

**Zeitschrift:** Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule  
Magglingen mit Jugend + Sport

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 50 (1993)

**Heft:** 8

**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**

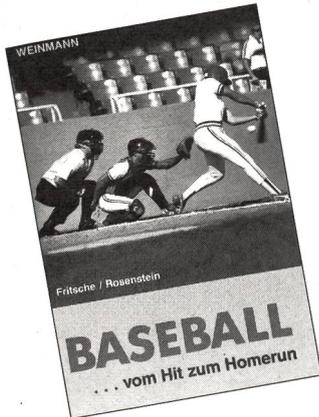
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 01.04.2025

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

## Neuerscheinungen

Françoise Matthey



**Fritsche, Klaus; Roasenstein, Marcus**  
**Baseball...** vom Hit zum Homerun. Berlin, Weinmann, 1991. – 189 Seiten, Illustrationen.

Grundlagen, Technik und Taktik dieses faszinierenden Schlagballspiels werden von den Autoren ausführlich beschrieben, ebenso die Geschichte und Entwicklung des Baseball in Amerika und Europa. Sie finden Erläuterungen zu den Spielzügen und den Aufgaben der Spieler auf den unterschiedlichen Positionen wie Pitcher, Batter, Short Stop oder Secondbaseman. Die Fachausdrücke von «Appeal» bis «Wind up position», die Beschreibung von Spielfeld und Ausrüstung der Spieler und detaillierte Erklärungen der Baseballregeln ergänzen dieses umfangreiche Lehrbuch über Baseball.

**71.2133**

**Gabler, Hartmut; Teuber, Stephan (Red.)**  
**Tennis 2000.** Dokumentation des DTB-Kongresses «Tennis 2000» in Hamburg 1992. Ahrensburg, Czwaliņa, 1993. – 382 Seiten, Illustrationen, Tabellen.

Mit der Veranstaltung des Kongresses «Tennis 2000» beschreitet der Deutsche Tennis-Bund absolutes Neuland. Zum ersten Mal sollen hier auf breiter Basis Grundsatzfragen des Tennissports erörtert, Tendenzen aufgezeigt und Erfahrungen ausgetauscht werden. Dem DTB ist es gelungen, namhafte und überaus kompetente Referenten zu gewinnen.

In den zwölf Arbeitskreisen wird ein breites Spektrum an Themen angesprochen, das auf die Bedürfnisse der ehren-

Die Bücher der ESSM-Bibliothek können nicht gekauft, sondern während 1 Monat gratis ausgeliehen werden.

und hauptamtlichen Funktionsträger in den Verbänden und Vereinen zugeschnitten ist.

**71.2158**

**Fuchs, Klaus; Sologub, Lars**  
**Badminton.** Technik, Taktik, Training. Neuausgabe. Niedernhausen, Falken, 1992. – 155 Seiten, Figuren, Illustrationen. – DM 16,80.

Badminton, die Wettkampfvariante des Federballspiels, wird auch bei uns immer beliebter. Das schnelle Spiel stellt hohe Anforderungen an die Kondition sowie an das Reaktions- und das Konzentrationsvermögen.

Zwei Spitzentrainer informieren hier praxisnah über Technik und Taktik des Spiels sowie über das Training von Jugendlichen und Erwachsenen.

**71.2156**

**Bach, Claus-Peter**  
**Rugby verständlich gemacht.** München, Copress, 1992. – 120 Seiten, Figuren, Illustrationen.



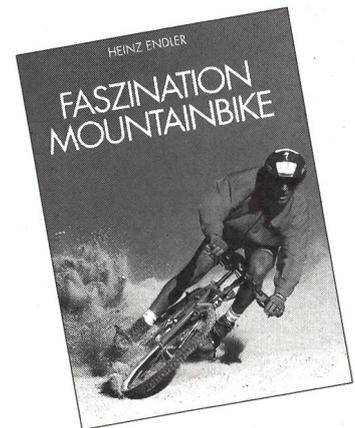
Rugby ist «der einzige Mannschaftssport, in dem sich die Menschen näherkommen», meinte der französische Nationalspieler Lucien Mias einmal, «bei allen anderen gehen sie aneinander vorbei».

In England verdrängte diese faszinierende und nur auf den ersten Blick schwer durchschaubare Sportart sogar den Volkssport Fußball im Publikumsinteresse – etwa anlässlich der letzten Rugby-Weltmeisterschaft, die vom Fernsehen in 70 Länder übertragen und weltweit von mehr als 12 Millionen begeisterter Zuschauer verfolgt wurde.

Auch in Deutschland findet Rugby immer mehr Anhänger. «Rugby verständlich gemacht» ist die erste vollständige Darstellung des deutschen und internationalen Rugbysports in deutscher Sprache. Es informiert umfassend und gut verständlich über die wichtigsten Grundregeln, die Technik und Taktik des Spiels sowie über die Geschichte des Rugbysports.

**71.2135**

**Endler, Heinz**  
**Faszination Mountainbike.** Bielefeld, Delius Klasing, 1992. – 143 Seiten, Illustrationen.



Dieses Buch ist das Ergebnis von fünf Jahren packender Mountainbike-Fotografie. Heinz Endlers eigene Begeisterung für diesen Sport spiegelt sich in seinen brillanten Bildern wider. Die Fotos strahlen die Faszination, die Lebendigkeit, Dynamik und die Vielseitigkeit des Mountainbikens aus. Immer auf der Suche nach neuen Motiven und Möglichkeiten trieb es Heinz Endler in die entlegensten Winkel dieser Erde.

**75.422/Q**

**Laufen.** Biomechanische und medizinische Aspekte. Videofilm der AV-Produktion ESSM 1985.

Inhalt: Ein harmonischer Bewegungsablauf ist eine wichtige Voraussetzung zur Vermeidung von Laufbeschwerden und Laufverlet-



zungen. In diesem Film werden die drei Laufphasen Dämpfen, Stützen und Führen gezeigt. Theoretisch, aber auch praxisnah beleuchtet und diskutiert wird deren Bedeutung für die Konstruktion von Laufschuhen. Ein Kapitel über die Vorbeugung von Sportbeschwerden – Stretching, Gymnastik, usw. – rundet das Ganze ab.

Dauer: 13 Minuten

Verkauf: Fr. 33.–

ESSM, Mediothek, 2532 Magglingen  
Ausleihe: Bestell-Nr. **V 06.71**

Gutsche, Klaus-Jürgen (Hrsg.)

**Gymnastik zwischen heute und morgen.** Schorndorf, Hofmann, 1993. – 182 Seiten, Illustrationen, Tabellen.

Die Vorträge des 2. Gymnastik-Kongresses in Münster sind in diesem Band zusammengestellt. Die Reihenfolge des Abdrucks entspricht nicht dem Kongressablauf, vielmehr wurden die Beiträge thematisch neu geordnet. Im ersten Teil des Bandes werden ausgehend von dem einleitenden Festvortrag Diekerts die Vorträge zusammengefasst, die sich mit inhaltlichen Fragestellungen zur Gymnastik beschäftigen. Im zweiten Teil finden sich die Beiträge, die berufspolitische Aspekte der Gymnastiklehrer/-innen behandeln und Ausbildungsprobleme erörtern.

72.1247

Letuwnik, Sabine

**Bodytrainer.** Po und Beine. Das 10-Minuten-Programm für eine tolle Figur. Reinbek bei Hamburg, Rowohlt, 1993. – 93 Seiten, Illustrationen.



Dieses Buch ist Ihr Trainer und bietet Ihnen ein Übungsprogramm, mit dem Sie in kurzer Zeit und mit wenig Aufwand Ihre Figur verbessern werden. Mit den tollen Fotos können Sie alle Übungen sehr leicht nachvollziehen, und die Programme helfen Ihnen, auf sanfter Weise in Form zu kommen oder vital zu bleiben.

72.1245

Ducarroz, Philippe

**Gottéron...** Seine unglaubliche Entwicklung! Givisiez-Freiburg, MicroLaser Services, 1992. – 112 Seiten, Illustrationen.

Dieses Buch will weder Einzelpersonen noch eine Mannschaft verherrlichen. Es illustriert eine aussergewöhnliche Zeitspanne, ein Jahrzehnt, in welchem der HC Freiburg-Gottéron an die Spitze des schweizerischen Eishockeys vordrang. Seit dem Aufstieg in die Nationalliga A vor zwölf Jahren, ent-

wickelte sich Freiburg-Gottéron nicht nur zum Spitzen-Eishockeyklub, sondern wurde für viele Freiburger zum gesellschaftlichen Anlass. Die Seiten dieses Buches schildern emotionslos ein Jahrzehnt voll Dynamik und Umwälzungen. Während dieser bewegten Zeit wandelte sich auch das Schweizer Eishockey im wahrsten Sinne des Wortes zum Massstab im europäischen Eishockey.

77.899/Q

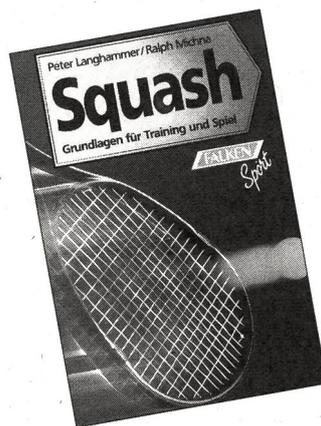
Schweizer, Werner; Cervenka, Bohumil  
**Die Traumtänzer.** Glanz und Elend der russischen Eishockeyspieler im Westen. Kilchberg, Schwanden, 1992. – 223 Seiten, Figuren, Illustrationen.

Im Sommer 1989 begann der Exodus der sowjetischen Eishockeyspieler in den Westen, der sich nach dem Zusammenbruch der Sowjetunion zwei Jahre später noch verstärkte. Die «russische Welle» produzierte in Nordamerika und der Schweizer Nationalliga oft eine neue Qualität auf dem Eis, aber in anderen Fällen auch eine Art von Kulturschock bei den Spielern. Dieses Buch beschreibt an mehreren Beispielen die Erfolge, Abenteuer und Ängste der russischen Traumtänzer.

09.440

Langhammer, Peter, Michna, Ralph

**Squash.** Grundlagen für Training und Spiel. Niedernhausen, Falken, 1991. – 112 Seiten, Figuren, Illustrationen, Tabellen.



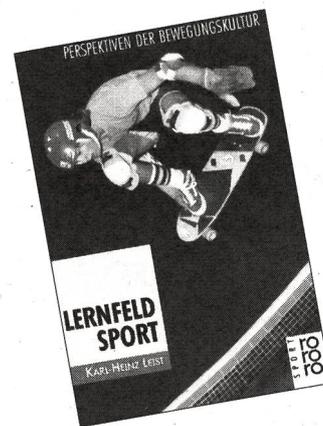
Als schneller Hallensport erfordert Squash gute Kondition, Konzentration und schnelles Reaktionsvermögen. Wie man Squash erlernen kann, welche Regeln gelten und was an Ausrüstung notwendig ist, wird ausführlich erklärt. Die Techniken der einzelnen Schläge und Bewegungsabläufe werden in Bildfolgen und Graphiken Schritt für Schritt dargestellt. Die fachgerechten und leichtverständlichen Erläuterungen zu verschiedenen Spielformen und zu tak-

tischen Gesichtspunkten richten sich nicht nur an Einsteiger, sondern an Squashspieler jeden Niveaus.

71.2160

Leist, Karl-Heinz

**Lernfeld Sport.** Perspektiven der Bewegungskultur. Reinbek bei Hamburg, Rowohlt, 1993. – 380 Seiten, Illustrationen, Figuren, Tabellen.



Sport- und Bewegungskultur haben sich ausgesprochen vielfältig entwickelt und werden für immer mehr Menschen zu einem unverzichtbaren Bestandteil ihres Lebens. Wettkampf- und Breitensport, Fitness- und Freizeitsport, Bewegung in der Prävention und Rehabilitation, Darstellung im Tanz, Meditation im Tai Chi, Gesundheitssport und Bergwandern und vieles andere mehr. All dies wird unter vielfältigen Bedingungen gelernt und entwickelt. Dieses Buch zeigt, wie dies auf der sozialen, kulturellen, motorischen und personalen Ebene vor sich geht, und erschliesst praktische Wege zur Interpretation und Vermittlung all dieser Bewegungskulturen für Lehrende und Lernende.

03.2277

Ballreich, Rudi (Hrsg.); von Grabowiewcki, Udo (Hrsg.)

**Zirkus-Spielen.** Ein Handbuch für Artistik, Akrobatik, Jonglieren, Äquilibristik, Improvisieren und Clownspielen. Stuttgart, Hirzel, 1992. – 357 Seiten, Figuren, Illustrationen.

Ein umfassendes Zirkus-Handbuch für Pädagogen, Jugendleiter, Vereinstrainer und alle Zirkusbegeisterte: Die wichtigsten Zirkusdisziplinen werden in diesem Buch von erfahrenen Praktikern so dargestellt, dass jeder Interessierte genaue Anleitungen zum Üben findet. Methodische Hinweise sollen den Pädagogen helfen, Kinder und Jugendliche in die Zirkuskünste einzuführen. Einige Disziplinen sind in diesem reich bebilderten Buch erstmalig genau beschrieben.

07.845/Q

# Informatik und Sportunterricht

**Eine Arbeitsgruppe «PC und Sport» des Schweizerischen Verbandes für Sport an Berufsschulen (SVSB) hat 1992 eine Umfrage an den Berufs- und Mittelschulen der Deutschschweiz durchgeführt.**

Die Mediothek der ESSM sammelt und erfasst bibliographisch die vorhandenen PC-Programme und kann so jederzeit eine Übersicht und die Bezugsquellen vermitteln.

Die Absicht war, eine Übersicht über den Stand des PC-Einsatzes für Lehrer zu schaffen.

Geantwortet haben 46 Lehrer und Lehrerinnen aus 33 Berufsschulen und 49 aus 53 Mittelschulen.

Es liegt an den entsprechenden Stellen, aus der aktuellen Situation die richtigen Schlüsse zu ziehen!

Die Arbeitsgruppe wird weiterhin allen beratend zur Seite stehen und die nötigen Informationen verbreiten.

Fragebereiche	Antworten			
	Berufsschulen		Mittelschulen	
1. Persönliche PC-Erfahrung?	ja 35	nein 8	ja 65	nein 11
2. Persönliches PC-System?	MAC 11	DOS 27	MAC 29	DOS 32
3. Eigener PC-Besitz?	ja 24	nein 15	ja 59	nein 17
4. PC-Zugang an der Schule?	ja 44	nein 0	ja 58	nein 4
5. Pers. Anwendungen?	Datenbank 17		34	
	Textverarbeitung 35		57	
	Tabellenkalkulation 13		36	
6. Häufigste Anwendungsprogramme? (Anzahl Nennungen)	MAC – Write 4		13	
	– Rag Time 2		10	
	– FileMaker 1		12	
	– Word 3		14	
	– Excel 6		18	
	DOS – WinWord 9		6	
	– Word 5/5.5 12		12	
	– Framework 4		5	
	– Word for Windows 3		6	
	– Excel 3		7	
7. Programmentwicklungsmöglichkeiten an der Schule?	ja 9	nein 30	ja 27	nein 29
8. Haupt-Bereiche der PC-Arbeit? (Rangstellung)	– Textverarbeitung 1		3	
	– Organisation von Veranstaltungen 2		1	
	– Turnierorganisation 3		4	
	– Schülerbewertungen 4		2	
	– Lektionsunterlagen 5		5	
9. Eingesetzte Softwareprogramme?		siehe unten***		
10. Häufigste PC-Wunschprogramme? (Rangstellung)	– Schuladministration 2		3	
	– Textauswertungen 1		1	
	– Spielturnierauswertung 3		2	
	– Schülerbewertung/Noten 4		4	
	– Unterrichtsplanung 5		5	
11. PC-Unterstützung an der Schule?	ja 14	nein 3	ja 62	nein 3
12. PC-Ausbildungskurse an Schulen?	ja 10	nein 0	ja 33	nein 33
13. Oblig. PC-Ausbildung für Turn- und Sportlehrer?	unbedingt 22		40	
	warum nicht 20		17	
	auf keinen Fall 1		0	
14. PC-Fortbildung für Turn- und Sportlehrer?	unbedingt 18		41	
	warum nicht 24		26	
	auf keinen Fall 0		0	

**Softwareangebote**

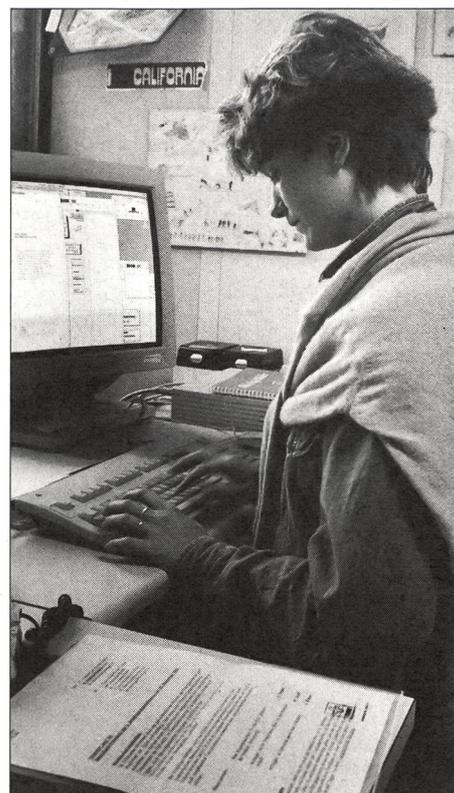
Thema Die vernetzte Erfolgskontrolle  
 Name «Sport-Check 2000»  
 Inhalte Sport-Umfrage, Kl./Einzelkarten, eigene/fremde Tests mit Grafikauswertung, Ranglisten, Schüler-Schlussbeurteilung (Pt./Note)/Einsatz/Sozialverhalten/Absenzen (Zeugnisformular)  
 System MS Windows  
 Bezug ASR-Software-AG, Postfach 714, 8600 Dübendorf  
 Preis Fr. 750.-

Thema Turnier-Organisation  
 Name «TOM»  
 Inhalte Gruppeneinteilung, Spielpläne, Ranglisten  
 System MS DOS  
 Bezug Westermann-Software, Im Oberdorf, 8777 Diesbach  
 Preis Fr. 350.-

Thema OL-Wettkampf  
 Name «ORANG»  
 Inhalte Läufererfassung, Startlisten, Zwischen-/Gesamtranglisten  
 System MS DOS  
 Bezug Robert Widler, Grabenweg 35, 8884 Weisslingen  
 Preis Fr. 100.-

Thema Sporttag-Organisation  
 Name «SPOTA»  
 Inhalte Teilnehmererfassung, Ranglisten mit Grafikdiagrammen  
 System DOS Framework / integriertes Paket  
 Bezug Peter Roth, Gewerbliche Berufsschule, 9320 Arbon  
 Preis Fr. 100.- (+Framework zirka Fr. 1400.-)

Thema Wettkampf-Auswertung  
 Name Leichtathletik und andere Wettkämpfe  
 Inhalte Startlisten, Disziplinen-/Klassenranglisten, Einzelwertungen  
 System MS DOS  
 Bezug M. Lutz, Holtergraben, 5777 Gränichen  
 Preis Fr. 350.-



**Arbeitsgruppenmitglieder:**

Martin Bachmann, Freddi Jean, Rolf Hofmann, Gregor Wick.  
 Zuschriften an: Bruno Bettoli, Riegelweidstrasse 10, 8841 Gross/Einsiedeln ■

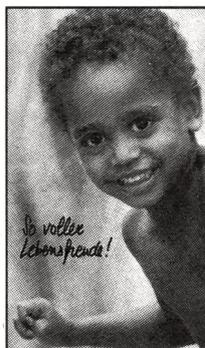
**FrutigLand**

Verlangen Sie unseren Gratisprospekt

**Wander-Hits für Gruppen und Vereine**

Verkehrsbüro, Postfach 59, 3714 Frutigen  
 Tel. 033 71 1421, Fax 033 715421

Berghaus Elsigenalp Tel. 033 71 1026  
 Berggasthaus Höchst Tel. 033 732425



**KOVO**

Generalvertretung  
 BRD - J - FL - CH  
 Gnädinger u. Co  
 CH-6803 Camignolo  
 Tel. (0041 91) 95 12 88  
 Fax (0041 91) 59 54 36

**Anstecknadeln Pins**

Superqualität (Hand made)  
 zu vernünftigen Preisen  
 bereits ab **300 Stück**  
 Verlangen Sie unsere Unterlagen.



**T-Shirts  
 Sweat-Shirts  
 Jogging**

**Kleber  
 Gläser.**

Verlangen Sie unseren Katalog.



**Mit Ihrem  
 Aufdruck!**

**aries**  
 IHRE SIEBDRUCKER

CH-8200 SCHAFFHAUSEN  
 REPFERGASSE 14  
 TELEFON 053 - 24 80 11  
 FAX 053 - 25 96 78

Fragen zur Leitertätigkeit

# Haftpflicht

**Leiter sein heisst Verantwortung übernehmen, auch wenn ein Unfall passiert ist. Wie ist er geschützt? Was kann auf ihn zurückfallen?**

Was ist ein Haftpflichtfall im Rahmen von J+S? Beispiele:

- Ein Jugendlicher verunfallt in einem J+S-Kurs tödlich. Wer ist schuld und damit haftbar? Ist der Leiter schuld oder mitschuld; wird er haftbar gemacht.
- Beim Campieren entsteht ein Waldbrand. Wer ist schuld? Wer bezahlt die Feuerwehr, wer den Waldschaden?
- Ein Lagerleiter verursacht beim Transport von Material mit dem Privatwagen einen Unfall. Wer bezahlt? Die Erläuterungen zu diesem Problem Haftpflichtversicherung in der Organisationsanleitung, Punkt 8.4, stützen sich auf die gesetzlichen Grundlagen
- Bundesgesetz über die Förderung von Turnen und Sport, Art. 9 mit den Absätzen 2 und 3:

<sup>2</sup> «Der Bundesrat bestimmt, welche Anlässe unter Verantwortung des Bundes durchgeführt werden.»

<sup>3</sup> «Der Abschluss einer Haftpflichtversicherung ist Sache der Kantone.»

- Verordnung über die Förderung von Turnen und Sport, Art. 20, Absatz 2: «Bei nationalen Anlässen, die von der ESSM bewilligt werden, übernimmt der Bund die Haftung der Teilnehmer gegenüber Dritten wie ein Haftpflichtversicherer.»
- Verordnung über Jugend und Sport, Art. 51:

<sup>1</sup> «Die Haftpflicht für Sportfachkurse und Einzelanlässe übernimmt die bewilligende, diejenige für die Aus- und Fortbildung der Kader und Leiter die organisierende Instanz.»

<sup>2</sup> «Werden private Motorfahrzeuge benützt, so kann der Bund für Sach- und Haftpflichtschäden nicht belangt werden.»

Im Klartext heisst das:

- Haftpflichtfälle in Sportfachkursen fallen in die Kompetenz der Kantone, weil sie die Kurse bewilligen.
- Bei allen Leiterkursen haften die organisierenden Instanzen. Das können sein:
  - Bund (alle ESSM-Kurse)
  - Kantone (kantonale Leiterkurse)
  - Verbände (Verbandausbildungen).
- Der Bund führt keine Versicherung. Allfällige Schäden bezahlt er aus der Bundeskasse.
- Der Bund bezahlt in keinem Falle Schäden, die durch das Benützen privater Fahrzeuge entstanden sind.
- In allen Fällen, ob Haftpflichtfall für Bund, Kanton oder private Versicherungen von Verbänden kann bei grober Fahrlässigkeit von Leitern oder Ausbildern auf diese zurückgegriffen werden.

**Fazit**

- Unfälle durch sorgfältige Leiterarbeit vermeiden.
- Kann dem Leiter keine Fahrlässigkeit, keine grobe Verletzung der Sorgfaltpflicht nachgewiesen werden, ist er gegen Schadensforderung gedeckt.
- Für Leiterausbildungen der Verbände müssen diese für eine entsprechende Haftpflichtversicherung sorgen. (A) ■

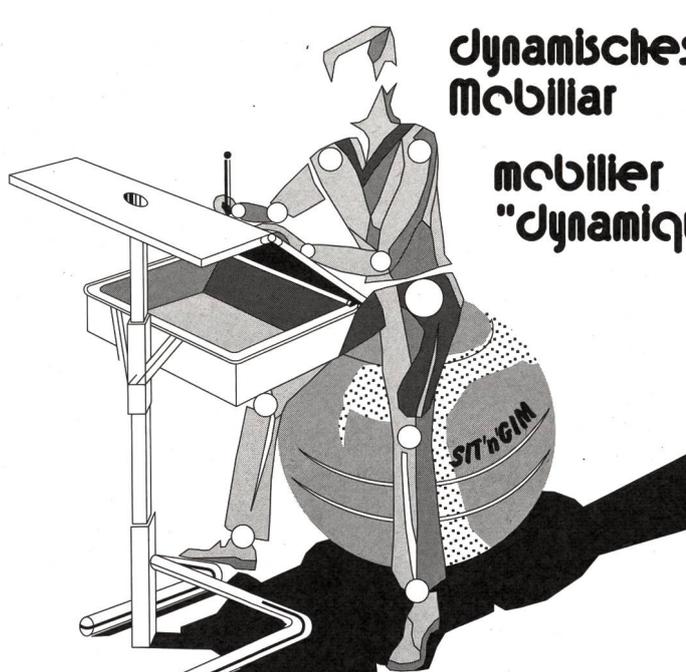
Vorbeugung?  
Bewegung!

Prévention?  
Mouvement!



Dynamisches  
Möbiliar

mobiler  
"dynamique"



Bitte senden Sie mir Ihre Unterlagen  
s.v.p. envoyez-moi votre documentation

Name/nom: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

VISTA

WELLNESS

4513 Langendorf/SO 065 38 29 14  
2014 Böle/NE 038 41 42 52

## LEITERBÖRSE

### J+S-Leiter/-innen werden gesucht

#### Skifahren/Snowboard

Das Auslandschweizer-Sekretariat sucht qualifizierte J+S-Leiter/-innen Skifahren/Snowboard für zwei Skilager: Splügen: 27.12.93 bis 5.1.94 Grimentz: 1.4. bis 10.4.94

Wer gerne eine Gruppe mit 15- bis 25jährigen Auslandschweizer/-innen mitleiten möchte, melde sich beim: Auslandschweizer-Sekretariat, Frau Edith Locher, Alpenstr. 26, 3000 Bern 16, Tel. 031 44 66 25.

## KURSE

### Leiterkurs I Tischtennis

Datum: 1. Teil: 12. bis 14.11.1993  
2. Teil: 18. bis 21.11.1993  
Ort: Stalden (VS)  
Teilnehmerzahl: 15  
Kurs wird in d/f ausgeführt.

Anmeldetermin:  
bis 10.9.1993 beim Kantonalen J+S-Amt Wallis (Telefon 027 216081/82) Herr Venetz.



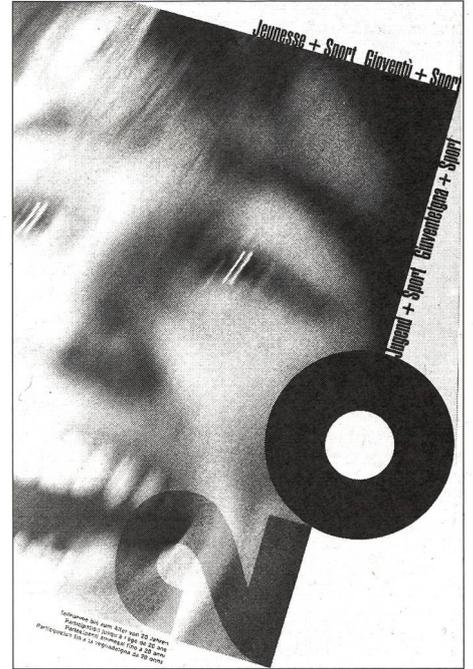
Mit J+S bist Du im richtigen Film!

### Neues Werbematerial

Aus Anlass von 20 Jahren Jugend+Sport konnte letztes Jahr unter der Obhut der Eidg. Kunstkommission und des Bundesamtes für Kultur ein Plakatwettbewerb durchgeführt werden. Das von der Jury ausgewählte Plakat liegt nun vor. Es besticht durch ein lachendes junges Gesicht mit strahlenden Augen. Ein Gesicht, wie man es sich tausendfach unter den J+S-Teilnehmern wünscht und auch sieht.

Neu erschienen ist auch eine kleine Werbeproschüre «Mit J+S bist Du im richtigen Film!», die sich vor allem an Jüngere richtet, an Jugendliche, die bald ins J+S-Alter einsteigen. Dies ist gleichzeitig die Gruppe, die bald auch bundesweit von J+S profitieren kann, falls das Parlament dem Herabsetzen

des J+S-Alters zustimmt. Als «Daumenkino» konzipiert, das von vorn und hinten angeschaut werden kann, führt die Broschüre mit animierenden Texten und Bildern in das Wesen der verschiedenen Sportarten ein. Sie sollen den Jugendlichen helfen, ihre Sportart oder Sportarten zu finden. (A) ■



## Thera-Band®



$$80 \text{ kg} = 800 \text{ Newton}$$

$$80 \text{ kg} \times 10 \text{ m/sec}^2$$

mg

Beugen Sie auch vor?

En êtes-vous conscient?



VISTA  
WELLNESS

4513 Langendorf/SO 065 38 29 14  
2014 Böle/NE 038 41 42 52

Viscolar™

Schockdämpfende Einlagen  
matériau anti-chocs