

Zeitschrift: Physioactive
Herausgeber: Physioswiss / Schweizer Physiotherapie Verband
Band: 48 (2012)
Heft: 5

Vorwort: Muskelkraft = La force musculaire = La forza muscolare
Autor: Casanova, Brigitte / Ruff, Kristina

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>

Muskelkraft

La force musculaire

La forza muscolare



kr



bc

Wissen Sie, was eine Muskelkraftmaschine ist? Mit Elementen wie Keil, Hebel, Rollen, Wellen oder Rad wird Muskelkraft, von Mensch oder Tier, wirkungsvoll in eine grössere Kraft umgewandelt. In Steinbrüchen wurden früher zum Beispiel mit so genannten Sprossen-Treträdern schwere Gewichte gehoben, ein Mann kletterte pausenlos am Rad hoch, um es anzutreiben. Über eine Kurbel wurde so der Hebelarm eines Drehkrans in Bewegung gesetzt, diese Technik war bis 1890 gebräuchlich.¹

Auf solches Wissen stösst, wer Muskelkraft googelt. Dabei wurde uns auch wieder in Erinnerung gerufen, dass musculus eigentlich Mäuschen heisst – da ein angespannter Muskel wie eine Maus unter der Haut aussieht ...

Mit diesem Schwerpunktheft stellen wir die grundlegende körperliche Fähigkeit «Kraft» in den Vordergrund, wir möchten Wissen auffrischen und ergänzen. Die Artikel widmen sich den Themen Krafttests, Krafttrainingsmethoden, Vibrationstraining und Krafttraining bei Kindern.

Übrigens: Heute ist das Velo die meist genutzte Muskelkraftmaschine. ■

Mit herzlichen Grüssen
Brigitte Casanova und Kristina Ruff
red@physioswiss.ch

Savez-vous ce qu'est un appareil à force musculaire? Avec des éléments comme une clavette, un levier, des roulettes, des pivots ou une roue, il est possible d'augmenter efficacement la force musculaire de l'homme ou de l'animal. Autrement, dans les carrières, on utilisait des tympans pour soulever de lourdes charges: un homme marchait sans arrêt dans la roue pour la faire tourner. À l'aide d'une manivelle, on mettait ainsi le bras de levier d'une grue pivotante en mouvement. Cette technique a été utilisée jusqu'en 1890.¹

Il suffit de taper «Muskelkraft» (force musculaire) dans Google pour trouver ce type d'informations. C'est aussi de cette manière qu'il nous est revenu à l'esprit que musculus signifie en réalité «souriceau» car un muscle tendu ressemble à une souris sous la peau ...

Avec cette édition spéciale, nous mettons l'accent sur la capacité physique fondamentale qu'est la «force». Les articles sont consacrés aux thèmes suivants: tests de force, méthodes d'entraînement de la force, entraînement par vibrations corporelles et entraînement de la force chez les enfants.

Notons au passage que le vélo est aujourd'hui l'appareil à force musculaire le plus utilisé. ■

Cordialement,
Brigitte Casanova et Kristina Ruff
red@physioswiss.ch

Sapete cos'è una gru medievale con ruota? Con elementi quali una manovella, una leva, delle carrucole, dei perni o una ruota era possibile aumentare in modo efficace la forza muscolare dell'uomo o dell'animale. Un tempo, nelle cave, per sollevare carichi pesanti uno o più uomini camminavano senza fermarsi all'interno di una ruota facendola così girare. Con l'aiuto di una manovella, si metteva in moto il braccio della gru. Questa tecnica è stata utilizzata fino al 1890.¹

Basta digitare «Muskelkraft» (forza muscolare) su Google per trovare questo tipo d'informazioni. E' anche così che mi sono ricordata che musculus significa in realtà «topo comune» o, più semplicemente, topolino.

Con questa edizione speciale, mettiamo l'accento sulla «forza», la capacità fisica fondamentale. Ci auguriamo così di rinfrescare le idee e le conoscenze in merito. Gli articoli sono dedicati ai seguenti temi: tests della forza, metodi d'allenamento della forza, allenamento tramite vibrazioni corporee e allenamento della forza nei giovani.

Per inciso, ricordiamo come oggi la bicicletta sia uno degli apparecchi più utilizzati per sviluppare forza muscolare. ■

Cordiali saluti,
Brigitte Casanova e Kristina Ruff
red@physioswiss.ch

¹ www.deutsches-museum.de/sammlungen/maschinen/kraftmaschinen/muskelkraft/

¹ www.deutsches-museum.de/sammlungen/maschinen/kraftmaschinen/muskelkraft/

¹ www.deutsches-museum.de/sammlungen/maschinen/kraftmaschinen/muskelkraft/

Neu bei Medidor: Zimmer MedizinSysteme



Zimmer MedizinSysteme
Therapie-Geräte bieten
Technologie auf neuestem
Wissensstand in zeitgenös-
sischem, praktischem Design.

Zimmer
MedizinSysteme



Medidor AG

Eichacherstrasse 5 · CH-8904 Aesch b. Birmensdorf/Zürich
Tel. 044 739 88 88 · Fax 044 739 88 00 · mail@medidor.ch

SOGLIO — eine Wohltat für den ganzen Körper...

Für Physiotherapeuten und Privatpersonen



Seit über 33 Jahren veredeln wir
in unserer Manufaktur im Bergell
Alpenrohstoffe zu wertvollen
Spezialitäten für die Körperpflege.

SOGLIO
Gepflegt mit der Kraft der Berge

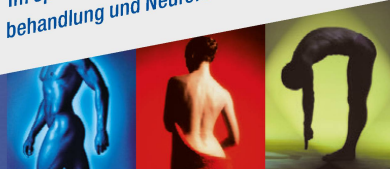
SOGLIO-PRODUKTE AG
CH 7608 Castasegna GR
info@soglio-produkte.ch
www.soglio-produkte.ch

CONPREVA DUO Der «Mercedes»

- 2-Kanal EMG
- Druckmessung
- Elektrotherapie
- EMG getriggerte Stimulation
- Individuelle Programmgestaltung
- Datenspeicherung im Gerät
- Übersichtliches Farbdisplay
- Einfache Bedienung
- Akustische Unterstützung
- PC Direktübertragung
- Akku & Netzbetrieb



Neuste Entwicklung:
Biofeedback & Elektrostimulation
Im speziellen zur therapeutischen Inkontinenz-
behandlung und Neurorehabilitation



parsenn-produkte ag
kosmetik • pharma • med. geräte

www.parsenn-produkte.ch
Klus, CH - 7240 Küblis
Tel. 081 300 33 33
Fax 081 300 33 39