Zeitschrift: Pestalozzi-Kalender
Herausgeber: Pro Juventute
Band: 38 (1945)
Heft: [2]: Schüler

Rubrik: Skifahren : gesund für Körper und Gemüt

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

Frohe Schuljugend beim Start zur Abfahrt.

SKIFAHREN

gesund für Körper und Gemüt.

Jedes Jahr wartet die Jugend ungeduldig auf den Beginn des Winters, und schon der erste Schneefall rückt die Freuden des Wintersports in greifbare Nähe. Die Skier können aber erst gebraucht werden, wenn eine starke Schneeschicht die Berghänge überdeckt. Jeder Skibesitzer pflegt seine Bretter in dieser letzten Wartezeit mit grossem Eifer, damit sie zum ersten Ausflug bereit sind.

Besonders Wanderungen in den verschneiten Bergen vermitteln dem Skifahrer unvergessliche Erlebnisse. Er kommt

Beherrscht dieser junge Skiläufer schon seine Bretter? Die lachende Miene scheint die Frage zu beantworten.

mit Landschaften in Berührung, die den Menschen in früherer Zeit verschlossen waren; es offenbaren sich ihm viele Geheimnisse der Natur, und er lernt unsere an Schönheiten reiche Bergwelt kennen und lieben. Die ungetrübte Leuchtkraft der Sonne überflutet die winterlichen Höhen, und wolkenloser blauer Himmel wölbt sich über einem Meer von Berggipfeln. Weisse Hänge glitzern wie mit Diamanten besäte Felder in den verschiedensten Farben; denn die Sonnenstrahlen brechen sich an den Schneekristallen.

Die Freude an einer Abfahrt ist wohlverdient, wenn der Aufstieg durch eigene Anstrengung errungen ist. Eine aus Wanderung und Abfahrt bestehende Tour verteilt die körperliche Beanspruchung gleichmässig und verbindet in harmonischer Weise das innere Erleben mit der Bewegung.

Gerade die körperliche Kräftigung ist für den Skiläufer von grosser Bedeutung. Alle wichtigen Muskeln arbeiten infolge der Bewegung in gleichmässigem Rhythmus; die Lunge nimmt

Die frische Bergluft härtet gegen Witterungseinflüsse ab. Selbst beissender Wind, der um die Ohren pfeift, kann die Freude am Skilaufen nicht beeinträchtigen.

reine, sauerstoffhaltige Luft auf, die besonders ein jugendlicher Körper dringend braucht. Zudem enthält das Sonnenlicht in der Höhe die wichtigen Violettstrahlen, welche von Dunst- und Nebelschichten aufgesogen werden und daher nicht in die Niederungen dringen können. Nicht zuletzt stärken und festigen sich wichtige Charaktereigenschaften wie Mut und Ausdauer, und ein echtes Kameradschaftsgefühl sowie der Wille zur Leistung entwickeln sich auf natürliche Art.

Der Schweiz. Skiverband veranstaltet seit dem Winter 1941 alljährlich grosse Skilager für Buben und Mädchen. Dort erhält die Jugend aller Bevölkerungskreise Gelegenheit, mit dem Skilaufen vertraut zu werden. Die geringen Beteiligungskosten ermöglichten schon Hunderten von Schülern und Schülerinnen, das Skifahren unter Anleitung von guten Lehrkräften zu erlernen. Aus den winterlichen Höhen kommen die Lagerteilnehmer jeweils mit unvergesslichen Erlebnissen gesund und gestärkt in das Unterland zurück. — Für die Bergjugend bedeutet das Skifahren eine Notwendigkeit, weil die Höfe weit auseinander liegen und der Weg zum Schulhaus oft tief verschneit ist. Der Schweiz. Skiverband und die Pro Juventute führen Skisammlungen durch, damit das Skifahren noch mehr jugendlichen Bergbewohnern ermöglicht wird.