

Zeitschrift: Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 27 (1970)

Heft: 10

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: 02.04.2025

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

China treibt wieder Sport

on. Der Sport wird nach seiner «Läuterung» während der tumultuösen Kulturrevolution in China jetzt wieder offiziell unterstützt. Der neue Trend in Peking verleitet die aufmerksamen Beobachter in Hongkong zu der Annahme, dass sich China bald wieder in den internationalen Sportverkehr einschalten wird. Allerdings muss darauf hingewiesen werden, dass Chinas Athleten die Sportplätze nach wie vor als politische Arenen ansehen, in denen Tennisbälle mit den Köpfen politischer Feinde verglichen und dementsprechend geschmettert werden. Schon 1965, als China letztmals die Tischtennis-Weltmeisterschaften dominierte, wurden in chinesischen Zeitungen derartige Vergleiche gezogen. Chinas Spitzensportler, die zuletzt mit 200 Damen und Herren an den inzwischen von der Bildfläche verschwundenen GANEFO-Spielen in Phnom Penh teilnahmen, haben sich zu einem grossen Teil während der Kulturrevolution vorwerfen lassen müssen, dass sie Personenkult getrieben und finanziellen Gewinn aus ihren sportlichen Leistungen gezogen hätten. Athleten wie der jetzt 28jährige frühere Tischtennis-Weltmeister Chuang Tse-tung werden seither in der Presse mit keiner Silbe mehr erwähnt, wengleich vor einiger Zeit in Japan mitgeteilt wurde, dass er und seine berühmten Mannschaftskameraden noch alle am Leben sein sollen. Neu besetzt wurde auch die staatliche Kommission für Leibeseziehung und Sport, deren führende Mitglieder Marschall Ho Lung und Jung Kao-tung von Vorwürfen ebenfalls nicht verschont blieben.

In den letzten Monaten hat die sportliche Betätigung in China unter neuer Leitung stark zugenommen. Erst kürzlich lud das Revolutionskomitee der Stadt Peking 20 000 Menschen in das riesige Hallenstadion ein, um Vorführungen der Turner, Volleyball-, Basketball- und Tischtennispieler beizuwohnen. Dass den Gedanken von Mao Tse-tung das grössere Augenmerk als den Trophäen und Resultaten gilt, zeigen immer wieder die Berichterstattungen von Fussball- und Basketballspielen. In der Zeitung Kwangming-Daily (Peking) erklärte ein interviewter Spieler, dass beim Fussballspiel das Klassendenken geschult werde. Lieber lasse sich seine Mannschaft ein Tor schiessen, bevor sie einen gegnerischen Spieler verletze. Es komme weniger auf das Score an, als auf den Vergleich im Stil, in der Ideologie und in der Einheit des Teams. «Wenn wir im Stadion stehen, dann haben wir nur unser Mutterland im Sinn. Durch unsere Teilnahme am Sport stärken wir die Gedanken der Revolution, um weder Not noch Tod zu fürchten», meinte der Spieler.

DDR

2,8 Millionen bei den Vorkämpfen

In seiner Ansprache zur Eröffnung der III. Kinder- und Jugendspartakiade der DDR sagte Paul Verner, Mitglied des Politbüros des Zentralkomitees und 1. Sekretär der Bezirksleitung Berlin der SED: «In den nächsten Tagen steht die Hauptstadt unserer Deutschen Demokratischen Republik, Berlin, ganz im Zeichen der Jugend und des Sports. 16 000 Teilnehmer der III. Kinder- und Jugendspartakiade, Aktive, Kampf- und Schiedsrichter, Trainer, Lehrer und Übungsleiter, Betreuer, Helfer und Spielleute, sind aus allen Bezirken in die Hauptstadt gekommen, um in fairem Wettstreit die Spartakiadesieger zu ermitteln und neue Bestleistungen in den olympischen Sommersportarten zu erreichen.

«In der Tat», erklärte Paul Verner, «die Spartakiadebewegung ist aus der Arbeit und dem Leben der Schulen und Sportgemeinschaften in den Städten und Gemeinden, den Kreisen und Bezirken unserer Republik nicht mehr wegzudenken. In diesem Jahr nahmen über 2,8 Millionen Kinder und Jugendliche an den Vorwettkämpfen teil. Eine Vielzahl guter sportlicher Leistungen konnte dabei erreicht werden.

Körperkultur und Sport haben seit langem einen festen Platz im Leben unserer Kinder und Jugendlichen. Sie sind untrennbarer Bestandteil der Bildung und Erziehung der jungen Generation unserer Republik zu allseitig gebildeten sozialistischen Persönlichkeiten. Deshalb gilt die Aufmerksamkeit und Fürsorge der Partei der Arbeiterklasse, der Regierung und aller in der Nationalen Front vereinten gesellschaftlichen Kräfte der jungen Generation unseres sozialistischen deutschen Nationalstaates. Für jedes Mädchen und jeden Jungen unserer Republik sind Körperkultur und Sport nützlich und notwendig, denn sie stählen Gesundheit und Leistungsfähigkeit, Willensstärke und zielstrebiges Handeln des jungen Menschen. Solche Eigenschaften haben ohne Zweifel grosse Bedeutung für hohe Lern- und Studienergebnisse, für Schaffenskraft im künftigen Beruf, für ein gesundes und glückliches Leben und für die Bereitschaft zur Ver-

teidigung der Errungenschaften unseres sozialistischen Vaterlandes. Deshalb handeln die Kinder und Jugendlichen gut und richtig, die regelmässig ein oder mehrere Male in der Woche Sport treiben, üben und trainieren.»

Berliner Zeitung, Berlin

Neue Kontrollbehörde für den ostdeutschen Sport

on. Ohne entsprechende Ankündigung und somit völlig überraschend hat das «Gesetzblatt der Deutschen Demokratischen Republik» die Einrichtung einer neuen Kontrollbehörde für den Sport in Ostdeutschland bekanntgegeben. Das Statut des staatlichen Komitees für Körperkultur und Sport vom 23. März 1961 wird ausser Kraft gesetzt und an seine Stelle tritt ein Staatssekretariat für Körperkultur und Sport. Inskünftig fungiert das Komitee für Körperkultur und Sport unter Wegfall des Funktionshinweises «staatlich» nur noch als gesellschaftliches Organ. Die Aufgaben der staatlichen Planungs-, Leit- und Kontrollstelle sind dagegen in dem neuen Sekretariat zusammengefasst.

Bei dieser Massnahme handelt es sich um mehr als eine gewöhnliche Namensänderung, denn dem deutschen Turn- und Sportbund und allen anderen sich mit dem Sport befassenden Institutionen wird durch das neue Staatssekretariat eine mit allen Kompetenzen ausgerüstete Instanz übergeordnet. Ihre allumfassenden Zuständigkeiten ergeben sich aus Paragraph eins der Verordnung, in dem es heisst: «Das Staatssekretariat für Körperkultur und Sport ist ein Organ des Ministerrates. Es ist für die Planung und Leitung staatlicher Aufgaben auf dem Gebiete der Körperkultur und des Sports und für die Wahrnehmung der staatlichen Belange im System für Körperkultur und Sport verantwortlich. Seine Tätigkeit ist — vor allem durch die weite Entwicklung der materiell-technischen Basis — auf die Unterstützung des Kinder- und Jugendsports, die Mitgestaltung des Freizeit- und Erholungssports, die Realisierung von Massnahmen zur körperlichen Eräftigung der Bürger im System der sozialistischen Landesverteidigung und auf die Förderung des Leistungssports gerichtet mit dem Ziel, Körperkultur und Sport immer mehr zum Bestandteil der sozialistischen Lebensweise werden zu lassen.»

Der ostdeutsche Sport, der bisher zumindest optisch noch einen gewissen Spielraum an Selbständigkeit besass, ist damit vollumfänglich den Direktiven des Partei- und Staatsdepartementes unterworfen.

Sport für alle

Ein Sport- und Erholungszentrum an der Töss

Seit Jahrzehnten gehört der alte, traditionsreiche Reitplatz an der Töss zu den beliebtesten Erholungsgebieten der Winterthurer Bevölkerung, die sich dort in der freien Natur der sportlichen Betätigung und dem Baden im sauberen Tösswasser hingibt. Ausserdem ist der Reitplatz Bestandteil des Winterthurer Waffenplatzes und wird vor allem während der ersten Wochen von den Radfahrer-Rekrutenschulen für die Detailausbildung benützt. Ein Teil des Platzes schliesslich dient dem Fussballklub Töss für Trainings- und Meisterschaftsspiele, seitdem er seinen angestammten Platz «Nägelsee» wegen des Baues der N-1-Umfahrungsstrasse aufgeben musste. Daneben ist genügend Raum für die namentlich an Abenden Erholung suchende Bevölkerung. Für den Sport- und Badebetrieb mangelt es jedoch dem Reitplatz an sozusagen allen notwendigen Einrichtungen, wie Garderoben, Duschen, Toiletten und so weiter.

Um diesem immer unhaltbarer gewordenen Zustand abzuhelfen und dem Fussballklub Töss zu seinem neuen, seit langem versprochenen Heim zu verhelfen, schlägt der Stadtrat den grosszügigen Ausbau der derzeit rudimentären Anlage zu einem eigentlichen Sport- und Erholungszentrum vor. Das in Verbindung mit den interessierten Sportkreisen und dem Bauamt ausgearbeitete Projekt sieht die Erstellung zweier Garderobegebäude mit allen notwendigen Nebenräumen vor, wobei Duschen, Abortanlagen und Umkleieräume so angelegt werden sollen, dass sie zum Teil den Klubmitgliedern, zum Teil der Öffentlichkeit dienen, ferner eines Fussball-Trainingsfeldes mit einfacher Beleuchtung und eines Kiosks. Dafür beantragt der Stadtrat dem Grossen Gemeinderat zuhanden der Volksabstimmung einen Kredit von 1,254 Millionen Franken zu bewilligen. In diesem Betrag inbegriffen sind Aufwendungen von 444 000 Franken für die Ableitung der Abwässer in die städtische Kanalisation. «NZZ»

Glänzender Abschluss des Kurortsportes in Engelberg

Geglückter Start in Wildhaus

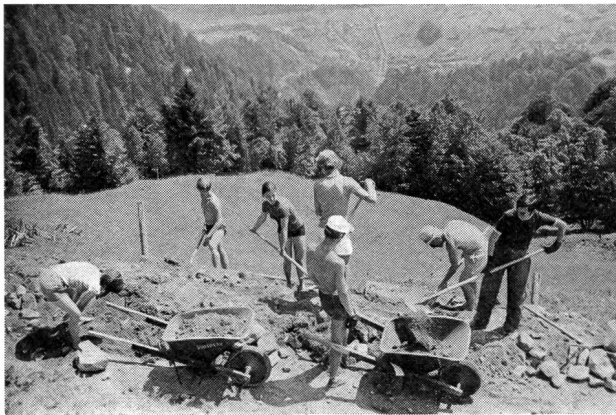
on. Mitte August gingen die Feriensportprogramme von Engelberg und Wildhaus zu Ende. Die achte Auflage von «Sport für alle» in der Obwaldner Sportstation vermochte eine ganz wesentliche Steigerung zu verzeichnen. In den sechs Wochen, da die Sportlehrerin Ruth Kretschmer und Sportlehrer Georg Meierhofer tätig waren, besuchten 3983 Personen (Vorjahr 2743 in fünf Wochen) die Lektionen. Davon waren 72 Prozent Schweizer Feriengäste, 20 Prozent ausländische und 8 Prozent Einheimische. In den 66 Gymnastiklektionen konnte ein Durchschnitt von 37 Teilnehmern erreicht werden. An Auszeichnungen wurden abgegeben: 125 Goldtests (Vorjahr 93), 56 Silbertests (Vorjahr 43), 28 Ehrennadeln für zweimalige Erfüllung der Goldtest-Anforderungen.

Etwas bescheidener ist der Erfolg eines ersten Versuchs in Wildhaus ausgefallen. Während vier Wochen leitete ETS-Sportlehrer Heiri Sprecher (34) — der übrigens eine Diplomarbeit über Feriensport abfasst — ein buntes Programm mit Gymnastik, Spielen, Waldläufen, Schnitzeljagden. Oft konnten bis zu zwei Dutzend Teilnehmer beobachtet werden. Jedenfalls entschloss sich Kurdirektor Kobelt, die Aktion «Mach mit, bleib gesund» 1971 zu erneuern.

Nachahmenswert

Sommerlager — einmal anders

Die Möglichkeiten Sommerlager durchzuführen sind vielfältig. Dass bei bestimmten Organisationen der Vorunterricht dabei eine grosse Rolle spielt, steht ausser Zweifel, denn er trägt das Verdienst, dass die Finanzen im Gleichgewicht bleiben. Das Lager steht daher in den meisten Fällen auch mit der körperlichen Ertüchtigung der jungen Burschen (und wir hoffen, auch bald der Mädchen) in sehr engem Zusam-



menhang. Aber darüber wurde und wird noch viel geschrieben.

Neuer hingegen dürfte die Idee des Arbeitslagers in Verbindung mit dem Vorunterricht sein. Ebenso neu könnte die Idee eines Lagers sein, in dem nebst dem romantischen Lagerleben, nebst Spiel und Sport eine bleibende Arbeit im Lagergebiet geleistet wird. Und dabei liessen sich die Belange des Vorunterrichtes ebenso gut verwirklichen, wie in den traditionellen Lagern.

Für die jungen Lagerteilnehmer ist wohl das Wichtigste das gesetzte Ziel, der Wettkampf, die Leistung. Trotz Verzicht auf Gasrechaud und Elektrizität, oder gerade deshalb ist und bleibt das Romantische am Lagerleben erhalten. Sei es, weil die Sonne schon am Morgen aufs Zeltdach brennt, weil der Regen aufs Doppeldach trommelt, das Lagerfeuer am Abend gespenstisch leuchtet, sei es das Einkuscheln in den Schlafsack unter die Woldecken, auf dem Strohsack oder im Heu, immer wieder werden wir erfasst von den Eindrücken, die uns ein Lager bieten kann. Wohl bleiben am Ende ein Sack voll schmutziger Wäsche, verbrannte Finger wegen der heissen Kessel, versengte Haare wegen der offenen Kochstelle, Blasen wegen den zu wenig gebrauchten oder zu neuen Schuhen; aber das alles ist im Lagerleben inbegriffen. Man erinnert sich in späten Tagen noch mit Stolz an alle die Bobos und Kratzer und vor allem an den sehr oft herrschenden «Wassermangel».

Dem Lager ein Ziel setzen, das ist das zentrale Anliegen aller Lagerleiter. Bisher bestand dieses Ziel meist

im Wettkampf, in der sportlichen Ertüchtigung. Aber wenn ein Wald gesäubert
eine Alp von Steinen und Schutt befreit
ein Wanderweg markiert
eine neue Strasse, ein Weg gebaut wird
ein neuer Stall im Entstehen ist
ein Bach oder ein Fluss vom Unrat befreit wird
aus einer neuen Wasserleitung frisches Wasser sprudelt
ein Bauer sein Heu früher als sonst unter Dach hat
ein Zaun auf einer Alpweide wieder seinen Zweck erfüllt
um einen Stall oder eine Scheune wieder Ordnung herrscht
eine Lawinerverbauung ihren Dienst erfüllt
eine Mauer wieder tatsächlich eine Stützmauer ist,
so verlässt jeder den Lagerplatz mit dem Gefühl, tatsächlich eine bleibende Leistung vollbracht zu haben. Er kehrt oft wieder an den Einsatzort zurück und findet dort jene dankbaren Leute, denen er durch seine Arbeit geholfen hat. Da braucht man den Kontakt mit der Bevölkerung nicht mehr zu suchen, er ist einfach da.

Aber wie gelangen wir zu solchen Ideen? Pro Juventute, Aktion 7, kantonale Arbeitsämter, Heimatwerkschule Richterswil, Bergbauernhilfe, Bauernsekretariate der verschiedenen Kantone und andere öffentliche und private Institutionen verfügen über eine lange Liste von Projekten und Einsatzmöglichkeiten. Es stellt sich wiederum die Frage nach den Werkzeugen. So wie der Vorunterricht das Lagermaterial uns zur Verfügung stellt, so kann er auch die Werkzeuge organisieren (beides gratis), sofern die Belange des Vorunterrichtes im Lager berücksichtigt werden. Ein Gesuch via kantonales VU-Büro bringt diese Forderungen in Ordnung. Wir sind überzeugt, dass dieser Einsatz viel wertvoller ist als das übliche Sommerlager und es bietet sich sehr viel körperliche Ertüchtigung nebst der sportlichen in der frei verfügbaren Zeit.

Wo sind nun die Firmen in Industrie und Handel, die auf diese Art ihren Jugendlichen, Lehrlingen und Lehrtöchtern Gelegenheit zu dieser Art Tätigkeit geben wollen (eventuell an Stelle von freiwilligem Landdienst)? Bis heute sind es viel zu wenige.

Ich wünsche ihnen den Erfolg und die Befriedigung über die Freude der Arbeitsempfänger, den wir für uns buchen konnten!
H. Stocker, Emmenbrücke

Zürcher Ärzte zur Förderung von Schulsport und Lehrlingsturnen

spg. Der bedenkliche Engpass, in welchem sich heute die Leibeserziehung an unseren Schulen befindet, geht u. a. aus der neuesten Abhandlung des Eidg. Statistischen Amtes hervor: «Die Erhebungen über den Stand des Turnunterrichtes erstrecken sich auf 349 000 Knaben und 332 000 Mädchen in Primar-, Sekundar- und unteren Mittelschulen. Durchschnittlich erhalten drei Fünftel der Knaben die vorgeschriebenen drei Wochenstunden. Bei den Primarschülerinnen dagegen sind es nur ein Fünftel und bei den Schülerinnen in den Sekundarschulen und unteren Mittelschulen sogar nur 12 Prozent im Sommer bzw. 6 Prozent im Winter.» Dazu kommt, dass im nachschulpflichtigen Alter etwa 100 000 Berufsschüler überhaupt keinen Turnunterricht erhalten, weil die gesetzlichen Grundlagen fehlen. Eifrig beruft man sich in den Schulfeiern jeweils auf Pestalozzi, der zu seiner Zeit auch auf dem Gebiete der Leibeserziehung ein kühner Pionier war. Nur hat man anscheinend vielenorts bei uns noch kaum bemerkt, dass wir schon seit langer Zeit aufgehört haben, das klassische Land einer zeitgemässen erzieherischen Pionierarbeit zu sein. Um der Leibeserziehung Turnen und Sport an unseren Schulen neue Impulse zu geben, haben sich die Zürcher Ärzte auf Initiative der Neurochirurgischen Universitätsklinik (Dir. Prof. H. Kräyenbühl) für folgende Aktionen eingesetzt:

1965: 300 Zürcher Ärzte unterstützen den freiwilligen Schulsport. Die kantonalen Schulsportmeisterschaften werden in Zürich ins Leben gerufen. Die Zeitung Tages-Anzeiger übernimmt die Kosten dieser Veranstaltungen. Jährlich beteiligen sich schon hunderte von Kindern an diesen Schulsportmeisterschaften. Eine weitere Entwicklung: An den schweizerischen Schulsporttagen beteiligen sich die besten Mannschaften in leichtathletischen Disziplinen aus der ganzen Schweiz. 1970 nahmen über 700 Mädchen und Knaben daran teil.

1967: 500 Zürcher Ärzte gelangen mit einer Eingabe an den Bundesrat, um den 100 000 Berufsschülern das obligatorische Turnen zu ermöglichen. Ein entsprechender Bundesratsbeschluss steht in Aussicht.

1970: 750 Zürcher Ärzte und die medizinische Fakultät der Universität Zürich unterstützten das Gesetz zur Förderung von Turnen und Sport, welches am 27. September 1970 in der Volksabstimmung mit überwältigender Mehrheit angenommen wurde. Diese Vorlage hat die Gleichstellung des Mädchensportes zur Grundlage. Sie erfüllt damit eine grosse sozialhygienische Aufgabe, indem 332 000 Mädchen in den Genuss eines erweiterten Turnunterrichts gelangen. Die Idee des Schulsports aber, als Mittel im Kampf gegen den Bewegungsmangel, sollte mehr und mehr ins Bewusstsein der Bevölkerung, Lehrerschaft und Behörden dringen.

S. P. Ulrich

Gedanken — Gespräche — Geschehnisse

Magglingen hat schon vieles gesehen. Ein Ereignis wie die 25-Jahrfeier wird jedoch noch lange an der Spitze der Geschehnisse stehen. Alle sind sich einig: Es war ein schöner Tag.

Was mich am meisten beeindruckte, war die Begegnung mit den Alten, mit den Pionieren dieser Schule. Auf der Terrasse des Altbaues haben sie sich versammelt, sind sich seit Jahren wieder einmal begegnet. Schon aus dieser Begrüssung, aus den echten Freundschaftsbezeugungen, spürte man die festen innern Beziehungen, die immer noch bestehen, trotz der vielen vergangenen Jahre.

Aus den verschiedenen Filmen über den Vorunterricht hatte Herr Nikles, unser Kameramann, einen Film zusammengeschnitten, der ein erstaunliches und hervorragendes geschichtliches Dokument darstellt. Was sind 25 Jahre?! Aber wie haben sich der Sport, der Vorunterricht entwickelt und verändert, nicht nur in der sichtbaren Form, sondern auch ideell. Für unsere Pioniere war es ein Wiederaufleben jener schweren und doch schönen Jahre, brachte auch dieser Film die Bestätigung, dass damals der Grundstein richtig gelegt

wurde und es gelang, die eingeleitete Bewegung lebendig zu erhalten.

Wir spazierten hinauf zum Lärchenplatz. Es sind leider nicht mehr alle gut zu Fuss. Einige sind vom Leben gezeichnet, von Altersbeschwerden befallen und bergauf will das Herz nicht mehr so, wie vor 25 Jahren. Oben auf dem Platz versammelten wir uns zu einer Totenehrung. Leider konnten nicht alle Magglinger Pioniere diesen Tag erleben; einige sind schon früh, noch im besten Alter, von uns gegangen. Es sind Namen, die Erinnerungen, die Legenden wachrufen: Taio Eusebio, Ernst Saxer, Felix Stückelberger, Otto Raggenbass, Franz Kummert, Oberst Raduner... Es war eine schlichte und wahrscheinlich deshalb ergreifende Feier. Das «Ich hatt' einen Kameraden...» klang nicht eben stark und fest. Manche Stimme wollte nicht mehr so recht gehorchen.

Schliesslich erreichten wir nach einem Spaziergang, auf dem alte Erinnerungen aufgefrischt wurden, auf dem man oft das «weisst Du noch, als...» hörte, das Bernerhaus. Der gute, süffige Walliser Weisse hat dann das seinige beigetragen, die Stimmen zu lockern, sie fröhlicher klingen zu lassen und auch etwas lauter. Die alten Lieder ertönten, die wir heute kaum oder überhaupt nicht mehr singen, die Lieder, in denen von Kameradschaft, vom Zusammenstehen und von der Einigkeit gegen fremde Einmischung gesungen wird. In diesen Liedern findet man auch das Ziel, das es in jenen Jahren anzustreben galt und dem auch der Sport zu dienen hatte: Zu überleben und zu bestehen. Dieses Ziel besteht auch heute noch, nur in anderem Sinne und viel weiter gefasst.

Wenn ich mir diese alten Pioniere mit ihrem ungeheuren Einsatzwillen, mit ihrem Feuer, ihrer Begeisterung und ihren Idealen vor Augen führe, dann stelle ich mir die Frage: Was würden sie heute aus Magglingen machen, wären sie noch jung und unverbraucht? Die Frage ist natürlich nicht zu beantworten. Aber eines ist sicher: Sie müssen in unserer Erinnerung, in unseren Gedanken eingeprägt bleiben, eingemeiselt wie der Name von Taio im Stein oben beim Lärchenplatz. Wenn wir sie je vergessen, so haben wir ein Stück Geschichte vergessen, haben vergessen, wofür Magglingen gebaut wurde. Und das darf nie passieren. Hans Altorfer

Echo von Magglingen

Kurse im Monat Oktober (November)

a) schuleigene Kurse

Expertenkurse und Experten-WK /
Cours pour experts et cours de répétition

- 2.—4. 11. Fitnesstraining (60 Teiln.)
- 9.—11. 11. Fitnesstraining (60 Teiln.)
- 11.—13. 11. Entraînement de condition physique (40 Teiln.)
- 16.—18. 11. Skitouren/ Excursions à ski, Bergsteigen/Alpinisme (70 Teiln.)
- 18.—20. 11. Fitnesstraining (60 Teiln.)
- 23.—25. 11. Fitnesstraining (40 Teiln.)
- 25.—27. 11. Entraînement de condition physique (40 Teiln.)
- 30.11.—2.12. Handball (40 Teiln.)

Eidgenössische Einführungskurse /
Cours d'introduction fédéraux

- 4.—6. 11. Fitnesstraining (60 Teiln.)
- 16.—18. 11. Entraînement de condition physique (30 Teiln.)

Militärsporthkurse /
Cours de sport militaires

- 24.—28. 11. KK San HD (50 Teiln.)

Diverse Kurse / Cours divers

- 30.11.—5.12. Kaderkurs Ski Lehrkörper ETS (15 Teiln.)

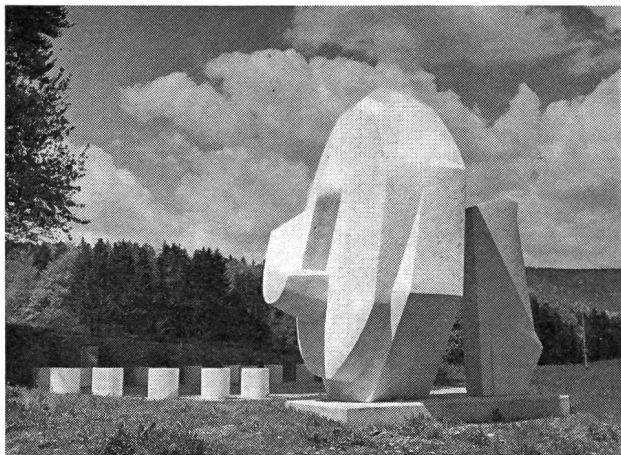
b) verbandseigene Kurse

- 28.9.—3.10. Internationaler Jiu-Jitsu-Lehrgang, Gesamtschweizerisches Polizeikorps (75 Teiln.)
- 28.9.—3.10. Ausbildungslehrgang der Trainer-Kandidaten alpin, SSV (15 Teiln.)
- 1.—3. 10. Konditionstraining der Selektion II, Damen, alpin, SSV (15 Teiln.)
- 3.—4. 10. Brevetprüfung für Trainingsleiter, Schweizerischer Tennisverband (30 Teiln.)
- 3.—4. 10. Trainingskurs für das Nationalkader, Schweizerischer Boxverband (25 Teiln.)
- 3.—4. 10. EM-Vorbereitungskurs Wasserspringen, Schweizerischer Schwimmverband (10 Teiln.)

- 3.—10. 10. Trainingslager des Kunstturnerinnen-Kaders, ETV (20 Teiln.)
- 5.—16. 10. WM-Vorbereitungskurs Kunstturnen, ETV (10 Teiln.)
- 7. 10. Instruktorprüfung, HBA (15 Teiln.)
- 7.—10. 10. Konditionstraining der Selektion I, Damen alpin, SSV (15 Teiln.)
- 10.—11. 10. Cours central «Animateurs», Schweiz. Volleyballverband (40 Teiln.)
- 10.—11. 10. Kurs für Disziplinchef, IKL (30 Teiln.)
- 10.—11. 10. EM-Vorbereitungskurs der Damen-Nationalmannschaft, Schweiz. Volleyballverband (15 Teiln.)
- 16.—17. 10. Olympia-Vorbereitungskurs Kunstturnen, ETV (15 Teiln.)
- 17.—18. 10. Lehrgang für Springtrainer, Schweiz. Schwimmverband (15 Teiln.)
- 17.—18. 10. Trainingskurs für das Nationalkader, Schweiz. Boxverband (10 Teiln.)
- 17.—18. 10. EM-Vorbereitungskurs Wasserspringen, Schweizerischer Schwimmverband (10 Teiln.)
- 19.—21. 10. Kaderkurs, Akademischer Sportverband St. Gallen (15 Teiln.)
- 23.—25. 10. Trainingslager der schweizerischen Segelflug-Nationalmannschaft, Aero-Club der Schweiz (15 Teiln.)
- 24.—25. 10. Cours central de formation, entraîneurs I, Schweiz. Volleyballverband (30 Teiln.)
- 24.—25. 10. Trainingskurs der Herren-Nationalmannschaft, Schweiz. Volleyballverband (15 Teiln.)
- 24.—25. 10. Zentralkurs für Männerriegeleiter, SKTSV (45 Teiln.)
- 26.—31. 10. Konditionstraining der Langlauf-Nationalmannschaft, SSV (20 Teiln.)
- 30.10.—1.11. Instruktor-Wiederholungskurs, IKL (60 Teiln.)
- 31.10.—1.11. EM-Vorbereitungskurs Wasserspringen, Schweizerischer Schwimmverband (10 Teiln.)
- 31.10.—1.11. Trainingskurs für das Olympiakader Schwimmen, Schweizerischer Schwimmverband (15 Teiln.)

Einweihung der Oedön-Koch-Plastik in Magglingen

Wenige Tage nach der Jubiläums- und Einweihungsfeier des neuen ETS-Schulgebäudes wurde in einem kleinen feierlichen Akt die vom Bildhauer Oedön Koch geschaffene Plastik im Beisein von Ehrengästen, Künstlern und Donatoren feierlich der ETS als Geschenk übergeben. Fanfarenbläser sowie Absolventinnen des Studienlehrganges umrahmten die Feierstunde mit gekonnten Darbietungen. ETS-Direktor Kaspar Wolf bedankte sich beim Künstler sowie bei Dr. M. Joray, dem künstlerischen Leiter der Bieler Kunstausstellungen und Präsidenten des Koch-Initiativkomitees mit folgenden Worten:



«Am Anfang stehe der Dank, aufrichtig gemeint, aus dem Herzen gesprochen, der Dank der Eidgenössischen Turn- und Sportschule! Dabei gestatte ich mir, an den Anfang dieses Anlaufes dem Schöpfer der Plastik, Ihnen, Herr Oedön Koch, zu danken, dass Sie das Werk schufen, und es so schufen. Dank hierauf, herzlicher Dank sei Ihnen ausgesprochen, Herr Dr. Joray. Sie hatten die Idee, das Werk in Magglingen zu plazieren, die Grosszügigkeit, es der ETS zu schenken. Mit einer Portion Zähigkeit, um die ich Sie beneide, mit einem Mass an Nachsicht, das ich bewundere, haben Sie die Idee verwirklicht. Nach vielen Jahren Mühsens und Waltens, nach unzähligen Démarchen, Rückschlägen und Enttäuschungen ist das Werk nun da, und wahrhaftig nicht zu übersehen. — Sie haben den Dank verdient. Wie können wir ihn abstaten? Besser könnten wir es nicht tun als mit diesem stolzen Standort, an der Südkante des Jura- und Magglinger-Plateaus, weit unser Mittelland überragend, eine Stelle, wo sich Geist und Seele für das Schöne, das Denkwürdige, das Denkmal im wahrsten Sinne des Wortes öffnen müssen.

Und zum dritten sei Ihnen, den Herren Donatoren und den Stiftungsinstitutionen der Dank der ETS dargeboten. Sie wurden von der Idee eingenommen; Sie gaben, was der Kunst und dem Künstler gebührt, und Sie machten daraus der ETS, der Schweizer Sportgemeinde, die sich hier trifft, und ungezählten Wanderern und Besuchern aus nah und fern das Geschenk.

Es ist heute ein seltsam Ding, die Beziehung Kunst und Sport. Im Vergleich zur klassischen Skulptur Alt-Griechenlands könnte man nüchtern sagen: es gibt keine Beziehung! Die seltenen Ausnahmen bestätigen die Regel: etwa die Statue dort oben von Franz Fischer, der Läufer Perincioli's bei der Halle, und wenig andere genug. Es gibt einleuchtende Gründe für das Phänomen, für die Kluft Kunst und Sport; der zwingendste scheint mir: Sport ist und bleibt in seinem Urtrieb atavistisches Relikt des Menschen; Kunst muss und will (wenn auch tastend) die Transzendenz des Menschen aufgreifen. Vielleicht ernüchtert müsste man feststellen: sie können zusammen nicht kommen!

So ist vielleicht der Weg der richtige, den wir hier gehen, dem guten Zufall (und Dr. Joray) mehr zu verdanken als tiefgründiger Absicht: das Kunstwerk an sich zu akzeptieren, unabhängig, ob sportbezogen oder nicht, und es unbekümmert und frohen Herzens in die Landschaft des Sportes zu stellen, die Kunst würdigend, den Sport ehrend. — So sehe ich das Werk Oedön Koch's hier, vielleicht als ein Modellfall einer neuen, eben anders akzentuierten Integration von Kunst und Sport.

Die Frage ist nicht zu vermeiden, was das Werk «eigentlich darstelle». Viele fragten uns, auch kopfschüttelnd. Wir antworteten, je nach Optik, deutend oder — achselzuckend. Ein kleines Mädchen gab, als der Lehrer die Kardinalfrage stellte, die wohl direkteste Antwort: «Es ist ein schöner, grosser Stein, und ein kleiner dazu.» — Ich selbst liebe den Stein, ich weiss nicht aus welchem Naturell heraus, die feingefügte Mauer aus Naturstein (und habe mich oft genug darin versucht), den weissen, verwaschenen Kalk unserer Vorgebirge,

den rauhkörnigen, roten Granit des Urmassivs. So ist mir dieser «Stein» (wie wir das Werk Oedön Koch's schon abgekürzt ansprechen) ans Herz gewachsen; ich gehe nicht selten mit der Hand an seine Flächen und Kanten, was zu sagen ich mich durchaus nicht scheue.

So auch stehe der «Stein» hier: am Wegkreuz der ETS, zwischen Schwimmbad und Lärchenplatz, Hauptgebäude und Stadion End der Welt; ein Ort der Aussicht, wo der Blick sich weit; ein Zeugnis der Kunst, wo der Wanderer Einkehr hält; ein Mal, das Magglingen bereichert.»



Jugendsportzentrum Tenero

Notizario di Tenero

Tenero beherbergt ein Fahrerschullager!

«Autofahrerschullager auf dem Areal des Jugendsportzentrums Tenero» haben wir in der Augustnummer unserer Zeitschrift angekündigt. Viele werden sich gefragt haben, wie sich das mit unserem Ideal der sporttreibenden Jugend vereinbare? Sport soll doch in erster Linie Ausgleich und Präventivmassnahme zur Bewegungsarmut sein. Wie kann ein Sportzentrum ein Fahrerschullager beherbergen? — Das waren auch unsere Überlegungen, die wir anstellten, als der ACS mit ihrem Vorhaben an uns gelangte. Nach langem hin und her einigten wir uns unter der Bedingung, dass nicht nur Fahrerschule betrieben wird, sondern auch Sport. Der Turn- und Sportlehrer in Tenero übernahm die Verantwortung für den Sportunterricht. Zusammen mit den Fahrlehrern der Armee wurde ein Programm über 14 Tage ausgearbeitet, das ungefähr so aussieht:

Die 20 Mädchen wurden in zwei Gruppen aufgeteilt. Die eine Gruppe wird jeweils während eines ganzen Tages in die Geheimnisse der Fahrkunst eingeweiht; die andere Gruppe treibt auf dem Areal des Jugendsportzentrums Sport. (Fitnessstraining für Mädchen J+S). Die Gruppen wechseln jeden Tag. Auf den Arealen der Waffenplätze Monte Ceneri und Losone werden die noch nicht 18jährigen Töchter nach einer neuen Methode («gesteuertes Selbststraining») in die Geheimnisse des Autofahrens eingeweiht. Theorie und praktische Anleitungen über Motor, Pannenehebung, defensives Fahren, Verkehrsregeln, Unfallverhütung und ein Samariterkurs ergänzen die Fahrpraxis. — Der Sportunterricht umfasst leichtathletische Disziplinen, Schwimmen, Spielen, Wandern und Orientierungsläufe. Wie wichtig der Sportunterricht in einem solchen Lager ist, beweist die Tatsache, dass von diesen 20 Mädchen nur eines regelmässig Sport betreibt, 8 Damen noch nicht schwimmen können und nur eines kann die Kletterstange hinaufklettern (Sportfachprüfung Fitnessstraining). Wir hoffen natürlich mit unserem Sportunterricht die Mädchen für weitere sportliche Aktivität zu animieren. Gelingt uns das, dann haben wir das Ziel in sportlicher Hinsicht erreicht. — Wie mir die Fahrlehrer versicherten, waren sie mit den Leistungen der Mädchen sehr zufrieden: ja sogar begeistert, und sie hoffen natürlich, dass die Mädchen später den Führerausweis mit Erfolg bestehen werden. Die Pressekonferenz hat gezeigt, dass das Interesse an solchen Kursen sehr gross ist, und wie mir einige Journalisten versicherten, werden sie sich dafür einsetzen, dass es nicht nur beim Versuch bleiben wird. Ich selber bin überzeugt, dass diese Art von Kursen ei-

nem allgemeinen Bedürfnis entspricht. Auch die Kombination Fahrschule—Sport hat sich sehr gut bewährt. Wenn dieser Kurs dazu beiträgt, dass 20 junge Mädchen zu verantwortungsbewussten und gewandten Automobilistinnen ausgebildet wurden, die durch ihr korrektes Verhalten auf der Strasse (und auf dem Sportplatz) helfen Unfälle zu verhüten, dann war er erfolgreich.

Sonst ist aus Tenero nur Erfreuliches zu berichten. Die Kurse nehmen alle einen normalen Verlauf. Gravierende Unfälle sind keine zu verzeichnen. Im See kann immer noch gebadet werden, und die Sportplätze befinden sich in ausgezeichnetem Zustand. Nächstes Mal berichten wir über einen Versuch einer ganzen Schule, die in Tenero wöchentliche Kurse durchführt, weil ihre Turnhalle abgerissen wird.

S. Grun

Bibliographie

Wir haben für Sie gelesen...

DK: 796—056.27/28. 797.21—056.26/28

Lorenzen, H. Behinderte schwimmen. Zur Biomechanik des Schwimmens bei körperlichen, geistigen und seelischen Schäden. Wuppertal, Hans-Putty-Verlag, 1970.

Der Verfasser will Behinderten fast aller Schadengruppen den Weg zum Schwimmerlebnis frei und leichter machen. Leistungsbewusstsein verleiht Kraft, Sicherheit, Wertgefühl, Faktoren, die Schwerbehinderte noch weit mehr als Unversehrte brauchen. Ausgehend vom Schwimmen Behinderter ohne wesentliche Störungen, befasst sich der Autor mit Arm- und Beinversehrten einschliesslich der Dysmeliekinder und -jugendlichen, Querschnittsgelähmten, Schwimmen bei Deformationen und Funktionsausfällen der Wirbelsäule, mit Erblindeten, Gehörlosen, Taubblinden, Hirngeschädigten, Konstitutions- und innerlich Geschädigten, psychisch und geistig Behinderten, haltungschwachen Kindern und Jugendlichen. Die Untersuchungen erstrecken sich auf optimale und maximale schwimmerische Tätigkeit von 57 verschiedenen Schadensgruppen mit Empfehlungen für weitere Vervollkommnung. Die Sportabzeichenbedingungen für Schwimmen Behinderter werden ebenso berührt wie die Frage der Rettungseignung.

Neuerwerbungen unserer Bibliothek

0 Allgemeines

Seiffert, H. Information über die Information. Verständigung im Alltag — Nachrichtentechnik — Wissenschaftliches Verstehen — Informationssoziologie — Das Wissen des Gelehrten. 2. Auflage. München, Verlag Beck, 1970. — 8°. 196 S. Abb. — Fr. 13.60 00.178

1 Philosophie. Psychologie

Dabrowski, K. Positive Disintegration. Boston, Little & Brown, 1964. — 8°. 132 p. — Fr. 9.40. 06.350 F
Haseloff, O. W.; Jorswieck, E. Psychologie des Lernens. Methoden, Ergebnisse, Anwendungen. Berlin, Walter de Gruyter, 1970. — 8°. 281 S. — Fr. 24.40. 01.263
Lersch, Ph. Der Mensch als Schnittpunkt. Fragen der Psychologie und Anthropologie der Gegenwart. München, Verlag Beck, 1969. — 8°. 176 S. — Fr. 14.80. 01.260
Vanek, M.; Cratty, B. J. Psychology and the Superior Athlete. London, The Macmillan Company, 1970. — 8°. 212 p. fig. — Fr. 41.30. 01.254 + F
Waldner, P. Psychologische und pädagogische Gedanken über Turnen und Sport. Aarau, Sauerländer, 1956. 01.100¹⁶
 Aus: Zeitschrift für die schweizerische Mittelschule «Gymnasium Helveticum», (1956), Bd. 10, Nr. 2:128—141.

3 Sozialwissenschaften und Recht

50 ans de Mouvement. Le Mouvement de la Jeunesse Suisse Romande 1920—1970. Neuchâtel, Attinger, 1970. — 8°. 160 p. ill. — Fr. 10.—. 03.691
Bühler, S. Der Sport auf dem Weg in die Verfassung. Chur, Selbstverl. d. Verf., 1970. — 8°. 8 S. 03.400²⁸
Bundesbeschluss über die Ergänzung der Bundesverfassung durch einen Artikel 27quinquies betreffend die Förderung von Turnen und Sport. Referentenführer. 1. Fassung. Magglingen, ETS, 1970. — 4°. 24 S. — Vervielf. 03.380^{9q}
Bundesbeschluss über die Ergänzung der Bundesverfassung durch einen Artikel 27quinquies betreffend die Förderung von Turnen und Sport. Modell für Referat. Bern, SLL, 1970. — 8°. 16 S. 03.400³⁹
Bundesbeschluss über die Ergänzung der Bundesverfassung durch einen Artikel 27quinquies betreffend die Förderung von Turnen und Sport. Referentenführer. Bern, SLL, 1970. — 8°. 32 S. 03.400⁴¹

Instituto nacional de educacion fisica y deportes Madrid. Madrid, Graficas Florensa, 1969. — 8°. 16 p. ill. 03.800¹
Invernici, A. Per una educazione fisica e sportiva della gioventù. Brescia, Panathlon Club, 1970. — 8°. 80 p. fig. 03.400²²
Kampmann, T. Jugendkunde und Jugendführung. Band II: Die Reifezeit. München, Kösel-Verlag, 1970. — 8°. 310 S. — Fr. 32.60. 03.685
Knecht, W. Partnerschaft auf Raten. Versäumnisse und Perspektiven bundesdeutscher Sportpolitik. Frankfurt am Main, Limpert, 1970. — 8°. 63 S. — Fr. 9.50. 03.400²⁷
Légeret, Ch. Essai de pédagogie pratique dans le domaine de l'éducation physique. Aarau, Sauerländer, 1956. 03.800⁴
 Dans: Gymnasium Helveticum, (1956) Vol. 10, No 2:112—117.
Lehrplan für den Sportunterricht Klassen 11 und 12. Berlin, Volk und Wissen, 1969. — 8°. 45 S. 03.400²⁸
Liardet, R. L'enseignement de la gymnastique dans les écoles moyennes de la Suisse romande. Aarau, Sauerländer, 1956. 03.800³
 Dans: Gymnasium Helveticum, (1956) Vol. 10, No 2:108—112.
Meier, V. Körpererächtigung in der Schweizer Armee. Eine vergleichende Betrachtung der Turnvorschriften von 1862 bis heute. Diplomarbeit Univ. Basel. Basel, Universität, 1969. — 4°. 55 S. — Vervielf. 03.760^{4q}
Ulrich, C. The Social Matrix of Physical Education. Englewood Cliffs, New Jersey, Prentice-Hall, 1968. — 8°. 144 p. 03.693
Vogt, W. Zur biologischen Bedeutung des Turnunterrichtes am Gymnasium. Gedanken eines Schularztes. Aarau, Sauerländer, 1956. 03.800²
 Aus: Gymnasium Helveticum, (1956) Bd. 10, Nr. 2:121—127.

5 Mathematik und Naturwissenschaften

Albonico, R. Mensch, Menschen, Typen. Entwicklung und Stand der Typenforschung. Basel, Birkhäuser, 1970. — 8°. 147 S. Abb. 05.187
Wissenschaftliche Schriftenreihe des Forschungsinstituts der Eidg. Turn- und Sportschule. Nr. 1.
Groh, M. Zur Geschichte der Untersuchung des Ganges des Menschen von Aristoteles (um 300 v. Chr.) bis Basler (1931). Diss. med. Univ. Saarland. Köln, Inst. Biomechanik, 1969. — 8°. 110 S. Abb. 05.185

61 Medizin

Bendall, J. R. Muscles, Molecules and Movement. An Essay in the contraction of Muscles. London, Heinemann, 1969. — 8°. 219 p. fig. — Fr. 22.20. 06.353
Biener, K. Wirksamkeit der Gesundheitserziehung. Prospektive Studie über die präventivmedizinische Beeinflussung Jugendlicher unter besonderer Berücksichtigung der Sporthygiene. Basel, S. Karger, 1970. — 8°. 69 S. Tab. — Fr. 19.50. 9.166

Medizinische und pädagogische Jugendkunde. Bd. 8.

Bühlmann, A. A.; Rossier, P. H. Klinische Pathophysiologie der Atmung. Berlin/Heidelberg/New York, Springer, 1970. — 8°. 219 S. Abb. — Fr. 83.—. 06.355 F
Hill, A. V. First and last Experiments in Muscle Mechanics. Cambridge, University Press, 1970. — 8°. 141 p. fig. — Fr. 33.—. 06.349
Jones, Ch. Sporthygiene mit besonderer Berücksichtigung der Hygiene im Frauensport. Für angehende und aktive Sportler, Sportlerinnen und Sportärzte. 2., verb. Aufl. Frankfurt am Main, Limpert, o. J. — 8°. 287 S. Abb. — Fr. 32.25. 06.345
Komadel, L.; Vesely, A. Zdravoveda. (Sportmedizin) Ucebné texty pre trénerov a cvicitel'ov. Bratislava, Sport, Vydavateľstvo, 1967. — 8°. 207 p. fig. 06.354
Michel, J. Haltungsschule. Grundsätzliche Bemerkungen und Übungen. Gossau, Selbstverl. d. Verf., 1970. — 4°. 20 S. Abb. — Fr. 5.—. 06.260^{28q}
Schneider, A. Die Änderung der menschlichen Haltung durch Krafttraining. Inaugural-Dissertation. Med. Fak. Univ. Düsseldorf. Düsseldorf, Universität, 1968. — 8°. 92 S. Abb. 06.360²⁹

7 Kunst. Musik. Spiel. Sport

- Rövenstrunck, B.; Wiedemann, G.** Die Musik. Ein Schlüssel zum Verständnis musikalischer Ereignisse. Arbeitsbuch 1. Stuttgart, Klett, 1968. — 8°. 72 S. — Fr. 4.60. 07.319
Roskam, F. Bauten für Spiel und Sport. Gütersloh, Bertelsmann, 1970. — 4°. 208 S. ill. Abb. — Fr. 58.60. 07.320 q
DBZ-Baufachbücher. 9.

796.0 Leibesübungen und Sport (Allgemeines)

- Brown, R. C.; Kenyon, G. S.** Classical Studies on Physical Education. Englewood Cliffs, Prentice-Hall, 1968. — 8°. 539 p. fig. — Fr. 58.—. 06.352
Burgener, L. L'éducation physique en Suisse, situation et organisation actuelles. Paris, FFGEV, 1970. — 4°. 7 p. 70.720¹q
Extr. de: L'Homme Sain, (1970) 2.
Burgener, L. Geschichte der Leibesübungen in der Schweiz. Bern, Buchdr. Buri, 1970. — 8°. 8 S. 70.760³
SA: Die Körpererziehung, (1950) S. 353 ff.
Burgener, L. L'influence de Rousseau et de Pestalozzi sur l'éducation physique en Suisse, 1750—1848. Paris, FFGEV, 1970. — 4°. 7 p. 70.720²q
Extr. de: L'Homme Sain, (1970) 2.
Deutsche Sporthochschule Köln. Standard Fitness Test. Testanweisung. Stand 1969. Köln, DSH, 1969. — 4°. 8 S. — Vervielf. 70.720¹q
L'éducation physique de l'enfant handicapé. — 62 p. fig. 70.720²q
Réadaptation, (1969) No spécial 1965.
Grenoble 1968. Xèmes Jeux Olympiques d'Hiver = Xth Winter Olympic Games. Rapport officiel = Official Report. Grenoble, Comité d'Organisation des Xèmes Jeux Olympiques d'Hiver, 1969. — 4°. 413 p. ill. 70.723 q
Legrand, F. G.; Ladegaillerie, J. L'éducation physique au 19e et au 20e siècles. I — en France. Les méthodes d'éducation physique et sportive — L'organisation de l'éducation physique et sportive — La formation des cadres. Paris, Librairie Armand Colin, 1970. — 8°. 237 p. fig. pl. — Fr. 28.40. 70.725
Müller, Th. Das Problem der Turnlehrerausbildung. Aarau, Sauerländer, 1965. 70.760¹⁵
Aus: Gymnasium Helveticum, (1956) Bd. 10, Nr. 2:141—145.
Salzburger Beiträge zum Sport unserer Zeit. Salzburg, Institut für Leibeserziehung, 1969. — 4°. 58 S. — Vervielf. 70.720¹⁸q
The Sports Council. A Review 1966—1969. London, Sports Council, 1969. — 8°. 70 p. ill. 70.760²

796.1/3 Spiele

- Becker, F.** Fussball-Weltmeisterschaft 1970. Zürich, NSB, 1970. 4°. 352 S. ill. — Fr. 18.20. 71.492 q
Deutscher Turner-Bund. Amtliche Spielregeln für Turnspiele. Heft 6: Prellball. Frankfurt am Main, Limpert, 1955. — 8°. 8 S. 1 Abb. 71.500²
Schönholzer, G. Fussballweltmeisterschaften 1970 in Mexico. Reisebericht. Magglingen, ETS, 1970. — 4°. 3 S. — Vervielf. 71.380²⁵q
Stein, H.-G.; Federhoff, E. Handball. 2. Auflage. Berlin, Sportverlag, 1970. — 8°. 268 S. Abb. — Fr. 11.20. 71.463
Valérien, H. Mexiko Fussball 70. Weltmeisterschaft — Bundesliga — Europa-Pokale. München, Südwest-Verlag, 1970. — 4°. 312 S. ill. — Fr. 20.90. 71.495 q

796.41 Turnen und Gymnastik

- 100 anni di vita della Federazione Ginnastica d'Italia. Venezia 1869 — Roma 1969. Roma, FGI, 1969. — 8°. 480 p. ill. 72.463
Dawson, B. The complete Book of Dry-Land Exercises for swimming. 3rd ed. London, Pelham, 1969. — 8°. 137 p. fig. — Fr. 29.50. 72.448
Educacion Fisica Infantil. Buenos Aires, Direccion Nacional de Educacion Fisica, Deportes y Recreacion, 1968. — 8°. 165 p. fig. 72.466
Eidgenössischer Turnverein. Schüler-Geräte-Test. Aarau, ETV, 1968. — 4°. 4 S. Abb. 72.480⁹q
GutsMuths, J. C. F. Gymnastik für die Jugend enthaltend eine praktische Anweisung zu Leibesübungen. Ein Beitrag zur nötigsten Verbesserung der körperlichen Erziehung. Frankfurt am Main, Limpert, 1970. — 8°. 294 S. Abb. — Fr. 20.90. 9.191
Studentexte zur Leibeserziehung. Bd. 7.
The Magic of Gymnastics. Santa Monica, Cal., Sundby Publications, 1970. — 8°. 245 p. — Fr. 46.15. 72.464
Stoessel, M. Gymnastique féminine dans le cadre de l'enseignement secondaire. Aarau, Sauerländer, 1956. 72.520²⁹
Dans: Gymnasium Helveticum, (1956) Vol. 10, No 2:117—121.

796.42/451 Leichtathletik

- The ATFS Women's Track and Field Handbook.** 1970 Edition. Milano, Mengoni, 1970. — 8°. 71 p. ill. — Fr. 8.40. 73.220³¹

796.5 Wandern. Alpinismus. Geländesport

- Anleitung zur Herstellung von OL-Karten.** Dietikon, SIOL-Verkaufsstelle, 1969. — 8°. 16 S. Abb. 74.300¹⁰
Kurz, M. Alpes valaisannes. Vol. III: Du Theodulpas au Monte Moro. Vol. IV: Du Strahlhorn au Simplon. 4e édition.

- Zürich, CAS, 1970. — 8°. 236 + 354 p. pl. — Fr. 43.75. 74.291
Lukan, K. Bergsteigen, richtig, sicher und mit Freude. Wien, Fromme, 1969. — 8°. 235 S. Abb. — Fr. 32.—. 74.287
Schmid, W. Au vent des quatre mille. Dans les Alpes suisses. 2e éd. Lausanne, Payot, 1968. — 8°. 327 p. ill. — Fr. 32.—. 74.286

796.6 Radsport

- Arbeiter-Touring-Bund der Schweiz «Solidarität».** Reglemente für den Saalsport. Basel, 1956. — 8°. Abb. Tab. 75.72

796.7 Automotorsport. Motorsport

- Arbeiter-Touring-Bund der Schweiz «Solidarität».** Reglemente für den Saalsport. Basel, 1956. — 8°. Abb. Tab. 75.72
Rennwagen. Sport und Technik in unserer Zeit. Ein farbenfroher Überblick über die Automobile der Grand Prix. München, Südwest-Verlag, 1969. — 4°. 80 S. ill. — Fr. 13.50. 75.71 q
Taveri, L. Mein Leben auf zwei Rädern. Zürich, NSB, 1969. — 8°. 231 S. ill. — Fr. 9.90. 09.235

796.8 Kampf- und Verteidigungssport. Schwerathletik. Wehrsport

- Meier, V.** Körperertüchtigung in der Schweizer Armee. Eine vergleichende Betrachtung der Turnvorschriften von 1862 bis heute. Diplomarbeit Univ. Basel. Basel, Universität, 1969. — 4°. 55 S. — Vervielf. 03.760¹q

796.9 Wintersport

- Blatter, K.; Imhof, P.** Die Rolle der adrenergen Beta-Rezeptoren bei der emotionalen Tachykardie; Radiotelemetrische Untersuchungen an Skispringern. 06.360²¹
SA: Schweiz. Zeitschrift für Sportmedizin, (1969) 4:131—149, Abb. Tab.
Gnusarev, V. I.; El'vi, O. S. Die Folgerichtigkeit beim Erlernen der Schrittartern im Skilauf. Aus dem Russ. übers. Leipzig, DHfK, 1963. — 4°. 9 S. Tab. — Fotokop. 77.300⁹q
Pause, W. Die grossen Skistationen der Alpen. Oesterreich — Bayern. München, BLV, 1968. — 4°. 220 S. ill. — Fr. 58.60. 77.10 q
Sakasnowa, M. A. Beitrag zum zweckmässigen Wechsel der Laufarten beim Skilauf. Aus dem Russ. übers. Leipzig, DHfK, 1956. — 4°. 12 S. — Fotokop. 77.300⁹q

Albisbrunn

sucht auf sofort oder nach Übereinkunft

**Erzieher
Erzieherinnen oder
Erzieher-Ehepaare
Praktikanten
Praktikantinnen (auch Vorpraktikum)
Mechaniker oder
Maschinenschlosser
Dreher (auf neue REIDEN S 250)**

Albisbrunn ist ein Erziehungsheim für Buben und Burschen ab 11 Jahren bis Lehrabschluss. Die Buben werden in Gruppen betreut und besuchen in der Regel die Schule und Gewerbeschule im Heim. In heimeigenen Lehrwerkstätten steht ihnen die Möglichkeit zur Lehre einer Reihe von Berufen offen. Die entscheidende Betreuung bekommen die Buben, welche zum grossen Teil aus geschiedenen Ehen stammen, in der Gruppe, in welcher sie wohnen. Der Beruf des Heimerziehers ist vielseitig und verantwortungsvoll. In internen Kursen werden die Erzieher und Praktikanten durch den Heimpsychiater, den Psychologen und weitere Mitarbeiter geschult. Mit der Zeit bestünde die Möglichkeit zur Teilnahme an einer berufsbegleitenden Ausbildung zum Heimerzieher.

Für die Arbeit in Heimen besonders geeignet sind aufgeschlossene Menschen mit guter beruflicher Ausbildung, Bastler und sportlich oder musisch interessierte.

Handwerker, die sich in Heimwerkstätten bewährt haben, sind heute in der Industrie für die Lehrlingsausbildung sehr gesucht. Zeitgemässe Entlohnung, gute Sozialeinrichtungen (u. a. Kantonale Beamtenversicherungskasse), 2-, 3-, 4- und 5-Zimmer-Wohnungen sowie Einzelzimmer im Personalhaus.

Interessenten wenden sich bitte an den Heimleiter **Dr. H. Häberli, Landerziehungsheim Albisbrunn 8915 Hausen, Telefon 051 / 99 24 24**



Leiterausbildung

Künftig werden alle Kurse zur Aus- und Weiterbildung von J+S-Leitern(innen) und -Experten(innen) in der Zeitschrift «Jugend und Sport» ausgeschrieben. Dies gilt nicht nur für von der Eidgenössischen Turn- und Sportschule durchgeführte Kurse, sondern auch für die Leiter- und Wiederholungskurse der kantonalen Amtsstellen für Vorunterricht (später Jugend + Sport) und der Verbände (ab 2. Halbjahr 1971) sowie für alle Einführungskurse in der Übergangszeit vom Vorunterricht zum Jugend + Sport. Jeweils in der April- und Oktobernummer soll eine Gesamtübersicht über das bevorstehende Halbjahr (1. Januar bis 30. Juni bzw. 1. Juli bis 31. Dezember) erscheinen. Bei Bedarf werden in den übrigen Nummern an gleicher Stelle Berichtigungen und Ergänzungen zum Kursplan veröffentlicht.

Die Ausschreibung aller J+S-Leiterkurse soll es den Interessenten gestatten, ihre Aus- und Weiterbildung frühzeitig zu planen und sich termingemäss am richtigen Ort anzumelden.

Kursausschreibung 1. Halbjahr 1971

Expertenkurse J+S

Zulassung: Zulassungsbedingungen sind bei den kantonalen Amtsstellen VU/J+S oder bei den Sportverbänden erhältlich. Anmeldung: Kantonale Amtsstelle VU/J+S des Wohnkantons oder bei den Schweizerischen Sportverbänden. Kursdauer: 3 Tage

Sportfach Spezialität	Geschlecht	Datum	Sprache	Organisator	Kurs No.	Kursort	Teilnehmer			Teilnahme- berechtigt	Meldestelle	Meldetermin	Bemerkungen
							D	H	Total				
Fitnesstraining	J												
Leichtathletik	J	8.-10.1.71	d + f	ETS	76	Maggingen		X	100	siehe oben	siehe oben	8.11.70	für Kurs- leiter ETV
Geräte- und Kunstturnen	J												
Skilanglauf	M + J	18.-20.1.71	d	ETS	77	Maggingen	X	X	40			18.11.70	
Ski de fond	F + JG	20.-22.1.71	f	EFBS	78	Macolin	X	X	20			20.11.70	
Wandern und Geländesport	M + J	25.-27.1.71	d	ETS	79	Maggingen	X	X	60			25.11.70	
Schwimmen	M + J	1.-3.2.71	d	ETS	80	Maggingen	X	X	40			1.12.70	
Natation	F + JG	3.-5.2.71	f	EFBS	81	Macolin	X	X	20			3.12.70	
Excursions et plein air	F + JG	3.-5.2.71	f	EFBS	82	Macolin	X	X	20			3.12.70	
Ski allround	M + J	11.-13.3.71	d	ETS	83	Montana	X	X	60			10.1.71	
Skiwettkampf	M + J	15.-17.3.71	d	ETS	84	Montana	X	X	40			15.1.71	
Ski allround et compétition	F + JG	18.-20.3.71	f	EFBS	85	Montana	X	X	40			18.1.71	

Eidg. Leiterkurse J+S

(Ausschreibung für 1. Quartal 1971)

Zulassung: Leiterkurse Kategorie 1

- gute Vorbildung im Sportfach
- Verpflichtung zu Leitertätigkeit
- Mindestalter 18 Jahre
- Empfehlung durch Verein, Trainingsgruppe, usw.

Leiterkurse Kategorie 2

- Leiter-Qualifikation Kategorie 1 oder entsprechende Leiter-Ausbildung in einem Sportverband
- erfolgreiche Leitertätigkeit (mindestens 1 Jahr)
- Mindestalter 19 Jahre
- Empfehlung durch J+S Experten, Verein, Trainingsgruppen, usw.

Anmeldung: Kantonale Amtsstelle VU/J+S des Wohnkantons Kursdauer: 4-6 Tage Leiterberechtigung: Nach bestandenen Kurs wird die definitive Anerkennung als J+S-Leiter ausgesprochen. Die Anerkennung berechtigt 1971 zur Durchführung eines Versuchskurses J+S

Sportfach Spezialität	Datum	Kursdauer Tage	Kat.	Sprache	Organisator	Kurs No.	Kursort	Teilnehmer			Teilnahme- berechtigt	Meldestelle	Meldetermin	Bemerkungen
								D	H	Total				
Ski allround für Geistliche pour ecclésiastiques	4.-9.1.71	6	1 + 2	d, f, i	ETS	1	Montana		X	40	offen laut Zulassungs- bedingungen	siehe oben	4.12.70	
Ski allround	4.-9.1.71	6	1	f	EFBS	2	Montana	X	X	25			4.12.70	
Skilanglauf	5.-8.1.71	4	1	d	ETS	3	Maggingen	X	X	45			5.12.70	
Ski allround	11.-16.1.71	6	1	d	ETS	4	Montana	X	X	60			11.12.70	
Ski de fond	11.-16.1.71	6	1 + 2	f	EFBS	5	Macolin	X	X	45			11.12.70	
Entraînement de la cond. phys. JG	16.-19.2.71	4	1	f	EFBS	9	Macolin		X	30			16.1.71	
Entraînement de la cond. phys. JG	22.-27.2.71	6	2	f	EFBS	10	Macolin		X	20			22.1.71	
Fitnesstraining J	1.-6.3.71	6	2	d	ETS	11	Maggingen		X	30			1.2.71	
Fitnesstraining J	9.-12.3.71	4	1	d	ETS	12	Maggingen		X	45			9.2.71	
Entraînement de la cond. phys. filles	15.-20.3.71	6	2	f	EFBS	13	Macolin	X	X	25			15.2.71	
Fitnesstraining M	22.-27.3.71	6	2	d	ETS	14	Maggingen	X	X	45			22.2.71	
Schwimmen	29.3.-3.4.71	6	2	d	ETS	15	Maggingen	X	X	45			1.3.71	

Eidg. Leiter-WK J+S

Zulassung: ausgebildete Versuchsleiter/innen J+S Anmeldung: Kantonale Amtsstelle VU/J+S des Wohnkantons Kursdauer: 1 1/2 Tage

Leiterberechtigung: Nach bestandenen Kurs wird die definitive Anerkennung als J+S-Leiter/in ausgesprochen. Die Anerkennung berechtigt 1971 zur Durchführung eines Versuchskurses.

Sportfach Spezialität	Datum	Kursdauer Tage	Kat.	Sprache	Organisator	Kurs No.	Kursort	Teilnehmer			Teilnahme- berechtigt	Meldestelle	Meldetermin	Bemerkungen
								D	H	Total				
Basketball Fussball Bergsteigen Leichtathletik Wandern und Geländesport	8./9.2.71	1 1/2	1-3	d	ETS	6	Maggingen	X	X	60			8.1.71	
Handball Skilanglauf Tennis Orientierungslaufen Geräte- und Kunstturnen Kanu	10./11.2.71	1 1/2	1-3	d	ETS	7	Maggingen	X	X	60			10.1.71	
Toutes les branches sportives	12./13.2.71	1 1/2	1-3	f	EFBS	8	Macolin	X	X	60			12.1.71	

Kantonale Leiterkurse J+S

Zulassung: - gute Vorbildung im Sportfach
 - Verpflichtung zu Leiterfähigkeit
 - Mindestalter 18 Jahre
 - Empfehlung durch Verein, Trainingsgruppe, usw.

Anmeldung: Kantonale Amtsstelle VU/J+S des Wohnkantons
 Kursdauer: 3-4 Tage
 Leiterberechtigung: Nach bestandem Kurs wird die definitive Anerkennung als J+S-Leiter ausgesprochen. Die Anerkennung berechtigt 1971 zur Durchführung eines Versuchskurses J+S

Sportfach Spezialität	Datum	Kursdauer Tage	Kat.	Sprache	Organisator	Kurs No.	Kursort	Teilnehmer			Teilnahme- berechtigt	Meldestelle	Meldetermin	Bemerkungen	
								D	H	Total					
Fitnesstraining Jünglinge	25./28.2.71	4	1	d	LU		Luzern	X	45		LU, OW, NW	LU, OW, NW	25. 1.71		
	25./27.3.71	3	1	f	NE		Neuchâtel	X	15		NE	NE	25. 2.71		
	März/April 71	4	1	d	TG		Frauenfeld	X	40		TG	TG	15. 2.71		
	April 1971	4	1	d	ZG		Zug	X	25		ZG, UR, SZ	ZG, UR, SZ	15. 3.71		
	8./ 9.5.71	2 x 2	1	f	BE			X	25		BE	BE	8. 4.71		
	15./16.5.71														
	15./16.5.71 22./23.5.71	2 x 2	1	d	BE			X	55		BE	BE	15. 4.71		

Kantonale Leiter-WK J+S

Zulassung: ausgebildete Versuchsleiter/innen J+S
 Anmeldung: Kantonale Amtsstelle VU/J+S des Wohnkantons

Kursdauer: 1 1/2 Tage
 Leiterberechtigung: Nach bestandem Kurs wird die definitive Anerkennung als J+S-Leiter/in ausgesprochen. Die Anerkennung berechtigt 1971 zur Durchführung eines Versuchskurses.

Sportfach Spezialität	Datum	Kursdauer Tage	Kat.	Sprache	Organisator	Kurs No.	Kursort	Teilnehmer			Teilnahme- berechtigt	Meldestelle	Meldetermin	Bemerkungen
								D	H	Total				
Skifahren	16./17.1.71	1 1/2	1-3	f	VS		Adelboden	X	X		AG, BE, BL, BS, SO	AG, BE, BL, BS, SO	15.12.70	
Entraînement de la condition physique filles	17./18.4.71	1 1/2	1-3	d/f	VS		Ovronnaz	X	X		VS	VS	1. 3.71	
Entraînement de la condition physique JG	24./25.4.71	1 1/2	1-3	f	VS		Sion	X	80		VS	VS	1. 3.71	
Volleyball	22./23.5.71	1 1/2	1-3	d/f	NE		Neuchâtel	X	X		FR, GE, NE, TI, VS, VD	FR, GE, NE, TI, VS, VD	1. 4.71	
Natation	19./20.6.71	1 1/2	1-3	d/f	VS		Sion	X	X		FR, GE, NE, TI, VS, VD	FR, GE, NE, TI, VS, VD	1. 5.71	

Kantonale Einführungskurse J+S

Zulassung: - bisher tätige VU-Leiter
 - ausgebildete Versuchsleiter J+S
 Anmeldung: Kantonale Amtsstelle VU/J+S des Wohnkantons

Kursdauer: 1 1/2 Tage
 Leiterberechtigung: Nach bestandem Kurs wird die definitive Anerkennung als J+S-Leiter ausgesprochen. Die Anerkennung berechtigt 1971 zur Durchführung eines Versuchskurses J+S

Sportfach Spezialität	Datum	Kat.	Sprache	Organisator	Kurs No.	Kursort	Teilnehmer			Teilnahme- berechtigt	Meldestelle	Meldetermin	Bemerkungen
							D	H	Total				
Fitnesstraining Jünglinge	23./24.1.71	1-3	d	TG		Frauenfeld	X	40		TG	TG	31.12.70	
	6./ 7.2.71	1-3	d	LU		Luzern	X			LU	LU	6. 1.71	
	13./14.2.71	1-3	d	LU		Hochdorf	X			LU	LU	13. 1.71	
	27./28.2.71	1-3	d	AR		Trogen	X			AR, AI	AR, AI	6. 2.71	
	27./28.2.71	1-3	d	BE		Seeland	X	50		BE	BE	31. 1.71	
	27./28.2.71	1-3	d	LU		Sursee	X			LU	LU	31. 1.71	
	27./28.2.71	1-3	f	VS		Ovronnaz	X	25		VS	VS	15. 1.71	
	Febr./März	1-3	d	ZH		Filzbach	X	150		Kant. TV ZH	ZH	15. 1.71	
	Febr./März	1-3	d	ZH		Filzbach	X	30		Kath. TV ZH	ZH	15. 1.71	
	Mars	1-3	f	BE		Genève	X	30		BE	GE	15. 2.71	
	6./ 7.3.71	1-3	d	BE		Mittelland I	X	50		BE	BE	7. 2.71	
	6./ 7.3.71	1-3	d	LU		Willisau	X			LU	LU	6. 2.71	
	6./ 7.3.71	1-3	d	SG		St. Gallen	X			SG	SG	6. 2.71	
	6./ 7.3.71	1-3	d	SG		Sargans	X			SG	SG	6. 2.71	
	6./ 7.3.71	1-3	d	TG		Frauenfeld	X	120		TG	TG	15. 2.71	
	13./14.3.71	1-3	d	BE		Oberaargau	X	40		BE	BE	14. 2.71	
	13./14.3.71	1-3	d	SH		Schaffhausen	X	50		SH	SH	20. 2.71	
	13./14.3.71	1-3	d	SG		St. Margrethen	X			SG	SG	13. 2.71	
	13./14.3.71	1-3	d	SG		Wil SG	X			SG	SG	13. 2.71	
	20./21.3.71	1-3	d	BE		Emmental	X	40		BE	BE	21. 2.71	
	20./21.3.71	1-3	d	GR		Landquart	X	70		GR	GR	10. 3.71	
	20./21.3.71	1-3	d	SG		Wattwil	X			SG	SG	20. 2.71	
	20./21.3.71	1-3	f	VS		Ovronnaz	X	25		VS	VS	10. 2.71	
	20./21.3.71	1-3	d	VS		Visp	X	25		VS	VS	10. 2.71	
	27./28.3.71	1-3	d	SG		Uznach	X			SG	SG	27. 2.71	
	April 1971	1-3	d	ZG		Zug	X	50		ZG	ZG	15. 3.71	
	2./ 3.4.71	1-3	d	NW		Stansstad	X	40		NW	NW	20. 3.71	
	2./ 3.4.71	1-3	d	UR			X	40		UR	UR	3. 3.71	
	3./ 4.4.71	1-3	f	NE			X	20		NE	NE	3. 3.71	
	5./ 6.4.71	1-3	d	BE			X			Lehrer BE	BE	6. 3.71	Spez. Kurs für Lehrer
	24./25.4.71	1-3	d	BE		Oberland	X	40		BE	BE	24. 3.71	
	24./25.4.71	1-3	f	BE		Jura	X	30		BE	BE	24. 3.71	
April/Mai 71	1-3	d	ZH		Filzbach	X	70		ZH	ZH	31. 1.71		
8./ 9.5.71	1-3	d	BE		Mittelland II	X	50		BE	BE	8. 4.71		
21./22.5.71	1-3	d/f	FR		Fribourg	X	90		FR	FR	21. 4.71		



Unsere Monatslektion

Fitnessstraining im Gelände

Text: D. Seydoux / J. P. Boucherin

Ort: Im Freien

Material: Steine, 3—5 kg

Zeichnung: W. Weiss

Dauer: 1 Stunde 30 Min. Klasse: 16 Teilnehmer

Übersetzung: B. Bosshard

Symbolerklärung

♡ Kreislaufanregung

⊕ Geschicklichkeit

△ Beweglichkeit

Arme



Beine



♥ Ausdauer

▶▶ Schnelligkeit

WS Wirbelsäule

Kraft:

Rücken



Bauch



1. Einleitung

25 Minuten

Steine

— Während dem Einlaufen sucht sich jeder einen Stein von der Grösse zweier Fäuste. Verschiedene Laufarten; verschiedene Sprünge. Reaktions- und Gleichgewichtsübungen.



— Mit dem Stein spielen und sich mit ihm vertraut machen, von einer Hand in die andere wechseln, hochwerfen und wiederfangen, usw.

Arme

— In Grätschstellung mit dem Stein einen Kreis um die Beine beschreiben, ebenso auf Hüfthöhe; 8er-Kreis um die Beine beschreiben und dabei den Stein von einer Hand in die andere wechseln, gegengleich.

Ws dr
Ws vw

— Grätschstellung: Stein beidhändig über den Kopf nach hinten werfen.

Ws rw

— Stein rechts sw. über den Kopf werfen, so hoch und so weit wie möglich; gegengleich.

Ws sw

— Steinrossen links und rechts (Bewegung des Kugelstossens).

Arme

— Hüpfen auf einem Fuss und dabei den Stein sw. nach vorn werfen, mit der anderen Hand fangen und rw. hüpfen auf dem anderen Fuss. (Die Übung kann auch auf einem Baumstamm ausgeführt werden.)

Beine

Kleine Wettkämpfe

— 4 Kolonnen zu 4: Der Erste übergibt dem Zweiten den Stein unter den gegrätschten Beinen durch, der Zweite über den Kopf dem Dritten, usw. Für den Rückweg 1/2 Drehung, Grätschsitz und über den Kopf nach hinten geben.



— Auf Kommando steht jeder mit einem Fuss auf dem Stein und versucht so lange wie möglich im Gleichgewicht zu bleiben.

— 5 Steine in der Mitte eines von 5 Teilnehmern gebildeten Kreises auftürmen:

Durch Ziehen und Stossen drängen sich die Teilnehmer gegenseitig gegen die Steine. Wer den Steinturm umwirft, scheidet aus.

— Stafette: Im «Krebsgang» (auf Händen und Füssen, Rücken gegen Boden) den Stein auf dem Bauch 10 m hin und zurück transportieren.



— Boccia: 2 Mannschaften à 5 Spieler, 2 Mannschaften à 3 Spieler. Jeder Spieler darf nur seinen Stein werfen, Distanz ca. 5 bis 10 m. Welche Mannschaft erreicht zuerst 15 Punkte?



2. Leistungsphase

Kraft / Lokales Stehvermögen

15 Minuten

Steine

— Bauchlage, Stein zwischen die Füsse geklemmt: fünfmal Heben der Arme und Beine. Danach fünfmal wiederholen, aber mit dem Stein in den Händen.



— Sitz auf einem Baumstamm oder auf einem Mäuerchen, evtl. auch auf dem Boden, gestreckte Beine, einen Stein zwischen den Füssen: Beine leicht heben und sw. hin und her führen.

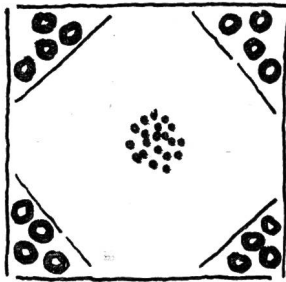


Zehnmal wiederholen.



- In der Mitte eines quadratischen Feldes werden ca. 25 bis 30 Steine aufgetürmt. In jeder Ecke stellt sich eine Gruppe auf. Auf Pfiff müssen mit Froschhüpfen Steine geholt werden, pro Mal darf nur ein Stein transportiert werden.

Welche Gruppe holt am meisten Steine?



- Die Steine werden wieder in der Mitte des Feldes aufgetürmt. Hinweg: Seitwärts rollen mit gestreckten Armen ohne den Stein loszulassen, einer hinter dem andern. Retourweg: Vierfüßlergang.
- Wer wirft am weitesten? Kleiner Wettkampf mit beidhändigem Wurf über den Kopf (wie Out-Einwurf beim Fußball).

Geschicklichkeit 30 Minuten

Bodenturnen

Auf der Suche nach einem geeigneten Platz (weicher Boden, ohne Steine) werden wieder einige anregende Übungen für die Halswirbelsäule, die Schulterpartie und die Wirbelsäule gemacht.

- Auf geeignetem Platz: Purzelbaum vw., auch ohne Hände, an einem kleinen Abgang.
- Hechtrolle über einen Kameraden, über natürliche Hindernisse (Baumstämme, Sträucher, Gebüsch). Aufgepasst! Geländekontrolle.

- Aus Kniestand: sich nach vorn fallen lassen; mit und ohne Abstützen mit den Händen.

- Die gleiche Übung, aber aus dem Stand.

- Tankrolle. 2 Teilnehmer überrollen sich miteinander. A liegt auf dem Rücken, Knie angezogen, B stellt sich auf allen Vieren über A, so dass der Kopf auf Höhe der Knie ist. Beide halten sich fest an den Knöcheln des Partners. Die Tankrolle kann auch zu dritt ausgeführt werden.

- Stützspringen und Purzelbaum zu zweit: A sitzt, Arme in die Höhe gestreckt, B steht dahinter und stützt sich auf den Händen von A auf. B springt zwischen den Armen von A durch. Die gleiche Übung, nun aber rollt A ab, während B aufsteht und nun seinerseits über A springt (ohne Loslassen der Hände).

- Purzelbaum vw. zum Schwebesitz, Arme und Beine bleiben gestreckt.

- Handstand gegen einen Baum mit Partnerhilfe.

- Mit Hilfe des Partners im Handstand vw. und rw. gehen.

- Kopfstand.

- Kosakentanz: Beine nach vorn strecken, auch sw. strecken, ohne die Fersen abzustellen.

Ausdauer 20 Minuten

Laufspiel «Steh und Lauf»

Die Klasse wird aufgeteilt in $\frac{1}{3}$ Fänger und $\frac{2}{3}$ Läufer. Der Spielraum wird abgegrenzt (ca. 50×50 m).

Die «Fänger» versuchen die «Läufer» durch Berühren und Zuruf «Steh» zum Stehen zu bringen. Der «gefangene Läufer» bleibt an der Stelle stehen, an der er gefangen wurde. Als Kennzeichen hält er die Arme sw. Die «freien Läufer» ihrerseits versuchen ihre gefangenen Kameraden durch Berühren und Zuruf «Lauf» zu befreien.

Das Spiel ist für die «Fänger» gewonnen, wenn alle «Läufer» gefangen sind.

3. Ausklang

- Diskussion, Spielbesprechung, Korrekturen, Ratschläge.
- Douchen.

DUL-X

Massage

hilft bei Muskelkater

hilft bei Muskelkater

Flacon Fr. 4.20 7.20 u. 12.90
in Apotheken und Drogerien
BIOKOSMA AG 9642 Ebnat-Kappel