Zeitschrift: Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 18 (1961)

Heft: [12]

Rubrik: Mitteilungen

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: 15.07.2025

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

Bibliographie

Aus der Theorie für die Praxis

Tschiene, Peter DK: 796.531.2

Frühzeitiger Beginn mit der Hammerwurfschulung!
In «Die Lehre der Leichtathletik», 1961, 44, S. 1071—1074.

Wie in allen übrigen Disziplinen muss auch im Hammerwerfen bei der Jugend bzw. bei den Schülern begonnen werden. Tschiene stellt in seiner Arbeit eingangs fest, dass viel zu wenig Hammerwettkämpfe ausgetragen werden, erst recht keine für die Jugend. Hinzu komme das Platzproblem. Auf den wenigsten Sportplätzen dürfe geworfen werden.
Da der Hammerwurf nebst dem Stabsprung wohl die schwierigste technische Disziplin ist, kann seine Schulung nur stufenweise vorangetrieben werden. Der optimale Grad der Koordination der Bewegung in allen Teilphasen — in bestimmtem Masse von der Qualität der körperlichen Haupteigenschaften (besonders Kraft und Geschicklichkeit) abhängig — setzt eine möglichst lange systematische Betätigung in dieser Disziplin vor dem Höchstleistungsalter voraus. Daher muss die Technik, so stellt Peter Tschiene fest, schon im Jugendalter ihre festen Grundlagen erhalten, ja bis zur Feinformung mit Abschluss der Jugendklasse gelangen. Der Verfasser stimmt mit Schmidt überein, dass das Lernalter (10. bis 12. Lebensjahr) in gewissem Sinne schon für den Hammerwurf zu nutzen sei. Den Beginn des speziellen Uebens setzt er in die Zeit vom 12.—15. Lebensjahr.
Frühzeitig, nie aber einseitig! ist seine Forderung. Die Technikschulung bis zur Feinform des Bewegungsablaufes dürfe nur eine der Hauptaufgaben im Jugendtraining sein. Tschiene begründet es wie folgt:

1. braucht man eine lange Zeit bis zur meisterhaften Beherrschung des komplizierten Bewegungsablaufes, weshalb wir so früh wie möglich mit seiner Schulung beginnen sollten, um im Höchstleistungsalter technisch fit zu sein;
2. sollten wir die für das Erlernen von Bewegungen physiologisch günstige Kinder- und Jugendzeit nicht ungenutzt verstreichen lassen.

In einem speziellen Absatz entwickelt Tschiene seine Trainingsmethode. Die gründliche vielseitige körperliche Allgemeinausbildung müsse mit der technischen Schulung parallel laufen. Ziel: Rohform des Gesamtbewegungsablaufes, d. h. die Fussabwicklung mit 4-kg- bzw. 5-kg-Gerät, der Anschwung mit Schräglage der Hammerbahnebene (ohne Kontertechnik). Möglichst bald sollten drei bis vier Drehungen mit relativ hoher Geschwindigkeit ausgeführt werden, zur Schaffung spezieller Bewegungserfahrungen. Neben der Trainingsmethode für Schüler folgt in Tschienes Arbeit noch diejenige für B-Jugendliche sowie für die A-Jugend.
Erfahrungen und Ergebnisse schliessen den interessanten Aufsatz ab. Marcel Meier

Wir haben für Sie gelesen

Barberis, Franco DK 796.332

Das Fussballspiel. Zürich, 1961, Verlag Jean Frey AG. — 8°, 74 S., ill. — Fr. 9.80.

Getarnt als ein gewisser «Tschutti» — einer selbstgeschaffenen, originellen Figur, durch ihr Erscheinen und Wirken in den Spalten des Zürcher «Sport» seit 30 Jahren dessen Lesern vertraut und unentbehrlich geworden — glossiert der Künstler in träfen, humorvollen Worten und Zeichnungen die Ereignisse rund um den Volkssport Fussball. Dabei beweist er nicht nur ein fundiertes fachtechnisches Wissen, sondern auch eine vielseitige Betrachtungsweise, die das Lesen und Schauen zu einem ungetrübten Genuss macht. Ob der Verfasser nun kommentiert, karrikiert, kritisiert oder philosophiert, seine Pfeile treffen stets ins Schwarze. Aus hunderten von Einzelblättern entstand durch Hinzufügung einiger Ergänzungen ein in folgende Kapitel gegliedertes, geordnetes Ganzes: Historisches — Regeltechnisches — der Schiedsrichter — moderne Entwicklung — Taktik — Publikum — Nachwuchsprobleme — Kommerzielles — Finale. — Sachverständige wie Laien, Kinder wie Erwachsene ergötzen sich an dieser fröhlichen Geschichte des Fussballspiels. Eine prächtige Gabe unter den Weihnachtsbaum. Rü

Graber, Hans. DK: 087.5

Gewässer, Spiegel unserer Heimat. Zürich, SJW, 1961. — 8°. 32 S. ill. — Schweizerisches Jugendschriftenwerk, 747.

Die Lebewelt in Bach, Fluss, Weiher und See. Der Mensch greift ein: Gewässer verschmutzen. Unsere Aufgabe heisst Gewässerklärung. Wie erhalten wir die Gewässer unserer Heimat sauber.

Balzli, Ernst. DK: 087.5

Der Mittelstürmer. Zürich, SJW, 1961. — 8°. 32 S. ill. — Schweizerisches Jugendschriftenwerk, 749.

Im Sport beglückt Schneid und Leistung, aber nie ohne Selbstbeherrschung, Nüchternheit und flotte Kameradschaft.

Stemmler, Curt. DK: 087.5

Tiere in unsern Bergen. Zürich, SJW, 1961. — 8°. 32 S. ill. Schweizerisches Jugendschriftenwerk, 751.

Der Verfasser berichtet über eigene Erlebnisse und erzählt Anekdoten von Gemsen, Murmeli, Hirschen, Schneehasen, Bergfüchsen, Dohlen und andern Bergtieren. Damit diese Tierwelt erhalten bleibt, müssen allerlei Schutzmassnahmen unternommen werden.

Verne, Jules. DK: 087.5

Die Reise zum Mond. Zürich, SJW, 1961. — 8°. 32 S. ill. Schweizerisches Jugendschriftenwerk, 753.

Wie trefflich der grosse Phantast Jules Verne die Zukunft schon vor hundert Jahren vorausgesehen hat, erfährt der Leser in diesem Heft. Drei Männer lassen sich in einer Rakete auf den Mond schiessen und erleben alle Schrecken und Ueberraschungen einer ersten Mondfahrt.

Neuerwerbungen unserer Bibliothek

Die nachfolgenden Werke können zu den üblichen Leihbedingungen bestellt werden.

Festschrift zum 50jährigen Bestehen des Fussballclubs Helvetia Bern 1910—1960. Bern, FC Victoria, 1960. — 8°. 45 S. Abr 2472

Hellbrügge, T.; **Rutenfranz,** J.; **Graf,** O. Gesundheit und Leistungsfähigkeit im Kindes- und Jugendalter. Stuttgart, G. Thieme, 1960. — 8°. 293 S. Abb. — Fr. 37.40. A 4013

Holme, H. Colonel Bilgeri's Handbook on Mountain Ski-Ing. London, Chiswick Press, 1929. — 8°. 110 p. ill. 8 tabl. A 4002

Interverband für Skilauf. Skitechnik. Schweizerische Skianleitung. Bern, Interverband für Skilauf, 5. Aufl. 1960. — 8°. 52 S. ill. + Lehrplan. Abr 2510

Jahn, R. Zur Weltgeschichte der Leibesübungen. Festgabe für Erwin Mehl zum 70. Geburtstag. Frankfurt a. M., W. Limpert, 1960. — 8°. 216 + 136 S. 1 Portr. Tafel. — Fr. 21.80. A 3987

Jokl, E. Medicine and Sport. Lexington, Univ. of Kentucky, 1960. — 8°. 184 p. Fig. A 3985

Katz, O. Früh übt sich ... Eine Fibel für Skibuben und Skimaitli. Zürich, SJW, o. J. — 8°. 31 S. Abb. Abr 2485

Korobkow, G. W. Zehnkampftraining. Berlin, Sportverlag, 1954. — 8°. 231 S. Abb. A 4010

Kuhn, U.; **Knoll,** W. Alters- und Gedenkregister der Sennen- und Turnerschwinger. Thun, Buchdr. F. Weibel, 1947. — 8°. 82 S. Abr 2493

Lehmann, G.; **Kraut,** H. Arbeiten aus dem Max-Planck-Institut für Arbeitsphysiologie und dem Max-Planck-Institut für Ernährungsphysiologie in Dortmund. — Ausgabe Januar 1961. — 8°. 39 S. Abr 2522

Leutert, H. Ski-Turnen. Eine Anleitung für Leiter von Skiturnkursen und Geländekursen, und für den Selbstunterricht, sowie für Haus-Skigymnastik. Bern, P. Haupt, 1926. — 8°. 64 S. Fig. Abr 2488

Livanos, G. Ueber dem Abgrund. Senkrecht bis überhängend ... Aus dem Leben eines passionierten Bergsteigers. Rüschlikon-ZH, Stuttgart, Wien, A. Müller, 1960. — 8°. 251 S. 8 Taf. — Fr. 17.80. A 3991

Maegerlein, H. Olympia 1960. XVII. Olympische Sommerspiele in Rom. Bd. 2. Frankfurt a. M., W. Limpert, 1960. — 4°. 199 S. ill. — Fr. 22.—. Ag 219

Maegerlein, H. Hätten Sie's gewusst? Frankfurt a. M., W. Limpert, 1960. — 8°. 138 S. ill. — Fr. 8.95. A 4017

Mehl, E. Antike Schwimmkunst. München, Ernst Heimeran, 1927. — 8°. 142 S. Abb. — Fr. 4.—. A 4037

Mitscherlich, A.; **Mielke,** F. Medizin ohne Menschlichkeit. Dokumente des Nürnberger Aerzteprozesses. Frankfurt a. M./Hamburg, Fischer-Bücherei, 1960. — 8°. 296 S. ill. A 4056

Mortzfeld, A.; **Cherubim,** F. Der tanzende Kreis. Singspiele und Volkstänze. Frankfurt a. M., W. Limpert, 1960. — 8°. 133 S. Noten — Fr. 10.10. A 3986

Müller, B. Tanzbuch. Musiksatz von D. Zimmerschied. Herg. vom Inst. für Leibesübungen der Johannes Gutenberg-Univ. Mainz. Frankfurt a. M., W. Limpert, 1960. — 8°. 103 S. Fig. und Noten. — Fr. 6.65. A 3988

Müller-Limmroth, W. Die Bedeutung sportmedizinischer Forschung für die Leibesübungen vom Standpunkt der Muskelphysiologie. In: Der Sportarzt. 10, 1959, 2, S. 31—37. APg 41

Noack, H. Menstruation und Frauensport. In: Sportärztliche Praxis. 1960, 2, S. 66—72. AP 53

Nyfenegger, H. Junge Skiläufer. Ski-Lehrbüchlein für die Jugend. Thun, Ott-Verlag, 1931. — 8 °. 32 S. ill. Abr 2476

Omega, Biel. Die Technik der sportlichen Zeitmessung. Biel, 1960. — 4 °. 48 S. ill. Abrg 799

Opere per l'Olimpiade di Roma — **Ouvrages** pour l'Olympiade de Rome — **Works** for the Olympic Games in Rome — **Bauarbeiten** für die Olympischen Spiele in Rom — **Obras** para las Olimpiadas de Rome. Roma, Ministerio dei lavori pubblici, 1960. — 8 °. 108 p. ill. A 3977

Pause, W. 100 Genussklettereien in den Alpen. 2. Aufl. München-Bonn-Wien, BLV Verlagsgesellschaft, 1960. — 8 °. 208 S. ill. — Fr. 28.60. A 4007

Pause, W. Ski heil. Die hundert schönsten Skiabfahrten in den Alpen. 6. Aufl. München-Bonn-Wien, BLV Verlagsgesellschaft, 1959. — 8 °. 211 S. ill. — Fr. 27.30. A 4006

Penknowitsch, A. A. Ueber die Einschätzung der Wiederherstellungsperiode nach einer Standardbelastung. In: Theorie und Praxis der Körperkultur. 9, 1960, 11, S. 1003—1005. AP 40

Pfeifer, K.; **Bucklitsch,** W. Ueber die Gefahren des Tauchens mit reinem Sauerstoff. In: Das Deutsche Gesundheitswesen. 15, H. 29, S. 1540—1545. Abrg 819

Pönisch, H. Stützsprünge. Berlin, Sportverlag, 1960. — 8 °. 116 S. Abb. — Fr. 5.30. A 3999

Poppelbaum, H. Die seelischen und geistigen Untergründe des Sports. Dornach, Philosophisch-anthropologischer Verlag, Gœtheanum, o. J. — 8 °. 39 S. Abr 2490

Preugschat, F.; **Kunow,** L. Neuzeitliche Leibeserziehung in der Landschule. Frankfurt a. M., W. Limpert, 1960. — 8 °. 83 S. Abb. — Fr. 6.65. Abr 2465

Programm für Vorturner und Turnwarte des Deutschen Turnverbandes. Verfasst von einem Lehrerkollektiv des Institutes Gymnastik und Turnen der DHfK. Berlin, Sportverlag, 1960. — 8 °. 268 S. Abb. — Fr. 7.35. A 3984

Ranke, O. F. Arbeits- und Wehrphysiologie mit Hinweisen auf die Sportphysiologie. Leipzig, Quelle & Meyer, 1941. — 8 °. 139 S. Abb. A 4005

Recla, J. Helfen wollen wir ... Literaturkunde der Leibeserziehung für den Junglehrer. Die Leibeserziehung in der Gesamterziehung. Graz, IfL, 1960. — 4 °. 81 S. — verv. Abrg 821

Reichel, H. Muskelphysiologie. Berlin-Göttingen-Heidelberg, Springer-Verlag, 1960. — 8 °. 276 S. Abb. — Fr. 62.35. A 4011

Scheller, L. Ball und Geige in Deiner Hand. Frankfurt a. M., W. Limpert, 1960. — 8 °. 96 S. ill. — Fr. 6.20. Abr 2505

Schmitt, F. Sommerski. München, Bergverlag R. Rother, 1934. — 8 °. 61 S. ill. Abr 2483

Schönholzer, G. Ueber die Bedeutung der Milch bei Arbeit und Sport. — 8 °. 10 S. Abr 2457

Moderner **Schwimmunterricht.** Eine Anleitung für den Schwimmunterricht der Anfänger unter verschiedenen Bedingungen. Erarbeitet von einem Autorenkollektiv. Berlin, Sportverlag, 1960. — 8 °. 192 S. Abb. — Fr. 4.95. A 3995

Neuer **Ski-Klub** Zürich. Festschrift zur Feier seines fünfundzwanzigjährigen Bestehens, 1912—1937. Zürich, NSKZ, 1937. — 8 °. 136 S. 13 Taf. A 4003

Neuer **Ski-Klub** Zürich. Ski- und Ferienhaus Stoos. Zürich, NSKZ, 1936. — 8 °. 54 S. ill. Abr 2500

Deutscher und Oesterreichischer **Ski-Verband.** Amtlicher Lehrplan des Deutschen Ski-Verbandes. München, Bergverlag R. Rother, 1930. — 8 °. 19 S. Abr 2478

Deutscher und Oesterreichischer **Ski-Verband.** Amtlicher Lehrplan des Oesterreichischen Ski-Verbandes. Wien, H. Kapri, 1931. — 8 °. 27 S. Abr 2479

XVII. Olympische **Sommerspiele** in Rom 1960. Hrg. von der Gesellschaft zur Förderung des Olympischen Gedankens in der Deutschen Demokratischen Republik. Berlin, Sportverlag, 1960. — 4 °. 320 S. ill. — Fr. 26.40. Ag 241

Somogyi, J. C.; **Kapp,** H. Vollwertige Ernährung und Gemeinschaftsverpflegung. Vorträge der Arbeitstagung in Baden, 12.—13. 5. 1960 veranstaltet von der Schweiz. Gesellschaft für Ernährungsforschung, der Schweiz. Gesellschaft für Präventivmedizin und dem Institut für Ernährungsforschung. — Basel, Verlag Karger, 1961. — 8 °. 194 S. — Fr. 30.—. A 4029

Spiegel, A. Via Aurelia 8. 4. Das Olympiabuch der deutschen Jugend. Frankfurt a. M., W. Limpert, 1960. — 8 °. 144 S. ill. — Fr. 11.20. A 4016

Deutscher **Sportbund.** Sport und Freizeit. Berichtsheft. Arbeitstagung Duisburg 1959. — Frankfurt a. M., Buchdr. F. J. Heinrich, 1960. — 8 °. 59 S. Abr 2504

Tennis - Turf - Turniere. Zehn schöne Sportarten, erlebt und erläutert von zehn ihrer Meister und gezeichnet von Ulrik Schramm. Hamburg, Blüchert-Verlag, 1961. — 8 °. 160 S. ill. — Fr. 10.20. A 4041

Stahl, H. Leitfaden für Skifahrer. Kreuzlingen, Selbstverlag des Verfassers, o. J. — 8 °. 26 S. Fig. Abr 2487

Swimming Pools. A sunset book. Menlo Park, Lane Book Company, 1960. — 4 °. 112 p. ill. — Fr. 9.35. Ag 240

Von de Fenn, K. 100-Punktwertung für Mehrkämpfe der Turner, Turnerinnen und Jugendlichen. 4. Aufl. Frankfurt a. M., W. Limpert, 1960. — 8 °. 70 S. — Fr. 4.35. Abr 2464

Wagner, J. Olympische Spiele 1936. IV. Olympische Winterspiele Garmisch-Partenkirchen, 6. bis 16. Februar 1936. — 4 °. 32 S. ill. Abrg 811

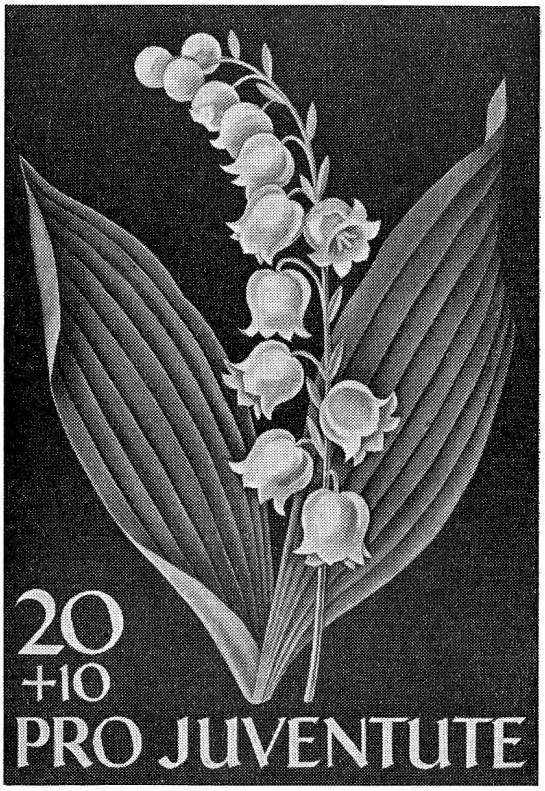
Wehrle, A. 500 Jahre Spiel und Sport in Zürich. Zürich, Verlag Berichthaus, 1960. — 8 °. 120 S. ill. — Fr. 14.05. A 3994

Wehrle, Arnold. Sportjahr 1961. Rapperswil, Ra-Verlag, 1960. 8 °. 166 S. ill. — Fr. 5.80. A 3993

Weidig, U. Bibliographie der Dissertationen aus Körperkultur, Körpererziehung, Sport und verwandten Gebieten. Leipzig, Bibliothek der DHfK, 1960. — 8 °. 128 S. AP 106

Wendlandt, G.; **Meinhold,** P. Triumph der Olympischen Winterspiele. Chamonix 1924 — Squaw Valley 1960. München, P. Meinhold, 1960. — 4 °. 334 S. ill. — Fr. 28.03. Ag 238

Wurzel, F. Der moderne Skilauf. In Bildern, Merk- und Schlagworten. Mit Anhang Steilhang-Technik. Mähr.-Ostrau, J. Kittls, 1934. — 8 °. 64 S. Abb. Abr 2486



Briefmarken wirken wie Grüsse. Je liebenswürdiger sie sind, desto mehr freuen sie den Empfänger. Die schönsten Marken, die unsere Postverwaltung herausgibt, sind alljährlich die Pro Juventute-Marken. Wir sollten uns einen ordentlichen Vorrat anlegen, denn sie sind ja frankaturgültig bis am 30. Juni des nächsten Jahres. Kinder holen bei uns die Bestellungen ab, und Kinder bringen sie uns ins Haus. Sie tun es, weil sie wissen, dass Pro Juventute mit dem bescheidenen Wohlfahrtszuschlag das ganze Jahr hindurch vielen kranken und bedürftigen Schweizerkindern wirksam helfen kann. Und die Kinder tun gerne etwas Gutes. Sie verzichten auf manche freie Stunde zugunsten des Pro Juventute Glückwunschkärtchen- und Markenverkaufes — und sie ersparen uns manches Anstehen vor überlasteten Postschaltern. Pro Juventute macht es uns leicht, mit wenig Geld unserer Jugend beizustehen. Ihre diesjährigen Blumenmarken sind entzückend; sie tragen Freude von Mensch zu Mensch!

Turnerisch-sportlicher Vorunterricht

Gedanken zum Skifahren und Bergsteigen

Vielleicht haben sich unter den begeisterten Alpinisten innerhalb der grossen VU-Leiterschar schon einige die gleiche Frage gestellt: woran mag es wohl liegen, dass für den Sommergebirgsdienst nur noch ein geringes Interesse vorhanden ist? — Ist es tatsächlich möglich, dass der heutige Lebensstandard unsere jungen Burschen von diesem vielleicht anstrengenden, aber nichtsdestotrotz schönen Erlebnis abzuhalten vermag? — Ist es die Motorisierung, die ihnen keine Zeit mehr lässt? — Sind es die Väter, die ihre Söhne nicht mehr hinausführen in die Natur? — Ist es möglicherweise der Schausport, der sie mehr beeindruckt und anzieht? — Oder sind es gar die Gefahren, die man ganz allgemein mit dem Alpinismus in Verbindung bringt?
Auch wenn man die eine oder andere Frage bejahen will, so kann man doch gleichzeitig erkennen, dass es sich dabei nicht um neu auftauchende Probleme handelt; denn alle diese Schwierigkeiten haben von jeher bestanden. — Sicher hat es immer Träge gegeben; sicher gehen nicht alle Väter mit ihren Söhnen in die Berge, und sicher haben auch einige schwere Unfälle in Sommergebirgskursen abschreckend zu wirken vermocht. Und trotzdem scheint das Interesse doch grösser gewesen zu sein.
Wie also können wir unserer Sache wieder neuen Auftrieb verleihen? — Betrachten wir die stete Zunahme von Jünglingen in den SAC-Jugendorganisationen, wo man auf dem Wege über das Skifahren die Jugend dem Alpinismus wieder näher zu bringen versucht, dann gilt es bei uns im Wahlfach Skifahren dem Tourenwesen wieder vermehrte Aufmerksamkeit zu widmen. Dieser Rat möge all den vielen Leitern mitgegeben werden, die im kommenden Winter ihre Skilager durchführen und damit die beste Möglichkeit besitzen, unsere Jugend auf Berge und Gipfel zu führen. — Betrachten wir aber auch die vielen jungen Bergsteiger, die «unorganisiert» und ohne «Club-Zugehörigkeit» dem Alpinismus huldigen, so müssen wir uns auch deren Mentalität zu eigen machen. Auch wenn von allem Anfang feststeht, dass der VU dem extremen Alpinismus nicht das Wort reden darf, so muss er doch versuchen, sich in die Welt dieser Jungen einzufühlen. Ein begeisterter jugendlicher Kletterer wird sich nur schwer in einen «Sommergebirgsdienst-Teilnehmer» verwandeln lassen. Hätte unser Wahlfachkurs jedoch die Bezeichnung «Bergsteigen», so wäre nach aussen ein Begriff geschaffen, der das Kursziel viel besser auszudrücken vermag, ohne dass wir von unseren Prinzipien für die Durchführung abgehen müssten. Ich bin nicht altmodisch und möchte auch nicht reaktionär sein; was meinen die anderen?

Dr. E. Helbling, Basel

Ein Vorunterrichts-Skirennen auf dem Klausen

Wenn im Monat Mai die Schneefräse die Klausenstrasse durchgehend freigelegt hat, dann ist die Zeit für das Klausen-Skirennen, der Vorunterrichtsgruppen von Unterschächen, Spiringen und Urnerboden ge-

kommen. Noch hat es 2—5 Meter Schnee auf beiden Seiten der Strasse. Die ersten Autofahrer wagen sich über den Pass, obwohl die Strasse noch nicht offiziell geöffnet ist und die Geländer noch nicht montiert sind. Viele Skifahrer sind unterwegs zum Clariden, dem herrlichen Skiberg südlich der Klausenpasshöhe. Durch die steile Balmwand hinauf kommt eine Kolonne junger Burschen. Es sind die Vorunterrichtler von Unterschächen, einem Dorf zu hinterst im Schächental, die in gut zweistündigem Marsch gegen die Passhöhe wandern. Fast gleichzeitig kommen von der andern Seite des Passes die Aelplerburschen vom Urnerboden, der grössten Alp der Schweiz, die auch im Winter bewohnt ist, mit ihrem unermüdlichen Leiter, dem Posthalter und Briefträger Alois Gisler. Auch Kreisleiter Iten ist eingetroffen und übernimmt die Startvorbereitungen. Mit Ausnahme der Zielfunktionäre steigen nun alle gegen den Clariden hinauf. Unter der Eiswand wird angehalten, Slalomstangen werden gesteckt und bald ist eine perfekte Riesenslalompiste bereit. Es ist elf Uhr, als der Kreisleiter den ersten Fahrer durch die Tore schickt. In allen drei Gruppen hat es Fahrer, die das Kurzschwingen vorzüglich beherrschen und eine rasante Fahrt hinlegen. Um 12.30 haben alle 40 Fahrer das Ziel passiert. Die Leiter errechnen zusammen mit dem Kreisleiter die Rangliste. Unterdessen sitzen die Vorunterrichtler hinter der Klausenkapelle oder der Wegmacherhütte «ab dem Wind» beisammen. Es wird ein urchiger Kaffee gebraut, Speck, Dürres und Käse ausgepackt und so ist bald eine fröhliche Mahlzeit im Gang. Der Kreisleiter erscheint mit der Rangliste und die Burschen lauschen gespannt seinen Worten, und den Siegern wird ausgiebig und neidlos applaudiert. Diesmal sind die vom Urnerboden die Schnellern gewesen, aber sie hatten eben diesen Winter genug Zeit für das Training, waren sie doch 4 Monate praktisch von der Umwelt abgeschnitten und hatten Schnee in Hülle und Fülle. Die Unterschächer und Spiringer werden sich dann anlässlich der Grundschulprüfung revanchieren. Fröhlich sitzt man noch einige Zeit beisammen und dann geht man jauchzend auseinander, die einen ostwärts, die andern westwärts den Pass hinunter. Dieses Rennen wird seit Jahren durchgeführt und ist immer wieder ein kameradschaftlicher Anlass für die beteiligten Gruppen, und wenn es auch keine wertvollen Trophäen zu gewinnen gibt, so sind die Burschen vom Urnerboden, von Spiringen und Unterschächen immer wieder mit Freude und Begeisterung dabei. Was braucht es wohl noch mehr? H. Bachmann, Altdorf

Skitouren im Vorunterricht

Touren, die im Rahmen der Wahlfachkurse Skifahren und der Wahlfachprüfung Marsch auf Ski unternommen werden, bedürfen der sorgfältigen Vorbereitung und Leitung.

Folgende neu erlassenen Bestimmungen sind zu beachten:

1. Touren, die durch wenig begangenes Gelände führen, in dem die Lawinengefahr nicht ausgeschlossen ist, müssen von einem mit dem Tourenwesen und Lawinendienst vertrauten Leiter vorbereitet und geführt sein (Berg- und Skiführer, ausgewiesener Tourenleiter wintersporttreibender Verbände, Angehöriger der Armee mit besonderer Ausbildung im Lawinendienst usw.).
2. Geplante Touren sind im Arbeitsprogramm, das der Genehmigung der kantonalen Amtsstelle für den turnerisch-sportlichen Vorunterricht unterliegt, aufzuführen. Daraus müssen die Route, ihre Länge und die Höhenunterschiede hervorgehen. Genehmigte Touren dürfen ohne Einwilligung der kantonalen Amtsstellen VU keine Aenderungen erfahren.

Leiter, beachte die Lawinengefahr!

Wer sich abseits sicherer und überwachter Skirouten bewegt, sei sich stets der Gefahr von Rutschen und Lawinen bewusst.

Die Lawinen lassen sich grob in zwei Kategorien einteilen:

a) Lockerschneelawinen, in der Regel aus trockenem Neuschnee bestehend. Besonders gefährlich ist die Zeit während grossen Schneefällen und den ersten Tagen nach der Aufhellung. Tiefe Temperaturen begünstigen die Entstehung von Lockerschneelawinen.
b) Schneebrettlawinen entstehen durch einen Bruch von windgepressten Schneeablagerungen in Mulden und nach Geländeabfällen. Man merke sich: «Der Wind ist der Baumeister von Lawinen». Verhältnismässig kleine Schneebretter können einen oder mehrere Skifahrer verschütten.

Ist man gezwungen, lawinengefährdete Hänge zu betreten (meistens lassen sie sich umgehen), treffe man folgende Vorsichtsmassnahmen:

a) Warnposten an geschützter Stelle aufstellen.
b) Lawinenschnur anziehen.
c) Taschentuch über Mund und Nase binden.
d) Stöcke fassen, ohne mit der Hand durch die Lederschlaufe zu fahren.
e) Zehenriemen der Skibindung lösen.
f) Abstände von Mann zu Mann so anordnen, dass sich jeweilen nur einer in der gefährdeten Zone bewegt, die anderen von sicheren Punkten (Rippen, Felsblöcke, Tannen, usw.) aus beobachten.

Wer von einer Lawine überrascht wird, versuche

a) aus dem Lawinenbereich zu fahren;
b) sich an Sträuchern, Blöcken und dergleichen festzuklammern;
c) von Ski und Stöcken zu befreien und sich mit Hilfe heftiger Schwimmbewegungen auf der Schneeoberfläche des abgleitenden Schnees zu halten;
d) den Mund zu schliessen, um das Eindringen von Schneestaub zu verhindern;
e) Uebersicht und Kaltblütigkeit zu bewahren.

Wird ein Skifahrer verschüttet, sind folgende Sofortmassnahmen zu treffen:

a) Meldefahrer (2) mit genauer Meldung über Ort und Zeit des Unglückes absenden zur Alarmierung der nächsten Rettungsstation (wenn möglich auch Rettungsflugwacht benachrichtigen)
b) Einfahrtsspur und Stelle markieren, wo der Verschüttete zuletzt gesehen worden ist
c) Lawinenkegel planmässig absuchen. Sofern dieses Absuchen erfolglos verläuft, mit Sondier- oder Behelfsmaterial wie Stöcke, Ski usw. planmässig sondieren und sondierte Stücke des Lawinenfeldes markieren.

Skiorientierungslauf

VU-Leiter! Benützt die Gelegenheit, mit weiteren Möglichkeiten des Skilaufes vertraut zu werden, um das Programm instruktiver und abwechslungsreicher gestalten zu können.
Ein VU-Leiterkurs, für Orientierungslauf auf Ski bestimmt, wird in Mürren vom 29. bis 31. Januar 1962 stattfinden.

Er steht allen Interessenten offen.