und lärmigen Motorisierung notwendiger als je, dass geistige und körperliche Schulung Hand in Hand gehen. Jetzt alarmieren uns schon die Ärzte und Psychiater. Der durchschlagende Erfolg des Magglinger Symposiums «Turnen und Sport für die weibliche Jugend» hat sich mit der Zustimmung aller Kreise für die Verbesserung der Möglichkeiten der körperlichen Ausbildung der weiblichen Jugend ausgesprochen. Dies sollte besonders auch für die Mädchen in der Nachschulzeit geschehen, für die überhaupt nichts getan wird. Die männliche Jugend kennt neben den immerhin obligatorischen Schulturnstunden noch den freiwilligen Vorunterricht und die Rekrutenschule zum Antritt des Mannesalters. Das VU-Programm soll nach sorgfältigem Studium ebenfalls einer Revision unterzogen werden. Es zeigt sich an der Zunahme der Beteiligung an den Wahlfächern einerseits, andererseits am Abseitsstehen immer noch der grössten Hälfte der Jungmänner, dass mit der rein auf leichtathletische Übungen, erst noch ohne konditionsfördernde Dauerprüfung aufgebauten Grundschule allein nur etwa 20 Prozent für die Kurse und 43 Prozent für die Prüfungen zu gewinnen sind. Es steht ausser Zweifel, dass die Unterstellung einer dem VU ähnliche Institutionen für Mädchen nicht beim Militärdepartement erfolgen kann.

Lehrlingsturnen

Wir haben uns an dieser Stelle im Heft Nr. 5/1965 eingehend mit dem Lehrlingsturnen befasst. Dabei kamen die Gewerbeverbände des Kantons Zürich zum Wort und die Haltung der ETS wurde begründet. Nun lassen wir einmal die Lehrlinge selbst sprechen. Während drei Jahren hat die Mechanikerklasse 1961 bis 1965 der Berufsschule Muttenz unter der Leitung

des Lehrers Ernst Ramseier freiwillig gemeinsam geturnt. In einem Rückblick auf die an der Berufsschule verbrachte Zeit äussern sich die Schüler zu diesem Thema. Hier die betreffenden Auszüge:

Roman: «Das Turnen, ohne das ich mir einen Tag an der Gewerbeschule nicht mehr vorstellen könnte, war ein besonderer Vorteil meiner Ausbildung gesamthaft betrachtet.»

Rudolf: «Eines der schönsten Erlebnisse war wohl die Aufnahme des freiwilligen Turnens in das Programm der Gewerbeschule, was wohl nur dem Einsatz und der Initiative unseres Lehrers und der uneingeschränkten Unterstützung sämtlicher Schüler in dieser Frage zu verdanken ist.»

Isidor: «Während 4 Jahren gab es sehr viel Lehrreiches, das im Schulprogramm eigentlich nicht enthalten wäre, uns aber für das Leben fast unentbehrliche Aufschlüsse vermittelte. Eine dieser neuen Erkenntnisse war zum Beispiel, dass jeder Körper Entspannung und Erholung braucht. Darum setzten wir uns alle mit Kräften für das Lehrlingsturnen ein, das uns eine eindrückliche Kameradschaft unter uns Schülern und eine unvergessliche Zusammenarbeit mit den Lehrern vermittelte, was sicher auch die positive Einstellung gegenüber dem Lehrpersonal und der Gewerbeschule allgemein erklärt.»

Walter: «Die wahrste Pionierarbeit leistete unser Lehrer beim freiwilligen Lehrlingsturnen. Es war ihm nicht genug, uns beruflich auszubilden, uns als angehende Bürger und Männer zu erziehen; er wollte uns auch körperlich leistungs- und widerstandsfähig wissen.»

Robert: «Auch der Turnunterricht hat bei den Schülern der Gewerbeschule mächtig eingeschlagen. Ich habe mich immer auf die Turnstunde gefreut. Man lernte seinen Lehrer und seine Kameraden von einer ganz andern Seite kennen und konnte auf eine ganz andere Art miteinander beisammen sein. Ich würde, wenn ich noch weitere Jahre in die Gewerbeschule gehen müsste und anschliessend an den Unterricht nicht turnen könnte, nicht mehr so viel Freude an der Schule haben.»

Georg: «Dem Turnen möchte ich auch ein Kränzchen winden. Ich war zwar gar nicht begeistert, als diese Idee aufkam. Irgendwie wollte ich doch nicht zurückstehen. Nachher hätte ich das Turnen an der Gewerbeschule nicht mehr missen wollen. Nach einem ganzen Tag (8 1/2 Stunden) Schulbankdrücken hat es mich immer richtiggehend erfrischt. Meine Leistungsfähigkeit hat dadurch einen wahren Frühling erlebt. Nach der Lehre trete ich einem TV bei. Diesen Vereinsbeitritt konnte ich mir bis jetzt ersparen.»

Adolf: «Auf das Turnen oder Schwimmen freuten wir uns immer besonders. Ich finde es einfach notwendig, dass das obligatorische Turnen an der Gewerbeschule eingeführt wird. Man kann sich nach der verkrampten Haltung in der Schule und an der Werkbank richtig entspannen.»

Ernst: «Selbst für das körperliche Wohl wurde Sorge getragen. In einer freiwilligen Turnstunde erhielten wir Gelegenheit zur körperlichen Eräftigung, was nicht nur in sportlicher Hinsicht wertvoll war, sondern auch im Hinblick auf die Kameradschaft und die

Beziehungen zwischen Lehrer und Schüler. War ein Tag noch so lang und streng, so hatten wir doch eines: das Turnen, war es nun in Form eines Waldlaufes oder im friedlichen Wettkampf.»

Heinz: «Weshalb jedoch das Turnen an der Gewerbeschule nicht offiziell eingeführt wird, kann wahrscheinlich keine der Personen sagen, die massgebend wären. Bis jetzt war es nur ein Versuch, und wir kamen alle freiwillig. Anfangs sicher etwas skeptisch, aber bald stellte sich dann die Kameradschaft ein, die man nur beim Sport findet.»

Lohnt es sich?

J. Lufi

Im ganzen Schweizerland hat die Arbeit im Vorunterricht wieder begonnen.

Mancher Leiter glaubt nun, weil Turnen und Sport etwas Gutes und Gesundes sei, sollten die jungen Leute von selbst kommen. Vielleicht war es vor Generationen so, weil sich damals der ganze Lebensstil traditionsbedingt viel stärker von den Vätern auf die Söhne vererbte. Aber heute ist die junge Generation viel weniger abhängig von der älteren. Der junge Mensch hat nicht nur mehr Freizeit als früher, sondern auch mehr Geld als damals. Und weil sein Verdienst grösser ist, wird er auch viel mehr umworben von all jenen, die ihm etwas anzubieten haben. Sie reissen sich geradezu um ihn. Was lockt doch nicht alles! Eine unübersehbare Bilderflut, Motoren, Apparate, Autos, Lautsprecher, Kofferradios und Musikautomaten. Spielautomaten locken Jugendliche in Spielsalons. Schlechte Filme führen die jungen Menschen in unechte Welten und schaffen in ihnen Leitbilder ohne Kraft. Verführerisch wenden sich oft Reklame und Propaganda an den jungen Menschen und versuchen mit ihren Beeinflussungs- und Suggestionmöglichkeiten Wünsche und Forderungen freizulegen.



Für all dies aber braucht der Jüngling Geld und Zeit. So kann er dieselbe Zeit nicht auch noch für sportliche Betätigung brauchen. Wir aber dürfen uns deshalb nicht wundern, wenn er nur schwer für unsere Belange zu gewinnen ist.

Wohl werben Presse, Radio und Fernsehen auch für uns, aber all dies genügt nicht.

Selbstverständlich sind Artikel in Zeitungen, auch Filme sehr zu begrüßen. Doch wenn wir überlegen, wie ein kleiner Prozentsatz der Zeitungsleser oder der Kinobesucher gerade in dem Alter ist, wo wir sie treffen wollen, bleibt nicht viel übrig. Wer darum die Burschen gewinnen will, muss die jungen Leute, die in Frage kommen, einzeln ausfindig machen. Ein begeisterungsfähiger und von der guten Sache überzeugter Leiter wird darum versuchen, die jungen Leute kennen und verstehen zu lernen. Er wird sie einladen, einige Male unverbindlich beim Training mitzumachen, um Einblick zu gewinnen, wie der Betrieb läuft. So wird es ihm auch gelingen, junge Leute in vermehrter Masse wieder für den Vorunterricht zu gewinnen.

In der Überzeugung, für eine gute Sache zu kämpfen, darf sich der VU-Leiter ruhig neben alle andern stellen, welche um die Gunst des Jünglings buhlen, um ihm die Freizeit auszufüllen oder ihm in angenehmer Weise das Geld abzuknöpfen.

Es liegt also an uns, den Leitern. Wir werben für eine gute, der Jugend dienende Sache. Raffen wir uns deshalb auf zu einem mutigen: **D e n n o c h**.

Ein Beispiel aus vielen möge genügen:

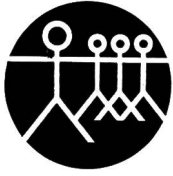
Ich traf ihn auf dem Schulhof. Er stand abseits vom Gedränge seiner Schulkameraden. Er war ein stiller. Schon früh hatte er die Schwere des Lebens gespürt. Und wieder traf ich ihn, diesmal auf dem Sportplatz anlässlich der Schulendprüfung. Und wieder stand er abseits, verschämt, denn er hatte die Anforderungen nicht erfüllt.

Und zum dritten Male begegnete ich ihm, diesmal auf dem Heimweg von seiner Arbeit. Er stand in einer kaufmännischen Lehre. Ich kam mit ihm ins Gespräch. Dann lud ich ihn freundlich ein, im VU mitzumachen. Doch es nützte nichts, er wollte einfach nicht. Schliesslich willigte er doch ein, wenigstens einmal zu kommen, um den Betrieb kennenzulernen.

Und dann kam er. Erst schaute er eine Weile zu, dann stand er plötzlich mitten unter der Schar und turnte mit. Von da an fehlte er nicht mehr. Er wurde uns allen ein lieber Kamerad, ja noch mehr. Er wurde seinen jungen Kameraden zum Vorbild, denn er absolvierte seine Lehrabschlussprüfung mit Auszeichnung. Dann zog er in die Fremde. Eines Tages aber lag ein Brieflein von ihm auf meinem Tisch. Und da stand: Die Samstagabende, welche ich im VU verbracht habe, werden für mich stets eine schöne Erinnerung bleiben. Hier hatte ich Gelegenheit, mich einer sportlichen Betätigung und dem frohen Mannschaftsspiel zu widmen, ohne dass es mich etwas kostete. Ich persönlich habe es sehr geschätzt, mich sportlich betätigen zu können, ohne einem Verein beitreten zu müssen. So hatte ich genügend Zeit, um mich den Aufgaben zu widmen.

Was mich im Vorunterricht besonders freute, war die gute Zusammenarbeit und das flotte, korrekte Verhalten aller Teilnehmer. Es ist wirklich ein gutes Zeichen, wenn in einer Vereinigung Friede und Ordnung herrschen. Auch haben alle Teilnehmer auf andere Rücksicht genommen. Dies verpflichtet mich zu einem besonderen Dank, denn ich habe ja oft zum Leidwesen meiner Kameraden einen Ball nicht halten können. Ein spezielles Lob aber gebührt unserem Leiter, der es vorzüglich verstanden hat, uns ohne Schulmeisterei im Zügel zu halten.

Und was sagst nun Du dazu, mein lieber Leiter? Lohnt es sich?



Unsere Monatslektion: Hochsprung (Wälzer), Tauziehen

Ernst Meierhofer

Ort: Im Freien.

Zeit: 1 Std. 40 Min.

Material: Pfeife, Stafettenstäbe, Hochsprunglatte, Rechen, Tau, 4 Malstäbe, Grenzband, 1 Reifen, Ball.

Vorbereitung 10'

Versuch: Selbständiges Einlaufen der Schüler unter Aufsicht des Leiters. Ausführung auf übersichtlichem Platz. Zur Erleichterung Unterteilung in 3 Abschnitte. Kurz erklären.

1. Leichter Beginn 2—3' (z. B. Gehen, leichtes Laufen, Armkreisen, usw.)
2. etwas strengerer Mittelteil 2—3' (z. B. Hopserrhüpfen, Laufen mit Rhythmuswechsel, Vierfüßslergang usw.)
3. gesteigerter Schlussteil 2—3' (z. B. Kauergang, Steigerungsläufe, Rumpfkreisen, kurze Sprints usw.).

Körperschule 10'

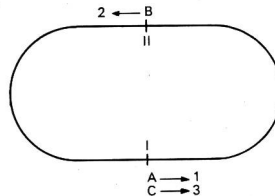
(Partnerübungen)

1. Guter Stand zum Partner, bei gebeugten Armen mit voller Kraft gegeneinanderstossen. Viermal 10", dazwischen entspannen.
 
2. Heben der Beine, der Partner stößt sie zurück.
 
3. Auseinanderziehen, Kniewippen und Beinwechsel
 
4. Rücken gegeneinander mit gefassten Händen in Seithalbe: Rumpfbeugen sw.
 
5. Füße fixiert, grosses Rumpfkreisen
 
6. Grätschsprung unterlaufen. Jedesmal nach 1/2 Drehung. Rollenwechsel.
 

Laufen 10'

Américaine

Eine Mannschaft besteht aus drei Läufern. A und C stehen bei I; B bei II. Läufer A läuft nach dem Start zu Läufer B und wartet dort, Läufer B zu C, Läufer C zu A usw. Jeder läuft dreimal.



1. Thema 20'

(Hochsprung (Wälzer))

(siehe auch «Starke Jugend — Freies Volk» 22 [1965] 5)

1. Latte auf ca. 60 cm. Ohne Sprunginsatz mehrmalige, langsame Ausführung der Grundbewegung des Wälzers, was eine gute Selbstkontrolle erlaubt. Beschreibung (für Linksspringer): Stand mit geschlossenen Füßen neben der Latte, Schritt rw. des Schwungbeines (r.) in die Absprungstellung. Absprungbewegung mit deutlichem Schwungbein- und Doppelarmeinsatz. Im höchsten Punkt der Bewegung über die Latte drehen. Der rechte Fuss setzt nun zuerst im Sand auf, dann folgt die rechte Hand (*Handrücken*), worauf über Ellbogen, Schulter, Rücken in den Sand abgerollt wird. Gleichzeitig noch das Sprungbein anziehen und auswärts drehen. Der linke Arm wird *nicht aufgestützt*, er blockiert sonst die Wälzbewegung, sondern nach dem Doppelarmeinsatz an die linke Körperseite angelegt.
2. wie 1., aber die Bewegung flüssiger ausführen.
3. Latte 80 cm. Mit 2 Schritt Anlauf und nun auch mit Absprung.
4. Mehrere Sprünge mit Konzentration immer nur auf eine bestimmte Phase.
 - a) Absprung: Rücklage, Schwungbein- und Doppelarmeinsatz
 - b) Wälz-Tauchphase: Hinter der Latte hinunterstechen
 - c) Anziehen und auswärtsdrehen des nachkommenden Sprungbeines.
5. Höhe etwas steigern, aber noch kein Wettkampf.

2. Thema 20'

Tauziehen

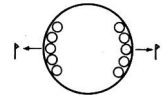
Es werden 4 Gruppen zusammengestellt. Zuerst gibt es Vorkämpfe, wor-

auf die Verlierer und Sieger gegeneinander antreten.

1. Übung: Das bekannte Tauziehen.



2. Übung: Das Tau zu einem Ring geknüpft. Wettkämpfer Blick nach aussen.



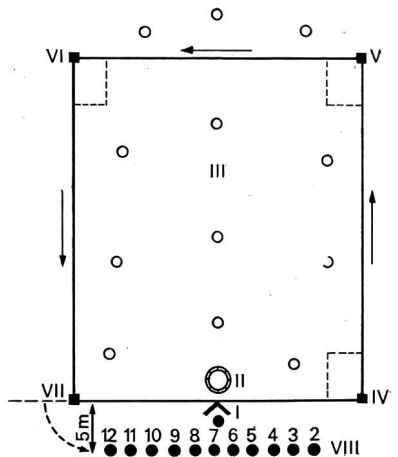
3. Übung: wie 2.; aber Rücken nach aussen.

Spiel 20'

Balle brûlée

Die Spieler der Schlagpartei stehen im Schlagraum und versuchen der Reihe nach, durch geschicktes Schlagen des Balles mit der Hand den Läufern die Möglichkeit zu verschaffen, von Mal zu Mal zu laufen. Die Laufberechtigung wird durch das Schlagen erworben. Jeder vollendete Lauf zählt einen Punkt.

Die Fangpartei ist im Spielfeld verteilt und versucht, durch sicheres Fangen und rasches Zuspätschieben den Ball auf schnellstem Wege ins Brandmal zu befördern. Im Augenblick, in dem der Ball im Brandmal abgelegt wird (Pfeiff oder Ruf: «Verbrannt»), scheiden alle Läufer aus, die sich zwischen den Laufmalen befinden. Wenn sich keine Spieler mehr im Schlagmal befinden, ist die Schlagpartei «ausgehungert» und es erfolgt Malwechsel. Gewonnen hat die Partei mit der grösseren Punktzahl.



- | | |
|------------------|---------------------|
| I = Schlagmal | V = Laufmal2 |
| II = Brennmal | VI = Laufmal3 |
| III = Fangpartei | VII = Ziellinie |
| IV = Laufmal1 | VIII = Schlagpartei |

Beruhigung 10'

Mitteilungen, Material versorgen, Duschen.



Foto: Hugo Lörtscher ETS