

20. ordentliche Delegiertenversammlung des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen

Autor(en): [s.n.]

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Der Fourier : offizielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen**

Band (Jahr): **35 (1962)**

Heft 6

PDF erstellt am: **05.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-517484>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

oder wo es auch sei, bewusst durchgeführt werden. Beim Marschieren und im leichten Trab erfolgt das Einziehen der Luft sowie das Ausstossen auf je 4—10 Schritte, im flüssigen Lauf auf je 4 Schritte. Wer es fertigbringt den Rhythmus des Atmens so zu regulieren, dass er schliesslich ohne Zutun unseres Bewusstseins funktioniert, wird selten unter der unangenehmen Begleiterscheinung des «Seitenstechens» leiden. Wer die Atmung vernachlässigt kommt läuferisch nie zur Geltung.

Das Ein- und Auslaufen

Von grosser Bedeutung ist auch das Einlaufen vor dem Start, auch Aufwärmen genannt. Es garantiert, wenn richtig durchgeführt, den Antrieb der Funktionen des Körpers, weil er vorbereitet, aufgewärmt, gelockert, gedehnt und vielseitig bewegt worden ist. Im kalten Zustand dürfen dem Organismus nur geringe Leistungen zugemutet werden. Ein routinierter Läufer sitzt vor dem Start nicht herum, sondern vertreibt sich die Wartezeit mit leichten gymnastischen Übungen (Hüpfen an Ort, Kauerübungen, Armkreisen usw.).

Ebenso falsch ist es, sich sofort nach einem Lauf niederzulegen, zu setzen oder herumzustehen. Wir erholen uns nur wieder richtig durch eine bleibende Aktivität des Körpers, durch die aktive Erholung, selbst wenn sie nur im Marschieren während 5—10 Minuten besteht. Unerlässlich ist es auch, die Atmung bewusst tief zu halten um den Sauerstoffmangel, der sich eingestellt hat, wieder auszugleichen. Die Erholung während den auf die Leistung folgenden Stunden vollzieht sich weit besser, wenn diese Regeln beachtet werden.

20. ordentliche Delegiertenversammlung des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen

vom 5./6. Mai in St. Gallen

Die Sektion Ostschweiz hat es verstanden, der diesjährigen Delegiertenversammlung einen würdigen Rahmen und einen ihr eigenen Akzent zu geben.

Der einleitenden Präsidenten-Konferenz folgte als einmalige Abwechslung eine gutbesuchte Führung durch die bekannte Stiftsbibliothek des Klosters St. Gallen statt.

Der unterhaltende Teil bestand aus einem wohlorganisierten Nonstopprogramm, das sich durch ein sehr gutes Niveau auszeichnete und deren Organisatoren unser ungeschminktes Kompliment verdienen. In dieser Stimmung liess sich der kameradschaftliche Geist dieser Tagung ganz besonders gut auswirken.

Am Sonntagmorgen eröffnete um 9.30 Uhr Zentralpräsident Gfr. Arber Kurt die Delegiertenversammlung. Diese verlief in Rekordzeit und ohne besondere Ereignisse. Erwähnen möchten wir speziell das Rahmenprogramm der ausserdienstlichen Tätigkeit für 1962: Referate und Einführung der TO 62, der Versorgungstruppen, Verpflegungskredit, WK-Vorbereitung, Kartenlese- und Kompassübung, Vorträge, Sektionswettkampf, Felddienstübung. Hptm. Beck bisheriger technischer Leiter der Sektion Solothurn trat in St. Gallen offiziell das erste Mal an die Öffentlichkeit und verdankte seine letztjährige Wahl zum technischen Leiter des VSFG, an der er seinerzeit nicht anwesend sein konnte.

Zeitungskommission: In diese wurden für 1963/64 die Sektionen Aargau und Graubünden bestimmt.

Oberstlt. Messmer ergriff das Schlusswort als Stellvertreter des Bundesrates und des OKK und verdankte die rege ausserdienstliche Tätigkeit des VSFG und munterte die Delegiertenversammlung zur weitem unermüdlichen Tätigkeit auf.

Nach den verschiedenen Dankesadressen der Gäste konnte der Zentralpräsident die vorzüglich verlaufene 20. Delegiertenversammlung beim Stellvertreter des OKK abmelden.

Der Schlussakt bildete das übliche Mittagbankett, das im Kongresshaus «Schützengarten» eingenommen wurde.