

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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 26 (1969)

Heft: 4

Artikel: Von 13,26 - 19,18 m

Autor: Hubacher, Edy

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-994121>

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: 16.07.2025

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

Von 13,26 – 19,18 m

(Edy Hubachers Werdegang)

Als mich Marcel Meier bat, für die Leser von «Jugend und Sport» meine Entwicklung im Kugelstossen zu skizzieren, begann ich in den «gesammelten Werken» (Trainings-tagebücher und Zeitungsausschnitte) zu blättern.

Dabei stach mir eine Überschrift in die Augen, die letztes Jahr im «Sport» zu lesen war: «Edy Hubachers Werdegang». Das war es, was ich brauchte. Hier standen einige Zahlen. Jahrezahlen und Meterzahlen dahinter. Die einen stiegen regelmässig von 1960 bis 1968, die andern mit kleineren oder grösseren Sprüngen von 13,26 bis 19,18. Für mich sind es nicht nur nackte Zahlen. Jede ruft in mir Erinnerungen wach. Erinnerungen an einen Wettkampf, an eine ganze Saison.

1960: 13,26

Es war in meinem letzten Jahr als Junior. In der Rekrutenschule hatte ich einen sehr verständnisvollen Kommandanten, der mir für alle Wettkämpfe Urlaub gewährte. Er war nicht schuld, dass ich am Tag vor den Schweizer Junioren-Meisterschaften noch eine Tetanus-Spritze erhielt, die mich in der Bewegung stark behinderte. Die ersten zwei Junioren wurden für den Länderkampf gegen Württemberg selektioniert. Ich landete auf dem dritten Platz. Zum Glück heiratete die Schwester des Siegers am Wettkampfdatum, und ich durfte trotzdem mit. Meine Bestleistung bestand damals aus 12,95 (während meines ersten Auslandstartes erzielt). Auf dem «Papier» war ich als Vierter eingestuft. Ich erreichte 13,26 und damit den zweiten Platz.

1961: 15,01

Ein Andenken an die Rekrutenschule, ein Rückenleiden, machte mir die ganze Saison zu schaffen. Trotzdem begann ich unter meinem Vereinstrainer Hans Meyer mit einem — allerdings leichten und sehr vorsichtigen — Gewichtstraining. Erstaunlich? Je mehr wir das Hanteltraining steigerten, um so seltener traten die Rückenschmerzen auf!

Mit 14,62 schlug ich zum ersten Mal meinen Namensvetter Max Hubacher, der mir übrigens manchen wertvollen Tip gegeben hat (wie auch mein Vorgänger in der Diskusbranche Matthias Mehr). Es ist überhaupt erfreulich, wie bei uns ehemalige Aktive mit guten Ratschlägen nicht geizen. Dass der Einheitsverband auf technischem Gebiet schon einige Zeit besteht, beweist die Tatsache, dass ich gerade aus dem «feindlichen» LCZ, von Silvio Nido und seiner Umgebung, manche Anregung erhielt.

Noch reichte es in diesem Jahr nicht für die Nationalmannschaft, aber das Ziel für 1962 war gesteckt. Nach einem bewegten Feuerwehrschlussabend in meinem Dörflein, nach drei Stunden Schlaf, einem Getränkekonsum, der ausnahmsweise nicht aus Milch bestand, bestritt ich ein SVM-Meeting. An diesem Saison-Kehraus stiess ich die Kugel zum ersten Mal über 15 Meter. Ich wollte die gleiche «Vorbereitung» noch zwei- bis dreimal anwenden, Erfolge blieben aber aus...

1962: 15,43

In dieses Jahr fiel mein erster Schweizermeistertitel, allerdings nur, weil der Titelinhaber Bruno Graf ins Ausland gezogen war. Meine neue Bestleistung erzielte ich im Rahmen der Zehnkampfmeisterschaften. Beim Stabhochsprung stauchte ich die Wurfhand (Sandgrube), so dass ich in den abschliessenden Länderkämpfen diese Leistung nicht mehr erreichen konnte.

1963: 15,51

Diese Weite gelang mir am ersten Meeting des Jahres. Ein Fussballspiel — ein Tritt von hinten: Bänderzerrung! Zu früh nahm ich das Training wieder auf. Die ganze Saison war verpfuscht. Erst im letzten Wettkampf, in Athen, näherte ich mich wieder meinem persönlichen Rekord.

1964: 16,75

Tägliches Training war nun selbstverständlich geworden, nachdem ich

in den Jahren vorher 2, 3, 4 und schliesslich 5 mal trainiert hatte. Mit frischem Elan stürzte ich mich in die neue Saison. Die seriöse Arbeit von zwei Wintern musste sich doch auszahlen! Und wirklich, im Frühling konnte ich mich bei jedem Wettkampf übertreffen. Von 16,26 an musste ich mich an die Tatsache gewöhnen, dass jede neue Bestleistung zugleich auch Schweizerrekord bedeutete. Beim 16,75-Stoss erlebte ich zum ersten Mal, wie mich eine richtige Wettkampfbeflügelung beflügeln kann. Ein internationales Meeting — über 10 000 Zuschauer: Verbesserung um einen halben Meter.

1965: 17,12

Ich glaubte, mich nicht mehr weit von meinem Zenit zu befinden und war mit den zentimeterweisen Steigerungen deshalb zufrieden. Eine Trainingswoche beim österreichischen Trainer Franz Peterlik (mit Ernst Ammann zusammen) gab mir aber neue Impulse. Sie zeigte mir, dass es auch schön sein kann, eine Zeitlang nur für den Sport zu leben, sie half mir aber auch technisch weiter. Selbst wenn man, wie ich, das Glück hat, immer gut betreut zu werden, ist es sehr wichtig, hin und wieder einen ausländischen Fachmann zu hören. Auch wenn man hinterher vielleicht merkt, dass mit etwas anderen Worten (oder in einer andern Sprache!) das gleiche gesagt wurde, was uns unsere Trainer schon seit Jahren eintrichtern, ist eben diese Bestätigung unerhört wertvoll.

Wieder war es der letzte Wettkampf, der mir die Saisonbestleistung eintrug. In Innsbruck startete ich für Linz und wurde österreichischer Mannschaftsmeister... Die dort erreichten 17,12 schienen Endstation zu bedeuten.

1966: 17,07

An diesem ersten und einzigen Rückschlag war ich nicht ganz unschuldig. Schon im ersten Frühjahrsmeeting blieb ich nur 7 cm hinter meinem Rekord. Das machte mich wohl ein bisschen leichtsinnig.

Ich hatte ja noch sooo viel Zeit, die Limite für die EM in Budapest zu stossen! Aber es kam anders: Nach einem sehr erfolgreichen Wettkampf, an dem ich im Diskus und im 100-m-Lauf neue persönliche Bestleistungen erzielt hatte, erkrankte ich ziemlich schwer. Ich wurde operiert, verlor 15 kg ohnehin nicht überflüssiges Gewicht, aber noch nicht den Mut. Sechs Wochen nach dem Eingriff startete ich wieder. Ich konnte sogar meinen Meistertitel erfolgreich verteidigen — mit einer Leistung, die fast zwei Meter unter meinem Rekord lag. Darauf musste ich an zwei Länderkämpfen erleben, wie bitter es ist, unter seinem Wert geschlagen zu werden. Ich kam einfach nicht zu Kräften und verspürte immer noch Bauchschmerzen. Nach der zweiten Operation erst hatte ich endlich Ruhe.

1967: 17,96

Auf dem Nullpunkt galt es nun wieder anzufangen. Der Mann, dem das Hauptverdienst zukommt, dass ich noch einmal kompromisslos ins Training stieg und sich sehr bald wieder erstaunliche Erfolge einstellten, heisst Armin Scheurer. Sein Zauber- und Lockwort: Zehnkampf! Dieser «Trick» hatte doppelte Wirkung:

1. Ich wurde athletisch wieder vollständig durchgebildet (sogar besser als je).
2. Auch psychologisch war dieser Ansporn — das neue Ziel — von grosser Bedeutung. Ein ideales Klima im Mehrkampfkader, kameradschaftliche Rivalität. Der Ehrgeiz trieb mich an, es den Besten gleichzutun. Das Training wurde oft zum Wettkampf.

Es wurde eine gute Saison. Zweimal stellte ich eine Woche nach einem Zehnkampf einen neuen Rekord auf, beide Male an Auslandländerkämpfen. Zweimal — in der Schweiz — stimmte das Gewicht der Rekordkugel nicht. Die «Jahresmarke» wurde an den Schweizer Meisterschaften gelegt.

1968: 19,18

Zum ersten Mal durfte meine Kugel keinen Winterschlaf machen. Mindestens einmal pro Woche warf ich im Freien (mit einer angewärmten Kugel) — Schnee und Kälte hin oder her. Mexiko lockte — die Limite war zwar noch weit entfernt, aber nicht zu weit. Als ich an zwei internationalen Hallenmeetings erstmals die 18-m-Marke übertraf, war ich von meiner Olympia-Qualifikation überzeugt.

Es folgte jener für mich unvergessliche Monat Mai, in dem an jedem Wochenende mindestens ein Rekord fiel. Durch forciertes Training «suchte» ich eine Baisse, die sich allerdings bei wichtigen Wettkämpfen erstaunlicherweise nicht auswirkte. So konnte ich mich in Stockholm im Kampf gegen den damaligen Zweiten der Europabestenliste auf 19,18 verbessern.

Oft wurde ich nach dem Geheimnis dieser Steigerung gefragt. Es gibt kein Geheimnis — es ist wie bei einem Mosaik: Steinchen setzt sich an Steinchen.

— Natürlich wurde alles, was sich bisher bewährt hatte, beibehalten, so auch das Zehnkampftraining mit Armin Scheurer.

— Mit Altmeister Willy Senn erhielt ich einen neuen vorzüglichen Trainer. Seine Betreuung ging weit über Training und Wettkampf hinaus — es kam in «Stosszeiten» sogar vor, dass er mir Arbeit (von einem meiner Nebenämter) abnahm. Sein Coaching im Wettkampf war so intensiv und erfolgreich, dass ich, als ich aus meinen Resultaten merkte, welchen grossen Einfluss seine Anwesenheit auf meine Leistungen hatte, mir zuerst beweisen musste, dass es auch ohne ihn geht!

— Während ich in den frühern Jahren fast immer allein trainieren musste, hatte ich nun einen Trainingsgefährten, der mich antrieb und — als Turnlehrer — auch die

Trainingsgestaltung günstig beeinflusste.

— Im Forschungsinstitut der ETS wurde ich mustergültig unterstützt — so wirkte zum Beispiel die wöchentliche Unterwasserstrahlmassage Wunder: ich erholte mich prächtig vom harten Training und auch die üblichen «Bobos» blieben fast ganz aus.

— Ein Leichtathletikfreund (Sportartikelhersteller), mein Vereinstrainer und mein Vater ergänzten meine Folterkammer daheim in Iffwil mit neuen Geräten und schwereren Gewichten. So konnte ich nun bei der Kniebeuge 50 kg mehr aufladen und während der Saison auch mit dem Schrägbankdrücken beginnen, das in «Stösserkreisen» als unbedingt notwendig erachtet wird.

— Und «last but not least» haben bestimmt auch die grosszügigen Nahrungsmittelspenden (vor allem Fleisch, aber auch Ovomaltine, Milch, Biostrahl usw.) beträchtlichen Anteil an dem grossen Sprung. Endlich konnte ich einige Kilos ansetzen (sie sind heute aber leider wieder verschwunden!).

Mit viel Selbstvertrauen Freude und Erwartungen reiste ich nach Mexiko. Dass diese Erwartungen nicht erfüllt wurden, bedeutete für mich eine riesige Enttäuschung, die noch grösser wurde, als ich sehen konnte, wie in der Entscheidung im Kugelstossen die Trauben (lies Finalplätze) relativ tief hingen.

Trotzdem, 1968 war ein sehr erfreuliches Jahr für mich, das wohl nur schwerlich eine Wiederholung finden kann. Aufgeben will ich noch nicht, solange ich noch das Gefühl habe, mich weiter verbessern zu können. Ein Ziel lockt mich noch im Kugelstossen: ich möchte das grosse Vorbild Parry O'Brien erreichen. Habe ich dann die Lust am Leistungssport mit allen seinen Konsequenzen noch nicht verloren, beschäftige ich mich vielleicht ernsthaft mit dem Diskus oder dem Stabhochsprung ...