

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

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 53 (1996)

**Heft:** 12

**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**

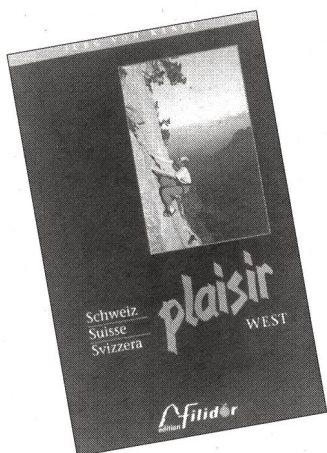
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 30.03.2025

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

## Neuerscheinungen

Françoise Matthey



Känel, Jürg von

**Schweiz – plaisir.** Reichenbach, Fildor, 1996. – 2 Bände: 260, 252 Seiten, Figuren, Illustrationen.

Angesprochen werden vor allem die immer zahlreicher werdenden plaisir-Kletterer, ob sie ihr Glück nun in Klettergärten, kürzeren Voralpentouren oder auch längeren alpinen Routen suchen. Interessant für die Einsteiger sind sicher die Kletterlernpfade: speziell gut eingerichtete Mehrseillängenrouten, wo man sich mit «learning by doing» langsam und ungefährlich an den wunderbaren Klettersport herantasten kann. Dank seriöser Recherchierarbeit sollen diese Führer unentbehrliche Begleiter sein, sowohl für kurze Halbtagestrips, wie auch für einen ganzen Kletterurlaub.

Schweiz – plaisir West. 55 Gebiete. 2700 Seillängen. Niveau 3a–6b.

**74.949**

Schweiz – plaisir Ost. 55 Gebiete. 2700 Seillängen. Niveau 3a–6b.

**74.950**

Held, Toni; Rickli, Stephan

**Die Bedeutung des Conconi-Tests in der Trainingspraxis.** Magglingen, ESSM, 1996. – 31 Seiten, Figuren, Tabellen. Schriftenreihe der Eidgenössischen Sportschule Magglingen, 67.

Der Conconi-Test ist ein einfacher herzfrequenzgestützter Ausdauerstest, der sich vor allem in der Schweiz und in Italien grosser Beliebtheit erfreut. Trotz der Einfachheit hat der Test sowohl bei der Organisation als auch bei

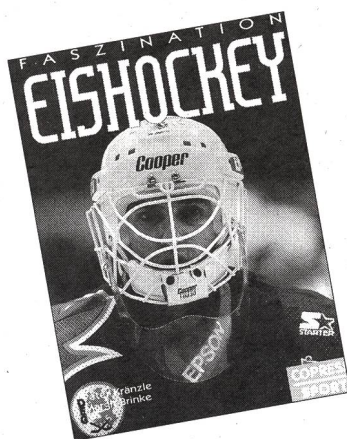
Die Bücher der ESSM-Bibliothek können nicht gekauft, sondern während 1 Monat gratis ausgeliehen werden (Tel. 032 327 63 08).

der Interpretation seine Tücken. Diese Schriftenreihe möchte Hintergrundwissen und praktische Tips zur Durchführung und Auswertung des Tests vermitteln. Vor- und Nachteile des Tests werden in die Waagschale gelegt. Nach einer allgemeinen Einführung beziehen sich die Hinweise vorwiegend auf den Conconi-Test Laufen. Mögliche Verfahren zur Festsetzung der Trainingsdosierungen werden vorgeschlagen und einige Merkmale zum herzfrequenzgesteuerten Training aufgelistet. Vier Übungsaufgaben ermöglichen dem Leser sein Wissen anzuwenden und zu vertiefen. Protokolle zur einfachen Auswertung des Tests sind im Anhang zu finden. Geeignet für Sportler, Trainer, Ärzte, die mit Conconi-Tests arbeiten.

**70.2837-14/Q**  
**9.69-67**

Kränzle, Peter; Brinke, Margit

**Faszination Eishockey.** München, Copress, 1996. – 144 Seiten, Illustrationen.



Ziel der Autoren des vorliegenden Buches ist es, Eishockey als den Sport des 21. Jahrhunderts zu präsentieren. Die Faszination, die die schnellste Mannschaftssportart der Welt auszuüben vermag, wird hier in Worte und Bilder gefasst.

**77.967/Q**

Bette, Karl-Heinrich; Schimank, Uwe  
**Doping im Hochleistungssport.** Anpassung durch Abweichung. Frankfurt am Main, Suhrkamp, 1995. – 405 Seiten, Tabellen.

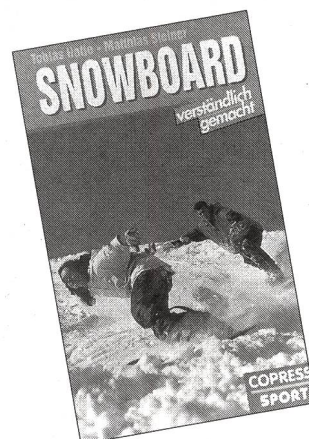
Doping ist kein zufälliges, sondern ein wesentliches Element des modernen Hochleistungssports. Es entspricht einem in der Theorie abweichenden Verhaltens als «Innovation» rubrizierten Handlungstypus. Sozial als legitim angesehene Ziele werden mit illegitimen Mitteln verfolgt: eine Anpassung durch Abweichung. Die Devianz von

Athleten ist dabei keine isolierte individuelle Entscheidung; Doping findet vielmehr in einer dafür anfälligen Subkultur statt und wird durch ein weit gefächertes Umfeld getragen.

**06.2308**

Hatje, Tobias; Steiner, Matthias

**Snowboard verständlich gemacht.** München, Copress, 1995. – 120 Seiten, Figuren, Illustrationen.



Snowboarding – eine faszinierende Sportart, die dem Spass im Schnee keine Grenzen setzt. Die kompetenten und snowboarderfahrenen Autoren legen mit diesem praktischen Taschen-Handbuch eine grundlegende und umfassende Einführung in alle Bereiche des Snowboardfahrens vor. Einsteiger und Fans erhalten einen ebenso ausführlichen wie verständlich geschriebenen Überblick.

**77.965**

Komar, Iris

**Schwimmtechnik im Kindertraining.** Aachen, Meyer & Meyer, 1995/96. – 7 Bände: 118, 127, 143, 104, 112, 120, 114 Seiten, Figuren, Illustrationen, Tabellen.

In den bereits veröffentlichten Bänden dieser Serie werden, vom ersten Trainingsjahr aufbauend ebenfalls vollständig ausgearbeitete Programme für Übungen an Land und im Wasser angeboten. Da in jedem dieser Bände die Theorie des Kindertrainings erläutert wird, die für das entsprechende Ausbildungsjahr charakteristischen Programme aufgezeigt werden, sind die einzelnen Bände als eigenständiges Buch verwertbar und sollen mit dazu beitragen, für schwimmbegeisterte und lerneifrige Kinder Grundlagen für die im Training zu fordernden stabilen und variabel verfügbaren optimalen Techniken zu legen.

Band 1: Grundlagentraining – Trainingsprogramme. 1. Jahr.



Band 2: Grundlagentraining – Trainingsprogramme. 2. Jahr.

Band 3: Grundlagentraining – Trainingsprogramme. 3. Jahr.

Band 4: Rückenschwimmen.

Band 5: Kraulschwimmen.

Band 6: Brustschwimmen.

Band 7: Schmetterlingsschwimmen.

**9.287**

*Le Breton, David*

**Lust am Risiko.** Von Bungeejumping, U-Bahn-Surfen und anderen Arten, das Schicksal herauszufordern. Frankfurt am Main, dipa-Verlag, 1995. – 162 Seiten.

Bungeejumping, Surfen auf U- oder S-Bahnen, Abenteuer-Trecking, Rallyefahren, Überlebenstraining, Rafting und andere Formen (sportlicher) Mutproben bzw. sogenannte Extrem-Sportarten werden – vor allem bei Jugendlichen – immer populärer, obwohl gerade in der modernen Gesellschaft zunehmendes Sicherheitsdenken propagiert wird. Eine stetig wachsende Zahl von Menschen verliert jährlich bei derartigen Aktivitäten ihr Leben.

David Le Breton geht diesem Phänomen in einer interdisziplinär angelegten Untersuchung, die sich auf anthropologische und soziologische Erkenntnisse stützt, auf den Grund. Eine Antwort sieht der Autor darin, dass viele Menschen, die sich zumindest symbolisch dem Tod, bzw. den Grenzen ihrer Existenz nähern, das Bedürfnis verspüren, sich ihrer Identität neu zu versichern und eine Legitimation ihres Lebens zu finden. Le Breton sieht in dieser Lust am Risiko Parallelen zu dem Anrufen von Orakeln bzw. dem Anrufen von Gottesurteilen in früheren Zeiten.

**70.2929**

*Zimmermann, Reto; Battanta, Pamela*

**Frisbee. 1: Technik, Methodik, Spiel.**

Ein Lehrbuch für Schulen und Verein. Schliern, R. Zimmermann, 1995. – 125 Seiten, Figuren, Illustrationen, Tabellen.

Im vorliegenden, auf die Bedürfnisse des Schulsports abgestimmten Lehrbuch ist es den Autoren gelungen, die Faszination des Frisbeespiels in seinen vielfältigen Facetten auszuleuchten. Das geballte Innovationspotential des Frisbeespiels bereichert das Schulsport auf dem Sport- und Pausenplatz.

Die sorgfältig dargestellten, werkstattmässig entwickelten Übungseinheiten gestatten dem Lehrenden einen präzisen, stufengerechten Aufbau der Spielformen.

Dem Spielerzieher bietet sich eine Fundgrube für Spielideen mit dem

handlichen, vielfältig einsetzbaren Spielgerät Frisbee an. Von Einzel- und Partnerspiel mit variationsreichen Geschicklichkeits- und Wettkampfformen wie Disc, Golf und Discathlon, über Mannschaftsspielformen wie Ultimate, können spannende Spielstunden kreiert werden.

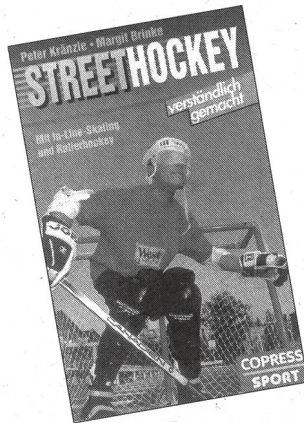
Mit dem grossen Sportspiel Ultimate wird ein temporeiches, dynamisches Laufspiel angeboten, das die Tradition der Grossfeldspiele in der Schule neu belebt.

**71.2417/Q**

*Kränzle, Peter; Brinke, Margit*

**Streethockey verständlich gemacht.**

Mit In-Line-Skating und Rollerhockey. München, Copress, 1996. – 120 Seiten, Figuren, Illustrationen.



«Streethockey verständlich gemacht» wendet sich an alle Eishockey-Fans, die ihren Lieblingssport auch im Sommer nicht missen möchten und selbst aktiv werden wollen. Das Buch stellt die Grundregeln vor und beschreibt verschiedene Spielformen. Die Autoren geben viele Tips zu Ausrüstung, Taktik und Training und zeigen, wie Streethockeyturniere organisiert werden können.

**71.2419**

*Gorschewsky, Ottmar*

**Sportmedizinischer Ratgeber.** Prävention und Training, Therapie und Rehabilitation. Zürich, Fachverlag AG, 1996. – 280 Seiten, Figuren, Illustrationen, Tabellen.

Jeder weiss – oder hat es selbst schon schmerzlich erfahren: Sportverletzungen sind sehr häufig. Vieles davon liesse sich verhüten – auf welche Weise, zeigt dieses Buch. Wo dennoch ein Verletzungsproblem aufgetaucht ist, werden die adäquaten Behandlungs- und Heilungsmassnahmen aufgelistet. Wie sie am besten eingesetzt werden, lässt sich dank Stichwortverzeichnis nachschlagen.

Wichtig ist die Unterscheidung zwischen Sportverletzung und Sport-schaden. Während Sportverletzungen im allgemeinen vollständig zur Ausheilung gelangen, handelt es sich beim Sportschaden um oft irreversible Vorgänge. Sie werden verursacht durch lange andauernde Überbeanspruchungen, nicht angemessene Belastungen, falsche Technik oder ungeeignete, unsachgemässe Sportgeräte und Utensilien wie etwa Schuhe. Die Entstehung von Sportschäden kann verhindert werden, wenn nach den Empfehlungen dieses Buches gehandelt wird.

**06.2303**

*Ferrauti, Alexander; Maier, Peter;*

*Weber, Karl*

**Tennistraining mit System.**

Für Fortgeschrittene und Turnierspieler. Niedernhausen, Falken, 1996. – 192 Seiten, Figuren, Illustrationen, Tabellen, Graphiken.

Auf der Grundlage neuester sportwissenschaftlicher Erkenntnisse vermittelt dieses Buch allen ambitionierten und leistungsorientierten Tennistrainern sowie interessierten Spielern elementares Wissen zu sämtlichen Bereichen des Tennistrainings.

Dieses Buch präsentiert:

- über 120 abwechslungsreiche Übungs- und Spielformen zum Training von Technik, Taktik, Psyche und Kondition,
- detailliert ausgearbeitete Trainingspläne für das Mannschaftstraining in Sommer- und Wintersaison,
- leicht umsetzbare Empfehlungen zu Ernährung, Gesunderhaltung und Leistungssteigerung.

**71.2403**

*Deutscher Tennis-Bund*

**Tennis-Lehrplan.** Band 2: Unterricht

und Training. München, BLV, 1996. – 251 Seiten, Figuren, Illustrationen, Graphiken, Tabellen.

Der erste Teil dieses neu konzipierten Bandes, der den Unterricht thematisiert, beantwortet die Frage, wie die im Tennis-Lehrplan Band 1 «Technik und Taktik» dargestellte Technik gelehrt und gelernt werden kann. Deshalb soll dieser Lehrplan Hilfe und Anregung für die Unterrichtspraxis, aber auch für die Ausbildung im Bereich des Deutschen Tennis-Bundes darstellen.

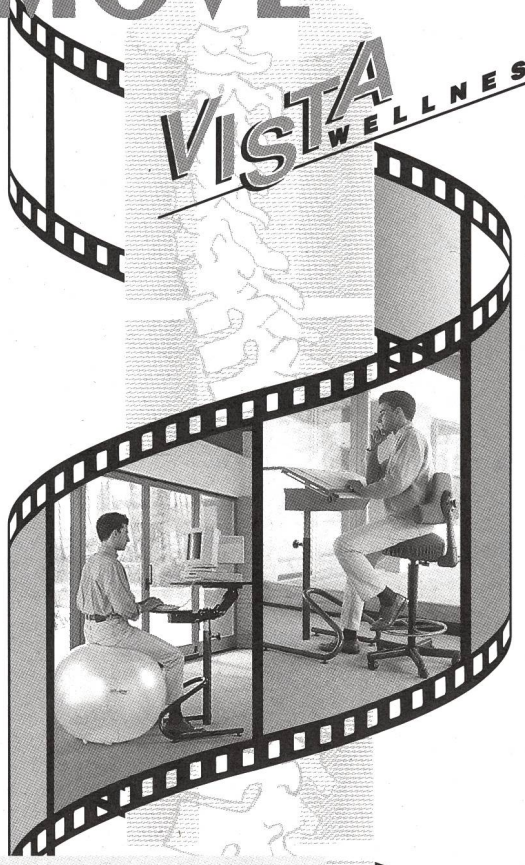
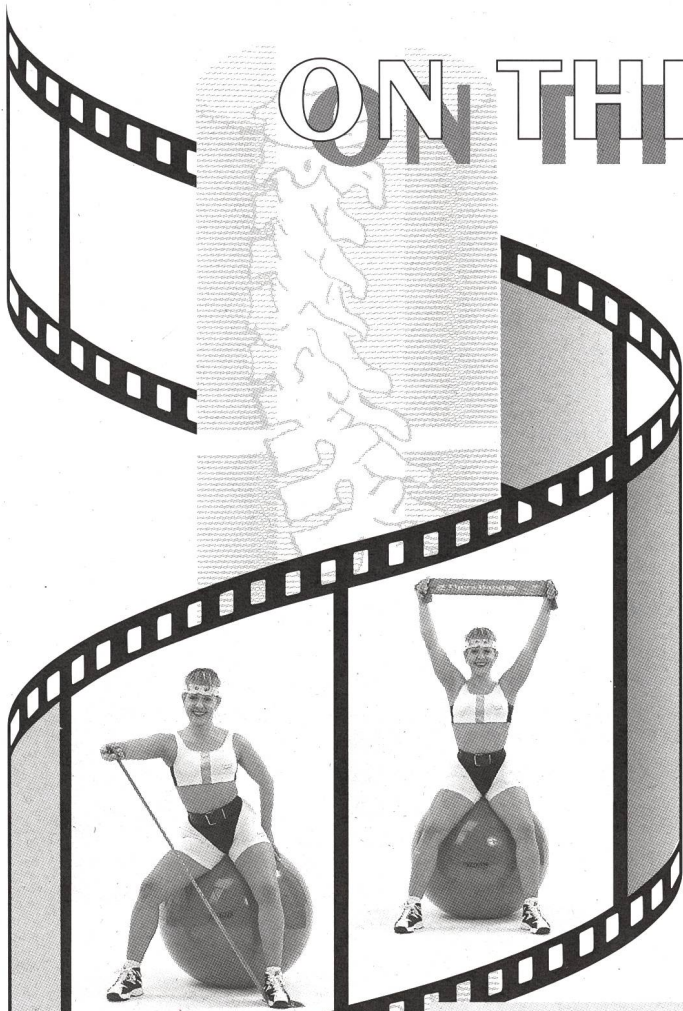
Hauptadressaten des zweiten Teils, der das Training thematisiert, sind Trainer und Sportlehrer. Aber auch für jeden am Training und Wettkampf Interessierten soll dieser Band Informationen und Anregungen vermitteln.

**71.2338**

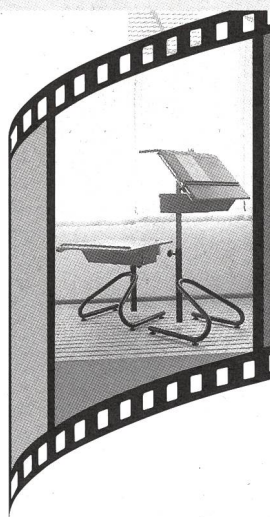
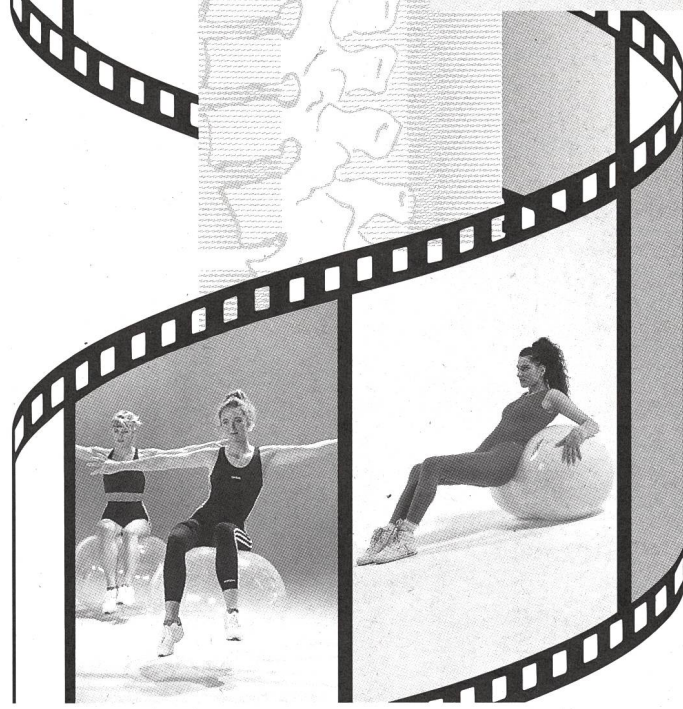


# ON THE MOVE

**VISTA**  
WELLNESS



Schon Gesehen?  
DÉJÀ VU ?



- GYMNIC<sup>®</sup> LINE**
- Thera-Band**
- RITM<sup>®</sup> O BIL**
- Viscolas**

**VISTA**  
WELLNESS

Industriering 7  
CH-3250 LYSS BE  
Tel. 032 387 7030  
Fax 032 387 7035

Rue des Longschamps 28  
CH-2014 BÔLE NE  
Tél. 032 841 4252  
Fax 032 841 4287

Bitte senden Sie mir Ihre Unterlagen  
SVP envoyez-moi votre documentation  
mit der Broschüre "On the move" Dr. med. Bruno Baviera  
avec la brochure

Name / nom .....  
Adresse .....  
Tel. ....



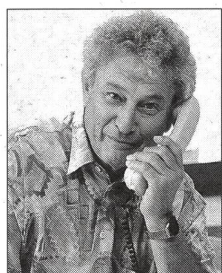
## J+S-LEITERBÖRSE

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

### Skilanglauf/Skifahren/Snowboard

Das Gymnasium Bäumlhof in Basel sucht J+S-Leiter/-innen für das Skilager vom 27.1. bis 1.2.1997. Wir suchen Leiter/-innen für die Disziplin Skilanglauf, Ski-Alpin, Snowboard. Sich melden bei: Frau R. Würsch, Tel. 061 6014090 morgens.

### Paul Hux hat den Stab an Cordula Ventura übergeben



Nach 36 Jahren im Dienste der kantonalen Verwaltung tritt auf Ende Dezember Paul Hux, Chef des J+S-Amtes Zug, in den wohlverdienten Ruhestand.

Paul Hux war 1961 zuerst die rechte Hand des Kreiskommandanten, ab 1966 Sekretär des Büros für Vorunterricht (von 1972 an Jugend+Sport) und übernahm dann bald

die Leitung des kantonalen Amtes. Er hat also hautnah die Entwicklung der nationalen Bewegung miterlebt und sie auch beeinflusst. Nach 12-jähriger Tätigkeit als Optiker hatte der Erwerb des Handelsdiploms den Wechsel der beruflichen Karriere im Dienste des Kantons Zug eingeleitet. Paul Hux ist im wahrsten Sinne des Wortes ein Sportler, mit einer Vorliebe zu den Freiluftsportarten wie Bergsteigen, Skifahren, Skilanglauf, OL, Schwimmen und natürlich Ausflüge in allen Formen. So wurde er rasch erfahrener Experte im Fach «Wandern und Geländesport» und nahm auch aktiv an Ausbildungskursen der ESSM teil.

Seine profunden Kenntnisse führten ihn natürlich auch in verschiedene Arbeitsgruppen, wie die Arbeitsgruppe «Weisungen J+S» und die Fachkommission «Wandern und Geländesport». 1993–94 leitete er die Regionalkonferenz Innerschweiz. Dank seiner Ruhe, seinem Engagement, seiner Übersicht und Systematik sowie einer spontanen Kontaktfreudigkeit war Paul Hux ein geschätzter Partner für die ESSM. Unter den zahlreichen J+S-Aktivitäten, die ihm besonders in Erinnerung geblieben sind, nennt er gerne die Realisierung des Zuger Anschlussprogrammes 1988, die Veränderungen im Rahmen der Herabsetzung des

J+S-Alters und der Innerschweizer J+S-Tag 1994, bei dem er Präsident des Organisationskomitees war.

Bevor er den Stab an Frau Cordula Ventura übergab, drückte er seinen dringenden Wunsch aus, dass J+S nicht kantonalisiert werde. Im Namen der ESSM danke ich Paul Hux für seine reiche Tätigkeit und wünsche ihm Gesundheit und Wohlergehen in einem neuen Lebensabschnitt.

Als Nachfolgerin hat der Zuger Regierungsrat Frau Cordula Ventura, Turnlehrerin mit dem Diplom II der ETH, bezeichnet. Frau Ventura hat auch 7 Semester Wirtschaftswissenschaft an der Universität Zürich belegt und am Seminar Heiligkreuz viele Erfahrungen im Turnunterricht gesammelt mit Schwergewicht Methodik und Didaktik. Cordula Ventura ist Mitglied der kantonalen J+S-Kommission und seit einigen Jahren geschätzte Klassenlehrerin und Referentin in Leiter- und Fortbildungskursen. Als J+S-Expertin im «Polysport» pflegt sie guten und nützlichen Kontakt zu den Sportverbänden. Die ESSM freut sich über die Nomination und wünscht ihr viel Erfolg und Befriedigung in der neuen Verantwortung.

Jean-Claude Leuba, Chef J+S. ■

Der Spezialist beim Ausrüsten von:

## Turnhallen – Sportplätzen Tennisanlagen – Schwimmbäder

Gerne beraten wir Sie über Neuheiten wie **Disc-Golf – Aqua Jogging – Intercrosse** Sportarten, welche auch Sie begeistern werden!

Selbstverständlich sind wir immer top-aktuell in sämtlichen Ballsportarten, Freizeit- und Trainingsspielen, Unihockey, usw.

Rufen Sie uns an und verlangen Sie unsere entsprechenden Kataloge. Es würde uns freuen, Sie unverbindlich beraten zu dürfen.

*Have a nice day*  
**huspo**  
SPORT FREIZEIT

**HUSPO Peter E. Huber AG**

Bahnhofstrasse 10, 8304 Wallisellen, Tel. 01/830 01 24, Fax 01/830 15 67

**Wir wollen  
Durchbrüche,  
nicht  
Rippenbrüche.**

Wir wollen  
fairen Sport



## Für Trainer & Gymnastikdress



Tel. 052/319'43'88  
FAX 052/319'43'89  
**JIM BOB. Shirt + Sport**  
Postfach 77  
8460 Marthalen



## Hotel-Restaurant Kühboden

Das gemütliche Familien- und Bergrestaurant auf 2200 m ü. M. im herrlichen Wander- und Skiparadies auf der Fiescheralp am Aletschgletscher

Informieren Sie sich bei uns über unsere Gruppenunterkunft geeignet für Schullager / Schulreisen und Vereinsausflüge

Mit bester Empfehlung:

**Cornelia und Beat Schmid** Telefon 027 / 970 12 20  
3984 Fiesch / Kühboden Fax 027 / 970 12 25



## KURSE UND VERANSTALTUNGEN

### Universitäre Ergänzungsstudien Institut für Sport Universität Basel

#### Zielgruppe

Turn- und Sportlehrer/-innen, Physiotherapeutinnen und -therapeuten und verwandte Berufe.

#### Ziel des Studiums

Ziel des Ergänzungsstudiums ist die Ausbildung von kompetenten Ausbilderinnen und Ausbildern in den Bereichen:

- Fitness, Training und Gesundheit
- Methodik und Didaktik der Erwachsenenbildung im Sport
- Zugleich kann das Brevet als Health/Fitness Instructor des American College of Sports Medicine (ACSM) erworben werden. Dieses Brevet etabliert sich immer mehr als internationaler Standard.
- Das Ergänzungsstudium bietet somit auch Gelegenheit, sich mit der englischsprachigen Literatur in diesem Fachbereich, welche heute von erstrangiger Bedeutung ist, auseinanderzusetzen.
- Die künftigen Ausbilder/-innen sollen befähigt werden, als Kursleiter/-innen in verschiedenen Schulen, Verbänden und Institutionen Aus- und Weiterbildungsveranstaltungen zu leiten oder Projekte für diese Bereiche zu konzipieren und durchzuführen.

#### Inhalte und Schwerpunkte der Ergänzungsstudien

Die Teilnehmenden sollen die nötige Fachkompetenz erhalten, damit sie auf höchster Stufe im Fachbereich Fitness, Training und Gesundheit aktiv werden können. Das Schwergewicht der Lehrinhalte orientiert sich hierbei an den Bedürfnissen der Bevölkerung und des Breitensports, und nicht am Spitzensport. Die Verknüpfung von Fitness und Training mit allen Aspekten der Gesundheit ist ein Schwerpunkt der Ergänzungsstudien.

- In manchen Bereichen wird eine hohe Fach- und Unterrichtskompetenz angestrebt. In einigen Bereichen können nur Einblicke in die für das Gesamtverständnis wesentlichen Zusammenhänge vermittelt werden.
- Für den Erwerb des Zertifikats resp. Teilnahmebestätigung müssen Modul A und Modul B absolviert werden.

#### Schwerpunkte der Ausbildung

##### Modul A:

##### **Fitness, Training und Gesundheit**

Definitionen und Zusammenhänge, Trainingseffekte, Gesetzmässigkeiten des

Trainierens. Auswirkungen körperlicher Aktivität und Inaktivität. Alter und Sport, Frau und Sport.

Biochemie / Physiologie, Ernährung, Training der Konditionsfaktoren in Theorie und Praxis, Biometrie, Funktionelle Bewegungslehre, neue Trainingsformen im Fitnessbereich, Gesundheit, Sport, körperliche Aktivität, Fitness, Training und Gesundheit: Perspektiven für unsere Gesellschaft.

##### Health/Fitness

##### Instructor des ACSM

In den Ergänzungsstudien ist zugleich die Vorbereitung für die Prüfung als Health/Fitness Instructor des American College of Sports Medicine (ACSM) enthalten. Das Absolvieren dieser Prüfung ist fakultativ und nicht Bestandteil der Ergänzungsstudien.

##### Modul B:

##### **Methodik und Didaktik der Erwachsenenbildung im Sport**

##### Vermittlungsformen

- Unterricht durch erfahrene Referentinnen und Referenten.
- Es werden möglichst vielfältige Unterrichtsformen angestrebt. Ein Schwerpunkt ist die Verknüpfung von Theorie und Praxis; praktische Übungen sind von zentraler Bedeutung.
- Der Kurs erfordert ein intensives Heimstudium und die Bereitschaft, vorhandene Englischkenntnisse aufzufrischen und zu verbessern.

##### Kursprache

- Kurs- und Prüfungssprache ist Deutsch.
- Die beiden Hauptlehrmittel sind in englischer Sprache verfasst. Hierzu wird ein Hilfsvokabular Englisch/Deutsch abgegeben. Im übrigen wird deutschsprachige Fachliteratur benutzt.

##### Teilnehmerzahl

- Mindestens 24, höchstens 28 Teilnehmende.
- Die Studienleitung behält sich vor, aufgrund der fachlichen bzw. beruflichen Zulassungskriterien oder zugunsten einer ausgewogenen Zusammensetzung des Teilnehmerkreises eine Auswahl zu treffen.

##### Dauer, Kursort

- Modul A: Fitness, Training und Gesundheit
- Es sind total 120 Stunden Unterricht geplant. Dieser findet jeweils von Samstag, 14.15 Uhr bis Sonntag, 16.30 Uhr, in der Zeit vom 22.2. bis 19.10.1997 statt.
- Modul B: Erwachsenenbildung

- Es sind total 40 Stunden Unterricht geplant.
- 29.9. bis 3.10.97
- evtl. 6. bis 10.10.97

##### Kursort:

- Kurszentrum des Instituts für Sport der Universität Basel,
- St. Jakobshalle Basel, Brüglingerstrasse 21, 4053 Basel,
- und Labor für Sport- und Leistungsmedizin, St. Johannis-Vorstadt 25, 4056 Basel

##### Teilnahmegebühren

Ergänzungsstudium:

- Modul A Fr. 4000.–
- Modul B Fr. 900.–
- ACSM-Prüfung: ACSM-Mitglieder zirka Fr. 210.–
- Andere zirka Fr. 270.–

##### Anmeldefrist

- 13. Januar 1997

##### Informationen

- Für allfällige Fragen stehen Ihnen folgende Mitglieder der Studienleitung zur Verfügung:
- Dr. med. Rolf Ehrsam, Institut für Sport, Universität Basel, St. Johannis-Vorstadt 25, 4056 Basel, Tel. 061 / 267 3056
- Lukas Zahner, Oberdorf 143, 4323 Wallbach, Tel. 061 / 861 1885 (P), Tel. 061 / 267 2956 (Institut für Sport)

##### Orientierungsveranstaltung

10. Januar 1997, 20 Uhr, Hörsaal des Instituts für Sport, St. Jakobshalle Brüglingerstrasse 21, 4052 Basel. Lukas Zahner ■

## Trainerbildung SOV

### Ausbildung

#### Trainergrundkurs TGK

Im TGK werden qualifizierte Trainerinnen und Trainer der dem Schweizerischen Landesverband für Sport (SLS) angeschlossenen Sportverbände für ihre Tätigkeit im Leistungssport aus- und weitergebildet.

#### Ziele

Einerseits sollen die theoretischen und praktischen Grundlagen für die Trainertätigkeit verbessert werden, andererseits wird das für einen eventuellen Eintritt in die Diplomtrainerausbildung nötige Basiswissen vermittelt.

#### Daten der Serie A

##### (Mannschaftssportarten)

- 15. Februar 1997 Einführung
- 10. bis 12. April 1997 Modul A1
- 26. bis 28. Juni 1997 Modul A2
- 2. bis 4. Oktober 1997 Modul A3
- 14. bis 16. Mai 1997 Modul A4 (prov.)



### Daten der Serie B (Einzelsportarten)

- 15. Februar 1997 Einführung Modul B1
- 7. bis 9. April 1997 Modul B2
- 12. bis 14. Juni 1997 Modul B3
- 28. bis 30. August 1997 Modul B4
- 25. bis 27. Sept. 1997 (prov.)

Änderungen vorbehalten!

### Themen der Module

Steuerung, Energie I (Kraft), Energie II (Ausdauer), Coaching Zulassungsbedingungen

- Anerkennung als J+S-Leiter 3 oder Abschluss der höchsten Trainerausbildung eines Verbandes (oder evtl. eine vergleichbare, ausländische Trainerlizenz).
- Erfahrung und Tätigkeit als Trainer im Leistungssport.
- Visum des Sportverbandes, das bestätigt, dass der Kandidat die Zulassungsbedingungen erfüllt.

### Gesamtleitung

Jean-Pierre Egger, Trainerbildung SOV, ESSM, 2532 Magglingen

### Dauer

Einführung (1 Tag), Module (je 3 Tage)

### Ort

ESSM oder auswärts

### Kosten

Fr. 150.- je Modul

### Auskunft/Anmeldung

Trainerbildung, 2532 Magglingen  
Telefon 032 327 64 35 und 032 327 63 83,  
Telefax 032 327 64 95

### Anmeldetermin

gemäss Detailausschreibung

### Anmerkung

Die Ausschreibungen für den nächsten Diplomtrainerlehrgang I (d) 1998/99 und II (d+f) 1998/99 erscheinen später.

## Fortbildung

### Seminar 1/97

#### Thema:

#### Von Atlanta nach Sydney 2000

- Vorstellung von verschiedenen Projekten
- Diskussion / Schlussfolgerungen

#### Datum/Ort

Mittwoch, 12. März 1997, Nottwil

### Seminar 2/97

#### Thema: Speziell für Spisportarten

#### Datum/Ort

Donnerstag+Freitag 1.+2. Mai 1997, Magglingen in deutscher und französischer Sprache

### Seminar 3/97

#### Thema: Nachwuchstraining

- Biologische, medizinische, psychologische und pädagogische Aspekte des Nachwuchstrainings

#### Datum/Ort

Freitag+Samstag 22.+23. August 1997, auswärts

### Seminar 4/97

#### Thema: Formplanung in Ausdauersportarten

- Besprechung von verschiedenen Beispielen
- Theoretische und praktische Inputs für die Trainer

#### Datum/Ort

Donnerstag+Freitag, 11.9.+12.9.97, Magglingen

### Seminar 5/97

#### Jahrestagung

Thema:

Der Trainer unter dem ständigen Leistungsdruck und der persönlichen Entwicklung

- Kommunikation Zeitmanagement, Stress, Konflikt-Bewältigungen

#### Datum/Ort

Mittwoch+Donnerstag+Freitag  
5.11+6.11.+7.11.97, Magglingen

#### Auskunft/Anmeldung

Trainerbildung, 2532 Magglingen,  
Telefon 032 327 64 35 und 032 327 63 83,  
Telefax 032 327 64 95

Detailausschreibungen erfolgen durch die Arbeitsgruppe Fortbildung zirka 2 Monate vor dem Durchführungstermin.

## Sportschule Zürich

Ausbildung zum «AQUA-FIT-Instruktor» (Grundkurs) 22.+24.11.96 und 8.+9.3.97 in Zürich.

Ausbildung zum «Advanced AQUA-FIT-Instruktor» 5.+6.4.97 in Zürich.

Weiterbildung für «AQUA-FIT-Instrukto-  
ren» 20.4.97 in Zürich.

Anmeldung und Unterlagen Telefon 01 381 84 84. ■

## NEUES AUS DER ESK

### Herbstsitzung: Geld und Geist

Nach langer Vorbereitung durch das Büro der ESK konnte zuhause des Eidg. Departements des Innern der Antrag für die neue Zusammensetzung der Plenarkommission für die Amtsperiode 1997-2000 verabschiedet werden. Künftig setzt sich die Kommission aus 18 Fachleuten und Persönlichkeiten der Bereiche Schule und Bildung, Forschung, Sportverbände, Kantone und Gemeinde sowie der Armee zusammen. Als Delegierter für juristische Fragen - mit beratender Stimme - wurde Dr. iur. Hans Bodmer, Zürich, ernannt. Die ESK erfüllt nach wie vor als Fachorgan des Bundes Beratungsaufgaben im Sport und amtet auch als Aufsichtsorgan der ESSM. Im Zuge der Neustrukturierung wurden sieben Erlasse zur Inkraftsetzung auf den 1.1.1997 beantragt. Als Kernstück ist die Departements-Verordnung über

**Sport** Für Sportler: **3x mehr Leistung!**  
**ActiVital®**

Sport Activital® (Getränkpulver in Sachets) erhalten Sie  
exklusiv in **Apotheken und Drogerien**.  
Informationen unter <http://www.ecr.ch/ecr/> oder bei  
ECR Pharma AG, Bösch 104, 6331 Hünenberg.

**NEU und kostengünstig!**

**Einzigartig: Das neue Getränk**  
Sport Activital® steigert die sportliche Leistung  
mit **dreifacher Wirkung!**  
Mit **Kreatin** für mehr **Kraft**, **L-Carnitin** für  
mehr **Ausdauer**, **Magnesium und Kalium**  
für den **Elektrolyt-Ersatz.**



die ESK zu bezeichnen, welche einer Totalrevision unterzogen wurde. Ein neu geschaffenes Kommissions-Reglement schafft die Grundlagen für die administrativen Belange.

Die Neuschaffung der Lehrmittel Sporterziehung in der Schule tritt in eine entscheidende Phase. Ende dieses Jahres wird der Grundlagenband in der deutschen Fassung der Druckerei übergeben. Die anderen Bände werden etappenweise fertig erstellt. Der Abschluss ist für das Jahr 1998 programmiert. Der Bund beteiligt sich an dieser Herausgabe in der Grössenordnung von 4 Millionen Franken. Hauptbezüger sind die Kantone. Trotz angespannter Finanzlage des Bundes wird am bisherigen Grundsatz einer Gratisabgabe an die in der Ausbildung stehenden Lehrkräfte festgehalten.

1997 könnte in die Geschichte als «Jahr der Weltmeisterschaften» eingehen: Eishockey-Junioren (Morges/Genf), Curling (Bern), Kunstturnen (Lausanne), Minigolf (Studen), Mountain Bike (Château-d'Oex). Die Organisatoren haben dem Bund entsprechende Begehren zur Gewährung einer Defizitgarantie eingereicht. Leider fallen diese in ein denkbar schlechtes finanzielles Umfeld. Die ESK musste erkennen, dass Härtefälle aller Voraussicht nach nicht zu umgehen sind. Das «Finanzpaket» geht nun auf einen beschwerlichen Hürdenlauf bis zum Bundesrat.

Hansruedi Löffel, Sekretär ESK ■

auch der Vandalismus und die Zerstörungswut waren noch nicht so ausgeprägt.

Seit der Olympiade in Barcelona wird nun auch in der Schweiz total anders gespielt. Beim dynamischen Spiel ist es heute «in», ein «cooles dunking» zu machen und sich voll an den Korb zu hängen.

Dies stellt nun ein eindeutiges Sicherheitsrisiko dar, denn die alten Anlagen wurden nicht für diese enormen Belastungen konzipiert. Aus diesem Grund sind wir in die Offensive gegangen und bieten nun einen Verstärkungsteil an, die sog. Vandalensicherung, die die Anlage ganz wesentlich verstärkt.

Diesen Teil gibt es für 2 verschiedene Ausladungen und kann bei Alder & Eisenhut AG bezogen werden. Die Montage erfolgt durch den Hauswart oder in Regie durch Alder & Eisenhut AG.

Profitieren Sie von dieser Möglichkeit, Ihre Anlage sicherer zu machen!

Unverbindliche Offerte und Unterlagen bei: **ALDER & EISENHUT AG**  
Turn- und Sportgerätefabrik  
9642 Ebnat-Kappel  
Tel. 071 992 66 33  
Fax 071 992 66 44 ■

**LESERBRIEF**

**Zur Reportage Selbstverteidigung für Behinderte in Nr. 9/96 von D. Käsermann**

Es ist mir ein Anliegen diesen Bericht etwas zu korrigieren und einiges richtig zu stellen.

Die im Kurs beteiligten und abgebildeten Helfer-Personen sind meine Schüler und Anfänger. Ich finde es nicht richtig, dass sich der Leser nur mit Abbildungen von Anfänger/-innen ein Bild über den technischen Abgang machen konnte. Auch ein Kommentar über die technische Ausführung einer Anfängerin mit nur

2-monatigen Wing-Tsun-Kenntnissen, erübrigt sich!

Ich habe meine 12-jährige Erfahrung in einer Wing-Tsun-Selbstverteidigungskunst, in jahrelangen Trainingsaufenthalten in Hongkong, Taiwan, China, USA und Deutschland erworben. Seit 7 Jahren unterrichte ich Wing Tsun professionell in meiner Schule in Biel.

Es ist falsch in der Bildbeschreibung von einem Leitungsteam zu reden, sondern höchstens von einer Lehrer- und Schüler-Situation. Es leuchtet ein, dass eine schwächere Person nie einen stärkeren festhalten kann. So sind es doch hauptsächlich die Schwächeren, die sich in unserer Gesellschaft bedrängt fühlen. Wenn man jemanden festhält, kann man selber auch nicht zuschlagen. Auch ohne diese Einsicht stellt sich der Leser sicher die Frage: wer hält auf dem Foto wen irgendwie und -wo fest?

Sollte es zu einer körperlichen Auseinandersetzung kommen, ist das wichtigste Prinzip in der Selbstverteidigung: Nicht Halten, Hebeln, Werfen oder Ringen, sondern Zuschlagen!

Initiiert und organisiert hat dieser Kurs Frau Marlis Türlin, Projektleiterin für Zeitfragen des Migros-Genossenschaftsbundes in Zürich. Der Migros-Genossenschaftsbund subventionierte den Kurs beträchtlich. Sechs Migros-Lehrlinge wurden als Helfer eingesetzt, nachdem sie von mir ins WT eingeführt wurden.

Rolf Frutschi, Kursleiter, Schule für Wing-Tsun-Selbstverteidigung und Bodenturnen in Biel. ■

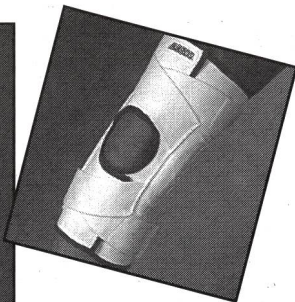
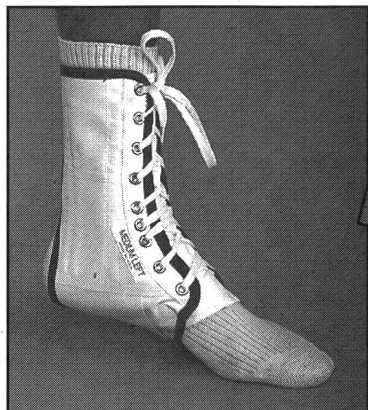
**SPORTANLAGEN**

**Zusatz für erhöhte Sicherheit für Basketball-Anlagen im Freien**

In der Schweiz gibt es hunderte, wenn nicht tausende der unten abgebildeten Basketball-Anlagen. Die Anlagen stammen aus einer Zeit, wo Basketball gemäss Reglement gespielt wurde. Der Korb wurde beim Spiel nicht berührt und



Help-o-fon. Das neue Sorgentelefon für Kinder und Jugendliche.



Exklusiv-Lieferant des Schweiz. Volleyballverbandes sowie der Nat. Kader des Schweiz. OL-Verbandes

**MIKROS schützt und stützt**

- Einfach anzuziehen, keine Behinderung.
- Ersetzt tapan und bandagieren. Hygienisch und waschbar.
- Mikros, ein erprobter Stützverband aus den USA, schützt wirksam vor Gelenkverletzungen und erhöht gemäss wissenschaftlichen Messungen die Stabilität des Fusses bis zu 52%.

Medexim AG  
Solithurnstrasse 180  
2540 Grenchen  
Tel. 032 645 22 37

