

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

**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

**Band:** 26 (1969)

**Heft:** 4

**Rubrik:** Mitteilungen

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

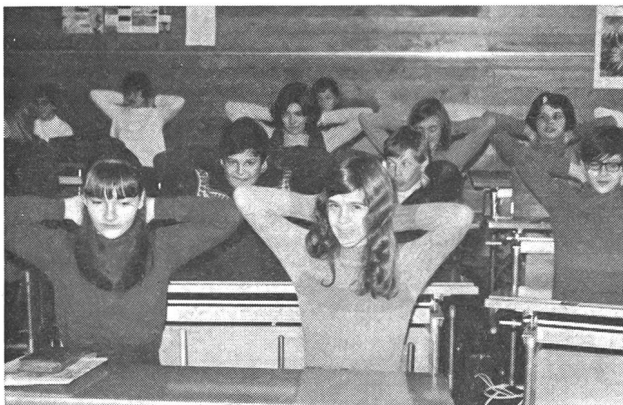
### **Terms of use**

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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 04.05.2025

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

# Helvetisches Mosaik



## Isometrische Gymnastik in den Zürcher Schulen

Zusätzlich zum Turnunterricht soll in den Klassenzimmern jeden Tag eine Serie von 4 Übungen, irgendwann einmal als Abwechslung im Verlauf einer beliebigen Lektion eingestreut, an der Bekämpfung von Sitzschäden und Haltungsschwächen mithelfen. Durch die tägliche optimale Kräftigung der Rücken-, Bauch- und Schulter-Hals-Muskulatur soll dem Haltungszerrfall gesteuert und ein Ausgleich für das vorwiegende Sitzen während des Unterrichts geschaffen werden.

### Zur Kräftigung der Rückenmuskulatur:

Oberkörper leicht nach vorne beugen. Hände fassen die Sitzfläche. Jetzt 5—8 Sekunden den Oberkörper mit maximaler Kraft gegen den Widerstand der Arme und Hände aufrichten (kein Hohlkreuz)!

### Zur Kräftigung der Bauchmuskulatur:

Hände auf die Oberschenkel stützen. Jetzt während 5 bis 8 Sekunden die Knie mit maximaler Kraft gegen den Widerstand der Hände hochdrücken!

### Zur Kräftigung der Schulter-Hals-Muskulatur: (Bild)

Hände in der Nackenhalte gefasst. Aufrechte Haltung. Jetzt 5—8 Sekunden Kopf mit maximaler Kraft gegen den Widerstand der Hände nach rückwärts neigen!

### Totales Entspannen:

Aufstehen. Hals- und Schultermuskulatur völlig entspannen. Arme und Hände ausschütteln. Natürliches Ein- und Ausatmen in langsamem Rhythmus. 2- bis 3mal tiefatmen. Sitzen: gerade aufrichten.

Mit diesen einfachen Übungen (nötig ist ja nur ein Stuhl, dessen Höhe dem Schüler angepasst ist) soll auch das Verständnis geweckt werden für die tägliche Ausgleichsgymnastik. Es ist sehr wünschenswert, wenn insbesondere jene Kinder, bei denen schon leichte Haltungsschäden festgestellt werden müssen, diese Übungen zusätzlich zuhause ausführen. In der äusserst lesenswerten Nummer vom November 1968 wird deshalb neben grundsätzlichen Überlegungen diese isometrische Gymnastik in «Schule und Elternhaus», für die Eltern herausgegeben vom Schulamt der Stadt Zürich, in Wort und Bild ausführlich vorgestellt. Als weitere Beiträge wird ein Fitnesstraining für Schüler ab 5. Schuljahr sowie ein Programm für Haltungsturnen im Kindergarten gezeigt. Es liegt nun an der Lehrerschaft und insbesondere auch an den Eltern, von den aufgezeigten Möglichkeiten möglichst ausgiebig Gebrauch zu machen.

R. Trüb

## Ein Jahr des grossen Erfolges

An den Schweizerischen Nachwuchs-Wettkämpfen (SNWK) haben im vergangenen Jahr laut des Berichtes von Josef Diethelm, Chef der Schweiz. Nachwuchs-Wettkämpfe, 70 360 Burschen und Mädchen teilgenommen. Gegenüber dem Vorjahr bedeutet das eine Zunahme von rund 23 000.

Beteiligung seit 1960:

|      |   |        |
|------|---|--------|
| 1960 | = | 30 039 |
| 1962 | = | 30 592 |
| 1964 | = | 36 614 |
| 1966 | = | 34 033 |
| 1968 | = | 70 360 |

Die Reorganisation sämtlicher SNWK-Unterlagen für das verflossene Jahr hat sich in allen Teilen mehr als bewährt. Die Anpassungen der Disziplinen und Geräte an die 10 Alterskategorien der Mädchen und Knaben haben das gesteckte Ziel erreicht und konnten teilnehmer- wie leistungsmässig voll befriedigen. Die erstmals startenden Mädchen im Alter von 9—18 Jahren zeigten sich äusserst begeistert.

## Zweiminuten-Turnen obligatorisch

Als Sofortmassnahme gegen den «Haltungszerrfall der Schwyzer Jugend» wurde von der Kantonalen Erziehungsdirektion ein obligatorisches Turnprogramm von zwei Minuten pro Tag in den Schulen eingeführt. Die Weisung bezieht sich auf einen Bericht des Schularztes der Gemeinde Schwyz, der unter anderem festhält, dass vor allem im Primarschulalter auf später nicht mehr korrigierbare Haltungsschäden vorbeugend eingewirkt werden könne.

«NZ»

## Täglich 1 Minute Haltungsturnen in der Schule Thalwil

Es ist statistisch belegt, dass die gesunde Körperhaltung unserer Jugend gefährdet ist. Die Haltungsschwäche ist weitgehend durch Muskelschwäche bedingt. Es müssen daher alle Massnahmen zur systematischen Kräftigung der Rumpfmuskulatur ergriffen werden. Dazu ist die isometrische Trainingsmethode besonders geeignet.

Die Lehrerschaft aller Stufen wurde in den letzten Wochen von Herrn Dir. Futter, Oberseminar Zürich, durch eine Orientierung und Demonstration mit der isometrischen Gymnastik als Minutenprogramm in der Schule vertraut gemacht. Nachdem auch die anwesenden Schulärzte mit Nachdruck bestätigten, dass im Kampf gegen Haltungsschwächen und Haltungszerrfall nur wohlüberlegte und systematische Massnahmen zum Erfolg führen, hat die Schulpflege in ihrer Sitzung vom 25. November 1968 beschlossen, das tägliche Haltungsturnen an unserer Schule mit sofortiger Wirkung einzuführen.

**Zielsetzung:** Bekämpfung von Sitzschäden und Haltungsschwächen; optimale Kräftigung der Rücken-, Bauch- und Schulter-Hals-Muskulatur; Verständnis wecken für die tägliche Ausgleichsgymnastik.

**Program:** Jedes Kind turnt einmal täglich während zirka einer Minute vier bestimmte Übungen auf seinem eigenen Stuhl im Unterrichtszimmer unter Leitung des Klassenlehrers.

Die Schüler sollen zudem durch die Eltern angehalten werden, diese bekannten vier Übungen auch zu Hause, analog dem täglichen Zähneputzen, zusätzlich durchzuführen. Mit dem täglichen Minutenprogramm wird ein Erfolgseffekt von 90 Prozent erreicht. Illustrierte Broschüren über das Haltungsturnen können durch die Eltern bei unsern Schulärzten bezogen werden.

Die Schulpflege ist sich bewusst, dass zu den haltungsfördernden Massnahmen auch die Zurverfügungstellung von richtigen Sitzgelegenheiten und entsprechenden Schreibtischen gehört, die mindestens zweimal jährlich der Grösse des Schülers angepasst werden müssen. Viele Klassen sind damit bereits ausgerüstet. Im Rahmen der sukzessiven Erneuerung des Schulmobiliars werden inskünftig nur noch verstellbare Stühle und Bänke angeschafft.

Lehrerschaft und Schulpflege werden dem ersten Problem der Haltungsschwäche die vollste Aufmerksamkeit schenken.

## Bildungskurs für Urner Lehrer

### Haltungsturnen und Ausbau des Schulwesens als Hauptthemen

Zu einer interessanten Tagung trafen sich die Urner Lehrer in Altdorf. Der Bildungskurs stand im Zeichen des Themas «Haltungsturnen — ein Gebot der heutigen Zeit». Trotzdem sich der Lehrervereinsvorstand bewusst war, damit ein heisses Eisen aufzugreifen — das richtige Verständnis dafür ist auf Anhieb nicht überall zu erwarten —, sah er sich aus Sorge um die ihm anvertraute Jugend dazu veranlasst, sich mit dem Problem eingehend zu befassen. In drei interessanten Referaten konnten sich die Tagungsteilnehmer davon überzeugen, wie wichtig gut aufgebautes Haltungsturnen, wie es in Zukunft nun auch in den Urner Schulen betrieben werden soll, für die Jugendlichen ist.

Bevor sich die Urner Lehrerschaft über die vielfältigen Probleme des Urner Schulwesens durch Erziehungsdirektor Regierungsrat J. Brücker, Altdorf, orientieren liess, erfolgte ein Rundgang durch die Urner Sonderschule. Man konnte sehen, dass der jüngste Spross im Urner Schulsektor sich sehr segensreich auswirkt und auch jenen Jugendlichen, die auf der Schattenseite des Lebens stehen, gestattet, sich gebührend auf den Schritt ins Leben vorzubereiten.

Die Probleme der Urner Schule wurden durch den Referenten kurz kommentiert. Daraus war ersichtlich, dass Kindergärten die unbedingte und notwendige Vorstufe der Volksschule darstellen und deren Schaffung wo immer möglich angestrebt werden muss. Eine Forderung der Zeit bildet auch das 8. obligatorische Schuljahr, und zur Entlastung der Normalklasse wäre eine Kreishilfsklasse zu schaffen. Werkschulunterricht ist ebenfalls ein Erfordernis unserer Zeit. Er wird aber in Uri nur dann möglich werden, wenn sich die Schulgemeinden zu einer koordinierenden Lösung entschliessen können.

Nachdem der Urner Erziehungsdirektor noch auf das Fernziel eines voll ausgebauten Urner Lehrerseminars hingewiesen und sich kurz über die Lehrerkonferenzen — die immer wieder Stein des Anstosses bilden — geäussert hatte, wies er auch auf die grossen finanziellen Mittel hin, welche der Ausbau des Urner Schulwesens erfordert. Er gab anschliessend der Hoffnung Ausdruck, Volk und Behörden möchten sich den Ausbauplänen gegenüber positiv zeigen, zumal es bis heute an einer aufgeschlossenen Haltung und einer ausgesprochenen Schulfreundlichkeit tatsächlich nie gefehlt hat.

## Biologie für Sportler

Im reichhaltigen Programm der Volkshochschule Zürich ist auch ein Kurs für Spieltheorie vorgesehen. Es darf als Glücksfall bezeichnet werden, dass sich Dr. Bolliger, Biologielehrer an der Kantonalen Oberrealschule Winterthur, bereit erklärt hat, einen Kurs «Biologie für Sportler» zu erteilen. Der Dozent ist selbst aktiver Sportler und hat als Schwimmer Wettkämpfe bestritten.

## Neigungsgruppen im Ergänzungsturnen Zürichs

Der gleichförmige Turnunterricht gehört zur Freude der Schüler immer mehr der Vergangenheit an. Ganz besonders im freiwilligen Ergänzungsturnen auf der Oberstufe in der Stadt Zürich werden vom Schulamt und speziell von den sehr initiativen, als «Kreisturnberater» amtierenden Lehrern Mittel und Wege gesucht, um diesen Sportbetrieb und damit die wertvollen Möglichkeiten sinnvoller körperlicher Ertüchtigung noch attraktiver zu gestalten.

Nachdem vor einiger Zeit die ursprünglich nur für das Sommerhalbjahr vorgesehenen ET-Übungen auch auf das Winterhalbjahr haben ausgedehnt werden können, wird jetzt in einem weiteren Schritt die Basis geschaffen, diese Stunden mehr auf die Neigungen der Schüler auszurichten. Bereits im kommenden Sommerjahr dürfen die ersten Sportabende in Neigungsgruppen erteilt werden. So ist vorgesehen, neben Klassen in der bisherigen Durchführungsart neu Abteilungen zu bilden, die das Schwergewicht auf Fussball, Handball, Leichtathletik, Korbball, Mini-Basketball, Geräteturnen, Orientierungslauf, Wandern, Rhythmik oder gar Judo legen. Es ist klar, dass nicht schon jetzt überall solche Kurse durchgeführt werden können, da sie von der Ausbildung der Leiter abhängen. Für jene Lehrer, die nicht anderweitig über fundierte Vorkenntnisse verfügen, sei es, dass sie selber aktive Sportler in einem dieser Fächer sind oder als Vorunterrichtsleiter in Magglingen eidgenössische oder doch mindestens kantonale VU-Leiterkurse besucht haben, plant aber das Turn- und Sportamt unter der zielstrebigen Leitung von Dr. Pfändler schon bald erste Ausbildungskurse in einzelnen Sparten, so dass in wenigen Jahren auf Grund der bis dann gemachten Erfahrungen ein vielseitiger Sportbetrieb durchgeführt werden kann.

Es ist sehr zu hoffen, dass bis zu jenem Zeitpunkt auch «Jugend + Sport» im Kanton Zürich anzulaufen beginnt, damit jene Schüler, die in der Schule eine sie besonders interessierende Disziplin zu pflegen begonnen haben, die Möglichkeit bekommen, die Kenntnisse weiter zu vertiefen. Damit dürfte sich ein sinnvoller Weg ergeben, neben der turnerischen Ausbildung in den «normalen» Turnstunden bereits im 7. Schuljahr eine in vernünftigem Rahmen liegende Spezialisierung zu ermöglichen. Interessanterweise laufen in den Zürcherischen Sekundarschulen bereits ganz ähnliche Versuche im übrigen Stoffpensum, indem einzelne als «Wahlfachklassen» bezeichnete III. Sekundarklassen neben einem etwas reduzierten Pflichtstundenplan den Schülern eine ganze Reihe von Fächern bieten, aus denen sie nach ihren persönlichen Neigungen eine Auswahl treffen können, wobei lediglich eine Minimal- und eine Maximalstundenzahl pro Woche festgelegt sind. Die überaus ermutigenden Ergebnisse dürften bestätigen, dass der richtige Weg eingeschlagen worden ist.

E. Trüb

# Blick über die Grenzen

## Sport in den USA gesellschaftsfähig

Amerikanische Eltern denken anders in ihrer Einstellung zum Sport und dessen Förderung als vergleichsweise deutsche. Jedenfalls kommen die deutschen Schwimmer Hans Fassnacht und Michael Holthaus immer mehr zu dieser Auffassung, seitdem sie Sport und gesellschaftliches Leben an amerikanischen Hochschulen selber miterleben können.

Wenn amerikanische Kinder sportliche Veranlagungen zeigen, so sind es ihre Eltern, die dafür sorgen, dass dieses Talent gefördert wird. Sport ist in den Staaten gesellschaftsfähig. Jede Schule erkennt ihn als gleichberechtigtes Fach neben Rechnen, Schreiben und Lesen an. Kein Schüler wird hier mitteilidig belächelt, weil er sich täglich mehrere Stunden einem harten Training unterzieht. Im Gegenteil: Eltern und Schüler wissen, ein Talent, das sich durchgesetzt hat — gleich auf welchem Gebiet —, kann in den USA mit Anerkennung rechnen. Die jeweilige Schule steht voll und ganz hinter den Bemühungen seiner Zöglinge, die den Wunsch haben und die Veranlagung zeigen, gute Sportler zu werden. Für sie sind sportliche Erfolge die beste Werbung.

### Familie immer dabei

Bei Veranstaltungen der Schule sind die Eltern immer dabei; sie übernehmen die Arbeit der Funktionäre — sie tun es gern und ehrenamtlich, da es ja um ihre Kinder geht. Deshalb kann man sich in den Staaten auch nie über mangelnde Publikumsbegeisterung beklagen, dafür sorgen schon die Eltern. Sie lassen die Möglichkeiten, die aus dem ausserordentlichen Sporttalent ihres Kindes wachsen, nicht ungenutzt. Denn amerikanische Colleges und Universitäten winken mit Stipendien, wenn sie glauben, in dem einen oder anderen eine Verstärkung ihrer Hochschulmannschaft gefunden zu haben. Auch hier ist der Erfolg im Sport wiederum das beste Aushängeschild der Universität, die sich Zulauf in allen Fakultäten daraus verspricht. Der nun schon bekannte Leistungssportler erfährt nun an seinem College weiterhin alle erdenkliche Unterstützung, ohne dabei jedoch seine Arbeit in den wissenschaftlichen Fächern aus den Augen zu lassen. Aber das Hochschulinstitut erwartet auch etwas von ihm. Nur so ist es zu verstehen, dass viele Spitzensportler ihren Trainingsaufbau ganz auf die NCAA (Hochschul)-Meisterschaften ausrichten.

### Sport um des Stipendiums willen

An diesen Titelkämpfen entscheidet es sich für viele, ob sie ihre Stipendien auch für das nächste Semester behalten. Man kann deshalb an amerikanischen Hochschulen zwei verschiedene Arten von Spitzensportlern unterscheiden: für die einen ist Sport das Hobby, das sie als Selbstzweck das ganze Jahr betreiben, für die anderen nur das Mittel, das ihnen die Türen zu bekannten Universitäten öffnen soll. So geht beispielsweise bei den Schwimmern unter den «Stipendientensportlern» die Saison lediglich von Januar bis März; zu diesem Zeitpunkt sind sie in Hochform, die Landesmeisterschaften üben auf sie keinen Reiz mehr aus. Sport ist für sie nur so lange wichtig, als er die berufliche Entwicklung entscheidend mitbeeinflussen kann. Und darum sind amerikanische Eltern anders als bei uns: sie wissen, der Sport gibt ihren Kindern die Chance, auch später im Leben voranzukommen.

«NZZ»

## Vermehrte Förderung für Spitzensportler in Deutschland

on. Der deutsche Innenminister Ernst Benda und der Präsident des westdeutschen Sportbundes Willi Daume sprachen sich anlässlich eines öffentlichen Hearings des parlamentarischen Bonner Innenausschusses für vermehrte Förderung der Spitzensportler aus, doch wendeten sie sich gleichzeitig energisch gegen den Staatssport östlicher Prägung. Benda kündigte die Gründung eines Sportbeirates aus Vertretern des deutschen Sports, des Staates, der Bundesländer und Kommunen an, der die Förderung des Leistungssports vorantreiben soll. Die Schwerpunkte der staatlichen Hilfen werden auf der sportwissenschaftlichen Forschung, der Übertragung der wissenschaftlichen Ergebnisse auf die Praxis, dem weiteren Ausbau der Trainings- und Leistungszentren, der Bezahlung der Trainer, der sozialen Sicherung der Spitzensportler und der Unterstützung der Sportfachverbände liegen.

## Sportgymnasium in Baden-Württemberg

Mit Beginn des Schuljahres 1970/71 soll in Baden-Württemberg als erstem deutschen Bundesland ein neuer Schultyp eingeführt werden: Das Sportgymnasium, aus dem die Elite von morgen hervorgehen soll.

Wie der beim Stuttgarter Kultusministerium zuständige Ministerialrat Kiefer mitteilt, haben sich verschiedene Städte um diesen neuen Schultyp bemüht; Mannheim und Heidelberg liegen am besten im Rennen. Der endgültige Entscheid, wo der erste Sportzug eingerichtet wird, soll bald fallen. Auf jeden Fall soll ab Herbst 1969 in Baden-Württemberg das erste deutsche Gymnasium mit Sportzug den Lehrbetrieb aufnehmen. Der Sportzug ist als letzte Vorstufe vor dem eigentlichen Sportgymnasium gedacht. Er sieht fünf erste Klassen vor, wobei in dreien ein Schwerpunkt auf die Leibeserziehung gelegt werden soll. Am Ende des ersten Schuljahres ist dann geplant, die Besten der fünf Klassen in einer Klasse — einer Art Eliteklasse — zusammenzufassen. In ihr soll bis zur Oberprima die Zahl der Sportstunden auf sieben in der Woche erhöht werden, und zwar teils zu Lasten der musischen Fächer, teils durch zusätzliche Unterrichtsstunden in Leibesübung. Latein, Mathematik und alle anderen Hauptfächer sollen dabei jedoch nicht vernachlässigt werden; im Gegenteil: «Hier soll zum erstenmal wissenschaftlich bewiesen werden, dass in einem gesunden Körper auch ein gesunder Geist wohnt», sagte Ministerialrat Kiefer, der im Kultusministerium Motor des Sportgymnasiums ist.

Spätestens im nächsten Jahr soll dann vom Sportzug auf das eigentliche Sportgymnasium umgestiegen werden. Es soll ausschliesslich als Internat geführt werden. Wesentlicher Erziehungsfaktor soll das «Capt'n-System» sein, das Kiefer aus den angelsächsischen Ländern importieren will. Jede Klasse wählt sich ihren Kapitän, der wesentlich grössere Verantwortlichkeit besitzen soll als der bisherige Klassensprecher. Ausschlaggebend für diesen Import ist die Beobachtung Kiefers, dass zum Beispiel viele führende Köpfe der USA in den Schulen bereits «Kapitän» waren. Ebenso wie bei dem kommenden Sportzug am Göppinger Gymnasium soll auch bei den Sportgymnasien laufend in Zusammenarbeit mit Universitäten wissenschaftlich untersucht werden, bis zu welchem Grad körperliche und geistige Leistung und das Wachsen der Vitalität

voneinander abhängig sind. In der neuen Schulkonzeption des Stuttgarter Ministeriums sind die anderen Bundesländer bereits «eingeplant».

«Badische neueste Nachrichten»

## Frankreich

### Hochschulsport — sehr klein geschrieben

Wenn die französischen Studenten im allgemeinen nur wenig Interesse an sportlicher Betätigung zeigen, so liegt das nicht nur daran, dass ihr Stundenplan schon reich befrachtet ist, auch nicht nur daran, dass die Sportanlagen ungenügend oder zu weit entfernt sind, es liegt auch daran, dass kaum etwas getan wird, um sie auf die Möglichkeiten aufmerksam zu machen. Die geringe Zahl von Sportlehrern an den Hochschulen ist ein deutliches Zeichen für diese Gleichgültigkeit. Ein hoher Beamter des Unterrichtsministeriums hat die Zahl der benötigten Lehrkräfte für körperliche Erziehung an Hochschulen auf 1000 geschätzt. Im Budget für nächstes Jahr sind nur 400 vorgesehen. Diese 400 sind für rund 500 000 Studenten bestimmt, das bedeutet einen Sportlehrer auf 1250 Studenten. Dieses Missverhältnis ist um so schlimmer, als die Arbeitsbedingungen an den Hochschulen ohnehin schlecht sind. Meistens ist der Hochschulsportlehrer völlig sich selbst überlassen. Es gibt kein vorgeschriebenes Programm, es gibt keine Stelle, welche die Einhaltung eines Stundenplanes überwacht. Dazu kommt, dass die «Schüler» ja keine Halbwüchsigen mehr sind, die zum Besuch der Stunden gezwungen werden können; der Sportlehrer hat Erwachsene vor sich, die in ihren Entscheidungen frei und sehr oft darauf bedacht sind, mit möglichst wenig körperlicher Anstrengung wegzukommen. Um leichter arbeiten zu können, sind die Sportlehrer dazu übergegangen, ihre Kurse nicht mehr für einzelne Fakultäten durchzuführen. Früher hatten die zukünftigen Apotheker ihre Gymnastikstunde, dann die Advokaten, dann die Ingenieure. Jetzt gibt es nur noch wenige Kurse, die nach Sportdisziplinen geführt und jeweils vom dafür besten Lehrer geleitet werden. Diese Zusammenfassung mehrerer Fakultäten (die in der Schweiz längst selbstverständlich ist, der Übersetzer) gewährleistet eine bessere Ausnützung der Sportanlagen, besseren Unterricht durch den Lehrer, weil er sich auf sein bestes Gebiet konzentrieren kann, und mehr Auswahl für die Studenten.

Als Sofortmassnahme gegen den Lehrermangel, der trotz allem noch immer akut ist, werden nun Versuche gemacht mit sportlich ausgebildeten Studenten, die ihre Kameraden unterrichten und so die eigentlichen Sportlehrer ersetzen sollen. Bisher hat sich allerdings gezeigt, dass die Studenten in solchen Fällen zwischen dem Studium und ihrem «Lehrauftrag» wählen müssen — der Zeitaufwand ist zu gross, als dass sie in beidem Hervorragendes leisten könnten.

Ein weiterer Plan sieht die Bildung eines eigenen Departements für Sport innerhalb der Universität vor. Auch diese Lösung aber führt nicht wirklich zum Ziel, solange die meisten Professoren der anderen Fakultäten der Leibeserziehung so gleichgültig gegenüberstehen wie bisher — denn wer wollte verändernd auf die oft noch schülerhafte Mentalität der Studenten einwirken, die nur tun, was sie wirklich tun müssen, wenn nicht ihre Professoren?

Aus: «Die Tat», 12. Dezember 1968.

## Umfangreiche Sportförderung in Polen

on. Eine umfangreiche Sportförderung soll in Polen in den nächsten Jahren an die Hand genommen werden, nachdem das Polnische Olympische Komitee das Abschneiden in Mexiko mit insgesamt 18 Medaillen, davon fünf goldene, als ungenügend taxiert hat. Als vordringlichste Massnahme soll eine Intensivierung der sportlichen Betätigung der Jugend verwirklicht werden. Zu diesem Zweck sind nach ostdeutschem Vorbild eigene Sportschulen geplant, die in jeder Provinz errichtet werden sollen. Alle zwei Jahre messen sich die Schüler in grossen Wettkämpfen, während alle vier Jahre eine Spartakiade mit Teilnehmern ab 19 Jahren durchgeführt werden soll. Zur direkten Vorbereitung auf die Olympischen Spiele 1972 werden 200 olympische Trainingszentren geschaffen, die über 2000 Athleten ausbilden sollen. Bereits ist eine Delegation von 300 Aktiven nach München gegenüber 185 für Mexiko ins Auge gefasst worden. Für die in Polen weniger bekannten Sportarten wie Ringen, Rudern und Eishockey sollen namhafte ausländische Trainer verpflichtet werden. Neben der staatlichen Hilfe werden die finanziellen Mittel für dieses umfangreiche Sportförderungsprogramm aus einem Zuschlag auf die Eintrittsbillette bei allen Sportanlässen sowie aus Lotterieneinnahmen geschöpft.



# Der Sprung nach oben



**DUL-X**  
Massage

Zum Einreiben und Massieren  
Pour frictionner et masser

DUL-X: IKS-Nr. 12548  
Gep. in: Ol. Eucalypt.,  
Gaulth., Rosmar., Anis,  
Melissa, Menthol, Arnica.  
Extr. ad emuls.

BIOKOSMA S.A.  
EBNAT-KAPPEL  
SUISSE

Ohne seriöses Training gibt es keine Spitzenleistungen. Es wird aber heute allgemein anerkannt, dass eine regelmässige Massage und Körperpflege entscheidend zur Leistungssteigerung beiträgt.

Sportler aus aller Welt erzielen Höchstleistungen mit der einzigartigen

**DUL-X Embrocation**

DUL-X das biologisch wirksame Massagemittel fördert die Durchblutung, entschlackt die Muskeln und macht sie geschmeidig. DUL-X verjagt Müdigkeit und Muskelkater.

Alleinvertrieb für die Schweiz:  
BIOKOSMA AG, Ebnat-Kappel