Zeitschrift: Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 24 (1967)

Heft: 6

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: 20.07.2025

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

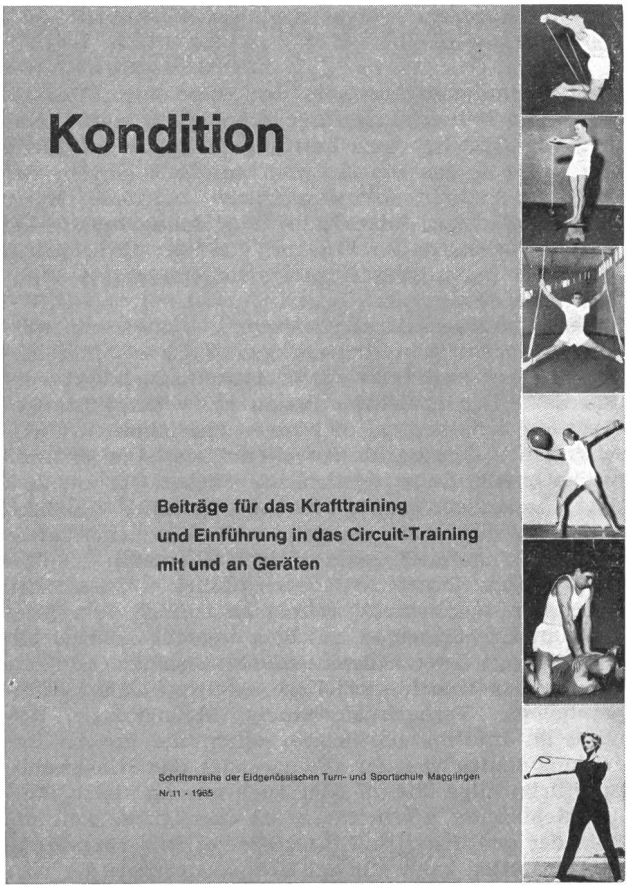
Bibliographie

Wir haben für Sie gelesen ...

Kondition. DK: 796.091.2

Beiträge für das Krafttraining und Einführung in das Circuittraining mit und an Geräten. Magglingen, Eidgenössische Turn- und Sportschule, 1965. — 4°. 68 Seiten, illustriert, Abbildungen. — Fr. 8.—.

(Schriftenreihe der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen, 11).



Ein neuer Band, der in die Magglinger Schriftenreihe aufgenommen wurde, behandelt ausschliesslich das dankbare und gesuchte Thema Konditionstraining. Die Schrift erhebt nicht Anspruch auf Wissenschaftlichkeit, sondern sie ist verfasst und zusammengestellt für den Praktiker, d. h. den Trainer, Aktiven und Vorunterrichtsleiter. Der Inhalt setzt sich zusammen aus 11 Beiträgen mit insgesamt 450 Illustrationen, die zum Teil bereits vor einiger Zeit in der ETS-Fachzeitschrift «Starke Jugend — freies Volk» erschienen und bei den Lesern so gut angekommen sind, dass man sich entschloss, alle diese interessanten Arbeiten in einem Werk zu vereinigen und in einem Band herauszugeben. In den einzelnen Kapiteln behandelt Marcel Meier das Konditionstraining im allgemeinen und die Übungen mit dem «Bali-Gerät», das vor allem den Kreislauf sowie die Herz- und Lungentätigkeit fördert. Armin Scheurer zeigt seine bereits legendäre «Kraftschule mit Veloschlauch und Kugelhantel», die «Kraftschule an Geräten», Konditionsübungen für das Werfen und das zur Zeit höchst aktuelle isometrische Training in natürlicher Form. Der Magglinger Fussballspezialist Hans Rüegsegger führt in zwei Arbeiten das Konditionstraining für Fussballer vor und Charles Schneiter schreibt über die Erfahrungen mit dem Circuit-Training.

«Kondition» bietet jedem VU-Leiter und Aktiven eine umfassende Sammlung konditionsfördernder Übungen, die immer wieder gesucht sind. Jedermann, gleichgültig welchen Sport er betreibt, wird von diesen Beiträgen nur profitieren. **(Achtung: Abonnenten von «Jugend und Sport» erhalten die «Kondition» zum Vorzugspreis von Fr. 6.—. Bitte die Bestellungen an die Bibliothek der ETS richten.)**

M a e s t r i, Cesare. DK: 796.52.021.4

Kletter-Schule. Technik des Kletterns in Fels und Eis. Rüschlikon-Stuttgart-Wien, A. Müller-Verlag, 1967. 4°. 184 Seiten, ill., Abb. — Fr. 27.80.

Der Titel würde eigentlich die Präzisierung «Fels—Klettern» verlangen, denn das runde Dutzend von Bildern, die den Auf- und Abstieg im Firn zeigen, genügen nicht, dem Buch Anspruch auf die Beschreibung der Technik des Kletterns überhaupt zu geben. Maestri's Jagdgründe liegen in den Dolomiten, also im Reiche des Fels. Man braucht nicht lange in diesem neuen Bergbuch zu blättern, um den Eindruck zu gewinnen, der Autor denke ausschliesslich an Fels, wenn er über das Klettern schreibe.
Diese Feststellung soll nicht als Kritik gelten oder sonstwie negative Seiten des Buches antönen. Ganz im Gegenteil: wer ein Thema seriös behandeln will, muss es so eng umgrenzen, dass es unter die Oberfläche zu dringen vermag. Maestri's Beschreibung der Technik des Felskletterns und das verwendete Bildmaterial sind schlechtweg grossartig. Nicht weil seine Sprache besonders geschliffen oder die Bilder sensationell wären, sondern weil sowohl der bebilderte wie der geschriebene Teil ein ausserordentliches Mass an Klarheit zeigen und dadurch äusserst seriös wirken. Das aus reicher Erfahrung gewonnene Wissen um die Tücken falsch eingeklinkter Karabiner, um klemmende Seile und andere kleine, aber in schwierigen Wänden zählende Dinge schimmern überall durch. Der italienische Führer weiss sehr genau, was er ist und kann, aber im ganzen Band ist nichts zu entdekken, das auch nur von weitem nach Effekthascherei riechen würde. Gerade deswegen sind die Kapitel und Bilder ausserordentlich instruktiv und treffen das, worauf es ankommt, so sicher wie wohlgezielte Hammerschläge. Br.

H e s s e, Isa. DK: 087.5

Zwei Tage beim Zirkus. Zürich, Schweizerisches Jugendschriftenwerk, 1967. — 8°. 32 S. — SJW Nr. 965.

Das Heft gibt einen guten Einblick in das Leben eines jungen Artistenbuben, der bereits schon jeden Abend auftreten muss. Unermüdlich üben Vater und Bruder mit ihm auf dem galoppierenden Pferd den Salto. Nach stundenlangen Versuchen muss das Büblein in die Zirkusschule, in der nur sechs Schüler von einem Lehrer unterrichtet werden. Wir hören auch, was die Zirkusleute alles an einem Regentag erleben. Zum Schluss bricht der Zirkus seine Zelte ab; die Wanderung geht weiter.

W e t t e r, Ernst. DK: 087.5

Allein am Steuerknüppel Zürich, Schweizerisches Jugendschriftenwerk, 1967. — 8°. 32 S. — SJW Nr. 968.

Unglaublich scheint es, dass ein Bub plötzlich in einer fliegenden Maschine ganz allein am Steuerknüppel sitzt. Er erreicht sogar den Ausgangsflugplatz wieder; die Maschine wird bei der Landung beschädigt. Was war geschehen? Der Pilot hatte beim Aufstieg einen Schlaganfall erlitten. Der Bub musste sich selber helfen und den Toten wieder auf den Flugplatz zurückbringen.

Neuerwerbungen unserer Bibliothek

0 Allgemeine Literatur

Arnold, W. Aufgaben, Struktur und Funktionen eines wirksamen Systems der Information. Dokumentation der Sportwissenschaft. Informationsseminar zur Intern. Dok. an der Sporthochschule Köln am 30. April 1966. Leipzig, DHfK, 1966. 4°. 17 S. vervielf. Abrq 1365

Information und Dokumentation der Leibeserziehung und des Sports. Informations-Seminar zur Intern. Dok. der Leibeserziehung und des Sports 30. April 1966. Weltrat für Sport und Leibeserziehung, Büro für Dok. und Inform. Köln, Deutsche Sporthochschule, 1966. — 8°. 60 S. Abr 3325

Recla, J. Literatur — unser Helfer. Einführung in das Literaturstudium für die jungen Menschen, die mit dem Studium der Leibesübungen beginnen. Graz, Inst. für Leibeserziehung der Karl-Franzens-Univ., 1966. 4—°. 12 S. vervielf. Abrq 1361

1 Philosophie. Psychologie

Odermatt, J. L'alcool aujourd'hui. Lausanne, Editions SAS, s. a., ca. 1966. — 8°. 183 p., fig. A 5444

Zoltobrocki, J. Über systematische Fehler bei wiederholter Schätzung von Zeitintervallen. Frankfurt am Main, W. Kramer, 1965. — 8°. 144 S., Abb. — Fr. 16.40. A 5418

3 Sozialwissenschaften und Recht

Bernett, H. Nationalsozialistische Leibeserziehung. Eine Dokumentation ihrer Theorie und Organisation. Stuttgart, K. Hofmann, 1966. — 8°. 232 S. — Fr. 19.50. AP 184

Conseil International du Sport Militaire. Table d'Equivalence du Pentathlon Militaire = Equivalence Table of Military Pentathlon. Bruxelles, CISM, 1960. — 8°. 64 p. Abr 3321

Hofmann, H.; **Grundmann,** G.; **Pausch,** Ch. Untersuchungen über die Einwirkung eines nach Bildungsabsichten geplanten Sportunterrichts auf die körperliche und leistungsmässige Entwicklung der jungen Generation. Karl-Marx-Stadt, Pädagogisches Institut, 1964. — 8°. 239 S. Tab. A 5384

Scheller, L. Miteinander sprechen, spielen, feiern, schaffen. Fibel für das Leben im Verein. Frankfurt am Main, DSB, 1966. — 8°. 96 S. Abb. Abr 3326

Schelsky, H. Ortsbestimmung der deutschen Soziologie. 2. Aufl. Düsseldorf/Köln, Eugen-Diederichts-Verlag, 1959. — 8°. 155 S. — Fr. 15.—. 03.2

5 Mathematik und Naturwissenschaften

Jasinski, M. Plongées sous la terre. Paris, Flammarion, 1965. 8°. 254 p. ill., fig. — Fr. 12.95. A 5433

61 Medizin

Drechsler, B. Elektromyographie. Berlin, VEB, Verlag Volk und Gesundheit, 1964. — 4°. 123 S., Abb. Lit. — Fr. 59.15. 06.4 q

Miles, S. Underwater Medicine. 2nd Edition. London, Staples Press, 1966. — 8°. 332 p. fig. — Fr. 41.50. A 5413

Raab, W. Prevention of Ischemic Heart Disease. Principles and Practice. Springfield/Illinois, Charles C. Thomas, 1966. — 8°. 466 p. fig. — Fr. 114.75. 06.5

Rohmert, W. Maximalkräfte von Männern im Bewegungsraum der Arme und Beine. Köln/Opladen, Westdeutscher Verlag, 1966. — 8°. 45 S. Abb. Tab. — Fr. 28.50. Abr 3350

Forschungsberichte des Landes Nordrhein-Westf. Nr. 1616.

7 Kunst. Musik. Spiel

Proceedings of the first International Study Seminar on the Cinema Television and Audio-Visual Aids in the Service of Sport. Rome, April, 1965. Archivio Didattico, Pubblicazioni a Cura dei Centri Didattici Nazionali. Roma, Centro Didattico Nazionale per l'Educazione fisica e sportiva, 1966. — 8°. 144 p. ill. A 5408

Röthig, P. Beiträge zur Theorie und Lehre vom Rhythmus. Stuttgart, K. Hofmann, 1966. — 8°. 162 S. — Fr. 14.15. AP 184
Theorie der Leibeserziehung. 2.

Roskam, F. Sportstättenbau. Köln/Berlin, Grote'sche Verlagsbuchhandlung, 1966. — 8°. 146 S. Abb. Tab. — Fr. 17.30. A 5431

Schriftenreihe Fortschrittliche Kommunalverwaltung. 13.

796.0 Sport (Allgemeines)

La **formation** de l'éducateur sportif. Un programme-cadre. 2e éd., rév. et compl. Strasbourg, Conseil de l'Europe, 1966. — 8°. 72 p. Abr 3331

Freistadt, L. Leistungsabzeichen für vielseitige Leibesübungen. Die Bestimmungen aus 22 Ländern und vom Europarat. Wien, Selbstverl. des Verfassers, 1967. — 4°. 59 S. vervielf. Abrq 1370

Matthias, E. Kulturwert und Kulturaufgaben des Turnens. Aarau, ETV, 1916. — 8°. 32 S. Abr 3333
SA aus: Schweiz. Turnzeitung, 58 (1915) 34 ff.

Oertel, H. F. Immer wieder unterwegs. Berlin, Sportverlag, 1966. — 8°. 304 S. ill. — MDN 7.80. A 5428

Les **problèmes** de la culture physique en masse et de la maîtrise des sports. Sofia, Institut Sup. de Culture Physique, G. Dimitrov, 1960. — 8°. 452 p. tabl. A 5455

Recla, J. Sechste Internationale Olympische Akademie = Sixth International Olympic Academy = Sixième Académie Olympique Internationale. Vorbereitung und Gestaltung — Berichte und Betrachtung. Graz, Inst. für Leibeserziehung der Univ., 1966. — 4°. 281 S. vervielf. Aq 488

Schmitz, J. N. Aloys und die Leibesübungen. Beiträge zum Selbstverständnis der Leibeserziehung. Stuttgart, K. Hofmann, 1966. — 8°. 94 S. — Fr. 8.95. AP 184
Theorie der Leibeserziehung. 3.

Universität Basel. Turnlehrer-Ausbildung. Studienpläne. Basel, Univ., 1966. — 4°. 14 S. vervielf. Abrq 1368

796.1/.3 Spiele

Basketball. Übers. aus dem Amerikanischen und zusammen gest. von V. Kanth. Sommer 1966. Köln, Deutsche Sporthochschule, 1966. — 4°. 28 S. Abb. Abrq 1360
Sondernummer DZL.

Fussball-Weltmeisterschaft England 1966. Berlin, Sportverlag, 1966. — 8°. 256 S. ill. — MDN 16.90. A 5414

Laver, R. Gewinnen im Tennis. München, Moderne Verlags-GmbH, 1966. — 8°. 144 S., ill., Abb. A 5298

Rowe, D. Table Tennis. London, Stanley Paul, 1965. — 8°. 104 p. fig. — Fr. 11.40. A 5445

Spielend trainieren. Kleine Spiele. Spiel- und Übungsformen für Fussball, Handball, Basketball, Volleyball, Faustball, Schlagball. 2. Aufl. Berlin, Sportverlag, 1966. — 8°. 464 S. Abb. — MDN 14.20. A 5427

Trengove, A. L'Art du Tennis. Dix grands champions professionnels vous enseignent. Paris, Robert Laffont, 1965. — 8°. 191 p. fig. — Fr. 22.30. A 5434

796.41 Turnen und Gymnastik

Demeilles, L. Exercices physiques pour tous. Paris, Ed. Amphora, 1966. — 8°. 189 p. fig. — Fr. 16.10. A 5437

Gymnastique pour jeunes filles. Choix d'exercices pour l'enseignement des jeunes filles âgées de 10 à 16 ans. Neuchâtel, Ed. Delachaux et Niestlé, 1966. — 8°. 156 p. fig. — Fr. 12.—. A 5449

Kösser, M. Gymnastik für die Frau. 9. Aufl. Berlin, Sportverlag, 1966. — 8°. 72 S. Abb. — MDN 2.60. Abr 3327

Pickens, R. Schlank und fit durch Gymnastik. Bewährte gymnastische Übungen, um sich gesund und elastisch zu halten. München, MVG-Moderne Verlags GmbH, 1966. — 8°. 188 S. Abb. — Fr. 19.50. A 5426

Pilss-Samek, L. Gymnastik. Jederzeit — überall. Graz/Stuttgart, Stocker, 1966. — 8°. 115 S., Abb. — Fr. 21.40. A 5371

Slotosch-Rotterdam, G. Jeden Morgen 5 Minuten Gymnastik. Ein Gymnastikprogramm für ein ganzes Jahr. Ulm, Arkana-Verlag, 1966. — 8°. 114 S. Abb. — Fr. 16.40. A 5432

40 **Turnstunden** für die 3. und 4. Klasse. Berlin, Volkseigener Verlag, 1966. — 8°. 184 S., Abb. — Fr. 12.—. A 5370

796.42/.451 Leichtathletik

Jazy, M. Mes victoires, mes défaites, ma vie. Paris, Raoul Solar, 1967. — 8°. 287 p. ill. — Fr. 13.95. A 5446

Meyer, G. L'Athlétisme. Paris, La Table Ronde, 1966. — 8°. 272 p. — Fr. 10.85. A 5430

796.5 Wandern. Alpinismus. Geländesport

Pause, W. Von Hütte zu Hütte. Hundert alpine Höhenwege und Übergänge. München, BLV, 1965. 8. Aufl. — 8°. 212 S., ill. — Fr. 27.70. A 5311

Rudolph, F. Die grossen Tage der Anden. Berlin, Sportverlag, 1966. — 8°. 276 S. ill. Abb. — MDN 16.50. A 5415

797 Wassersport. Schwimmen. Flugsport

Kenyon, L.; **Haas,** W. de. Taucht mit! Führer durch die Unterwasserwelt. 3., erw. überarb. Auflage. Rüschlikon-Zürich/Stuttgart/Wien, Albert-Müller-Verlag, 1966. 8°. 492 S. Abb. — Fr. 29.80. A 5424

Seesegeln. Berlin, Sportverlag, 1966. — 8°. 304 S. Abb. Tab. Kartenbeil. — MDN 19.80. A 5425

Unsere Monatslektion
Springen

A. Metzener

I. Vorbereitung: Einlaufen und aufwärmen

- Abwechselnd gehen und hopserhüpfen
- Stehend: symmetrisches Armkreisen, 3 mal vw. 3 mal rw.
- Laufschritt mit Sprung bei jedem dritten Schritt: l., r., Sprung l.–r., l., Sprung r. Der Sprung in die Höhe erfolgt abwechslungweise mit dem linken und dem rechten Bein.
- Lockerungsübung des Hürdenläufers:

Rumpfdehnen vw., Kinn nach vorne ziehen (nicht versuchen, mit der Stirn das Bein zu berühren)

- Seilspringen: (ein Sprung pro Umdrehung): Knie und Zehenspitzen müssen immer gestreckt sein.
- Bauchlage: Lockerungsübung für die Schultern mit einem Seil.

(Armhalbkreis rw. und vw.)

II. Sprünge vorwärts und rückwärts mit Anlauf

Betriebsorganisation: Jede Übung wird mit Anlauf, gemeinsam vom Bassinrand, ausgeführt.

a) die ganze Klasse zusammen

b) ½ Klasse, zuerst alle Nr. 1, dann alle Nr. 2, sofern nicht genügend Platz vorhanden ist. In diesem Fall warten die ersten am Wasserrand und steigen erst aus dem Wasser, wenn die zweiten gesprungen sind. So entstehen keine «Kollisionen» und kein Zeitverlust.

Abkürzungen: a = gestreckt
c = gehockt

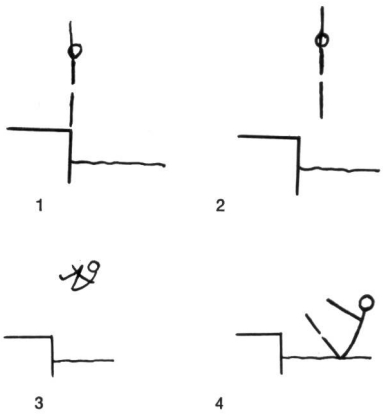
Übungen:

- Fusssprung vw. a, Arme bleiben oben
- Fusssprung vw. a, Arme senken
- Fussprung vw. c, in der Hocke bleiben
- Fussprung vw. c, 3 Phasen: strekken, Arme hochhalten, anhocken und strecken.
- Startsprung mit Anlauf und abspringen mit beiden Füssen
- idem; sofort nach Eintauchen ½ Schraube auf den Rücken
  idem; die halbe Schraube wird **vor** dem Eintauchen ausgeführt
- Wem gelingt eine ganze Schraube? ½ Schraube in der Luft, ½ Schraube im Wasser; darauf eine ganze Schraube in der Luft.

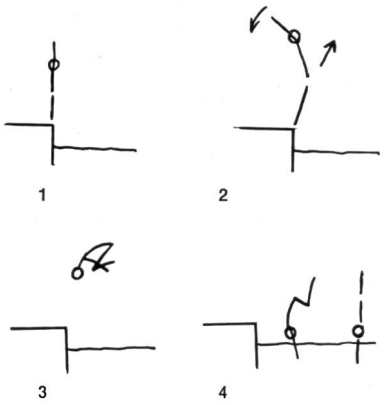
- Anlauf, abspringen mit einem Fuss, Sprung nach vorne um auf den Rücken zu fallen.
  (Bild: mit dem freien Bein weit nach vorne «tschuten» und auf den Rücken fallen)
- idem; abspringen mit beiden Füssen
- idem, mit halber Schraube und Fallen in Bauchlage

III. Sprünge ohne Anlauf, aus dem Stand rücklings

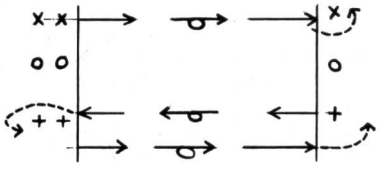
- Fusssprung rw. a, Arme bleiben oben
- Fusssprung rw. a, Arme senken
- Fussprung rw. c, in der Hocke bleiben
- Fussprung rw. c, strecken, anhokken, strecken
- Fussprung rw. c, oder b: um sitzend in V-Form einzutauchen
  Fussprung vw. aus dem Stand rl.



(Delphin-Kopfsprung)



IV. Pendel-Stafetten

- Startsprung; eine Schwimmbewegung; Salto vw. (oder Rolle vw.); weiter schwimmen
- Startsprung; ½ Schraube im Wasser um auf den Rücken zu gelangen; Salto rw. (oder Rolle rw.); weiter schwimmen auf dem Rücken

Schwimmstafette: Der zweite darf nicht starten, bevor der erste die Mauer berührt hat.