Zeitschrift: Kultur und Politik : Zeitschrift für ökologische, soziale und wirtschaftliche Zusammenhänge

Herausgeber: Bioforum Schweiz

Band: 31 (1976)

Heft: 3

Artikel: Bio-Strath als Zusatz zur Verpflegung von Spitzensportlern

Autor: Pestalozzi, F.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-892915

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: 14.07.2025

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

Bio-Strath als Zusatz zur Verpflegung von Spitzensportlern

Auf Initiative des finnischen Nationaltrainers S. Nuuttila fand kürzlich an 2 Gruppen von je 19 Nachwuchsleuten des finnischen Spitzensportes während 7 Wochen ein Versuch mit Bio-Strath Aufbaupräparat als Zusatzdiät statt. Zeitlich gliederte sich der Versuch in zwei dreiwöchige Halbperioden, die durch eine Belastungsprüfung in Form eines Dauermarsches über 80 Kilometer getrennt waren. Jeder Sportler nahm das Präparat – 3 x täglich 1 Kaffeelöffel – während nur einer Halbperiode ein. Somit erhielten die Hälfte der Versuchsteilnehmer die Zusatzdiät in der ersten, die andere Hälfte in der zweiten Halbperiode. Durch den Sportarzt, den Psychologen, die Trainer und die Sportler selber, wurden im ganzen 20 000 Einzeldaten festgehalten. Die Auswertung des umfangreichen Zahlenmaterials erfolgte durch den Statistiker Dr. F. H. Schwarzenbach, Chur. *Er stellte fest* (Jugend + Sport, 6/76), *daß sich im Versuch nachweisen ließ, daß die zusätzliche Ernährung mit Bio-Strath günstige Ergebnisse zeitigte.*

Die positive Wirkung auf die Leistungen war unter anderem feststellbar im 12 Min. Dauerlauf. Die Bio-Strath-Gruppe lief nach dreiwöchiger Einnahme des Präparates im Durchschnitt 141 m weiter (rund 15 Prozent), gegenüber dem ersten Probetest. Bei der Kontrollgruppe hingegen ergab sich im Durchschnitt aller Sportler ein Leistungsrückgang um 19 m.

Der Lernfortschritt (Theorie) war bei der Bio-Strath-Gruppe signifikant höher als in der Kontrollgruppe. Die vorbeugende Verabreichung von Bio-Strath während 3 Wochen vermochte die negativen Auswirkungen einer extremen körperlichen und psychischen Belastung (80-km-Marsch) zu mildern, so vor allem bei den Kriterien Fitneß, Appetit, Verdauung und Konzentration. Ebenso wurde durch das Präparat das Schlafverhalten der Sportler günstig beeinflußt. Bei Einnahme des Stärkungsmittels reagierten die Sportler weniger empfindlich und ausgeglichener.

Seit 15 Jahren wird die vielseitige Wirkung des auf natürlichen Grundstoffen basierenden Aufbaupräparates Bio-Strath wissenschaftlich getestet. Die positiven Ergebnisse des umfangreichen Versuches mit den finnischen Spitzensportlern bestätigten wieder einmal mehr die bisher erzielten Resultate, über die zahlreiche Publikationen vorliegen. Beim Spitzensportler sind die positiven oder negativen Auswirkungen von Stärkungs- oder Aufputschmitteln leicht ersichtlich. *Ein Aufbaupräparat, das keine Doping-Substanzen enthält und bei Sportlern unter Streßbedingungen günstige Resultate zeigt, eignet sich vorzüglich für jedermann.*

F. Pestalozzi

Die Wikinger in der Schweiz

An den meisten Landwirtschaftsschulen Skandinaviens wird die Biologie zweckentsprechend auf die konventionelle Landbaumethode, Kunstdünger–chemische Bekämpfungsmittel, ausgerichtet und die Studierenden bekommen keine zufriedenstellenden Antworten auf konzis gestellte Fragen, die ökologischen Abläufe in der Natur betreffend.

So kommen sie in immer steigendem Maße zu uns mit Fragen und Anmeldungen zu unseren Wochenendkursen über die organisch-biologische Kulturmethode. Die Kurse sind immer vollbesetzt und müssen wiederholt werden.

So ist die Saat aufgegangen. Bis hoch hinauf über dem Polarkreis in Schweden, Norwegen und Finnland entstehen größere und kleinere Studienkreise.

Von unseren Gesinnungsfreunden in Norwegen kam wiederholt der Wunsch, eine Reise zu Dr. Müller machen zu dürfen, um all das Große im organisch-biologischen Landbau und in der Person Dr. Müllers selbst, zu erleben.

Ende August 1976 kam diese Reise zustande und ich schaltete mich als Reiseleiter, Dolmetscher und Zwischenglied ein. Dr.