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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 32 (1975)

Heft: 10

Artikel: Die Turnstunde für jedermann : mehr denn eine Alternative zwischen fit und fett

Autor: Lörtscher

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-994290

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

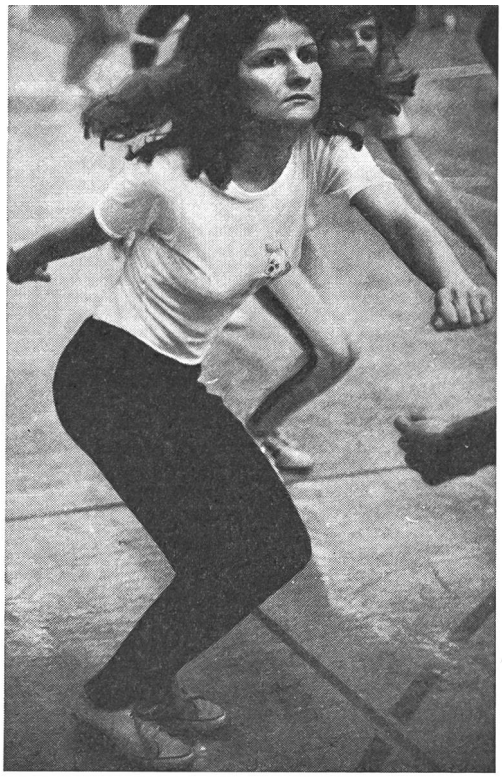
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

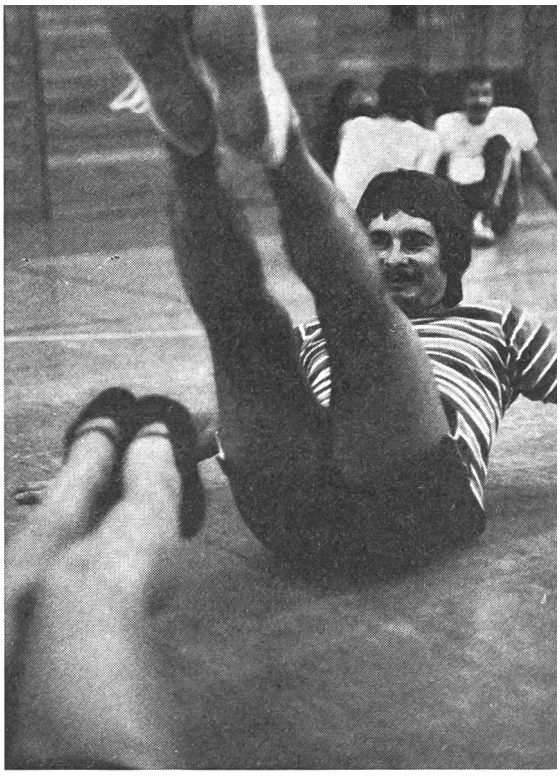
Terms of use

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 04.07.2025

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





Die Turnstunde für jedermann — mehr denn eine Alternative zwischen fit und fett

In der Stettbachturnhalle Zürich zu Besuch

Prolog (Den Dicken eine Lanze)

Fitness rankt heute nicht nur als Symbol für körperliche Leistungsfähigkeit empor, sondern verknüpft sich im Bewusstsein breitester Volksschichten auch mit dem Begriff einer neuen Lebensqualität. Fachleute sprechen bereits von einer eigentlichen Fitness-Neurose, aus welcher Geschäftemacher klingelnden Profit ziehen. Als telegenes Aushängeschild haftet Fitness zuweilen bereits der schale Geschmack abgestandener Werbegags an. Und meistens sind es die Dicken, auf die geschossen wird. Als trügen sie als wandelnder Vorwurf an ihre Körperfülle das Stigma des Krankhaften. Mit Verlaub! Wer in der fitnessverrückten Welt noch fett ist, is(s)t nicht mehr normal. Fast als hiesse es: «Frisch gegessen ist halb gestorben.» Fettsein ist ein legitimes Recht. Ob der Fite oder Fette mehr vom Leben hat, ist letzten Endes Lebensphilosophie. Abgesehen davon ist auch der Fette fit, und sei es auch bloss fürs Essen.

Die Revolution des Erwachsenensports

Vor rund 14 Jahren wurde mit der Aktion «Stadion der offenen Tür» dem Erwachsenensport ohne Vereinszwang eine entscheidende Bresche geschlagen. Sie glich einem wahren Dammbruch, einer kleinen Kulturrevolution der Leibesübungen. Aus Plausch und Bewegungslust, vielleicht aber auch aus einem panischen Schreck über einen sich klar abzuzeichnen beginnenden Zivilisationskollaps, welcher das Gespenst eines unaufhaltbaren Siechtums des Menschengeschlechts an die Wand zeichnete, strömten die sensibilisierten Massen in die Hallen: Stubenhocker und Wohlstandspolsterträger, Männer und Frauen aus dem turnerischen Niemandsland. Die neue Form von «Sport für alle» war geboren — mit nachhaltigem Erfolg. Versicherungsgesellschaften, Krankenkassen, Sportämter, Sportverbände und die Präventivmedizin, allen voran der Schweizerische Landesverband für Leibesübungen mit der «Fit-Parade» und andern originellen Aktionen unterstützten die Fitnessbewegung. Fitness als Aufgabe, Ziel und Alternative zu unserer heutigen Lebensweise wurde zum fröhlichen Spiel ohne Grenzen.

Phänomen Stettbachturnhalle

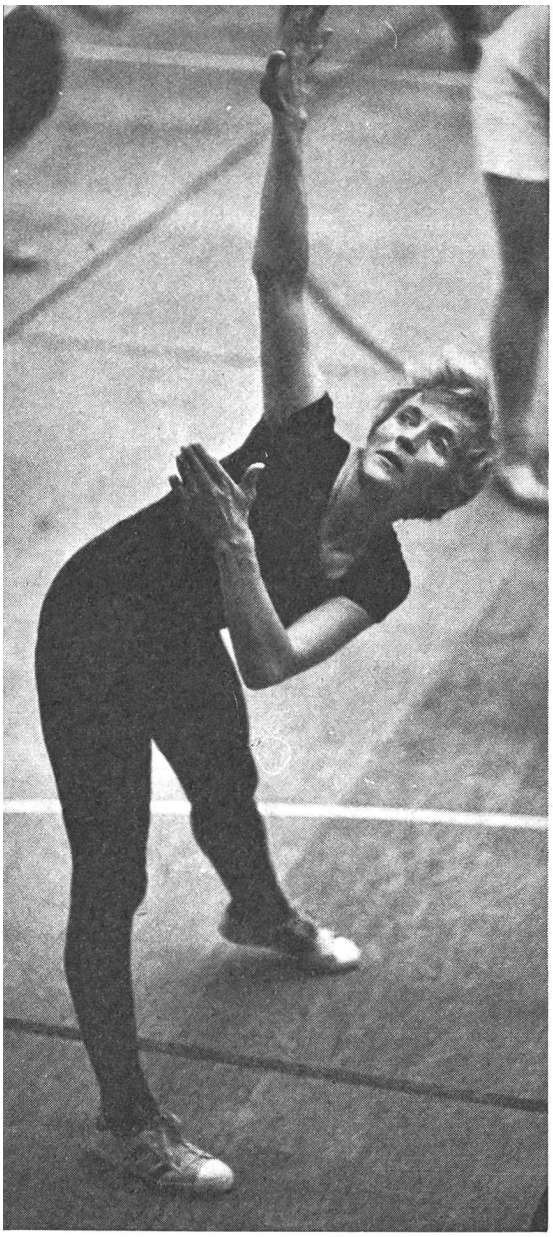
Beispiel Zürich, der Wiege des Jedermannturnens. Hier hat das rührige Sportamt eine mustergültige Organisation aufgezogen und informiert die Oeffentlichkeit laufend über die verschiedenen Kurse und Veranstaltungen im Rahmen von «Sport für alle». Das vielseitige Programm umfasst nicht nur die Turnstunde für jedermann, sondern auch eine Reihe von Sportfächern, worunter zum Beispiel Langlauf, Altersturnen und -schwimmen, Volleyball, Wandern u. a.

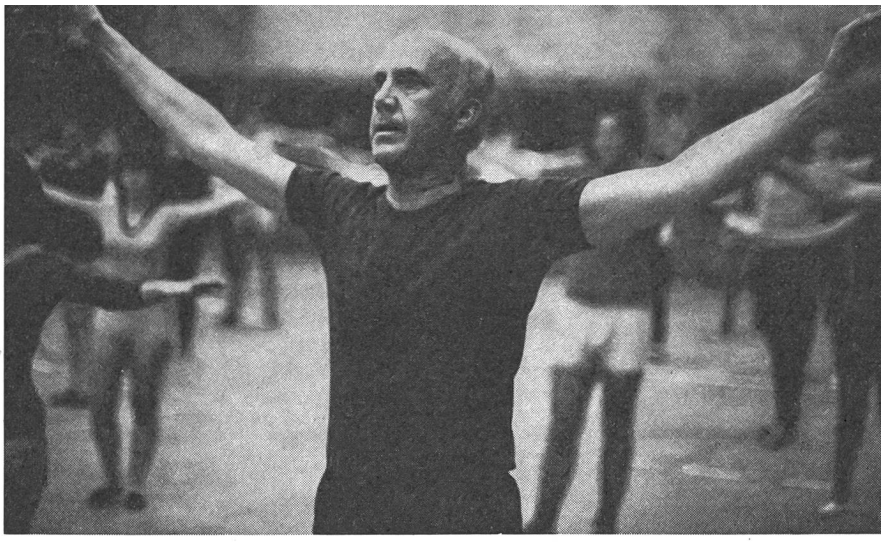
Heute nehmen pro Woche rund 2000 Zürcherinnen und Zürcher jeden Alters am Jedermannturnen teil. Das sind an die 100 000 Sportbeflissene im Jahr (Mehrfachnennungen einbezogen), verteilt auf 42 Turnhallen der Stadt Zürich. Diese Zahlen sind höchst beachtlich, wenn auch noch zu bescheiden, gemessen an der Gesamtbevölkerung.

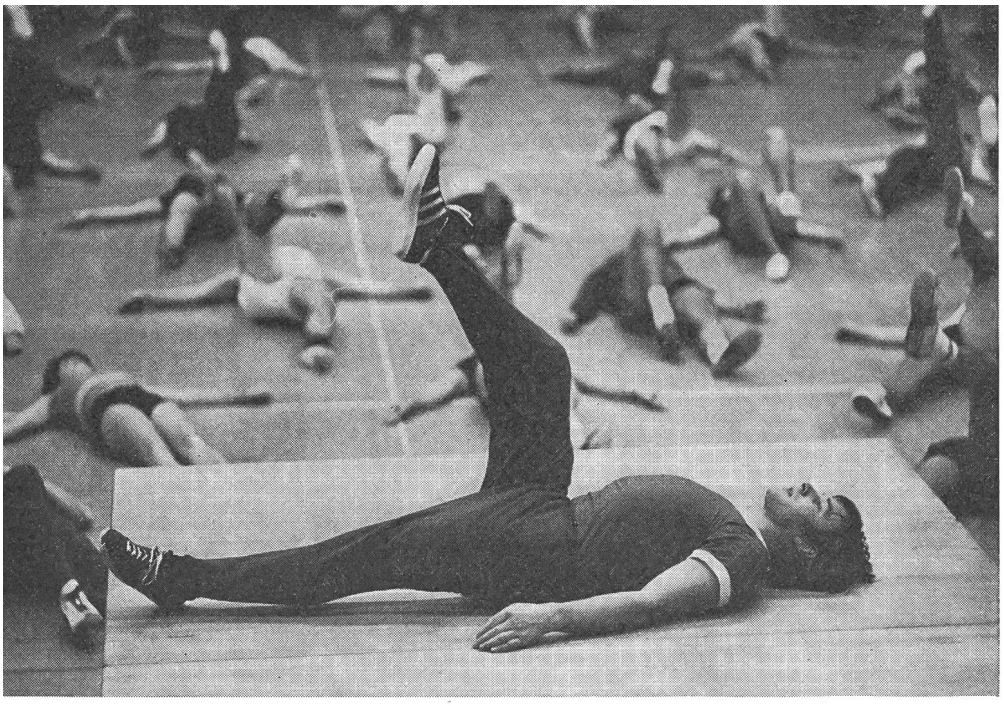
Ein besonderes Erlebnis ist der Besuch der Turnstunde für jedermann in der dreiteiligen Grossturnhalle von Zürich-Stettbach, mit einer durchschnittlichen Teilnehmerzahl von 200 pro Abend. Sie wird organisiert von den Zürcher Sportjournalisten und geleitet von Paul Breitler, einem dynamischen, jungen Nationalturner, welcher durch die ausgezeichnete Schule des zürcherischen Turnvaters Erich Rietmann ging.

Dem Beschauer bietet sich ein überwältigendes, beängstigendes und visionäres Bild zugleich. Wenn die 200 Turnenden im selben Augenblick die Arme schwingen, ist es wie das Aufschwirren eines Vogelschwarms, und wenn sich die Masse zum Einlaufen im Kreise dreht,

(Fortsetzung übernächste Seite)







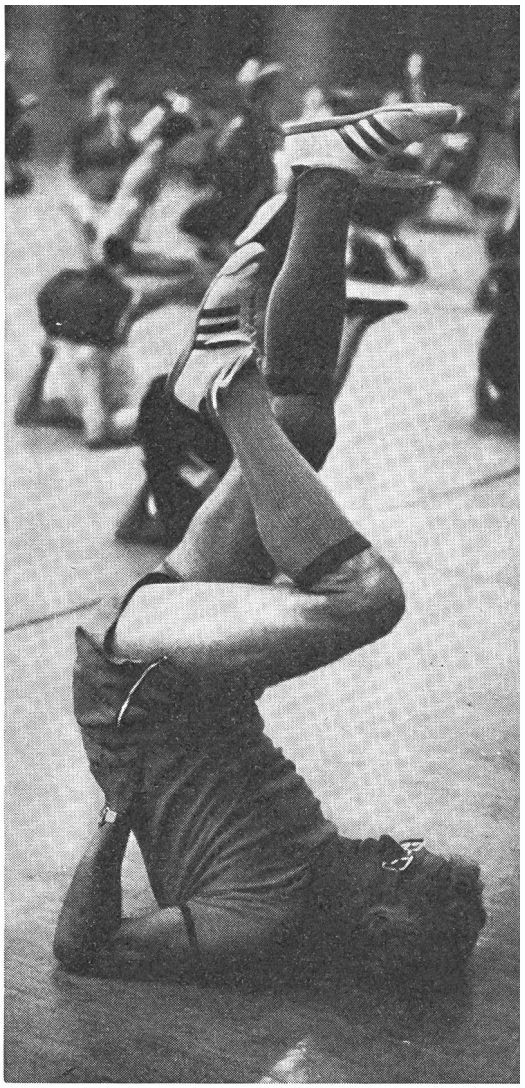
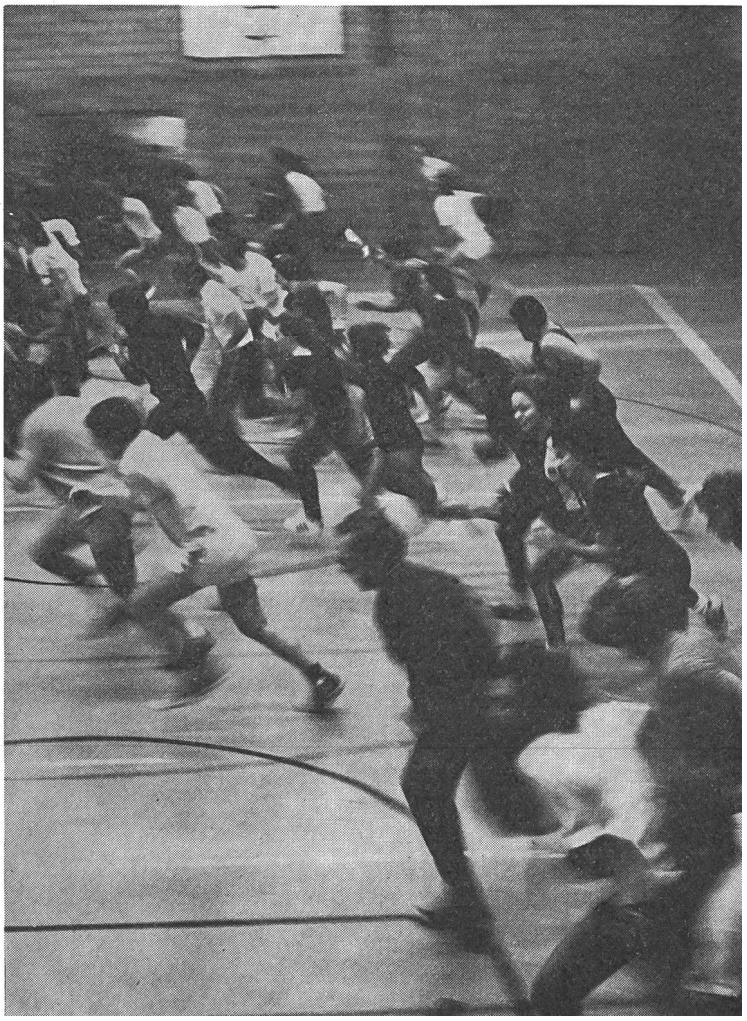


Bild und Text von Hugo Lörtscher, ETS Magglingen

erweckt es die Vorstellung von einem Riesenkarussell. Und wenn Paul Breitler mitten in der riesigen Turnhalle auf seinem Podest seine Uebungen vormacht, welche im Rhythmus zu einer speziell zusammengestellten Musik von den Teilnehmern sogleich synchron übernommen werden, werden Assoziationen vom Tempel, dem Hohepriester und seinen Gläubigen lebendig.
Vom «Plausch» des Mitmachens zur Ekstase scheint es nur ein winziger Schritt zu sein. Fitness-Mystifikation oder Massenhypnose? — Die Frage ist so unberechtigt nicht. Doch kümmert sich inmitten der Masse kaum einer um den andern. Auf seinem Quadratmeter Boden verkörpert und verwirklicht ein jeder seine eigene Welt. Das vorgelegte Tempo ist oft atemberaubend, doch können die Teilnehmer Länge und Zahl der Uebungen dem persönlichen Trainingszustand anpassen. Im Verlaufe der ersten halben Stunde lichten sich die Reihen zusehends. Die Leute kommen und verschwinden nach freiem Ermessen. Ohne Voranmeldung, ohne Vereinsverpflichtung, ohne Bindung, ohne Gruss, ohne Formalität. Sie tauchen auf aus der Anonymität, um für einen Franken Fitness zu tanken und lösen sich wieder auf — wie Schatten. Die zweite halbe Stunde — hier kristallisieren sich die «Habitués» heraus — vollzieht sich in einer gelösteren, familiäreren Atmosphäre. Entsprechend sind auch die Uebungen spielerischer und zum Teil an Partner gebunden. Für die ganz «Eisernen» wird als zusätzliche fünfte Viertelstunde ein Stationentraining in Form eines Geräteparcours geboten.
Die Turnstunde für jedermann in der Stettbachturnhalle wirft verschiedene Fragen auf, welche schon Mittelpunkt des Magglinger Symposiums von 1970 waren («Fitness als Begriff und Ziel», Schriftenreihe der ETS Magglingen). So darf Stettbach als Beweis dafür herangezogen werden, dass Fitness den Menschen in den Rahmen einer neuen Daseinsgestaltung und Bewusstseinsbildung stellt. Als Auseinandersetzung mit der Frage nach Leben und Tod (soll Fitness den Tod überlisten, das Leben verlängern?), als Hingabe und Vollendung in der Harmonie von Leib, Seele und Geist. Ueber allem aber steht ohne Zweifel die spielerisch-verspielte Freude an der Bewegung. Wäre dem nicht so, könnte man geneigt sein, mit den Spöttern auszurufen: «Frohe, heitere, arme Fitnesswelt, wie tust du dich so schwer, seit sich Psycho- und andere Logen deiner angenommen haben!»