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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 23 (1966)

Heft: 5

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: 11.07.2025

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

Echo von Magglingen

Kurse im Monat Mai (Juni)

a) schuleigene Kurse

31. 5.—4. 6. Grundschule I (res. für Kantone LU und SZ) (60 Teiln.)

6.—11. 6. Grundschule I (45 Teiln.)

13.—18. 6. Grundschule I (res. für Kanton SG) (60 Teiln.)

27. 6.—2. 7. Geistliche / Ecclésiastiques (70 Teiln)

30. 6.—2. 7. Natation et jeux (rés. pour l'Association suisse de natation) (20 Teiln.)

b) verbandseigene Kurse

30. 4.—1. 5. Kurs für Spitzenathleten, SALV (50 Teiln.)

30. 4.—1. 5. Vorbereitungskurs für die Weltmeisterschaften im Kunstturnen, ETV (20 Teiln.)

30. 4.—1. 5. Kurs für Sprungwarte, Schweiz. Schwimmverband (20 Teiln.)

30. 4.—1. 5. Zentralkurs für Männerturnen, SKTSV (40 Teiln.)

2.— 8. 5. Konditionstrainingskurs des Weltmeisterschaftskaders alpin, Schweiz. Skiverband (20 Teiln.)

7. 5. Trainingskurs der Olympiamannschaft Kunstturnen, ETV (15 Teiln.)

7.— 8. 5. Trainingskurs der Pistolen-Nationalmannschaft, Schweiz. Matchschützenverband (25 Teiln.)

7.— 8. 5. Zentralkurs für Orientierungslaufen, SLL (50 Teiln.)

7.— 8. 5. Wiederholungskurs für Trainingsleiter, Schweiz. Tennisverband (30 Teiln.)

8. 5. Kurs zur Nachwuchsförderung, Kantonal-bernischer Amateurboxverband (35 Teiln.)

9.—10. 5. Leichtathletikkurs, Schweiz. Vereinigung sporttreibender Eisenbahner (35 Teiln.)

12.—15. 5. Kurs für Langläufer der Nationalmannschaft, Schweiz. Skiverband (15 Teiln.)

14. 5. Vorbereitungskurs für die Europameisterschaften, Interverbandskommission Leichtathletik (10 Teiln.)

14.—15. 5. Kurs für Trainer und Juniorenleiter, Schweiz. Boxverband (40 Teiln.)

14.—15. 5. Mehrkampfkurs für Leichtathleten(-innen), Satus (35 Teiln.)

14.—15. 5. Trainingsleiterkurs für Korbball, Schweiz. Firmensportverband (30 Teiln.)

16.—18. 5. Kurs für Fussballtrainer, Schweiz. Vereinigung sporttreibender Eisenbahner (35 Teiln.)

20.—22. 5. Vorbereitungskurs für die Europameisterschaften, Interverbandskommission Leichtathletik (30 Teiln.)

20.—22. 5. Trainingskurs für Juniorenauswahl, ELAV (50 Teiln.)

21.—22. 5. Cours de préparation pour nageurs et nageuses d'élite, Fédération suisse de natation (30 Teiln.)

21.—22. 5. Cours pour l'équipe nationale féminine, Fédération suisse de basketball amateur (15 Teiln.)

21. 5. Trainingskurs der Olympiamannschaft Kunstturnen, ETV (15 Teiln.)

23.—28. 5. Grundschulkurs für Turnberater, Büro für Schulturnen und Vorunterricht Chur (40 Teiln.)

28. 5. Trainingskurs der Olympiamannschaft Kunstturnen, ETV (15 Teiln.)

Alpines Zentrum Arolla
Bergsteigerkurs in Eis und Fels

ab 19. Juni 1966 werden 12 einwöchige Kurse durchgeführt.

Auskunft und Anmeldung:
«Alpines Zentrum Arolla»,
Postfach 83, **1951 Sitten.**

Interverband für Schwimmen
Kurs-Terminliste 1966

SI-Wiederholungskurse

14. und 15. 5.	Zürich	TK
10. und 11. 9.	Magglingen	TK

Schwimmleiterkurse

14. und 15. 5.	St. Gallen	Wild
11. und 12. 6.	Steffisburg	Dr. Strupler
18. und 19. 6.	La Sarraz	Dufour
25. und 26. 6.	Emmen	Bächler
25. und 26. 6.	Aarau	Buri
2. und 3. 7.	Lugano	Passalli

Springleiterkurse

25. und 26. 6.	Baden	Dr. Strupler
25. und 26. 6.	Flawil	Buri
25. und 26. 6.	Ostermundigen	Klug
18. und 19. 6.	Martigny	Metzener

SI-Kurse

13.—17. 7.	(Kurs I)	Zürich	TK
10.—14. 10.	(Kurs II)	Zürich	TK
15.—16. 10.	(Prüfung)	Zürich	TK

Militärkurs

21. 11.—10. 12.	Biel	Dr. Strupler

Badmeister-Ausbildungskurse

15.—22. 10.	Bern

Meldeschluss für alle Kurse: 2 Wochen vor Kursbeginn. Anmeldungen sind zu richten: Interverband für Schwimmen, Postfach 158, 8025 Zürich.

Neues aus Tenero

Verbände und Vereine entdecken das Jugendsportzentrum Tenero

Verschiedene Verbände und Vereine lernten diesen Frühling das Jugendsportzentrum Tenero als einen idealen Trainingsort im Frühling kennen.
Anfangs März holten sich die sieggewohnten Waffenläufer des UOV Burgdorf ihre gute Form in Tenero. Die Leitung ihres Trainingslagers lag in den Händen des «Vaters der Waffenläufer» Gottfried Jost.
Nach ihnen machten die Radrennfahrer des Schweizerischen Rennfahrerverbandes die Strassen des Tessins unsicher. Der Kurs stand unter der Leitung von René Vögelin. Bekannte Berufsfahrer wie Lull Gillen (Luxemburg), Freddy Rüegg, Roland Zöffel und Werner Weber standen ihm als Klassenlehrer zur Seite.
Die Ostertage benützten die Leichtathleten des LC Basel, LC Schaffhausen und LAS Brühl St. Gallen zu einem Trainingslager. Doch Petrus zeigte für ihr Vorhaben wenig Verständnis. Dem Regen zum Trotz wurde jeden Tag im Freien eifrig trainiert. Bekannte Leichtathleten wie Meta Antenen, Hansruedi Widmer, Werner Bachmann u. a. m. bewältigten ein ausgedehntes Trainingspensum.
Vom 13. bis 20. April machten die Junioren der Sektion Landhockey des Grasshoppers-Club Zürich vom Gastrecht des Jugendsportzentrums Gebrauch. Sie konnten auf den ausgedehnten Spielplätzen ein intensives Training betreiben.

Der Ausbau der Sportanlagen

Der Ausbau der Sportanlagen des Jugendsportzentrums hat vor wenigen Wochen begonnen. Am Strand entsteht ein Gebäude mit Lehrer- und Sanitätszimmer, Toiletten und Materialräumen. Hoch- und Weitsprunganlagen, Kugelstossanlage werden diesen Sommer fertiggestellt. Der Zeltplatz wird mit einem Gebäude mit Waschanlagen, Toiletten und Douchen ergänzt werden. Trotz der Bauarbeiten kann der Sportbetrieb ohne Einschränkung aufrechterhalten werden. **H. Sch.**

Bibliographie

Wir haben für Sie gelesen ...

Matthiass, H. H. DK: 572.511; 612.65; 616—007.1

Reifung, Wachstum und Wachstumsstörungen des Haltungs- und Bewegungsapparates im Jugendalter. Basel/New York, S. Karger, 1966. — 8°. XXII plus 111 Seiten, Abbildungen, 6 Tabellen, — Fr. 29.—.
Medizinische und pädagogische Jugendkunde, Bd. 4.

Gesundheit ist eine psycho-physische Leistung in der Lebenswirklichkeit. Gesund ist man nicht, sondern man wird es, indem man sich täglich aufs neue dazu entschliesst.
Entsprechend ist auch Vorsicht am Platz, wenn es um die Definition des gesunden Menschen geht. Früher war in den meisten Berufen ein gutes Mass an körperlicher Leistung gefordert. Der Sportler galt und gilt als Idealtyp des gesunden Menschen. Heute sind diese Anforderungen in sehr vielen Berufen weitgehend zurückgegangen. Die körperliche Leistungsfähigkeit steht nicht mehr so sehr im Vordergrund. In der Folge sind auch Abweichungen der körperlichen Haltung nicht ohne weiteres als pathologisch zu bezeichnen.
Trotzdem weiss man, dass eine dauernde schlechte Haltung die Funktionen der Atmung und des Herz-Kreislaufsystems beeinträchtigt. Der Organismus ist vielleicht noch einer gewöhnlichen täglichen Belastung gewachsen, erträgt aber keine zusätzlichen Belastungen mehr. Wer nach Aufforderung nicht in der Lage ist, durch willentlichen Einsatz sich aufzurichten und sich 30 Sekunden mit den Armen in der Vorhalte aufgerichtet zu halten, hat die Leistungsprobe nach Matthiass nicht bestanden. Für diese Gruppe ist die Unfähigkeit zur aufgerichteten Haltung Symptom für eine zumindest eingeschränkte Gesundheit. Matthiass prüft die Formen der Haltung: Ruhehaltung, habituelle Haltung, volle Aufrichtung, volle Aufrichtung mit Armen in Vorhalte während 30 Sek. Die volle Aufrichtung ist im Gegensatz zur habituellen Haltung von starker elektromyographischer Aktivität begleitet, entspricht also einer recht starken Kontraktion der aufrichtenden Rumpfmuskulatur. Entsprechend ist die Ermüdung in dieser Phase gross. Eine volle Haltungsuntersuchung berücksichtigt selbstverständlich den Achsenaufbau der Wirbelsäule, Formfehler und muskuläre Kontrakturen. Beine und Füsse werden ebenfalls in den Untersuchungsgang miteinbezogen. Die Diagnosen «volle Haltungsleistungsfähigkeit, Haltungsschwäche oder Haltungsverfall» sind Ausdruck der aktuellen Muskelleistungsfähigkeit. Bei zu geringer Beanspruchung wird die Muskulatur wenig stark ausgebildet. Eine verminderte muskuläre Leistungsfähigkeit wird durch gezielte Kraftübungen, sehr günstig auch in Form des Schwimmers, verbessert. Im Gegensatz dazu beruht die Form des Rückens, des Rumpfes und der Beine auf den Baueigentümlichkeiten des Skelettsystems. Dieses ist gewachsen und primär von genetischen Einflüssen abhängig. Bei der Beurteilung der Form müssen die konstitutionellen Varianten berücksichtigt werden, welchen kein Krankheitswert, höchstens eine erhöhte Krankheitsdisposition beizumessen ist. Entsprechend müssen für jede Formabweichung die Ursachen und die mögliche Therapie gesondert betrachtet werden, Aufgaben, welche in die Hände von entsprechend geschulten Ärzten und Physiotherapeuten gehören.
Das vorliegende Buch wendet sich an alle, welche mit Kindern und Jugendlichen zu tun haben. Die klare Unterscheidung zwischen muskulärer Leistungsschwäche und Formfehlern ist sehr wohltuend, ist doch damit eine Basis zur Auswahl von Schülern für Schülersonderturnen gegeben. Das ausführliche Vorwort von Manfred Franke behandelt in ausgezeichneter Art und Weise verschiedene Aspekte der Sozialhygiene. Gerade bei der Behandlung von Begriffen wie Gesundheit, Haltung u. a. muss man aufpassen, dass man nicht an alten Vorurteilen hängen bleibt. U. Weiss

Alexander, Gerda; Groll, Hans. DK: 793.3; 92

Tänzerin, Choreographin, Pädagogin Rosalia Chladek. Wien-München, Österreichischer Bundesverlag für Unterricht, Wissenschaft und Kunst, 1965. — 4°. 128 Seiten, illustriert. — DM 21.—.

Mit dem wunderbar ausgestatteten Bildband «Tänzerin — Choreographin — Pädagogin Rosalia Chladeck» würdigt der österreichische Bundesverlag für Unterricht, Wissenschaft und Kunst Leben und Werk einer wirklich genialen Künstlerin. Die kaleidoskopartig eingestreuten Beiträge aus der Feder ihrer Lehrer, Mitarbeiter, Kollegen und Schüler geben eine einzigartige Rundsicht ihres Schaffens und ihrer Persönlichkeit; sie zeigen, wie sie von einer Aufgabe in die nächste hineinwuchs und dank ihrem wachen Geist und glasklaren Verstand aus der Vielseitigkeit ihrer künstlerischen Begabung immer ein geschlossenes und vollendetes Ganzes machte.
In Magglingen freut man sich ganz besonders über den schönen Band, hat doch die Künstlerin als Gastlehrerin zahlreiche internationale Lehrgänge durch das Einmalige ihrer Persönlichkeit zu einem unvergesslichen und grossartigen Erlebnis gestaltet. Marlies Wolf

Neuerwerbungen unserer Bibliothek

796.41 Turnen und Gymnastik

Barney, V. S.; **Hirst,** C. C.; Jensen, C. R. Conditioning exercises. Exercises to improve body form and function. Saint Louis, Mosby, 1965. — 8°. 175 p. fig. — Fr. 22.85. A 5105

Bender, J.; **Shea,** E. J. Physical Fitness: Tests and exercises. New York, Ronald Press, 1964. — 8°. 158 p. fig. — Fr. 21.65. A 5093

Debuigne, G. Culture physique. Dynamisme — Santé — Joie de vivre. Paris, Edit. Amphora, 1965. — 8°. 162 p. fig. — Fr. 17.55. A 5076

Demeter, R. Hüpfen — laufen — springen. Wir turnen mit unsern Kindern. Zürich-Stuttgart, Rascher, 1965. — 8°. 127 S. ill. A 5099

Fit mit Fernsehen. Bern, Paul Haupt, 1965. — 8°. 79 S. Abb. — Fr. 7.80. Abr 3162

Kleinsorge, H. Selbstentspannung. (Relaxation) Trainingsheft. Jena, VEB Verlag G. Fischer, 1965. — 8Z. 47 S. — MDN 2.40. Abr 3164

Kösser, M. Gymnastik für die Frau. Berlin, Sportverlag, 1965. — 8°. 72 S. Abb. — MDN 2.60. Abr 3163

Marjasch, S. Der Purzelbaum. Zürich/Stuttgart, Rascher-Verlag, 1965. — 8°. 6 S. Abr 3141

Obeck, V. Isometric. Mühleloses Muskeltraining. Bern-München, Scherz, 1965. — 8°. 91 S. ill. A 5096

796.42/451 Leichtathletik

Athletics Weekly. The Athlete's Magazine. Official Organ of Athletics in Great Britain. Vol. 19 (1965) No. 1 ff. Rochester, Kent, New Road — 344 High Street, Athletic and Sporting Publications. — 8°. ill. AP 169

Atletismo espanol. Publicacion oficial de la real Federacion Espanola de Atletismo. Madrid, Ferraz, 16, 8.° piso. Ano 1960 ss. — 4°. ill. APq 78

Bobin, R. Athlétisme pour tous. 3e éd. rev. et augm. Paris, Amphora, 1965. — 8°. 187 p. fig. ill. — 16.10. A 5098

Koch, K. Methodische Uebungsreihen in der Leichtathletik. Teil I: Grundausbildung im obligatorischen Unterricht der Schule. Erprobte und bewährte Lehrwege zu sportlichen Grundformen des Laufens, Springens, Werfens und Stossens. Schorndorf bei Stuttgart, K. Hofmann, 1965. — 8° 130 S. Abb. — DM 9.80 AP 132

Leichtathletik. Ein statistisches Jahrbuch. Zusammengestellt und bearbeitet von E. Elert. Berlin, Sportverlag. — 8°. AP 167

Miller, K. D. Track and Field for Girls. New York, Ronald Press, 1964. — 8°. 117 p. — Fr. 19.25. A 5092

Wertungstabellen für Mehrkampf und Schweizerische Vereinsmeisterschaft = **Barème** pour les concours multiples et le championnat suisse interclub. Hrg.: Interverbands-Kommission für Leichtahtletik = Publ. par la Commission Interfédération d'Athlétisme. Ausgabe = Edition 1965. Bern, Gurtengasse 4, SALV, 1965. — 8°. 90 S. — Fr. 4.—. Abr 3124

797.1/2 Wassersport, Schwimmen

Billingsley, H. Diving illustrated. New York, Ronald Press, 1965. — 8°. 245 p. fig. — Fr. 24.05. A 5091

Carlile, F. F'C' and Swimming. 2nd impr. London, Pelham Books, 1964. — 8°. 202 p. ill., 8 tabl. A 5038

Competitive swimming. Issued by the Amateur Swimming Association. London, Educational Productions LTD, 1962. — 8°. 128 p. ill. — Fr. 14.—. A 5103

Turnerisch-sportlicher Vorunterricht

Der Sommer kündigt sich an

Hast Du, lieber VU-Leiter, das Programm für Deine Riege schon beisammen? Ob Du Deine Hauptarbeit in der Grundschule leistest oder auf ein Wahlfachgebiet spezialisiert bist, e i n e VU-Disziplin passt fast überall hinein:

S c h w i m m e n !

gehört es doch zu den wichtigsten körperlichen Fähigkeiten; es ist fast so wichtig wie Laufen, Springen und Werfen und lässt sich besonders gut mit Wandern und Geländedienst kombinieren. Wenn Du keinen Wahlfachkurs Schwimmen — sei es in Lagerform (mindestens 5 Tage) oder sei es aufgeteilt (mindestens 25 Stunden) — durchführen kannst, so ist es doch möglich, 10 Stunden des Grundschulkurses dem Schwimmen zu widmen — welch erfrischende Abwechslung! Geht auch das nicht, so melde trotzdem Dein freies Schwimmtraining bei der kantonalen VU-Amtsstelle an; so spielt doch wenigstens der Versicherungsschutz der EMV, und wenn Du Deine Übungen mit der Wahlfachprüfung Schwimmen abschliessest, so erhältst Du auch das nötige Material wie Schwimmbretter, Schwimmgurte, Tauchteller, Bälle usw.

Alles deutet darauf hin, dass der Sommer 1966 schön, ja sogar heiss wird — sagen jedenfalls die Wetterfrösche. Setze also Deiner VU-Riege für die kommende Hitzeperiode folgende Schwimm-Ziele:

— Jeder Nichtschwimmer lernt, sich über eine Strecke von mindestens 25 m über Wasser zu halten (Brustcrawl oder Brustgleichschlag).
— Jeder «knappe» Schwimmer erlernt einen sauberen Schwimmstil in Brustlage (Brustcrawl oder Brustgleichschlag), den er über 300 m durchhält, bringt mindestens 50 m in Rückenlage fertig, macht den Kopfsprung vorwärts vom 1-Meter-Brett und kann mindestens 12 m weit unter Wasser schwimmen.
— Jeder gute Schwimmer kann je 200 m Brustgleichschlag, Brustcrawl und Rückencrawl schwimmen, macht den Kopfsprung vorwärts vom 3-Meter-Brett, holt beim Tauchen 5 Gegenstände aus 2½ m Tiefe heraus und braucht für ein Streckenschwimmen über 1 km nicht mehr als ½ Stunde.

Selbstverständlich bestehen alle die Wahlfachprüfung Schwimmen, die womöglich mit dem Schwimmtest 2 verbunden wird (zusätzliche Anmeldung beim Interverband für Schwimmen, Postfach 158, 8025 Zürich, plus Fr. 1.— pro gewünschtes Abzeichen notwendig).

Als Fachliteratur beschaffst Du Dir am besten die Schweizerische Schwimmschule (Gyr-Verlag, Baden).

Und nun: «Pflotschnass!» für den Sommer 1966!

Gerhard Witschi, ETS

Grünes Licht für die Schwimmer im Kanton Uri

Bisher gab es im Kanton Uri lediglich die kleinen Strandbäder von Flüelen, Sisikon und Seelisberg, die alle an der äussersten Peripherie des Kantons gelegen sind. Wer Schwimmsport betreiben wollte, hatte gar keine andere Möglichkeit als den Urnersee, der ist aber an vielen Orten recht heimtückisch und teilweise am Ufer ebenso verschmutzt wie andere Schweizer Seen.

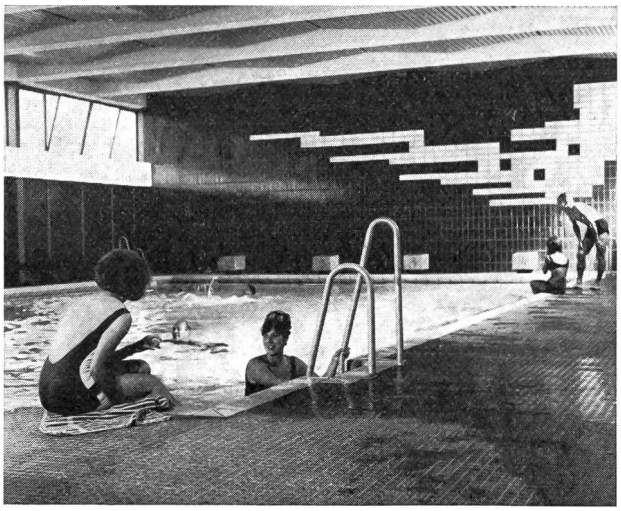
Deshalb war das Baden offiziell nur im Raume der genannten Strandbäder gestattet, und wenn auch trotzdem an verschiedenen Uferplätzen noch improvisierte Badegelegenheiten bestanden und benutzt wurden, so war doch nur ein ganz kleiner Teil der Urner Jugend des Schwimmens kundig, denn von Schulschwimmen wusste man auch noch nichts.

Diese Verhältnisse werden sich nun in kurzer Zeit erfreulich ändern. Vorerst hat die Firma Dätwyler AG Schweizerische Draht-, Kabel- und Gummiwerke Altdorf, anlässlich ihres 50jährigen Bestehens der 1500 Personen umfassenden Belegschaft ein Personalhaus geschenkt, das nebst Restaurant, Schulräumen und einer grossen Turnhalle auch ein Hallenschwimmbecken im Ausmasse von 10×16,60 m enthält. Dieses Schwimmbecken ist künstlich ventiliert, enthält temperiertes Wasser und die Wasserregeneration entspricht den neuesten hygienischen Anforderungen. Es steht vorderhand dem Personal zur Verfügung, doch geniessen auch die Rettungsschwimmer und die Schulen Gastrecht. Diese prächtige Anlage erfreut sich grosser Beliebtheit; es ist der Betriebsleitung hoch anzurechnen, dass sie diese Möglichkeit zu gesundem Schwimmsport für ihr Personal geschaffen hat.

Nebst dieser privaten Anlage ist auch in Erstfeld im Rahmen eines Schulhausneubaues ein Lernschwimmbecken projektiert und von den Bürgern genehmigt worden, das in absehbarer Zeit der Jugend zur Verfügung stehen wird. Auch im Kantonshauptort Altdorf ist eine Kommission mit dem Projektstudium für ein Schwimmbad beschäftigt und es liegt bereits ein konkretes Projekt vom Architekten der Eidgenössischen Turn- und Sportschule vor, so dass man hoffen kann, dass auch im Unterland in nächster Zeit eine öffentliche Schwimmanlage entstehen wird.

Es ist erfreulich, dass man im kleinen Bergkanton, dem in nächster Zeit mit dem Nationalstrassenbau ungeheure Finanzlasten erwachsen werden, auch noch die Mittel aufbringt, um der Jugend die Möglichkeit zur körperlichen Ertüchtigung zu verschaffen.

H. Bachmann, Altdorf



Das Schwimmbecken der Firma Dätwyler ist 10×16,6 Meter gross, enthält temperiertes Wasser, ist künstlich ventiliert und die Wasser-Regeneration entspricht den neuesten hygienischen Anforderungen.

Das Lehrschwimmbecken im neuen Hallenschwimmbad Biel

Foto: Hugo Lörtscher, ETS