

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 8 (2006)
Heft: 6

Artikel: Raus aus dem Elfenbeinturm
Autor: Di Potenza, Francesco
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-991800>

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: 29.03.2025

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

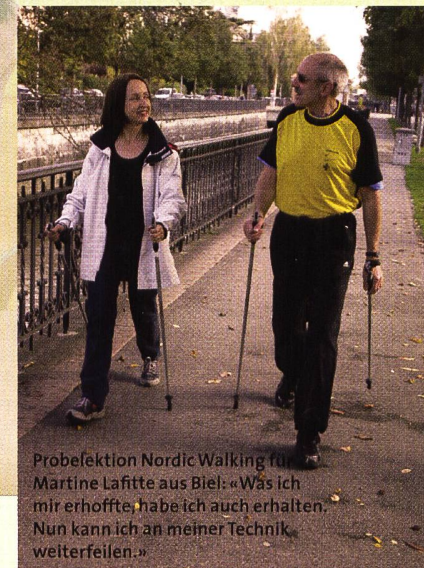
Raus aus dem Elfenbeinturm

Auf Tuchfühlung // Sport ist spannend, dessen Erforschung nicht? Von wegen! Dass sich die Öffentlichkeit auch für wissenschaftliche Aspekte rund um den Sport interessiert, bewies sie Ende Oktober an den Wissenschaftstagen in Biel.

Francesco Di Potenza

► Konzentriert steht er auf dem Skisimulator und versucht sich an der schwarzen Piste. Vor ihm taucht eine Erhebung auf. Der Sprung folgt. Die Anzeige auf dem Display mahnt: zu starke Belastung der Gelenke! Tobias Strahm aus Niederried ist für die schwarze Piste noch nicht bereit. Die rote Piste, die er zuvor gefahren war, liegt aber völlig in seiner Reichweite. «Meine Beine waren bei der letzten Abfahrt schon ziemlich weich», sagt

► Tobias Strahm auf dem Skisimulator:
«Es ist nicht viel anders, als auf der echten Piste. Meine Beine fühlen sich schwer an.»

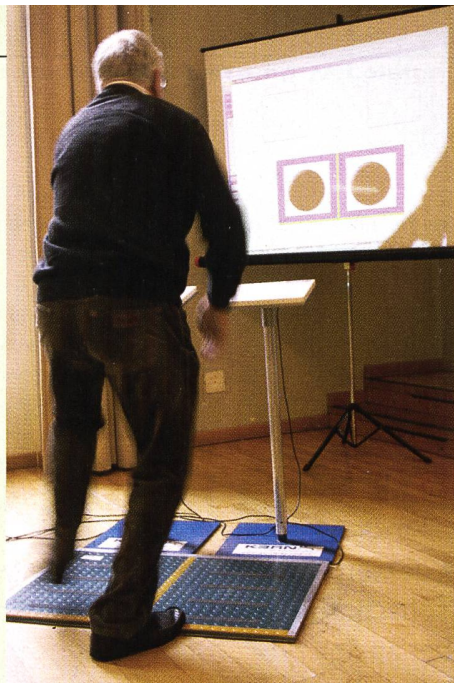


Probefektion Nordic Walking für Martine Lafitte aus Biel: «Was ich mir erhoffte, habe ich auch erhalten. Nun kann ich an meiner Technik weiterfeilen.»



► Kidspark: Der Spielpark wurde von Studierenden der Sportwissenschaften betreut, die mit Spielen die Kinder animierten. Die Eltern erhielten Tipps, wie ihre Kinder mit Spielen und Bewegung eine aktive und gesunde Kindheit erleben.

► Martin Laminet (69) aus Biel beim Reaktions-test: «Ich bin mit dem Resultat zufrieden. Ohnehin ist die ganze Veranstaltung sehr interessant. Vor allem auch für mich als ehemaliger Spitzensportler.»



► Auf Juninhos Spuren: Wer Freistösse scharf und präzise treten will, muss früh mit Üben beginnen.



der 15-Jährige. In der Natur hätte er es möglicherweise geschafft. Aber: «Es fühlt sich nicht viel anders an als auf der echten Piste.»

Zehntausende Besucher

Tobias Strahm war einer der zahlreichen Jugendlichen, die am zweitletzten Oktoberwochenende mit ihren Schulklassen unterwegs waren und die vielen Stände der Wissenschaftstage auf den verschiedenen Plätzen der Bieler Innenstadt besuchten. Wie Tausende andere aus der ganzen Schweiz Hergereiste auch: Insgesamt liessen sich über 30 000 Menschen ihren Horizont durch die erlebbar gemachten Erkenntnisse aus der Sportwissenschaft erweitern.

Und 20 000 beteiligten sich aktiv an den unterschiedlichen dargebotenen Tests. Denn für einmal berieten die anwesenden Wissenschaftler nicht Spitzensportler, sondern Laien. Und machten somit einen Schritt heraus aus dem Elfenbeinturm. So konnten Hobbyskifahrer wie Tobias auf dem Skisimulator beweisen, wie gut sie Unebenheiten auf der Piste abfedern oder wie gestresst ihr Körper beim Fahren der Lauberhornabfahrt ist. Fachleute verglichen dann die Messungen und informierten über die Leistung der Teilnehmenden.

In Sekunden auf 3000 Meter

Interessierten sich die einen mehr dafür, wie Skier gewachst werden oder wie hoch sich der Stabhochsprung-Rekord von 6,14 m «von oben» her gesehen anfühlt, wollten die anderen ihre Schussstärke am Stand des

► Tim Bögli (10), Pablo Grünig (9) und Anna (7) aus Biel nach dem Besuch im Höhenzelt: «Wir spüren nicht viel. Aber das Herz hat schon ein bisschen schneller geklopft.»



Nachwuchsförderungsprojekts «Footuro» des Schweizerischen Fussballverbandes testen. Und sie erfuhren auch, wie Stars wie Tranquillo Barnetta & Co. gemacht werden.

Ein besonderer Leckerbissen war das Iglu-Zelt auf dem Zentralplatz: Dort konnte man sich innert Sekunden auf 3000 Meter Höhe begeben. «Wir wollen der Bevölkerung etwas näher bringen, was die meisten sonst nur in Prospekten sehen», sagt Projektleiter Jon Wehrli vom BASPO. Knapp 15 Minuten dauert das sich Einfühlen in ungewohnter Höhe: «Man atmet ein wenig schneller und das Herz klopft hörbarer», so Wehrli. Und die Reaktionen waren nicht immer die gleichen: «Sie reichten von einem leichten Kopfweh bis hin zu Aussagen wie «Ich spüre überhaupt nichts» beim Austritt aus dem Zelt.»

Sport à la carte

Hochbetrieb herrschte nicht nur an den Ständen, sondern auch im Bieler Volkshaus, wo die Probanden bei den verschiedenen Tests Schlange standen. Welcher Sport passt zu mir? Mit welcher optimalen Trittfrequenz radle ich den Berg hinauf? Wie steht es mit meiner Leistungsfähigkeit? Solche und andere Fragen stellten sich viele Hobby- und Leistungssportler.

Im Diagnostikzentrum erhielten sie die Antworten und wurden dabei erst noch zum Mitmachen animiert. Viele liessen am Radergometer ihre Laktatwerte bestimmen, andere wollten ihr Lungenvolumen kennen. Auch Reaktion und Sinn für Gleichgewicht wurden gemessen, um die körperlichen Fähigkeiten der Testpersonen zu erkennen. Der ehemalige Leistungssportler Martin Laminet aus Biel wagte sich an den Reaktionstest: «Es ist der Plausch!». Und mit dem Resultat sei er auch zufrieden. «Was will ich mehr, mit meinen 69 Jahren?»

Laufen oder diskutieren?

Nordic-Walking-Trainingseinheiten bot der Dozent am Institut für Sportwissenschaften an der Uni Bern und Autor des Erfolgsbuchs «Trainingslehre», Jost Hegner: «Leider sind nicht viele zu unseren Testlektionen gekommen. Möglicherweise ist das unter den vielen interessanten Angeboten etwas untergegangen.» Egal. Martine Lafitte, Übersetzerin aus Biel und seit einem Jahr passionierte Nordic-Walking-Anhängerin, profitierte von der Lektion. «Ich habe wichtige Impulse zur Verbesserung meiner Technik erhalten. Die werde ich jetzt umzusetzen versuchen.»

Waren es in erster Linie Spass und Spiel, die an den Wissenschaftstagen überwogen und die Menschen in Scharen anzogen, wurden an den unterschiedlichen Podien auch ernstere Themen wie Rassismus, Doping, Kommerz im Sport oder die Kraft der Psyche angegangen und fachkundig diskutiert. Die jeweiligen Podien fanden ebenfalls guten Anklang. Auch wenn sie nicht unbedingt vom breiten Publikum überrannt wurden.

Ende gut, alles gut

Die Wissenschaftstage wurden auf Initiative der Stiftung «Science et Cité» organisiert und unter Mitwirkung des Instituts für Sportwissenschaft der Universität Bern und der Eidgenössischen Hochschule für Sport sowie Bundesamt für Sport Magglingen realisiert. Das Ziel dieser vier Tage ist für Elisabeth Veya, Science-et-cité-Geschäftsführerin, vollends erreicht. «Die Erwartungen wurden in verschiedener Hinsicht erfüllt», sagte sie gegenüber «mobile». «Wir haben in diesen Tagen das grosse Interesse der Bevölkerung gespürt. Nicht nur am Sport, sondern auch an den Erkenntnissen, die der Sportwissenschaft zu Grunde liegen.» //

TSL 302 FREEZE FLAME

*Trendiger Look für Kids
Gute Haftung am Berg*



100.-- SFR

- Fixierung mit Rippen-Gurt (oder mit Schnalle)
- Anpassung der Schuhgrösse mit Zahnleiste
- Krallen vorne

30/40

TSL 305 ESCAPE

*Clac Clac Schuh - rasch und gut fixiert
Super Komfort in jedem Gelände*



240.-- SFR

- Rasche Regulierung durch 1/4 Umdrehung
- Steighaken
- Krallen vorne
- SSAS Dämpfung (Sound and Shock Absorbing System)
- Spann-Schnalle mit Zahnleiste
- Voreinstellung durch Stift und Schnalle

35/46



TSL SPORT EQUIPMENT

www.tslsport.com