

**Zeitschrift:** Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen  
**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen  
**Band:** 31 (1974)  
**Heft:** 5

## **Inhaltsverzeichnis**

### **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>**

## INHALTSVERZEICHNIS

Hört auf mit der Heuchelei! . . . . .	153
Marcel Meier	
Freizeit in Freiheit . . . . .	155
MM	
Sorgfalt bei Tauchübungen . . . . .	156
Ernst Strupler	
<b>Sport für alle</b> . . . . .	157
Marcel Meier	

---

### Aus der Praxis — Für die Praxis

Geräteturnen . . . . .	159
Jean-Claude Leuba	
Krafttraining im Junioren-Fussball . . . . .	166
Hansruedi Hasler	
Flop-Hochsprung mit Armwechselschwung . . . . .	172
Elfriede Nett und Arnold Gautschi	
<b>Unsere Monatslektion</b>	
Lektionsbeispiel Fussball . . . . .	174
Hansruedi Hasler	

### Unser Titelbild

Es zeigt das neue Werbeplakat für «J + S». Auf den ersten Blick verrät es seinen Schöpfer. Wir rechnen es Hans Erni hoch an, dass er, als Künstler von weltweitem Ruf, ein Plakat für «J + S» schuf. Die genial hingeworfene Gruppe symbolisiert viele der wichtigsten Ziele von «J + S»:

Jugendfrische — Beschwingtheit —  
Gemeinschaft — sportliche Leistung.

---

### Jugend + Sport

Mitteilungen der Fachleiter . . . . .	176
---------------------------------------	-----

---

### Forschung — Training — Wettkampf

Le cœur et le sport — Herz und Sport . . . . .	177
Hans Howald	
Der Einfluss von Sport und Training auf das gesunde Herz	
L'influence du sport et de l'entraînement sur le cœur sain . . . . .	179
Hans Howald	

Kann der Mensch auch noch in höherem Alter mit einem sportlichen Training beginnen? L'être âgé peut-il encore débiter un entraînement sportif? . . . . .	183
Ursula Weiss	

---

10 Ausführungsbeispiele für Hallenbäder und Sporthallen (IX) . . . . .	185
Ralph Handloser	

### Bibliographie

Wir haben für Sie gelesen . . . . .	187
Neuerwerbungen unserer Bibliothek . . . . .	189

### Echo von Magglingen

Kurse des Monats . . . . .	192
----------------------------	-----

<b>Gedanken — Gespräche — Geschehnisse</b> . . . . .	192
Hans Altorfer	

Die Zeitschrift «Jugend+Sport» erscheint monatlich

Abonnementspreis für 1 Jahr Fr. 15.—.  
Einzelnummer: 1—9 Ex. Fr. 3.—, 10—19 Ex. Fr. 2.50,  
20 und mehr Ex. Fr. 1.80.

Zu beziehen durch die Eidg. Turn- und Sportschule, 2532 Magglingen

Schriftleitung:  
Marcel Meier, Eidg. Turn- und Sportschule,  
2532 Magglingen, Telefon (032) 22 56 44

Mitglieder der Redaktionskommission:  
Hans Altorfer, Arnold Gautschi,  
Karl Ringli, Gerhard Witschi

Zuschriften sind zu richten an die  
Eidg. Turn- und Sportschule, 2532 Magglingen

Administration und Inkasso:  
Eidg. Drucksachen- und Materialzentrale,  
3000 Bern

Druck:  
Buchdruckerei W. Gassmann, 2501 Biel

Anzeigenverwaltung:  
Annoncen-Agentur Biel AG,  
Freiestrasse 11, 2501 Biel, Telefon (032) 22 42 14