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

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 52 (1995)

Heft: 11

Vorwort: Nicht der Sport allein

Autor: Altorfer, Hans

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: 08.07.2025

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

Sport – Bewegung – Gesundheit

Nicht der Sport allein

Hans Altorfer

Die Menschheit hatte schon immer schwerwiegende, lebensbedrohliche Probleme, entweder von aussen auferlegte oder solche, die sie selbst verschuldet hat. Sie sind wegen der technischen Entwicklung mit ihren Folgen und vor allem wegen der Übervölkerung zahlreicher geworden, auch grösser, weltumspannender, gefährlicher.

Eines dieser Probleme heisst Mangel an Bewegung, betrifft nicht alle gleich, sondern vorab die technisch und wirtschaftlich hoch entwickelten Gesellschaften. Einfacher gesagt: die Reichen, die im Übermass zu essen haben, ein Auto besitzen und einen Fernsehapparat. Jene, bei denen die Krankheitskosten am höchsten sind, erstaunlicherweise aber auch die Lebenserwartungen.

Daraus könnte man folgern, dass wir zu lange krank leben.

Lassen wir zu grobe Verallgemeinerungen. Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass in den industrialisierten Gesellschaften eine ansehnliche Gruppe von Leuten verlernt hat, sich genügend zu bewegen. Unser Organismus ist – man muss es noch und noch sagen – darauf angelegt, dass man ihn bis zu einem gewissen Grad immer wieder fordert. Und diese Gruppe von Leuten geht ein erheblich grösseres Risiko ein, wegen diesem Mangel an Bewegung zu erkranken oder gar zu sterben als jene Gruppe, die sich ausreichend bewegt.

Trotz «Magglinger»-Pullover: Diesem Bauch könnte mehr Bewegung nicht schaden, obschon Übergewicht nicht a priori gleichzusetzen ist mit fitnessmässigem Tiefstand. *(Foto: dk)*

Wir hätten es also in der Hand, dass noch viel mehr Leute gesünder länger leben könnten und weniger Krankheitskosten verursachen würden. Und unter Krankheitskosten sind auch die wirtschaftlichen Folgekosten von Krankheiten und frühen Todesfällen zu betrachten.

Ob das für den einzelnen ein erstrebenswertes Ziel ist, ist eigentlich nicht von Belang, weil wir schon lange aufgehört haben, in unserer Verflechtung der sozialen Netze, unabhängige Individuen zu sein. Krankenkassen und Versicherungen sind Solidaritätseinrichtungen. Wer sie nie in Anspruch nimmt, bezahlt für den, der sie braucht. So einfach ist das. Für die Gesellschaft als Ganzes muss also das Ziel erstrebenswert sein.

Es ging beim 34. Magglinger Symposium «Sport – Bewegung – Gesundheit» vom vergangenen September nicht so sehr um den Sport, wie man ihn landläufig kennt, der zwar auch seine gesundheitsrelevanten Probleme kennt. Es ging vor allem um die 50 Prozent der Bevölkerung, die sich zuwenig bewegt. Sie hören richtig. Man nimmt an, dass die Hälfte der Menschen in Helvetiens Landen sich zuwenig bewegt. Allzu optimistische Zahlen von gemachten Erhebungen über körperliche Aktivität sind kritisch zu betrachten und eher nach unten zu korrigieren.

Es ging also um die andere Hälfte, und da stellt sich natürlich sofort die Frage nach der Verantwortung des Sportes, um ihn einmal als Ganzes zu nennen. Hat der organisierte Sport die Aufgabe, sich um diese 50 Prozent aktiv zu kümmern, bei denen es wie erwähnt, nicht um Sport im herkömmlichen Sinne geht, um Training, Wettkampf und Vereinstätigkeiten, sondern um Bewegung ganz allgemein – Treppensteigen, im Garten arbeiten, Pilze suchen – inbegriffen. Diese Frage muss wohl noch weiter intensiv diskutiert werden.

Für die ESSM ist die Sache klar: Sie muss. Sie hat eine Verantwortung der ganzen Gesellschaft gegenüber. Aber sie kann und darf nicht alleine handeln. Hier ist nun wirklich die Gesamtheit an öffentlichen Einrichtungen, die sich um das Wohlergehen der Menschen in diesem Staate kümmert, gefordert.

Gesundheitsförderung durch Bewegung und Sport wird mit Recht als eine nationale Aufgabe bezeichnet. ■