



KZS
Kantonalverband Zürich
für Sport in der Schule
www.kzs.ch



INFO

THEMEN

- Töss-Stafette 2024
- Interview mit Andreas Hediger
- Rad-WM 2024
- UBS Kids Cup und Weltklasse Zürich Extrameile
- Mittelschulsporttag ZMS
- Sportunterricht an der «Filiale Hohlstrasse»
- Peripheres Sehen
- Street Racket
- Faustball für die Schule

NOVEMBER 2024-2



KZS / TLKZ—INFO Impressum

Publikationsorgan des Kantonalverbandes Zürich für Sport in der Schule und der Turn- und Sportlehrpersonen Kanton Zürich. Das Info erscheint 2-mal jährlich. (April / November)

Kontakt und Informationen:

KZS

Website & Mitgliederanmeldung:
www.kzs.ch

Jürg Philipp, Präsident KZS
8330 Pfäffikon
praesidium@kzs.ch

TLKZ

Website & Antrag auf Mitgliedschaft:
www.tlkz.ch

PC-Konto der TLKZ: 80 -72439-7

Druck des KZS/TLKZ-Infos:
ADAG Copy, Zürich

Bilder: Koni Frey, www.konifrey.ch, Elizabeth La Rosa, u.a.

Redaktionsschluss Info 2025-1:
15. März. 2025
(Herausgabe: April 2025)

Info KZS/TLKZ:
<http://www.kzs.ch/infoheft-kzs-tlkz.html>

Jahresberichte des Präsidenten KZS:
<http://www.kzs.ch/jahresberichte-schulsport.html>

Jahresberichte des kantonalen Schulsportchefs:
<http://www.kzs.ch/jahresberichte-schulsport.html>

November 2024

Inhaltsverzeichnis

	Seite
Editorial des Präsidenten	3
Töss-Stafette 2024	7
Individuelles Werbematerial	8
Frauen Fussball EM 2025	9
Interview mit Andreas Hediger	10
Weltklasse Zürich Extrameile	14
Peripheres Sehen	15
Infos aus dem BASPO – KKS	17
Rad-WM 2024 Zürich	18
Schneesportmeisterschaften «FLUMSI»	19
Schwimmunterricht auf Volksschulstufe	20
Sportmotorische Bestandesaufnahme	22
Schweizerischer Schulsporttag '24 Tessin	24
DV KZS 2024	25
Achtung, Sturzgefahr!	26
UBS Kids Cup Final im Letziggrund	28
Faustball: Faszinierende Teamsportart	30
ZO-Danceaward 2024	33
Seilspringen im November	35
Spatenstich Sportzentrum Zürich	36
Symposium des Sportamtes	37
Street Racket Projektwochen	38
Limmatstafette 2024	40
Sportunterricht an der «Filiale Hohlstrasse	44
Zürcher Mittelschulsporttag '24	46



Editorial des Präsidenten KZS

von Jürg Philipp

Ich freue mich einmal mehr, im neuen Info des KZS und der TLKZ ein breites Spektrum von Inhalten anbieten zu können – alle Interessierten werden im Bereich Bewegung und Sport etwas finden. Sei dies im Schulsport der Volks-, der Mittel- oder Berufsschulen, für Erwachsene, eher Breiten- oder vielleicht doch Spitzensport. Die Profis unter den Lesenden – beispielsweise die Turn- und Sportlehrpersonen ermuntere ich gerne – wieder einmal zur Feder zu greifen: etwas Neues, Ergänzendes, Positives oder Kritisches für die Leserschaft aus der ganzen Sportschweiz zu schreiben.

Die Sportszene in der Schweiz ist breit, aktiv und präsent; sie lebt von der freiwilligen Arbeit. Diese wird einmal mehr in der Broschüre „Sportvereine im Kanton Zürich 2024“ mit Fakten unterlegt:

- 52'000 Personen besetzen in den 2'300 Sportvereinen mit 376'000 Mitgliedern ein Amt
- davon investieren 90% der Ehrenamtlichen 11.8 Stunden pro Monat
- Frauenanteil im Ehrenamt auf 36% gestiegen

Auf Ende Oktober hat Matthias Remund nach 19 Jahren als BASPO-Direktor gekündigt. Er war 19 Jahre im Amt, hat den Sport weiter stark gefördert und auf die politische Bühne gebracht, damit die Unterstützung und Akzeptanz weiter begünstigt werden. Sport muss im Alltag der Bevölkerung Fuss fassen – und dies bereits in frühen Jahren. Im Tagesgespräch um Eins vom 15.10. wurde er gefragt, weshalb J+S doppelt so teuer geworden ist. Das Alter der Teilnehmenden wurde auf fünf Jahre gesenkt. Auch damit stieg die Anzahl

der Nutzenden auf beinahe das Doppelte. Der Anteil derjenigen, die gar keinen Sport ausüben, ist weiterhin gesunken – von über einem Fünftel auf 15 Prozent. Weitere News aus dem BASPO sind in diesem Info. Der scheidende Direktor wird ab Januar 25 Generalsekretär der FISU, dem internationalen Hochschulsportverband mit Sitz in Lausanne. Er löst den Schweizer, Leonz Eder, ab. Nachfolgerin im BASPO wird die Vizedirektorin, Sandra Felix, womit erstmals eine Frau an der Spitze des Schweizer Sports steht.

Freiwillige, Volunteers, werden auch an den anstehenden Sportgrossveranstaltungen in der Schweiz benötigt:

- WM im Biathlon in der Lenzerheide im Februar
- WM im Freestyle im Engadin im März
- Fussball-EM Frauen im Sommer

Geschichte ist die – von den Teams gelobte – höchst komplex zu organisierende Rad-WM in Zürich und Umgebung. Der tragische Todesfall der 18-jährigen Muriel Furrer, ehemalige Schülerin der Kunst- und Sportschule in Uster, löste grösste Trauer aus.

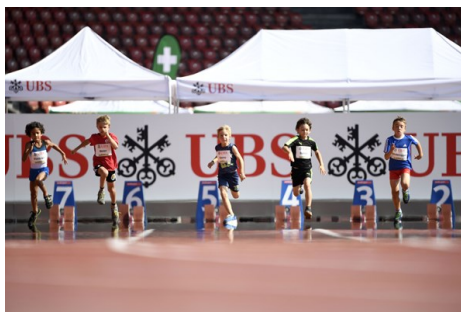
Die Einschränkungen und Umsatzverluste einiger Läden und Restaurants gaben zeitweise mehr zu reden als die herausragenden sportlichen Ereignisse und von den Teams hochgelobte Organisation. Wunderbare Bilder



mitten aus der Stadt flimmerten am abschliessenden Sonntag in die Stuben der Welt – gewollt und wunderbar für den Tourismus. Mehr davon inklusive Zahlen im Innern dieser Ausgabe.

Alljährlich kommen wir in den Genuss von Weltklasse Zürich. Was für diese drei Stunden dahintersteckt, vermuten wenige – auch aus dem sportlichen Umfeld. Im spannenden Interview mit Co-Meeting Director Weltklasse Zürich, Andreas Hediger, kommen Details und Zahlen vor.

Sportgrossveranstaltungen müssen im Bereich Nachhaltigkeit Projekte generieren. Auch deshalb sind wir aus dem Schul- und Breitensport weiterhin an der Durchführung solcher Anlässe interessiert. Das Paradebeispiel bleibt der UBS Kids Cup, hervorgegangen aus den Leichtathletik-Europameisterschaften 2014 im Letzigrundstadion. Und diesen UKC-Schweizerfinal habe ich wieder einmal besucht, durchgeführt am gleichen Ort und mit der gleichen Infrastruktur wie zwei Tage zuvor das Diamond-League Meeting – beeindruckend; mehr davon weiter hinten, ebenso von der Weltklasse Zürich Extrameile.



Am Symposium Nachwuchs- und Leistungssport des Sportamtes des Kantons Zürich hielt der Chef de Mission, Ralph Stöckli, Rückschau auf die Olympischen Spiele in Paris. Mit dabei war die Para-Cycling Spitzenathletin,



Franziska Matile-Dörig, die doch eher überraschend Bronze gewann und sich an der Rad-WM in Zürich gar Gold holte. Zum Leistungssport gehört ein weiterer Beitrag. Endlich fand der Spatenstich des Sportzentrums Zürich in Wangen-Brüttisellen statt. Im Zentrum stehen die beiden Sportarten Tennis und diejenigen des Turnverbandes. Das Zentrum bietet ein Dach für über 30 Sportarten für Schul-, Freizeit-, Breiten- und den Leistungssport. Die erfolgreiche Kunstturnerin, Ariella Käslin, ist Botschafterin dieses grossen Projektes.

Immer wieder rücken (ehemalige) SpitzenathletInnen als Vorbilder in den Fokus im Schul- und Breitensport – eine wichtige Synergiequelle. Weiter profitieren die Schüler/innen, die an den Turnieren des KZS mitmachen, von vielen positiven Seiten des Sporttreibens. Diese sind auch im Leben, in der Schule und später im Beruf gefragt. Als Team können sich die Schüler/innen unter Einhaltung abgemachter Regeln mit anderen messen. Dabei ist immer wieder zu beobachten, wie clever sich die Clubmitglieder mit den etwas weniger Versierten arrangieren. Beide brauchen sich gegenseitig. Die einen wachsen mit den Stärksten mit, die aber nicht zu zweit an einem Turnier mitmachen können. Dabei erfahren sie das Glück des Siegens aber auch Rückschläge in Form von Niederlagen. Sie können mit dieser Art des Wettkampfes, mit Frustrationen umgehen. Mit dabei ist eine

Betreuungsperson, die sie – hoffentlich als Vorbild – beim respektvollen Feiern und der Verarbeitung von Niederlagen unterstützt. Schüler/innen können in diesem Setup durchaus mit «Wettkämpfen und Ranglisten» umgehen; sie werden gestärkt in die Berufswelt und ihr Erwachsenenleben entlassen. Das Sportamt des Kantons Zürich stellt individuelles Werbematerial für Schulevents zur Verfügung – im Innern dieses Infos zu finden.

Für den Schulsport sind weitere Informationen in diesem Info:

- Der KZS ist mit dem Schulsportchef, Christoph Bühler, wiederum in einer Vorreiterrolle: mit **Faustball**. Diese Sportart ist ausgezeichnet geeignet für die Primarschule. Die angepassten Regeln sind abgedruckt.
- **Seilspringen** ist im November in vielen Klassen auch in Winterthur aktuell. Es darf gerne kopiert oder verändert im Sportunterricht implementiert werden.
- Die **sportmotorische Bestandesaufnahme (SMBA)** hält sich weiterhin erfolgreich und generiert Angebote für Begabte und diejenigen, die Defizite aufweisen. Schade, dass die SMBA nicht weiterverbreitet ist.



- **Activ-Dispens** wurde vom SVSS für den Schwimmunterricht erweitert und die Website modernisiert.
- Dazu passt mein Artikel zur Sicherheit **im**

Schwimmunterricht und die Gedanken des Schulsportchefs zu Stürzen: **Achtung Sturzgefahr!**

- 4487 Kilometer legten die 2493 Schüler/innen in den 277 Teams an der **Töss-Stafette** zurück – ohne Trainingskilometer!



- Leider fielen dieses Jahr zwei Schulsportveranstaltungen ins Wasser – die **kantonalen Schneesportmeisterschaften** wegen zu viel Schnee, die **Limmatstafette** wegen zu viel Wasser... Mehr dazu in zwei Artikeln.
- Bei schlechtem Wetter wurden die **Zürcher Mittelschul-Meisterschaften** erfolgreich durchgeführt.
- Der **Zürcher Oberländer Danceaward** in der Aula der Kantonsschule Wetzikon war wiederum ein grosses Highlight und die Ausgabe 2025 am 12. April wirft bereits seine Schatten voraus.
- Das Ziel vieler Teams an den Bezirks-, Regional- und Kantonalmeisterschaften ist der nationale Vergleich, der **schweizerische Schulsporttag, SSST**, der im Tessin in Bellinzona und Tenero stattfand und im nächsten Jahr in Luzern.

Weitgehend ohne Ranglisten kommt **Street Racket** aus. Den „Wettkampfcharakter“ geben sich die Schüler/innen im eigenen Setup selbst – wenn sie dies wollen. Die Verbindung



von Bewegung und Lernen und viele weitere Möglichkeiten auch im Schulumfeld zeigt Marcel Straub ein weiteres Mal ausgezeichnet illustriert auf. Projekt- oder Lagerwochen werden mit grosser Unterstützung leicht in der Umsetzung erfolgreich realisiert. Aber auch aktive Pausen lassen sich damit individuell auf das Können aller Stufen und Fähigkeiten initiieren – ohne den Gebrauch von Handys.

Im Unterricht haben bereits auf der Eingangsstufe die digitalen Geräte Einzug gehalten. Damit wächst die Herausforderung, den Schüler/innen Möglichkeiten zum freien, kreativen Spiel und Bewegungen zu ermöglichen. Die Neurowissenschaftlerin, Barbar Studer, wird im Artikel „Fett und Bildschirmzeit“ zum Selbstversuch „Dopamin Detox“ von Jessica Küng befragt. Das Credo: Unser Gehirn und damit auch jene der Kinder und Jugendlichen ist überfordert mit den 24-Stunden zur Verfügung stehenden digitalen Möglichkeiten. Lassen wir Kompensationshandlungen auf sozialen Medien weg und auch einmal unangenehme Gefühle zu. Schaffen wir analoge Inseln, spielen zusammen, nehmen im Team an einem Turnier teil, essen ohne TV oder Radio im Hintergrund, treiben Sport draussen ohne Musik aus den Kopfhörern. Es ist möglich, braucht aber etwas Konsequenz und Durchhaltewille – genau wie vom Loskommen des Rauchens oder des Alkohols... Gönnen wir

uns persönliche Treffen in einem Verein, einer LehrerInnensportgruppe LSG des KZS.

Schweden – immer wieder Vorbild für unsere Schule – möchte die Laptops wieder aus der Primarschule verbannen, bis Ende sechster Klasse! Dafür sollen wieder „richtige Bücher und Hefte und Stifte“ Einzug halten. Es bleibt abzuwarten, wie lange das „Vorbild Schweden“ unter diesen Voraussetzungen die Stellung in der Schweiz halten kann...

Unterstützung für die Weiterbildungen im Bereich Sport und Bewegung erhalten wir vom Volksschulamt. Die Trainingszeiten und vielseitigen Programme der LehrerInnensportgruppen des KZS sind auf der Website www.kzs.ch zu finden und über die Zürcher Arbeitsgemeinschaft der Lehrpersonenweiterbildung ZAL. Unsere Ansprechperson auf dem VSA wechselt zu Anna Blattmann. Hiermit bedanke ich mich bei Ueli Felder für die immer rasche und unkomplizierte Unterstützung. Der TLKZ wünsche ich eine solche von Seiten des Mittelschul- und Berufsbildungsamtes MBA für praktische Lösungen im Bereich der immer schwieriger zu realisierenden Sport-Infrastruktur vor allem in den Städten. Auch die Turn- und Sportlehrpersonen sind auf adäquate Voraussetzungen angewiesen – praktisch und pragmatisch ausformuliert im Artikel „50 Tage HLST“.



Ich halte die letzten Zeilen wie immer positiv und vorausschauend. Demnächst steht der

Winter mit Langlauf, Schnee(schuh)wandern, Skitouren und Alpinfahren vor der Türe. Die Herausforderung dabei bleibt, dass diese Sportarten draussen stattfinden. Nehmen wir diese an und schaffen Raum und Zeit für solche analogen Inseln in der freien Natur. Fitnesscenter, Sauna, Musik machen, Men-

schen live treffen und gemeinsame Spielabende am Kamin geniessen gehört aber auch dazu. Glück erfahren wir in einer sinnvollen Balance.

Euer Präsident KZS, Jürg Philipp



Mit 4487 Kilometer an Töss-Stafette – ohne Trainingskilometer

von Nicole Erne

Es war wieder ein sehr gelungener Anlass und wir Organisatoren sind sehr zufrieden. Es haben effektiv 277 Teams also 2493 Schülerinnen und Schüler bei schönstem Wetter (sozusagen dem ersten Hitzetag des Jahres) teilgenommen. Die gemischten Teams starteten in sechs Kategorien von der 4. Primarklasse bis zur 3. Sekundarklasse mit dem Start und Ziel auf dem Reitplatz in Winterthur-Töss. Die zu bewältigenden 16.2 Kilometer wurden auf neun Teilstrecken zwischen 1,2 und 2,3 km aufgeteilt. Das ergibt stolze 4487 Kilometer an einem Nachmittag durch Volksschülerinnen. Und es gibt wohl kaum ein Team, das ohne spezielle Lauftrainings an diesen Anlass geht. Zudem finden sich oftmals ganze Klassen ein, die zusammen trainiert haben,

aber nicht vollzählig starten können. Wer den eindrücklichen Velopark sieht, weiss, dass sehr viel Teams bereits bewegt anreisen – SUPER!

Ein ähnlicher Anlass ist an einer anderen Ecke des Kantons Zürich – ebenfalls kostenlos – über den KZS ausgeschrieben: Limmatstafette Ende September rund um Schlieren. Ein Bericht liegt diesem Info bei.



Termine 2025
Töss-Stafette: Dienstag, 17.6.
Limmatstafette, Donnerstag, 25.9.





Individuelles Werbematerial für deinen Schulsportevent

von Nicole Hitz

Das Sportamt des Kantons Zürich stellt mit schüelis.ch eine kantonale Plattform für die Ausschreibung und Verwaltung von Schulsportturnieren und -wettkämpfen zur Verfügung.

Möchtest du für deinen nächsten Schulsportevent noch gezielter Werbung machen? Ab sofort kannst du beim Sportamt individuelle Werbeplakate für deine Turniere bestellen – sei es für einzelne oder mehrere Veranstaltungen. Mit einem QR-Code auf dem Plakat gelangen Interessierte direkt zur Ausschreibung und Anmeldung auf schüelis.ch. Das Werbeplakat kann in verschiedenen Formaten ausgedruckt und dort aufgehängt werden, wo es die Zielgruppe am besten erreicht.



fiktives Beispiel Werbeplakat für einzelnen Event



fiktives Beispiel Werbeplakat für mehrere Events

Allgemeine Plakate und Flyer, um auf die kantonale Plattform schüelis.ch aufmerksam zu machen, stehen nach wie vor digital oder physisch zur Verfügung und können ebenfalls beim Sportamt bestellt werden.

Nicole Hitz

Sportamt Kanton Zürich
043 259 52 75
nicole.hitz@sport.zh.ch

Grosse Werbeblachen zum Aufhängen an Schulsportevents können von Turnierorganisatoren bei Christoph Bühler bestellt werden.

Christoph Bühler, KZS

078 671 42 55
chf.buehler@gmail.com

Frauen-EM Fussball (WEURO 2025)

von Jürg Philipp

Mit der WEURO steht ein weiterer Sport-Grossanlass in der Schweiz statt. Im Vorfeld kämpften die ProtagonistInnen um Anerkennung des Anlasses – auch im Bereich der Preisgelder.

Alice Holzer, die Verantwortliche Project Legacy WEURO 25 im SFV, sagt über den Brand: «Die Botschaft «Gekommen um zu bleiben» unterstreicht, dass wir Massnahmen definieren müssen, von denen der Frauenfussball nachhaltig profitiert.»

Der KZS – im Bereich des Schulsportes tätig – ist damit gespannt auf die konkreten Projekte, die mit dem Anlass auch geschaffen werden müssen.

Hier die wichtigsten Fakten dazu:

- Joint-Venture zwischen 2 Firmen: AG resultierte
- 160 Mio Ausgaben (Verdoppelung im Vgl. zu England 2022) bei 120 Mio Einnahmen: Defizit

• ZIELE:

- ◇ «ausverkauft» (700'000 Tickets zu 25 bis 100.-)
- ◇ neues Publikum und neue Erwartungen
- ◇ 0.5 Mia TV-ZuschauerInnen
- ◇ 2500 Volunteers (95% aus Schweiz; bis jetzt 10'000, aber 80% aus Ausland...)

• Legacy 2024-2027

Breitensport:

- ◇ Verdoppelung der Spielerinnen von 40'000 auf 80'000 und der Trainerinnen, SR und Funktionärinnen

Elitelfussball:

- ◇ Verdoppelung der KonsumentInnen der AXA-Women-Superleague

Gesellschaft:

- ◇ mehr Frauen in Entscheidungspositionen (Auftrittskompetenzkurse)
- ◇ mehr Spielerinnen im Schulsport als erste Anlaufstelle
- ◇ Trainerkurse nur für Frauen
- ◇ Herausforderung: INFRASTRUKTUR der Gemeinden...



Interview mit Andreas Hediger, Co-Meeting Director Weltklasse se Zürich

von Jürg Philipp



Vor 10 Jahren waren die Leichtathletik-Europameisterschaften in der Schweiz, eben in Zürich im Letzigrund und ein Interview mit Patrick Magyar in diesem Info des KZS und der TLKZ. Gibt es wieder einmal einen Sportgrossanlass über mehrere Tage in der Leichtathletik in der Schweiz? Der Bund unterstützt solche Anlässe über das BASPO. Die Rad-Weltmeisterschaften sind Geschichte und waren verkehrstechnisch eine kaum zu bewältigende Herausforderung, die den höchsten Ansprüchen der AnwohnerInnen und Gewerbetreibenden kaum gerecht wurde. Welches sind die grössten Herausforderungen für einen ähnlichen Anlass in der LA?

Weltmeisterschaften sind für die Schweiz, für Zürich zu gross. Wir denken aber, dass es wieder einmal einen internationalen Grossanlass geben sollte, einen Leuchtturm – doch unter etwas anderen Voraussetzungen als 2014. Es läuft aktuell eine Machbarkeitsstudie für die Durchführbarkeit von European Championships, einen Multisportanlass mit gleichzeitigen Europameisterschaften in verschiedenen Sportarten, z.B. Beachvolleyball, Radsport, Rudern, Triathlon, Turnen und Leichtathletik. Im Rahmen einer solchen Veranstal-

tung die Europameisterschaften der Leichtathletik 2030 oder 2034 im Stadion Letzigrund durchzuführen, das könnten wir uns unter bestimmten Voraussetzungen grundsätzlich vorstellen. LA-Europameisterschaften finden alle zwei Jahre statt – «grosse» mit allen Disziplinen in den Jahren ohne Olympische Spiele, «kleine» in den Jahren mit OS.

Weltklasse Zürich ist fest verankert und hat seine «Leader Rolle» eher noch ausgebaut. Was macht Weltklasse Zürich im Vergleich mit anderen Diamond-Meetings so einzigartig, anders?

Gerne gebe ich hier meine Einschätzung dazu, die aber selbstverständlich nicht objektiv ist. Messbar sind aber folgende Grössen, die Zürich jedes Jahr in eine Topposition hieven:

- grösstes Budget
- beste Beteiligung (messbar am sogenannten «participations-score»)
- Beurteilung der Feedbacks aus der jährlichen Umfrage bei AthletInnen, Coaches und Managern in verschiedenen Kategorien: «excellent»
- grösste Reichweite medial (Print, Online und Social Media)



Wir sind zudem sehr innovativ, z.B. mit der Durchführung von Disziplinen ausserhalb des Stadions, z.B. jeweils am Vorabend des Meetings in der Bahnhofshalle, bzw. auf dem Sechseläutenplatz. Man darf uns gerne kopieren. Bei Entwicklungen in der Leichtathletik war Weltklasse Zürich immer federführend beteiligt, sei es bei den Gründungen der Golden Four, der Golden League oder auch bei

der Diamond League. Aktuell ist Co-Meeting Director Christoph Joho, amtierender Vize-Präsident der Diamond League und ich selber in verschiedenen entscheidenden Arbeitsgruppen.

Ein weiteres Innovations-Beispiel haben wir in diesem Jahr organisiert: Die 100m-Challenge zwischen Mondo Duplantis und Karsten Warholm! Dazu möchte ich gerne etwas ausholen. Die Idee entstand zwischen den beiden Topathleten im vergangenen Jahr beim Einlaufen in Monaco. Allerdings war der Zeitpunkt für eine Umsetzen offensichtlich schwierig zu finden. Wir in Zürich haben dann die die beiden Athleten mit der Idee einer Durchführung im Letzigrundstadion angesprochen. Sie waren begeistert. Wir hatten aber weder genügend Zeit noch das notwendige Personal, bzw. das Budget dafür. – und trotzdem ergriffen wir die Gelegenheit zur Umsetzung! Zusammen mit Red Bull und Puma (beide sind persönliche Sponsoren von Duplantis und Warholm) konnten wir den Event erfolgreich umsetzen. In Norwegen hatte die live TV-Übertragung einen Marktanteil von 57%, was gleich hoch ist wie beim 400m Hürden-Olympiafinal von Warholm. Auch Red Bull war mit dem Ergebnis äusserst zufrieden, so war gemäss ihrer Zählung ihr Logo durch diesen Event bis dato unglaubliche 1.1 Milliarden Mal in den Medien zu sehen, was der zweiterfolgreichste Red Bull-Event in den letzten fünf Jahren bedeutet.

Es war eines unserer Kernziele, dass wir mit diesem Event auch neue Zielgruppen ausserhalb der Leichtathletik-Interessierten erreichen können – und das ist uns in hohem Ausmass gelungen. Sie werden hoffentlich in Zukunft einmal im TV oder gar im Stadion einen Leichtathletikanlass mitverfolgen.

Was braucht es aus der Sicht des Personals, der Infrastruktur, der Medien, den

Finanzen, einen solchen Grossanlass zu stemmen? Ich weiss, dass nach dem Meeting vor dem nächsten Anlass ist. Viele sehen das aber viel einfacher – als eine Aufgabe von einigen Wochen, vielleicht wenigen Monaten. Wir sehen ja «nur» die drei Stunden lückenlos aneinandergereihter Highlights.

Wir haben bei Weltklasse Zürich tatsächlich etwa 1300 Stellenprozente, wobei alleine 550 Stellenprozente für unseren Bereich «Kids & Family» anfallen. Vor dem Meeting verstärken wir uns zudem jeweils mit externen SpezialistInnen und einer grossen Anzahl an Volunteers, beispielsweise für die Bereiche Transport, Unterkunft, Wettkampf, usw.

Wir sind übrigens ein Verein («Verein für Grossveranstaltungen des LC Zürich»), keine GmbH oder AG.

Hast du überhaupt noch persönlichen Kontakt mit den AthletInnen?

Durchaus. Die meisten jedoch haben einen Manager, der ... «die unflätigen Forderungen stellt»... SMILE im Gesicht von Andreas. Viele der AthletInnen kenne ich aber seit Jahren und es ist ein Vertrauensverhältnis entstanden. Die meisten sind aber keine «Freunde», sondern gute «Bekannte». Klar habe ich von einigen die persönliche Handynummer und auch eine vertrautere Beziehung, wenn man sich häufiger trifft – wie beispielsweise im Fall von Karsten Warholm oder Mondo Duplantis.

Wer darf starten? Gibt es nur Plätze auf Einladung? Wie werden die so attraktiven Felder zusammengestellt? Das ist mit den Wünschen der AthletInnen bestimmt nicht ganz einfach...

Da braucht es die Unterscheidung zwischen Weltklasse Zürich als Final mit allen 32 Disziplinen (2025 wieder in Zürich) und Weltklas-

se Zürich als sog. Series-Meeting wie 2024. Beim Final sind die Felder durch die Qualifikations-Punkte vorgegeben. Der einzige kleine Spielraum bleibt bei der Vergabe von Wild Cards an SchweizerInnen, die das entsprechende internationale Niveau vorweisen können. Ein «normales» Wanda Diamond League Meeting ist hingegen ein reines Einladungsmeeting.

Sind finanzielle Anreize wichtig? Ich hoffe, die Weltstars kriegen auch eine Startgage, nicht im Umfang anderer Sportarten, aber vielleicht wie die Opernstars mittlerweile mit einigen 10'000 Franken.



Diese Grössenordnung stimmt und trifft auf einige wenige TopathletInnen pro Disziplin zu. Diese Promotion Fee (Antrittsgeld) wird einerseits durch den Marktwert der jeweiligen AthletInnen beeinflusst, und andererseits auch dadurch, was der Athlet zusätzlich noch an Gegenleistungen für das Meeting leistet (z.B. Werbegesicht auf Plakat, Teilnahme an Zusatz-Anlässen, usw.). Zusätzlich gibt es dann auch noch Preisgelder zu gewinnen (z.B. 30'000 US-Dollar für einen Sieg im Final, 10'000 für einen Sieg in einem Seriesmeeting) und auch Leistungsprämien (z.B. 50'000 für einen Weltrekord, in Zürich gar 80'000). Es ist allerdings auf jeden Fall so, dass die Schweizer Spitzen-AthletInnen für die Schweizer Diamond League Meetings die wertvollsten sind, insbesondere in Bezug auf das Ticketing.

Was braucht die LA in Zukunft für neue Eventformen? Zürich ist da vorbildlich, wenn ich an die Vorabendanlässe im Hauptbahnhof oder gar diejenigen auf und rund um den Sechseläutenplatz denke.

Genau solche Anlässe, welche «Laufkunden» begeistern können, braucht es. Einerseits mit unserem Sport hinaus zu den neuen Zielgruppen gehen, und andererseits auch schon die Kinder in einer spielerischen Art und Weise mit der Leichtathletik in Verbindung zu bringen, so wie das Weltklasse Zürich seit Jahren mit dem UBS Kids Cup oder seit Kurzem mit der Weltklasse Zürich Extrameile macht.

Du bist Leichtathlet der nationalen Spitze gewesen. Wie war das damals? Hast du davon profitiert, diesen Einsatz nie bereut?

Ich war nur bis 18 aktiver Sprinter und Weitspringer, einmal als U16 (Jugend B) Schweizermeister im Weitsprung. Zerrungen liessen mich rasch als Coach (mit eidgenössischem Diplom) aktiv werden. Das ist bis heute mein Hobby geblieben. Als grössten Coaching-Erfolg konnte Marcel Schelbert gar eine WM-Medaille (1999 WM-Bronze über 400m Hürden) gewinnen und aus meinen verschiedenen Trainingsgruppen kamen viele weitere Medaillen auf nationaler Ebene – über Hundert – dazu. Ich habe in den vergangenen Jahren von der Basis bis zu meinem aktuellen «Job» so ziemlich alle Funktionen im Leichtathletik-Club Zürich und bei Weltklasse Zürich ausgeübt.

Mein Herz schlägt für den Spitzensport, aber in meiner Funktion als Präsident KZS auch für den Breitensport, insbesondere den obligatorischen und freiwilligen Schulsport – und dein Herz? Klar worauf die Frage zielt? Wie ist der UBS Kids Cup (UKC) in Weltklasse Zürich eingebunden? Was ist die Geschichte – die so erfolgreiche?



Der erste Artikel in unseren Vereins-Statuten verlangt, dass alles Geld zurück in die Leichtathletik fließen muss. Deshalb engagieren wir uns auf allen Ebenen für die Leichtathletik in der Schweiz.

Ich war am Samstag nach dem begeistern-den Weltklasse-Meeting wieder einmal bei den GewinnerInnen der kantonalen Aus-scheidungen (500 aus 24 Kantonen) am Schweizer-Final des UKC im Letzigrund: S E S A T I O N E L L. Da sieht man, welche Bedeutung Weltklasse Zürich dem UKC beimisst. Der Aufwand in jeder Hinsicht ist enorm. Ich finde es vorbildlich, was da für den ambitionierten Nachwuchs getan wird. Und der Dank bleibt nicht aus, wenn ich mich auch bei den Eltern und Betreuenden umgehört habe. Zudem starten einige Ath-letInnen Jahre später am Donnerstag-abend.

Der UBS Kids Cup ist definitiv das Vorzeigeprodukt, das als Nachhaltigkeits-Initiative aus dem Sportgrossanlass LA-EM 2024 hervorging. Der Erfolg ist messbar an der gestiegenen Anzahl der Lizenzen, den Erfolgen an internationalen Meisterschaften in allen Kategorien. Seit 2011 hat der UBS Kids Cup gegen 1.5 Millionen Teilnahmen verzeichnet, das heisst bis zu 170'000 an den über 1'000 Events pro Jahr. 85 Medaillen hat die UBS Kids Cup Generation an internationalen Nachwuchsgrossanlässen gewonnen.

Wie ist deine Verbindung zur LA-Basis, konkret zum LC Zürich?

Ich habe in beiden Vereinen (LCZ und Verein für Grossveranstaltungen des LCZ) viele verschiedene Funktionen ausgeübt und kenne sehr viele Mitglieder persönlich. Meine Verbindung ist sehr gross.

Der Rennleiter der Rad-WM in Zürich, Oliver Senn, sagte, ein Sportgrossanlass sei ohne die Unterstützung der öffentlichen Hand nicht mehr möglich. Wie sieht das für euer Weltklasse-Meeting aus? Wie profitiert ihr?

Wir müssen hier zwischen einem einmaligen Sport-Grossanlass (wie der Rad-WM oder einer LA-EM) und den jährlich wiederkehrenden Anlässen, wie Weltklasse Zürich unterscheiden. Es ist unmöglich einen Grossanlass wie beispielsweise die Rad-WM in der Schweiz ohne die Unterstützung der öffentlichen Hand zu organisieren. Die Kosten für die Umsetzung sind durch einen Veranstalter alleine nicht zu tragen. Wir benötigen für die LA-EM im 2014 beispielsweise um die 30 Hotels, was die Logistik enorm aufwändig machte. Grossstädte wie z.B. Berlin haben Hotels mit 3000 Betten. Da kann die ganze Leichtathletik-Familie auf einmal untergebracht werden.

Bei einem jährlich wiederkehrenden Anlass wie Weltklasse Zürich würden wir uns durchaus etwas mehr Unterstützung durch die öffentliche Hand erhoffen, da wir jedes Jahr massiv zum Standortmarketing der Stadt Zürich, des Kantons Zürich aber auch der Schweiz beitragen. Städte wie z.B. Lausanne sind in dieser Beziehung durchaus weiter. Wir sind der Stadt und dem Kanton Zürich aber sehr dankbar für die Unterstützungen, die wir von ihnen im Zusammenhang mit der aufwändigen Austragung unseres Anlasses auf dem Sechseläutenplatz bekommen.



Hast du ein Anliegen an uns – den Schulsport, den KZS, die TLKZ? Ermunterungen oder auch ein Lob...

Ja gerne auch einen Wunsch. Die Leichtathletik soll im Sportunterricht der Schule ihren Platz behalten oder wieder zurückerlangen – mit Spass für die Schüler/innen unterrichtet werden. Das neue Tool von Weltklasse Zürich Kids & Family, die Weltklasse Zürich-Extrameile, kann beispielsweise das Thema Ausdauer mit unzähligen Ideen für alle Stufen spassvoll vermitteln. Du hast ja bei der Erarbeitung der fixfertigen Lektionen mitgewirkt. Der einfach umzusetzende UBS Kids Cup mit seinen Goodies gehört jährlich für alle Schüler/innen ins Programm – wie du es in diesem Info aus Überzeugung immer wieder propagierst – danke.

Der Weltklasse Zürich Zoo Run war ein grosser Erfolg und auch in der kalten Saison machen wir keine Pause. Der UBS Kids Cup Team, ein spielerischer, actionreicher Indoor-Teamwettkampf, steht während der Winter-Saison zur Verfügung.

Ich wünsche euch nach dem Highlight doch etwas Ruhe im Jahresjob und bedanke mich für dein sehr interessantes und ausführliche Gespräch mit spannenden Einblicken, wünsche euch weiterhin den Erfolg auf allen Ebenen, den ihr euch mit einem engagierten Team Jahr für Jahr erarbeitet.



Spielerisch zu mehr Ausdauer mit der Weltklasse Zürich Extrameile

von Elisabeth Walden

Inspiriert werden, Ziele setzen und sich diesen Schritt für Schritt nähern, Umwege und Rückschläge annehmen und stolz auf die erreichten Meilensteine sein – das alles sind wichtige Bestandteile der Weltklasse Zürich Extrameile.



Das von Weltklasse Zürich ins Leben gerufene und von den kantonalen Sportämtern unterstützte Bewegungsförderungs-Projekt animiert Schülerinnen und Schüler auf eine spie-



EXTRAMEILE

lerische Art zum längeren Laufen; zudem wird gelernt, sich Ziele zu setzen, dranzubleiben und jede Woche ein bisschen weiterzukommen. Dies entspricht sowohl dem Lehrplan 21 als auch dem Motto von Weltklasse Zürich «Never stop getting better».

Höhepunkt der fächerübergreifenden Themenwochen bilden die Finalevents, wo neben einem coolen Rahmenprogramm die Extrameile über 1'609 Meter absolviert wird. Ein Ausflug für die ganze Klasse, der den Schülerinnen und Schülern ganz sicher in Erinnerung bleiben wird, verbunden mit dem Stolz, die Extrameile gegangen zu sein.

Mit dem Stadion Letzigrund in Zürich oder dem Verkehrshaus in Luzern stehen besondere Locations als Finalorte zur Wahl. Alle Informationen und Anmelde-Modalitäten sind auf der Projekt-Website zu finden unter:

<https://www.weltklassezuerich.ch/extrameile>



Peripheres Sehen – Optimierender Faktor in Sport und Alltag

von Christoph Bühler

Im Sport ist das individuelle periphere Sehen ein mitbestimmender Faktor für die qualitative Entwicklung von Spielsituationen. Gerade bei Teamsportarten beschreibt es die Fähigkeit, einen Reiz auch mit unbewegtem Auge wahrzunehmen (Vororientierung) und darauf erfolgversprechend zu reagieren. Im Jargon spricht man dann von „guter Übersicht“, ausgeprägtem „Spielverständnis“ oder der Fähigkeit, das Spiel zu „lesen“.

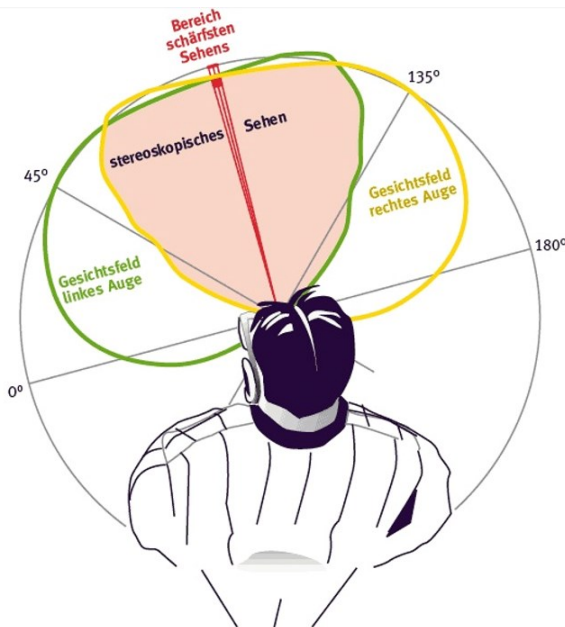
Sowohl beim Passspiel als auch in der Defensivarbeit ist diese Fähigkeit gefordert und kann entscheidende Vorteile bringen. Sie trägt selbstverständlich auch dazu bei, Verletzungssituationen zu vermeiden und so dem

Sport einen sicheren Ablauf zu gewährleisten. Denken wir etwa an die Blockarbeit im Volleyball, wo der Fokus auf der Ballbewegung liegt, man sich antizipatorisch auf den möglichen Angreifer orientiert und zugleich den Bewegungsablauf der Mitblocker aufnimmt. Und dies, ohne den Partner zu gefährden.

Das zentrale, fokussierte Sehen beschränkt sich seitlich auf einen Bereich von lediglich 1 bis 2 Grad des gesamten Gesichtsfelds von beinahe 180° (mit Augenbewegung etwa 200°). Das entspricht beim Lesen etwa zwei Buchstaben bei normaler Schriftgröße. Das ovale Gesichtsfeld umfasst vertikal etwa 130 Grad. Bei Sportarten mit ausgeprägt bodennahen Aktivitäten (Hockeyspiele, Fussball etc.) ist da interessanterweise die Augenbewegung ein leitender Orientierungsfaktor. Evolutionär betrachtet sind wir ja die Savannenläufer, die fussseits auf einen sicheren Tritt vertrauten und auf Augenhöhe das Gras-

land auf mögliche Jagdbeute absuchten. Nicht anders, wenn wir beim Wandern immer wieder auf die Beschaffenheit des Weges achten, ohne das fernere Ziel nicht aus den Augen zu verlieren. Soweit mir bekannt ist, wurde der zusätzliche Faktor mit Blick auf das Handy noch nicht genauer untersucht.

Alles ausserhalb der Blickachse gehört zum peripheren Sehen, das die räumliche Wahrnehmung ermöglicht und im Speziellen auf Bewegungen sensitiv reagiert. Das Gehirn vermittelt ein schlüssiges Gesamtbild, auch wenn abseits des Zentralfokus die Eindrücke diffus sind. Je weiter aussen





sich Gegenständliches befindet, desto weniger kann es identifiziert werden, sei es farblich oder von der Form und Grösse her. Dies ist ja auch nicht unbedingt nötig, da wir durch Augenbewegung und Drehen des Kopfes den gewünschten Scharfblick blitzschnell wieder erlangen können. Trotzdem ist es natürlich vorteilhaft – gleichsam als erste Wahrnehmung – Formen und Bewegungsmuster so schnell wie möglich aufzunehmen.

Mal abgesehen von Pilzsuchern oder Geheimagenten ist jeder Verkehrsteilnehmer Situationen ausgesetzt, bei denen das periphere Sehen eine eminent wichtige Anforderung ist. Besonders bei sich anbahnenden Gefahrensituationen können diese schnell erfasst, mit gezieltem Blick beurteilt und dann hoffentlich entschärft werden. Man darf also davon ausgehen, dass sich bei einer regen Teilnahme am Verkehr, etwa als aktiver Lenker eines Fahrzeuges, ein Trainingseffekt einstellt. Das aber eher unbewusst, sind doch absichtlich ausgeführte No-Look-Aktionen im Verkehr eher verhängnisvoll.

Ganz bewusst kann ein solches Training aber im Sport eingesetzt werden und das auf allen Stufen. Als eher unkonventionell mag das folgende Beispiel gelten: Aus Vergesslichkeit fehlten beim Spieltraining einmal die Markiershirts und man sah sich gezwungen, seine Aktionen allein auf die Physiognomie und das individuelle Bewegungsmuster des anderen auszurichten. Missverständnisse waren da natürlich vorprogrammiert, doch bald entwickelte sich ein normaler Ablauf und der Trainer vergass immer mal wieder die Tasche mit den grellen Überziehern. Denn er hatte erkannt, dass sich das Zusammenspiel merklich strukturierter und vielfältiger gestaltete.

Im Schulsport sind solche Kniffe vielleicht weniger angebracht. Es gilt darum Übungen

für eine Verbesserung der peripheren Wahrnehmung dem Leistungsniveau der Trainingsgruppe anzupassen.

“Kleine Spiele“ eignen sich perfekt, um das periphere Sehen zu schulen, seien: mit einfachen Fang-, Lauf- oder offenen Ballspielen. Bei gezieltem Spieltraining, wie beispielsweise ein Unihockey-Dribbling mit Torabschluss, geben seitliche Signale vor, in welche Richtung die Aktion zu beenden ist. Oder frontal: Das Kastenhindernis vor dem Tor verdeckt den Übungsleiter, der angibt, in welche Richtung der Abschluss erfolgen soll. Dies kann mit Handzeichen oder auch mit einer Körperbewegung erfolgen.

Bei praktisch allen Spielübungen ist der Faktor des peripheren Sehens ein Element für erfolgreiches Agieren. Es ist wichtig, dass man sich dessen bewusst ist und mit methodischem Geschick diese Fähigkeit zu optimieren versucht. Besser in der Sportstunde als im verkehrsreichen Alltag!

Zwei Beispiele aus mobilesport seien hier exemplarisch für die Schulung des peripheren Sehens angeführt:

Ball durch die Tore

- **Was?** Pässe unter Druck üben.
- **Wie?** Auf zwei halben Spielfeldern mit je vier bis sieben SpielerInnen. Ein Tor (Malstäbe) mehr aufstellen als Verteidiger vorhanden sind. Die Angreifer versuchen, einen Punkt zu erzielen, indem sie sich den Ball (Basketball, Handball) zwischen zwei Malstäben hindurch zupassen. Die Verteidiger hindern sie daran, indem sie die Tore besetzen.
- **Wozu?** Pässe unter Druck, peripheres Sehen trainieren.

Gefährliche Durchquerung

- Was? Riesenbowling mit beweglichen Kegeln.
- Wie? Die LäuferInnen stehen alle mit einem Ball (Basketball, Unihockey) hinter den beiden Grundlinien am Ende des Spielfelds. Die Kegler befinden sich an den Seitenlinien. Auf den Signalpfeiff durchqueren die Läufer dribbelnd die Halle. Die Kegler neh-

men sie ins Visier und rollen ihre Bälle quer zur Laufrichtung der LäuferInnen ihren PartnerInnen zu (zwei Kegler haben einen Ball). Wird ein Spieler getroffen oder verliert er die Herrschaft über den Ball, dribbelt er bis zur Wand zurück und beginnt von vorn.

- Wozu? Peripheres Sehen, Rhythmuswechsel.



Infos aus dem BASPO – KKS, 19.6.: M. Remund

von Jürg Philipp

- Sport ist nahe an der Politik
- Sport hat mehr Geld, aber gestiegene Anforderungen an Good Governance, muss durch die Räte und den BR (Schuldenbremse) mit einer ausgedehnten Verwaltung dazwischen; ALLE Subventionen und Unterstützungen werden hinterfragt (SVSS; 3-h-Obligatorium Mittelschulen; internat. Sport-Grossanlässe usw.)
- Sportfreundliches Parlament hat Budgethoheit
- Sportförderkonzepte 2040 / Aktionspläne sollen einen Rahmen für 15 Jahre schaffen (Grossteil davon kommt von den Gemeinden); die vier Konzepte: Infrastruktur (Raum), Sportgrossanlässe, Breitensport für alle, Leistungs- und Spitzensport

Sportförderungsgesetz:

- Wintersportzentren durch Bund erstellen und durch Kantone zu betreiben
- Doping bleibt ein Thema
- Subventionen überprüfen
- Beiträge an SSI (Integrity)
- NASAK-Betriebsbeiträge

- Sportförderung und Sport in der Schule (SVSS, SSST)

durch das BASPO zu hinterfragen:

- Ausbildungsverantwortung: heisst evtl. J+S Kurse für ALLE?
- J+S-Alter (4 Jahre, Schuleintritt bis 23?)
- 1418 Coach
- Breitensportförderung?
- Spitzensport?
- Bildung (Hochschule am BASPO)?
- Datenschutzgesetz aufheben und in SpoFöGes integrieren?

Bedeutung Sport HEUTE:

- früher nur SportlerInnen von positiver Wirkung überzeugt
- heute weitherum bekannt und akzeptiert
- mit Emotionen verbunden: trotzdem auch Erniedrigungen, Glaubwürdigkeitsprobleme, Auswüchse eindämmen
- als Reaktion auf Entwicklungen reagieren
- Zugang zu Sport(anlagen) muss niederschwelliger und garantiert werden
- Regulierungen in Massen halten



Rad-WM 2024 Zürich

von Jürg Philipp



Die Rad-WM in Zürich liess die Gemüter hoch kochen – die einen waren voller Begeisterung dabei, andere wiederum reklamierten wegen jeder Umleitung/Sperrung und ausserhalb der betroffenen Gebiete wussten viele wenig oder nichts davon.

Der Unfall mit Todesfolge der 18-jährigen Muriel Furrer ging über alle Medien und überschattete die ausgezeichnet organisierte WM. Diese junge, hoffnungsvolle Athletin aus Egg war drei Jahre an der Kunst- und Sportschule KuSs in Uster. Viele aus diesem Kreis kommen immer wieder in der Presse, sei dies als erfolgreiche Teilnehmende an Welt-, Schweizermeisterschaften oder gar als OlympionikInnen. Noch nie musste eine solch tragische Nachricht hingenommen werden! In grosser Trauer gedenken wir der jungen, hoffnungsvollen Fahrerin.

Auf der anderen Seite stehen grossartige, wunderbare Momente:

Die Emotionen der Para-Doppelweltmeisterin, Flurina Rigling, die ihren Strassen-Titel bei der Zieldurchfahrt und im anschliessenden Interview unter Tränen der verstorbenen Muriel widmete.

Dazu viele, eindruckliche Interviews, zum Beispiel dasjenige des gezeichneten, sympathischen Tadej Pogacar oder von Franziska Matile-Dörig nach dem unverschuldeten Sturz kurz vor dem Ziel mit Gold im Visier usw.

Zum ersten Mal wurde die WM aller «Velofahrenden» vom 21. bis 29. September 2024 zur gleichen Zeit am gleichen Ort durchgeführt: die UCI Rad- und Para-Cycling-Strassen-Weltmeisterschaften. Über 50 Rennen wurden ausgetragen, davon mehr als 40 Para-Cycling-Wettbewerbe und zwei Volksrennen. Letztmals war die Rad WM in der Region Zürich – nach 1923 und 1929 – 1946 in der Schweiz.

Das Highlight – aus ZuschauerInnen und Begeisterungs-Sicht – fand am letzten Tag bei herrlichem Sonnenschein aber kalten Temperaturen mit dem Herren-Strassenrennen statt. Hunderttausende säumten vor allem den siebenmal zu bewältigenden ruppigen Rundkurs durch und um die Stadt Zürich: über 270 Kilometer mit unsäglich 4500 Höhenmetern wurden mit über 40 Stundenkilometern Durchschnitt gefahren und kürten den Top-Fahrer der Saison, Tadej Pogacar, nach 100 Kilometern Flucht zum verdienten Weltmeister.

Am Samstag am Frauenrennen regnete es auf den 155 Kilometern mit knapp 2400 Höhenmetern oft – schade.



Eindrücklich war die Organisation rund um den Sechseläuten- und Bürkliplatz, die Seestrasse ohne Ampeln und Verkehrsteiler und das Treiben rund um die Stände mit Gratisartikeln, Verpflegung und Aktivitäten auch für Kinder.

Was bringt dieser Anlass der Stadt und Region Zürich, dem Land Schweiz, dem Bewegungsverhalten der Bevölkerung? Auswertungen und persönliche Präferenzen werden dies in der Zukunft zeigen. Alle, die irgendwann und irgendwo an der Strasse standen, werden von allen AthletInnen mit und ohne Beeinträchtigung beeindruckt bleiben. Hoffentlich sehen auch die Benachteiligten rund um den Sechseläutenplatz solche Bilder und werden wieder positiver, wenn es um die Olympischen Winter-Spiele 2038 in der Schweiz geht.

Das Parlament der Stadt Zürich hat die Rad-WM mit Kenntnis von Start- und Zielgelände mitten in der Stadt ohne Gegenstimme bei wenigen Enthaltungen genehmigt. Hoffentlich bleibt das für die Parlamente und Bevölkerung in Zukunft so für die Sportgrossanlässe in der Schweiz. Der Schul-, Breiten- und Spitzensport ist zwingend auf solche Anlässe angewiesen – trotz harscher Kritik. Auf einigen Portalen geht die Meinung um, dass die linksgrüne Stadtregierung damit zeigen wollte,

Zahlen Rad WM 2024 Zürich

- ◆ über 1300 AthletInnen
- ◆ aus über 75 Ländern
- ◆ 53 Rennen
- ◆ 1.2 Mio. Zuschauende vor Ort
- ◆ davon rund 13'000 aus Ausland
- ◆ Mio. am TV: Sechseläutenplatz, Quaibrücke, Wasserkirche usw.
- ◆ 40 Stunden live am TV
- ◆ 1800 HelferInnen
- ◆ 22 Mio SFR Budget

dass es auch ohne Autos geht oder zumindest einmal mehr den motorisierten Individualverkehr schikanieren wollte... Tatsache bleibt, dass die Werbung über TV und die hervorragende Organisation – gemäss Teilnehmenden – weit verbreitet wurde. Alle Teams haben zudem übernachtet und gegessen...

Die Schweiz kann solche Anlässe organisieren – auch umweltverträglich. Ich ziehe meinen Hut vor dem OK und bedanke mich.

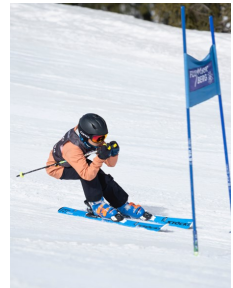


Schneesportmeisterschaften «FLUMSI»

von Jürg Philipp

Am 13. März dieses Jahres war ein echter Wintertag mit sehr dichtem Schneefall. Auch das zwischenzeitliche Kettenobligatorium hinauf in die Flumserberge hinderte eine seit langer Zeit nicht mehr erreichte Anzahl Teams den Weg zu Ende zu gehen. Angekommen

auf dem Parkplatz, mussten wir die schwierige Entscheidung treffen, die Rennen abzusagen. Die Verantwortlichen der Flumserberge rieten ab – damit war es für uns vom KZS auch klar. Erst am Abend davor wurde





der mögliche Schneefall in dieser Heftigkeit prognostiziert. Die Zusage wurde am Tag zuvor indirekt gegeben, da keine Absage im Raum stand. Das zweite Mal in 20 Jahren mussten wir die Wettkämpfe wettertechnisch



absagen – erstmals in den Flumsi, zuvor einmal im Hoch-Ybrig.

Auf meine Frage im vollen 50-er Bus auf dem Parkplatz bei dichtem Schneefall kam eine eindeutige und sehr laute Reaktion. «Wollt ihr direkt wieder zurückfahren oder doch aussteigen und «frei» skifahren/snöben?» Wir stiegen aus und genossen einen doch eher seltenen Tag mit «Tiefschneefahren».

Nun sind wir guten Mutes, dass die nächsten mindestens 19 Austragungen wieder stattfinden können und hoffen, dass sich die Teams wieder anmelden werden.

Tipp: Gemeinden können auch gemeinsame Fahrten buchen. Fragt im Zweifelsfall den Organisator, wer aus der Nähe bereits angemeldet ist...

Mittwoch, 12. März 2025 Flumserberge



Schwimmunterricht auf Volksschulstufe

von Jürg Philipp

Immer wieder stellen sich Lehrpersonen Fragen zum Schwimmunterricht bezüglich Anforderungen, Häufigkeit und Sicherheit. Da die Bildung in der Hoheit der Kantone liegt, sind die Vorschriften sehr unterschiedlich. Zudem spielen private Organisationen (swimsports, SLRG) mit. Mit dem Sportamt des Kantons Thurgau habe ich vor vielen Jahren einen

Vorschlag in der KKS (Konferenz der kantonalen Sportbeauftragten) eingereicht. Dieser ist von der EDK nicht empfohlen oder in Kraft gesetzt worden.

Damit gibt es keine allgemein gültigen Sicherheitsvorschriften für die Schweiz, aber unterschiedliche in den Kantonen. Im Kanton Zürich sind seitens des Volksschulamtes Unterlagen im Lehrplan 21, eine Empfehlung «Sicherheit Schwimmen und «Religionen an der Volksschule» vorhanden.

Das Volksschulamt des Kantons schreibt kein

SLRG-Brevet vor. Wenn dies an einer Schule dennoch so ist, sind es (Schul-)Gemeinde oder Schulleitung.

Ertrinkungs-Unfälle im Sport- und Bewegungsunterricht gibt es praktisch keine – auch weil Lehrpersonen sorgfältig planen, organisieren und durchführen.

In einer LCH-Mediennotiz von diesem Jahr nimmt der Verband Stellung zur «Dispensation vom Schwimmunterricht» mit den neuesten Rechtsurteilen auf Stufe Bür-

gerrechtsgesetz und -verordnung (BÜG 2016 und BÜV 2018), Bundesgericht (BGE 125/79 und 2C_266/201) und Europäischer Gerichtshof für Menschenrechte (EMGR, Urteil-Nr. 29086/12), die allesamt die Pflicht des Besuchs des Schwimmunterrichts bestätigen respektive eine Einbürgerung abzulehnen rechtfertigen.

Ich habe die entsprechenden Dokumente auf www.kzs.ch als PDF hinterlegt.



Activdispens.ch: Frisches Design und neue Übungen für den Schwimmunterricht

Der Schweizerische Verband für Sport in der Schule (SVSS) und die Schweizerische Arbeitsgruppe für Rehabilitationstraining (SART) haben im 2015 das Projekt activdispens.ch lanciert, damit Kinder und Jugendliche auch dann aktiv am Schulsport teilnehmen können, wenn sie aufgrund einer Verletzung oder Krankheit teildispensiert sind.

Nun präsentiert sich die Plattform in neuem Gewand und mit erweiterten Inhalten, die gezielt den Schwimmunterricht bereichern. Mit der vollständigen Überarbeitung der Webseite setzt activdispens.ch einen weiteren Meilenstein in der Unterstützung von Sportunterrichtenden Lehrpersonen.

Zu den Neuerungen gehören 24 innovative Übungen speziell für den Schwimmunterricht. Diese neuen Übungen wurden entwickelt, um vom Sport dispensierte Schülerinnen weiterhin zu bewegen und in den Unterricht einzubinden. Sie bieten abwechslungsreiche und praxisnahe Inhalte, die direkt im Unterricht eingesetzt werden können.

Neben den neuen Inhalten hat die Webseite selbst eine komplette Überarbeitung erfahren. Das frische Design sorgt für eine benutzerfreundlichere Navigation und ermöglicht einen noch einfacheren Zugang zu den zahlreichen Ressourcen. Die Webseite ist übersichtlicher strukturiert und passt sich dank ihres responsiven Designs nahtlos an alle Endgeräte an. Ein weiterer wichtiger Aspekt ist, dass die Webseite weiterhin fünfssprachig aufgebaut ist und in Deutsch, Französisch, Italienisch, Rumantsch Grischun und Englisch verfügbar ist.

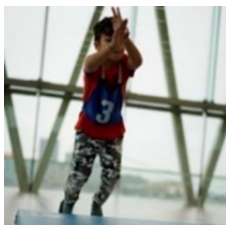
Besuchen Sie die Webseite unter <https://activdispens.ch/de> und entdecken Sie die neuen Möglichkeiten für den Sportunterricht in der Schule.

SMBA – Grundlage für Individualisierung im Sport

von Jürg Philipp

Die sportmotorische Bestandesaufnahme untersucht die motorischen Fähigkeiten der Schüler/innen mit fünf Bewegungsaufgaben:

- seitliches Springen
- Tapping
- Standweitsprung
- 20-m-Sprint
- Shuttle Run



Damit werden sowohl konditionelle als auch koordinative Fähigkeiten getestet – nämlich Ausdauer (Shuttle Run), Kraft (Standweitsprung), Schnelligkeit (20- Sprint) und Koordination (Tapping und seitliches Springen). Der Test zeigt also die ganze Bandbreite der energetisch determinierten und informationsorientierten Fähigkeiten.

Zusätzlich werden das Gewicht, die Grösse (damit ist BMI erchenbar) und das exakte Alter bestimmt.

In der Stadt Zürich wird die SMBA seit 2005 durchgeführt. Sie hat auch Module für die besten Schüler/innen und diejenigen am anderen Ende geschaffen. Weiter wird diese für alle ErstklässlerInnen in der Stadt Winterthur



und in Bülach durchgeführt. Leider ist der Rest des Kantons Zürich nicht dabei!

Eine sehr umfassende Auswertung und viele Fakten in diesem Artikel sind im Bericht Motorische Fähigkeiten der ErstklässlerInnen der Stadt Zürich 2005-2023) von Pascale Gränicher mit knapp 3'700 (2023) getesteten Kindern der Stadt Zürich unter folgendem Link:

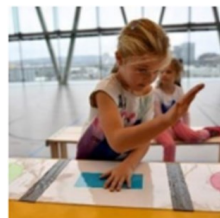
Studien und Berichte - Stadt Zürich (stadt-zuerich.ch)



Beim alljährlichen Sporttest werden sowohl die begabtesten ErstklässlerInnen als auch jene, die zu wenig Bewegung haben, erkannt. Mit den Ergebnissen können den Kindern gezielt in die Förderprogramme Moviminto und Talent Eye empfohlen werden. Diese sind freiwillig.

Das Förderprogramm Moviminto

ermöglicht vielfältige Bewegungserfahrungen für Kinder, die sich wenig, nicht gern oder gar nicht bewegen. Damit sollen die entsprechenden Kinder für Sport motiviert, Freude an Bewegung vermittelt, die Gesundheit gefördert sowie das Selbstvertrauen gestärkt werden. Bereits des Öfteren habe ich darauf hingewiesen, dass die Volksschulzeit gerade für solche Kinder – insbesondere Mädchen aus islamischen Gegenden – die letzte wirklich zu realisierende Möglichkeit darstellt, diese zu einem bewegten Leben zu motivieren. Im vertrauten Umfeld der Schule und Lehrpersonen haben Mädchen und Eltern das notwendige Vertrauen.



Talent Eye ist ein Förderprogramm. Die Kinder profitieren im Talent Eye-Programm von vielseitigen und spielerischen Trainings. Dadurch bauen sie eine solide Basis für eine

spätere Spezialisierung in einer Sportart auf. Immer mehr SpitzensportlerInnen weisen mit Nachdruck auf eine länger dauernde allgemeine und breite Förderung zur Aneignung unterschiedlichster Bewegungsmuster hin. Deshalb werden im Förderprogramm genau solche Inhalte angeboten.



Erkenntnisse/Resultate

«Die reicheren Zürcher Kinder sind sportlicher als die ärmeren.» Die Auswertung nach Stadtteilen zeigt einen Zusammenhang zwischen Sozialindex und den Resultaten der SMBA. Schwamendingen, Limmattal und Glatttal sind über alle Jahre deutlich hinter Zürichberg und Waidberg.

Quartiere mit einem höheren Anteil an Kindern mit Übergewicht und Adipositas zeigen weniger gute Resultate beim Test.

In der Schweiz sind 42 Prozent der Erwachsenen übergewichtig oder adipös. Bei den Kindern ist der Anteil deutlich geringer mit 8.4 bei den Mädchen und 7.2 Prozent bei den Knaben. Übergewicht und Adipositas bei den untersuchten Kindern ist seit Testbeginn (2003) um knapp 7 Prozent zurückgegangen. Gegenteilig hat sich interessanterweise die Zahl der Erwachsenen mit Adipositas in den letzten 25 Jahren bei den Männern auf 12 und den Frauen auf 10 Prozent verdoppelt – umgekehrte Reihenfolge auch bei den Geschlechtern.

Eine Untersuchung aus dem Jahre 2020 (Stamm und weitere) zeigt einen Rückgang von Übergewicht bei Kindern in der Grundstufe. Der Anstieg von Adipositas in entwickelten Ländern scheint abzuflachen, sich gar zu stabilisieren.

Auch internationale Studien zeigen eine Stabilisierung des mittleren BMI bei Kindern und Jugendlichen in Ländern mit hohem Einkommen.

Die sportlichen Resultate der SMBA der Stadt Zürich zeigen seit 19 Jahren kaum allgemeine Trends und konstant hohe Unterschiede. Beim Standweitsprung geht es eher zu weiteren Sprüngen. Beim seitlichen Springen und 20m Sprint zeigen die Resultate eher einen negativen Trend.

Ausblick

Eine noch laufende Studie des Kinderspitals Zürich mit dem Sportamt der Stadt Zürich untersucht die Zusammenhänge von Frühgeborenen (vor vollendeter 37. Schwangerschaftswoche) mit den Resultaten der SMBA. Damit werden unter Umständen weitere Fördermöglichkeiten ermittelt.



Auswertungen gibt es auch für die Städte Winterthur und Bülach.



Schweizerischer Schulsporttag 2024 Tessin

von Christoph Bühler

Fotos: <https://ssst24.schulsporttag.ch> Elizabeth La Rosa



Eigentlich ist es bis zu einem gewissen Grad müssig und unfair, eine solch aufwändige Sportveranstaltung wie den Schweizerischen Schulsporttag ungnädig zu kritisieren. Denn man darf sicher niemandem unterstellen, nicht das Optimale versucht zu haben, um einen solch einmaligen Anlass als grossen Event zu gestalten und den Teilnehmenden einen sportlich attraktiven Rahmen zu bieten. Man schöpft alle Ressourcen aus und die sind nun mal begrenzt und präsentieren sich für die elf Sportarten je nach Lokalität, sprich Kanton, nicht unbedingt immer ideal. Dies gilt in erster Linie für die gewünschte Zentralität der Anlässe, die auch den – begrenzten – Anspruch an ein Gemeinschaftserlebnis erfüllen kann.

Viele Kantone haben es vorgelebt und eindrückliche Start- oder Abschlussevents (ZH!) auf die Beine gestellt, die aber immer auch einen weiteren organisatorischen Kraftakt forderten. Mit gut gemeinter Symbolik versuchten die Tessiner in Bellinzona am Anfang so etwas wie positive Wettkampfstimmung heraufzubeschwören. Die meisten Sportlerinnen waren da aber noch nicht vor Ort oder

bereits in Tenero, auf ihren Sportplätzen. Selbstverständlich war dies zu erwarten, da viele Teams am Eventtag anreisen und auf den Wettkampfbeginn abzielen mussten.

Eigentlich hätte man erwarten können, dass doch eine Mehrzahl der Delegationen den Ausflug ins Tessin mit einer Übernachtung verbinden würden. Von insgesamt 40 Teams mit 200 SportlerInnen aus unserem Kanton nutzten nur gerade zwölf diese Chance, deren finanzieller Aufwand wir auch grosszügig unterstützen konnten. Das lag sicher nicht am fehlenden Willen, sondern schlicht und einfach an den fehlenden (oder zu teuren!) Übernachtungsmöglichkeiten.

Und da dürfen sich die Organisatoren schon eine negative Kritik gefallen lassen. Sie haben sich zu wenig bemüht, für günstige Lokalitäten zu sorgen. Eine Liste von Hotels und Herbergen der Gegend ist einfach ungenügend, um auch von unserer Seite her das Aufgebot unserer Vertretungen ordentlich planen zu können. So blieb uns mit schlechtem Gewissen nichts anderes übrig, als unseren Teams ihre Reiseorganisation autonom zu überlassen. Immerhin mussten wir unseren Budgetrahmen für diesen schweizerischen Anlass bei weitem nicht ausschöpfen.



Mit Tenero und dem Sportzentrum in Bellinzona hatten die Tessiner Organisatoren zwar eine konzeptionelle Basis mit funktiona-



len Sportstätten, doch immerhin galt es, diese auch so weit vorzubereiten, um einen würdigen, fairen Ablauf zu garantieren. Dies gelang zum grossen Teil, aber nicht immer. Die Feedbacks unserer beteiligten Teams bestätigten diesen zwiespältigen Eindruck.

Für künftige Veranstaltungen empfiehlt es sich, die Mikroorganisation der einzelnen Sportstätten noch detaillierter auszulegen. Dazu braucht es unbedingt eine kompetente Fachperson, die nicht direkt mit dem individu-

ellen Spielbetrieb involviert ist. Dieser Chef sollte als eigentlicher Brainhead funktionieren und über alle Abläufe Bescheid wissen. Er oder sie ist Ansprechperson und Problemlöser für Betreuerinnen und BesucherInnen und ist mit benachbarten Spielstätten und der Gesamtleitung vernetzt. So könnte der Informationsgrad deutlich erhöht und nicht zuletzt die Sicherheit in allen Belangen verbessert werden.

Mit nur drei Medaillen war unsere Ausbeute eher bescheiden. Einmal mehr sicherte uns das Tischtennis Edelmetall und wieder einmal die OL-Cracks mit Gold und Bronze.

Allen Beteiligten gebührt grosser Dank, ihren Beitrag zu diesen doch gelungenen Anlass geleistet zu haben.

Also: In Luzern 2025 wird alles noch besser!



DV KZS am 3.4.2024

von Jürg Philipp



Die DV KZS konnten wir nach einigen Jahren wiederum in der Cafeteria des Volksschulamtes durchführen – ideal gelegen mitten in der Stadt Zürich beim Hauptbahnhof. Zudem

bietet der Ort eine gute Infrastruktur sowohl für die Sitzung als auch den nachfolgenden Apéro. Dieser wurde wieder von Felix Pfister organisiert, mitgebracht... Danke. Der informelle Teil bietet Gelegenheiten, sich besser kennenzulernen und auch Infos der anderen LSG, des SVSS, des VSA und des Vorstandes KZS abzuholen.



DV KZS 2025 am 2. April





Achtung, Sturzgefahr!

von Christoph Bühler

Da gab es zwei Fleissige, die sich der Reinigung eines monumentalen Kippfensters annahmen. Ein Fenster, das – wohlgemerkt – vom hüfthohen Sims bis an die drei Meter hohe Decke reicht. Dazu mussten zuerst die Schrauben ausgedreht und dann, bei geringer Neigung, die zwei oberen Gleiter ausgeklippt werden. Der Plan war eigentlich simpel. Der Mechaniker auf der Leiter besorgte das Handling und die Helferin sicherte das Fenster in leicht geöffneter Stellung. Dann sollte es gemeinsam und süßerli auf eine bereitgestellte Liege gekippt werden. Dazu kam es aber nicht. Aus physikalischen Gründen, wegen des verflixten Hebelgesetzes im Besonderen.

Der Leitermann kam nicht mehr dazu, die ihm zugeteilte Aufgabe zu erfüllen, wurde samt Leiter vom sich rasant senkenden Fenster weggewischt und landete auf dem Parkett. Drei Prellungen und eine Schürfwunde das Ergebnis. Riesenglück! Die Statistik zu den Haushaltsunfällen lässt grüssen.

Die Analyse dieses doch eher peinlichen Vorfalles und besonders dessen glimpflichen Ausgehens bewogen mich zu tiefergehender Betrachtung. Ob ich von der Erfahrung einiger tausend Sturzerlebnisse oder besser gesagt "gepflegten Fallens" profitierte, lässt sich natürlich nicht schlüssig beurteilen. Immerhin überstand ich abertausend Sturzerlebnisse ohne Schaden, in der Jugendzeit beim Judo und später beim Beachen und Volleyball, bewusst oder mindestens kontrolliert. Natürlich erinnere ich mich auch an ungewollte Sturzereignisse beim Skifahren oder Wandern, aber auch bei Ballsportarten wie Unihockey oder Fussball. Und meine antrainierte Motorik funktionierte auch da fast immer ohne grössere Verletzungen.

Beim ungewollten Stürzen geht es ja grundsätzlich darum, den Bewegungsablauf reflexartig in ein kontrolliertes Fallen umzuleiten. Dies spezifisch bereits im frühen Kindesalter zu trainieren, sollte darum parallel zum Stärken der relevanten koordinativen Fähigkeiten ein Anliegen des Sportunterrichts sein.

Stürzen gehört zu einer bewegten Kindheit und einer gesunden Bewegungsentwicklung und kann eben nicht immer verhindert werden. Im geschützten Rahmen einer Sportlektion, mit allen Hilfsmitteln, welche die Sicherheitsstandards gewährleisten, bieten sich viele Möglichkeiten, bereits im Kindergartenalter ein eigentliches Sturztraining durchzuführen. Bei Mobilesport ist dazu unter dem Stichwort "Falltraining" Unterrichtsmaterial zu finden.

Im Training zu Sportspielen, wo das Fallen nicht nur auf höherem Niveau zu den Technikgesten gehören sollte (Volleyball, Handball), darf man sich nicht scheuen entsprechende Sequenzen einzubauen. Ich erinnere mich da an ein spezifisches Training des Sprungwurfes im Handball, wo das kontrollierte Fallen den Bewegungsablauf abschliessen sollte. Mit ein wenig Überzeugungsarbeit und kreativem Aufbau (Matten!) liessen sich die SchülerInnen dann auf dieses "künstliche" Sturzereignis ein.

Im Fussball oder Unihockey, wo das Fallen eigentlich nicht zu den Grundgesten gehört, muss der Verlust des Gleichgewichts nicht unbedingt einem Fehlverhalten entspringen. Vielfach dient es einfach dazu, Bewegungsenergie abzubauen und sich nicht zu verletzen. Häufig ist auch zu beobachten, dass etwa bei einem Abschlussversuch in extremis ein Stürzen unvermeidlich ist, der Spieler/die Spielerin dies in ihrer Aktion aber bereits eingeplant hat. Solche Bewegungsmuster in Übungssequenzen zu provozieren, bedarf

einer sorgsam Methodik und werden von den Schüler/innen erfahrungsgemäss positiv, teils mit Begeisterung, angenommen.

Der Sportunterricht bietet ein ideales Umfeld nicht nur zur eigentlichen Sturzprävention,

sondern fördert auch das motorische Verhalten, einen Sturz in ein kontrolliertes Fallen umzuleiten. Ein wichtiger Beitrag im Fall der Fälle einigermassen heil zu überstehen.



Kinderleichter Sportpass im Unterricht oder am Sporttag mit dem UBS Kids Cup

von Ivo Koken



Der UBS Kids Cup punktet mit Freude an Bewegung, kinderleichter Umsetzung und ist flexibel einsetzbar.

Weit über 1.5 Millionen Kinder und Jugendliche haben bereits mitgemacht beim grössten Nachwuchsprojekt der Schweiz mitgemacht und die Begeisterung ist ungebrochen. Das Konzept begeistert mit dem einfachen und effektiven Dreikampf aus Laufen, Springen und Werfen. Damit sind sowohl die wichtigen Basiskompetenzen aus dem Lehrplan 21 abdeckt als auch Spiel und Spass für Kinder und Jugendliche garantiert.

Also, auf die Plätze, fertig, UBS Kids Cup! Für die Durchführung im Sportunterricht oder als Sporttag stehen kostenlose Musterlektionen sowie übersichtliche Manuals und attraktive Zusatzleistungen zur Verfügung. Die Anmeldung für den UBS Kids Cup in der Schule ist das gesamte Kalenderjahr möglich. Inkludiert sind beliebte Extras wie professionellen Startnummern, eine intuitive Auswertungssoftware mitsamt Notenvorschlag, vielfältige Wettkampfmateriale sowie zwei Franken pro Startplatz für die Klassenkasse.

Anmeldungen sind unter www.ubs-kidscup.ch/schule möglich. Hier gibt es auch weitere Informationen sowie spannende Beispiele von nationalen Leichtathletik-Stars wie Ditaji Kambundji, Angelica Moser, Simon Ehammer oder Jason Joseph, die mit dem UBS Kids Cup ihre Karriere begonnen haben.





UBS Kids Cup Final am 7. September im Letzigrund

von Jürg Philipp

Am 7. September 2024 fand im Letzigrund-Stadion in Zürich der UBS Kids Cup Final statt. Diese Veranstaltung, die in der Schweiz als ein Highlight des Nachwuchs-Leichtathletik-Sports gilt, brachte junge Talente aus der ganzen Schweiz zusammen, um ihre Fähigkeiten in den Disziplinen 60 Meter Sprint, Weitsprung und Ballwurf zu messen. Die Finalistinnen und Finalisten im Alter von sieben bis 15 Jahren aus allen Kantonen starteten im selben Ambiente wie zwei Tage zuvor ihre grossen Vorbilder bei Weltklasse Zürich. Es gibt den Call-Raum, dann den «Vorstart» hinter den Startpflöcken, einen Korb für alle AthletInnen, der von Erwachsenen ins Ziel getragen wird, die Vorstellung jedes Einzelnen mit der Kamera und der Übertragung auf die grossen Screens im Stadion. Eine Zeitlupe zeigt sofort den Lauf in der Retrospektive mit den Rangierungen und Zeiten auf den Screens – auch wie am Donnerstagabend bei den Weltstars...

Und die nationalen Stars von Weltklasse Zürich sind am Schweizer Final des UBS Kids Cups vor Ort, um die kleinen Stars zu beglei-



ten. Der Anlass gilt auch deshalb als Sprungbrett zur Weltklasse. Der UBS Kids Cup ist das erfolgreichste Nachfolgeprojekt eines internationalen Sportgrossanlasses in der Schweiz, der Leichtathletik-Europameisterschaft 2014 im Letzigrundstadion.

Marco Meili, Projektleiter des UBS Kids Cup, ist stolz auf die seit 2011 bedeutendste Nachwuchsplattform im Schweizer Sport, die weit über 1,5 Millionen Kinder und Jugendliche bewegt hat. Damit fördern Weltklasse Zürich und Swiss Athletics – ermöglicht durch UBS – die Basisbewegungsformen Laufen, Springen, Werfen gemeinsam in der Breite wie in der Spitze – und das nachhaltig. Auch in dieser Saison nahmen mehr als 150'000 Kinder und Jugendliche im Alter von sieben bis 15 Jahren an über 1100 Ausscheidungen teil: in den Schulen, Vereinen, auf lokaler und kantonaler Ebene.



AthletInnen, die es aus dem UKC-Final an die Spitze geschafft haben:

- S. Ehammer vier Mal am Schweizer Final, 2015 zweiter Platz
- Kälín fünf Jahre in Folge (von 2011 bis 2015), bei ältesten drei Kategorien zuoberst auf dem Podest
- U23-Europarekordhalterin Ditaji Kambundji 2011 (4.) und 2017 (3.)
- Hallen-Europameister Jason Joseph (2013)
- Europameisterin Angelica Moser (3. Platz 2011 und Sieg 2013)

Bei Simon Ehammer, Annik Kälín, Ditaji Kambundji und Jason Joseph liegen die UBS Kids Cup Final-Erfahrungen nur wenige Jahre zurück.

Am Samstag kehrten die Vorbilder der nächsten Generation an die Stätte ihrer ersten Leichtathletik-Sternstunden zurück. Für die nationalen Leichtathletik-Stars wie Angelica Moser, Mujinga Kambundji und Simon Ehammer ist ihre «Coach-Rolle» am UBS Kids Cup Schweizer Final Spass und Verpflichtung zugleich.

Der Tag begann mit strahlendem Sonnenschein und einer aufgeregten Atmosphäre im Stadion, das sich für diesen besonderen Anlass in ein lebhaftes Sportzentrum verwandelte. Schon vor dem offiziellen Beginn herrschte reges Treiben auf den Tribünen, wo Familien, Freunde und Fans der jungen AthletInnen ihre Plätze einnahmen. Die 550 talentiertesten Mädchen und Knaben, die sich in den vorausgehenden 24 Kantonalfinals durchgesetzt haben, dürfen sich nun auf der ganz grossen Bühne beweisen. Sie zeigten eine beeindruckende Mischung aus Nervosität und Begeisterung.

Neben den sportlichen Leistungen sorgten auch die Rahmenprogramme für eine tolle Atmosphäre. Verschiedene Aktivitäten und Attraktionen unterhielten die jungen Zuschauer und deren Familien während der Pausen. Die Teilnehmer wurden bei der Siegerehrung herzlich gefeiert, und jede Medaille wurde von Applaus und Jubel begleitet. Alle Teilnehmenden erhielten zudem ein Paar Laufschuhe von Asics.



Der UBS Kids Cup Final 2024 war ein gelungener Event, der nicht nur die herausragenden Leistungen der jungen AthletInnen würdigte, sondern auch die Begeisterung und das Engagement für den Nachwuchs im Sport förderte. Die Veranstaltung zeigte einmal mehr, wie wichtig es ist, Kinder und Jugendliche zu unterstützen und ihnen Plattformen zu bieten, auf denen sie ihre Talente zeigen und entfalten können.

Zugleich ist der UBS Kids Cup ein Breiten-sportanlass. In allen Schulen sollte er eigentlich Pflicht neben anderen sportlichen Aktivitäten sein – jährlich am Sporttag. Die Unterstützung mit Ideen, Material, Auswertungstabellen und nicht zuletzt in finanzieller Hinsicht ist ein zusätzlicher Gewinn für Schüler/innen und Lehrpersonen. Die Administration ist einfach und mit kleinem Aufwand verbunden. Die Hilfe des UKC-Teams ist sprichwörtlich – noch immer am Telefon möglich – nicht nur online... D A N K E für diesen Service.



Faustball: Faszinierende Team-sportart auch für die Schule

von Christoph Bühler

An der diesjährigen Schulsportkonferenz war dem Thema "Faustball für die Schule" eine ausführliche Sequenz in Wort und Bild gewidmet. Immerhin galt es, unseren Entscheid, diese Sportart in unseren Angebotskanon aufzunehmen zu rechtfertigen und unseren FunktionärInnen schmackhaft zu machen.



Dies scheint uns gelungen zu sein, insofern die speziellen Faustbälle intensiv getestet und dann als Präsent dankbar angenommen wurden. Ob sich dann eine Spielform, wie sie vom Verband propagiert wird, auch etablieren kann und

entsprechende Teams auch an den Meisterschaften beteiligen werden, bleibt abzuwarten. Diese sind primär noch als Schweizermeisterschaft deklariert und finden am 12. März, 2025 in Winterthur statt.

Leider sind sie nur für die P1-4 ausgeschrieben; für uns natürlich ein Manko, obwohl es keine Vorqualifikationen gibt und sie allen Interessierten offenstehen. Der Verband be-



gründet dies mit ihrem Förderungskonzept, das so früh wie möglich ansetzen und schon die ganz Kleinen an die Sportart heranführen möchte. Dass dies mit einer angepassten Spielform und mit adäquaten Regeln möglich ist, durften wir anlässlich der vergangenen Meisterschaft mit Staunen feststellen. Mittelfristig wäre es unser Wunsch, auch Turniere für die P5 und P6 anbieten zu können, was unserem Konzept mit dem Angebotsfokus auf die Primarschule entgegenkäme.



Mit Markus Fehr hat sich eine kompetente Fachperson als Disziplinenchef zur Verfügung gestellt, der mit Sicherheit unsere Interessen wahrnehmen wird und als Starthelfer zur Verfügung steht. Elmar Bonetti, Ausbildungschef von Swissfaustball, ist es zu verdanken, dass das Schulf Faustball auch in der überarbeiteten Version der Schulregeln seinen Platz bekommt.



Faustball: Regeln für die Schule

Dynamik, Athletik, Ballgefühl, Fairplay und Teamgeist sind die wesentlichen Merkmale des attraktiven Faustball-sports. Faustball ist eine der ältesten Ballsportarten, ohne Körperkontakt mit dem gegnerischen Team und mit geringem Verletzungsrisiko. Faustballerinnen und Faustballer sprinten und wehren Bälle mit einem Arm – oftmals im Hecht-sprung – ab. Sie spielen die Bälle einander gefühlvoll zu und schlagen sie im Sprung dynamisch in das gegnerische Feld. Es gibt kaum ein Rückschlagspiel, das so schnell ein erfolgreiches Spiel ermöglicht. Ein Ball, Feldmarkierungen und ein Netz/Leine oder eine Langbank sowie wenige Regelerklärungen genügen, um ein faszinierendes Spiel in der Halle oder auf dem

...Wettkampfsituationen sofort entstehen
...es für Mädchen und Knaben gleich gut geeignet ist
...alle angreifen und abwehren können
...sowohl in der Halle, auf einem Hartplatz oder auf Rasen gespielt werden kann

1. Spielidee

Ähnlich wie im Volleyball stehen sich zwei Teams gegenüber und spielen mit dem Unterarm oder der Faust einen Ball über ein Netz. Ziel ist es, den Ball unerreichbar in das gegnerische Feld zu spielen.

2. Spielbälle

Für Schüler und Schülerinnen empfehlen wir die nachfolgenden Bälle. Da die meisten Schulen über keine Nachwuchs-Faustbälle

Alle Klassen	1./2. Klasse	3.-6. Klasse	Sekundarstufe
			
Siehe Seite Volleyball	Sportastic ROOKIE 230	Sportastic Micro Light 270	Sportastic Micro 300

Rasen zu starten. Beim Einstieg in den Faustballsport stehen Kleinfeld-Varianten im Zentrum. So haben alle viele Ballkontakte und erste Erfolgserlebnisse.

Mini-Faustball

Die Endform des Faustballspiels ist für Einsteigerinnen und Einsteiger nicht empfehlenswert, da ein Erlernen von Techniken notwendig ist, um einen Spielfluss zu gewährleisten. Daher empfiehlt sich für den Schulsport die Spielform Mini-Faustball mit kleinen Teams und angepassten Spielfeldern. Mini-Faustball lohnt sich, da...

...die Spielform viele Ballkontakte ermöglicht

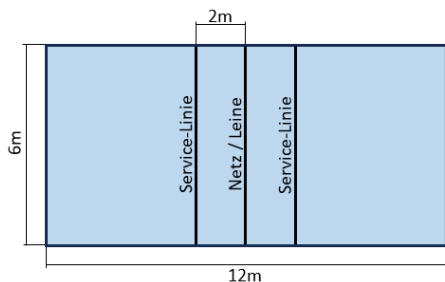
verfügen, können stattdessen auch Volleybälle verwendet werden.

3. Spielfeld

Das Spielfeld kann beliebig gewählt und je nach Niveau und Anzahl Spielerinnen und



Mögliche Anordnung mehrerer Spielfelder



Offizielles Spielfeld «Mini-Faustball 2:2»

Spieler vergrössert oder verkleinert werden. In der Halle empfiehlt es sich Badminton-, Volleyballfelder oder vorhandene Hallenlinien zu nutzen.

4. Netzhöhe

Die Netzhöhe variiert je nach Können und Alter der Schülerinnen und Schüler und sollte entsprechend angepasst werden. Anstatt eines Netzes oder einer Leine, kann auch über eine Langbank gespielt werden.

- 1./2. Klasse: 1 Meter
- 3./4. Klasse: 1.40 Meter
- 5./6. Klasse: 1.60 Meter
- Sekundarstufe: 1.80 Meter

5. Anzahl Spielerinnen und Spieler

Im Mini-Faustball sind pro Team zwei Spielerinnen oder Spieler (2:2) auf dem Spielfeld. Es kann auch zu dritt gespielt werden (3:3), wobei in diesem Fall das Spielfeld vergrössert werden sollte.

6. Spielregeln

Das Spielfeld wird durch ein Netz, eine Leine oder eine Langbank in zwei Spielhälften geteilt. Mit einem Service wird der Ballwechsel gestartet. Zugunsten des Zusammenspiels ist es nicht erlaubt, einen Service direkt zurück-

zuspielen. Innerhalb des eigenen Teams wird der Ball einander mit dem Unterarm zugespielt. Der Ball darf – muss aber nicht – vor jeder Berührung einmal auf dem Boden aufspringen. Gespielt wird einhändig, egal ob mit dem linken oder rechten Arm. Spätestens mit der dritten Berührung muss der Ball über das Netz in das gegnerische Feld gespielt werden. Ein Blockspiel am Netz ist nicht erlaubt. Die Berührung des Netzes durch den Ball oder einer Spielerin oder einen Spieler gilt als Fehler. Der Ball darf ausserhalb des Spielfelds nicht aufspringen.

7. Zählweise

Jeder Ballwechsel gibt einen Punkt für das Team, welches den Ballwechsel gewonnen hat.

8. Service

Zu Beginn wird der Service ausgelost. Wer den Ballwechsel verloren hat, darf servieren (auf Sekundarstufe darf servieren, wer den Ballwechsel gewonnen hat). Der Service wird von einer festgelegten Distanz zum Netz ausgeführt (z.B. zwei Meter) und erfolgt innerhalb des eigenen Teams abwechselungsweise. Überkopfschläge (Smash) sind beim Service erlaubt, ein Aufspringen aber verboten. Wird über eine tiefe Netzhöhe (z.B. ein Meter) oder über eine Langbank gespielt, sind Überkopfschläge nicht erlaubt.

9. Spielform 2:2

Wird zu zweit gespielt, darf der erste Ball (Abwehr) und der dritte Ball (Rückschlag/Smash) vom gleichen Spieler oder der gleichen Spielerin ausgeführt werden.

10. Spielform 3:3

Wird zu dritt gespielt, darf eine Spielerin oder

Spieler pro Spielzug den Ball nur einmal berühren.

11. Spielregeln 1./2. Klasse

Um das Spiel zu vereinfachen, wird der Ball nach dem Service mit den Händen gefangen. Danach erfolgt mit einem Wurf ein Zuspiel. Der Mitspieler oder die Mitspielerin spielt den Ball mit dem Unterarm über das Netz zurück in das gegnerische Spielfeld. Überkopfschläge (Smash) sind nicht erlaubt.

12. Spieldauer

Ein Spiel kann auf Sätze oder auf Zeit gespielt werden. Es empfiehlt sich, kurze Sätze (z. B. auf 7 Punkte) oder eine kurze Spielzeit (z. B.

5 Minuten) anzuwenden, damit mehrere Spielpaarungen möglich sind.

13. Spielmodus

In einem Ligaturnier steigt das siegende Team ein Feld auf und das verlierende Team ein Feld ab.

14. Methodischer Hinweis

Zugunsten langer Spielzüge und vielen Ballkontakten wird nur bei groben technischen Fehlern (z. B. mit Fuss oder Kopf gespielt) unterbrochen.



ZO-Danceaward 2024: Schulsportanlass als exklusives Tanzerlebnis!

von Christoph Bühler



Der schwülen, fast schon tropischen Hitze am Jubiläumsanlass in der Wetziker Kantiaula durfte man durchaus auch positive Effekte abgewinnen. Fast schon träge bewegte sich das zahlreich erschienene Publikum ins Sitzrund und auch die vielen jugendlichen Fans zügelten ihren Bewegungsdrang. Es herrschte ein entspanntes, ruhiges Ambiente, das der Arbeit der HelferInnen und SpezialistInnen

entgegenkam. Dafür sorgten dann die Tanzcrews für Wirbel, welche das Gartenidyll rund um die Kanti für ihre letzten Moves nutzten, um dann auf der Bühne explosiv zu performen.

Mit 31 Tanzteams präsentierte sich ein ideales Lineup für diesen Tagesanlass. Alles funktionierte pünktlich wie am Schnürchen und der Stressfaktor blieb aussen vor. Dies half auch den Crews, ihre Präsentationen mit Verve auf den Punkt zu bringen und die über 1200 Fans immer wieder zu Beifallsbekundungen zu animieren.

Wie bereits bei den vergangenen Veranstaltungen durften sich die Gruppen mit einem Trailer vorstellen und so ihren Auftritt initiieren. Ein absolut gelungener Input, der das Gesamterlebnis lebhaft ergänzt und verdientmassen als Schnappschuss auf den grossen Aufwand hinweist, der hinter der Performance steckt.

Bei den Choreos setzte sich der Trend fort, auf Accessoires à gogo zu verzichten. Man



legte eher Wert auf passende Bekleidung und Gesichtskosmetik, was bewusst als Stilmittel eingesetzt wurde.

Die Musikauswahl war wohl noch nie so vielfältig wie zu diesem Jubiläumsanlass, inklusive Swisspop mit Nemo und Lo & Leduc. Auf Storydancing wurde – leider! – mehrheitlich verzichtet und man konzentrierte sich besonders auf den ausgefeilten Formationstanz der –auffallend! – mit Paartanz abwechselte.

Die Herkunft der Teams ist für den Veranstalter ein wichtiger Faktor für eine künftige Planung, insbesondere in der Bewerbung des ZOD. Und für die diesjährige Ausgabe zeigte sich ein doch überraschendes Bild: Einmal mehr steht der Bezirk Hinwil mit neun Crews an der Spitze; die anderen rekrutieren sich aus neun anderen Bezirken. Einzig Andelfingen ist nicht vertreten und Winterthur einmal mehr enttäuschend. Ob es nun endlich so weit ist, dass die Strahlkraft unseres legendären Tanzanlasses auch die nördlichen Kantonssteile erreicht, muss sich weisen. Von einem reinen Oberländer Anlass dürften wir eigentlich nicht mehr sprechen.

Mit etwa 400 TänzerInnen war der Durchschnitt pro Gruppe relativ tief, was sich auch dem Besucherstrom – zum Glück – anzumerken war. Viel mehr als 1400 Fans lässt die Kantiaula einfach nicht zu. Bei gleichbleibenden Bedingungen wären das dann knapp 36

Teams, die für einen Tagesanlass maximal zu einem sinnvollen Lineup eingeplant werden könnten. Zehn Coachingstunden, die man beanspruchen durfte, waren ein Novum und wurden auch rege benutzt. Nicht nur Animationsfaktor für interessierte Teams, sondern auch ein wichtiger Beitrag des KZS zur Weiterbildung. Dieses lukrative Angebot kann auch für den kommenden Anlass genutzt werden.

Der ZOD 2024 generierte über 12'000 Bewegungsstunden, was von den Kosten her – etwas mehr als 2.-/h! – im umgekehrten Sinn ein Spitzenwert darstellt. Also auch auf dieser Ebene ein voller Erfolg.

Fazit: Der Jubiläumsevent sah vielleicht nicht die allerbesten Choreos, als Gesamtanlass betrachtet, war er aber sicher einer der gelungensten.



Allen, die mitgeholfen haben, die Ausgabe 2024 so triumphal über die Bühne zu bringen, gehört grosser Dank: Den Machern und Initiatoren dieses Tanzfestes, Philippe Dick und Richi Neuhaus und selbstverständlich allen anderen Beteiligten, die ihr Bestes gaben und mit einem einmaligen Sporterlebnis belohnt wurden.

Wir freuen uns bereits jetzt auf ein tänzerisches Rendezvous am Samstag, 12. April im kommenden Jahr.

**Zürcher Oberländer Danceaward am
Samstag, 12. April 2025**

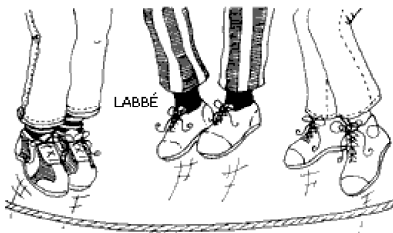
Seilspringen im November

von Gabi Regli

Wie sieht an eurer Schule das Programm für den Sportunterricht im Quartal zwischen Herbst- und Weihnachtsferien aus? Trainiert ihr fleissig auf ein Schülerturnier hin? Oder beginnt bereits die Geräteturn-Saison?



In der Stadt Winterthur und in anderen Gemeinden im Kanton Zürich hat im November das Seilspringen Tradition. Einen Monat lang springen die SchülerInnen der Primar- und Sekundarstufe in jeder Sportlektion über das Seil: Die Unterstufe übt das Springen im langen Seil und peilt jedes Mal einen neuen Klassenrekord an. Die Mittelstufe organisiert sich in Dreier- oder Vierer-Gruppen und schwingt gegenseitig – nur mit einer guten Kooperation gelingt ein neuer Gruppenrekord.



Für die Mittel- und die Sekstufe gibt es die Kategorie Single Speed: Jemand springt zwei Minuten lang so oft wie möglich im Einzelseil, ein/e PartnerIn zählt die gelungenen Sprünge. Die besten Resultate des ganzen Monats



zählen zur Rope Skipping Meisterschaft, bei der es Bewegungspreise zu gewinnen gibt.

Das Spezielle daran ist, dass es sich nicht um einen Wettkampf handelt, an dem am Tag X die Leistung zählt. Im Gegenteil: Die Schüler SchülerInnen innen lernen, dass sie sich dank Dranbleiben und Durchhaltewillen mit der Zeit verbessern und können sich gemeinsam über ihre Erfolgserlebnisse freuen. Pro Sportlektion nimmt das Seilspringen nur ca. 10 Minuten in Anspruch – und die Schüler SchülerInnen innen sind danach gut aufgewärmt. Und für die Lehrpersonen gibt es ausser dem Erfassen der Resultate keinen Zusatzaufwand.



Die Winterthurer Rope Skipping Meisterschaft ist exklusiv für die Winterthurer Schulen reserviert. Das Prinzip darf jedoch gerne kopiert oder variiert werden:

<https://stadt.winterthur.ch/themen/leben-in-winterthur/freizeit-und-sport/sport/schulsport/rope-skipping-meisterschaft>





Spatenstich Sportzentrum Zürich, Wangen-Brüttisellen

von Jürg Philipp

Am neuen Sportzentrum Zürich in Wangen-Brüttisellen hat am 22.8.24 mit dem Spatenstich die Bautätigkeit begonnen. Nach einer doch langen Zeit der Planung mit einer schwierigen Finanzierung stehen noch 566 Bautage zur Verfügung, um den polysportiven Hotspot für über 30 Sportarten im dritten Quartal 2026 eröffnen zu können.

Die Anlage bietet mit modernster Sportinfrastruktur professionelle Rahmenbedingungen für den Leistungssport und Schulplätzen vor Ort – geführt durch die Kunst- und Sportschule Zürcher Oberland (KuSsZO). Ein ganzheitliches Angebot mit Physiotherapie, Medizin,



Krafträumen, Sportlager-Unterkünften, Cafeteria und Shops ergänzen das Angebot auf über vier Etagen. Damit steht diese Sportinfrastruktur auch dem Breiten- und Schulsport zur Verfügung.

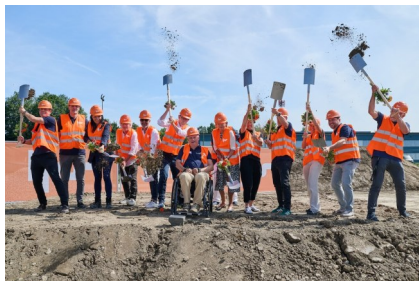
Ariella Kaeslin – ehemalige Spitzenturnerin, dreifache Sportlerin des Jahres und 20-fache Schweizermeisterin – ist nun begeisterte Breitensportlerin und damit prädestiniert als Botschafterin des Sportzentrums Zürich.

Polysportiver Hotspot

Das Zentrum bietet ein Dach für über 30 Sportarten für Schul-, Freizeit-, Breiten- und den Leistungssport.

Ganzheitliches Angebot

Ergänzende Angebote wie Physiotherapie,



Medizin, Cafeteria, Shops, Krafträume, Geschäftsstellen und Sportlager-Unterkünfte.

Leistungssport

Das Zentrum bietet professionelle Rahmenbedingungen für Spitzensportlerinnen und Spitzensportler.

Modernste Infrastruktur

Auf über vier Etagen finden sich modernste Sportinfrastrukturen, welche den heutigen Ansprüchen an Funktionalität und Nachhaltigkeit Rechnung tragen.

Jugendförderung

Mehr als 30'000 Kinder und Jugendliche erhalten einen Ort für gemeinsame sportliche Höhenflüge – sowohl für den Vereins- als auch für den Schulsport.



Verbandsübergreifende Kooperation

Der Schulterschluss der beiden Verbände Regionalverband Zürich Tennis und Zürcher Turnverband führt zu enormen Netzwerkeffekten und zum Abbau von Doppelspurigkeiten



Symposium Nachwuchs- und Leistungssport des Sportamtes

von Jürg Philipp

Am 10.9. fand das Symposium Nachwuchs- und Leistungssport des Sportamtes des Kantons Zürich in der Giesserei statt. Unter dem Titel «Auf zum Olymp» startet Stefan Schötzau mit einem geschichtlichen Abriss, den auch die nachfolgenden Referenten immer wieder einmal aufnahmen. Gut Hundert Teilnehmende fanden sich am Frühabend zum alljährlich stattfindenden Anlass der Nachwuchs- und Leistungssportbeauftragten, Sascha Korner, ein. Ralph Stöckli, Chef de Mission Swiss Olympic Team, holte uns mit Bildern und Geschichten für Momente zurück in die fantastische Arena «OS PARIS». Emotionen wurden einmal mehr spürbar. Und doch ist nun für den Chef von bereits zahlreichen Missionen die Zeit der nüchternen Analyse gekommen. Wir werden auch davon hören und lesen – bestimmt einmal mehr auch von den (un)seligen neun vierten Rängen) und -zähligen Diplompätzen, die Paris noch erfolgreicher erscheinen lassen. Im Oktober startet für ihn bereits die Mission Los Angeles mit einer Rekognoszierung.



Die Programmverantwortliche hatte mit dem Engagement der Para-Cycling Spitzenathletin, Franziska Matile-Dörig, grosses Glück. Sie kam erst am Vortag aus Paris zurück – dafür mit einer Broncemedaille. Die sympathische

und äusserst kommunikative Athletin hat auch den Interviewer vom Dienst bei diesem Anlass, «Schelbi» (Andreas Cueni) offensichtlich begeistert. Es war interessant zu erfahren, welches Umfeld für einen



solchen Erfolg notwendig ist. Sie hat sich Sekunden vor dem Start zum erfolgreichen Zeitfahren mit einem ähnlich begeisternden, lockeren Lächeln gezeigt. Dies sei Zeichen ihrer Vorbereitung, damit sie im Oberkörper locker bleibe. Sie ist weiterhin erfolgshungrig in dieser – erst ihrer dritten – Saison. Damit leitete sie zum dritten Akt dieses Abends über.

Regierungsrat Mario Fehr liess sich durch die vorhergehenden Referate anstecken und lief zur Höchstform auf. Gekonnt wie immer spricht er die Anwesenden an. Er weiss immer, welche Klientel er vor sich hat und findet so die passenden Worte und attraktiven Geschichten mit entsprechenden (un)politischen Aussagen oder auch dezenten „Bemerkungen“. Im Zentrum stand unter anderem die Rad-WM, im Moment noch Zukunft für mich als Verfasser hier. Doch ein weiterer Artikel wird Pflicht nach dem Input unseres Sportchefs aus dem Kanton Zürich. Danke Mario – es ist immer wieder ein Highlight, dir an solchen Events zuhören zu dürfen.

Der abschliessende Apéro riche gehört als vierter Teil dazu. Man kennt sich und tauscht sich unkompliziert aus. So werden auch neue Verbindungen geknüpft und Leute aus dem Sportumfeld und der «sportfreundlichen Politik» miteinander bekannt gemacht, soweit man/frau sich noch nicht gekannt hat.



Street Racket Projektwochen

von Marcel Straub

Street Racket, das Konzept für eine bewegte Schule mit viel Aktivität und Bildung aus dem Zürcher Oberland, bietet dank seiner laufenden Weiterentwicklung immer neue Inhalte und Spielformen - und dadurch auch stets wachsende Wirkungsbereiche. Unter anderem fördern die vielseitigen Aktivitäten alle Kompetenzen des 21. Jahrhunderts.



Förderung der Kompetenzen des 21. Jahrhunderts

Street Racket lässt sich spielend leicht in den Sportunterricht, in das Betreuungsangebot oder in Sporttage und andere Veranstaltungen integrieren oder auch als aktives Klassenzimmer nutzen. Überall entstehen sofort Spiel- und Sportangebote sowie attraktive Lern-Settings, ohne Infrastruktur und ohne benötigte Unterhaltsarbeiten. Drinnen und draussen, für jedes Niveau und jedes Alter.

Eine grossartige Möglichkeit, das Konzept in seiner ganzen Wirksamkeit zu erleben, sind Street Racket Projektwochen oder Projekttage. Bis zu 16 kreative, sportliche, musische, handwerkliche, bildende und gemeinschaftli-

che Module stehen zur Auswahl - die Bewegungsförderung ist also nur ein Teil vom Ganzen.

Solche Veranstaltungen, welche klassenübergreifend die ganze Schule mit einbeziehen, sind in der Regel ein riesiger Aufwand für alle Beteiligten. Mit einer Street Racket Projektwoche ist eine abwechslungsreiche und sehr sinnvoll genutzte Zeit garantiert und das Gelernte fließt nachhaltig in die Zeit danach ein. Die erprobten und beliebten Module sparen dem Schulteam viele Planungsstunden und eine Menge Kopfzerbrechen ein, und damit steigen auch die Chancen, dass eine Projektwoche überhaupt stattfinden kann. Ein tolle Chance für jede Bildungsstätte, auf eine andere Weise miteinander zu interagieren und den Zusammenhalt zu stärken.

Die Schulen können die Module komplett selber organisieren und betreuen, es wird jedoch empfohlen, das motivierte und gut ausgebildete Street Racket Team bei gewissen Bausteinen beizuziehen. Einerseits als Qualitätssicherung, andererseits um die vielen Erfahrungen und Ideen bestmöglich einzubetten.

Eine kleine Auswahl der Module:

- Einführung Street Racket im Klassen- & Gruppenverband
- Spielentwicklung von eigenen Ideen & Zusatz-Varianten
- Bewegt & sozial Lernen
- Rackets & Kreide selber herstellen
- Ausbildung zum Kids Assistant Coach



- Street Racket Song & Tanz erleben und gestalten
- Eigenes Lehrmittel erstellen & entwickeln
- Spielen in der ganzen Gemeinde
- Bewegungsfreundliche & nachhaltige Ausgestaltung des Schulareals
- Abschlussevent mit Kooperationsspielen für Familie und Freunde

Ein Ziel dieser Tage oder Wochen ist es auch, Street Racket nicht nur in der Schulkultur, sondern auch in der Freizeit des Schülerinnen und Schüler - und ihres Umfelds - zu verankern. Für eine selbstbestimmte, kreative, gesunde und aktive Alternative zu Inaktivität und Tech-Geräten.

Das Street Racket Team berät auch deine Schule sehr gerne und geht dabei auf die individuelle Situation wie Anzahl Schüler und Raumangebot ein.

Ein idealer Startpunkt, auch für die weitere Planung und Konkretisierung, ist ein Einführungskurs für das gesamte Team. So werden die viele Möglichkeiten greifbar und die Vorfreude steigt zusätzlich.



Als sehr gutes Element haben sich auch im Vorfeld einer Fortbildung oder Projektwoche bereits fix installierte Street Racket Courts erwiesen. Auch wenn die Spielfelder im Alltag sofort und selbständig

überall mit Kreide aufgezeichnet werden können haben permanente Courts einen hohen Aufforderungscharakter und machen das Konzept sichtbar. Es gibt in der Schweiz mittlerweile mehr solche dauerhaften



Spielfelder als Tennisplätze, die meisten davon befinden sich in Schulen. Und sie stehen in ausserschulischen Zeiten auch der Quartierbevölkerung zur Verfügung, eine sehr schöne und erwünschte weitere Nutzung für alle ist garantiert - und so helfen diese Felder auch beim Transfer von Street Racket von der Schule in den privaten Sektor.

Street Racket Unterrichtshilfen:

Den vielseitigen Street Racket Spielfächer im Ingold-Biwa Verlag und weitere Lehrmittel sowie die original Spielmaterialien gibt es auf der Street Racket Webseite: streetracket.com/shop.

Die vielen Anwendungen sind als Filme übersichtlich in der Online-Sammlung abgebildet und jeden Monat kommen neue Ideen und spannende Aktivitäten hinzu.

Spiel- und Übungssammlung Street Racket



Kontaktadresse für Fragen und Infos:
www.streetracket.com, info@streetracket.com



Modulübersicht Projekt-
wochen



Motivations-Clip Projekt-
wochen

Street Racket bei den Olympischen Spielen 2024 in Paris

Das sogenannte Street Racket Kreuzfeld hat die Form unserer Nationalflagge. Das ikonische Zeichen der Schweiz steht somit für Bewegung, Gesundheit, Bildung, Gemeinschaft und Inklusion. Diese Vorzüge hat nun auch das EDA erkannt, und Präsenz Schweiz hat die Macher von Street Racket eingeladen, das Konzept im House of Switzerland in der Schweizer Botschaft von Paris vorzustellen.



Während einem Monat und der gesamten Dauer der olympischen und paralympischen Spiele, war Court sichtbar und sorgte für viel Bewegung und Innovation aus der Schweiz. Auch zahlreiche Medaillengewinner schwangen das Racket und auch SRF berichtete in der



Hauptausgabe der Tagesschau über Street Racket in Paris. Dabei feierte der brandneue Swiss Flexi-Court, ein rutschfestes Street Racket Spielfeld zum ausrollen im Look des Schweizerkreuzes, Weltpremiere. Der Flexi-Court bringt Street Racket auch sofort in jede Sporthalle, und da er mit Kreide beschriftet werden kann somit auch die vielen methodisch-didaktischen und fächerübergreifenden Finessen, welche den Bildungsaspekt bei Street Racket ausmachen.

Limmatstafette 2024 der Wetterprognose zum Opfer gefallen

von Pascal Vonlanthen, OK Limmatastafette

86 Teams mit je 10 SchülerInnen waren angemeldet, insgesamt wurden mehr als 900 Personen erwartet. Die Wetterprognose verhieß bereits Tage zuvor genau für diesen Donnerstag, 26. September, nichts Gutes.

Starker Regen war für den ganzen Tag vorausgesagt. Grundsätzlich wird die Stafette bei fast jedem Wetter durchgeführt. Als die Prognose unverändert blieb und zwei Tage



davor eine Hochwasserwarnung für die Limmat dazu kam, entschied sich das dreiköpfige OK am Vortag zur Absage des Anlasses.

KZS-Volleyballturnier 2024 für Lehrerinnen & Lehrer



Datum	Samstag, 16. November 2024 , ab 10 Uhr bis ca. 16 Uhr
Ort	Dübendorf, Sporthalle Stägenbuck
Teilnehmende Teams	Das Turnier ist für alle Schulhaus- und LSG- Teams offen Pro Team mindestens 2 Frauen auf dem Feld
Kosten	keine
Verpflegung	Kaffee + Snacks kann vor Ort gekauft werden
Schiedsrichter	werden durch die teilnehmenden Teams gestellt
Spielbälle	werden von jedem Team selbst mitgebracht
Anmeldung	<< per Mail an: chf.buehler@gmail.com >>
Angabe von	Schulhaus, Teamname, Personalien Captain, Teamstärke: Kat. A: sehr gut / filigran / Meisterklasse / Spezialisten Kat. B: Pläuschler / Chügeler / Adabeis Es gilt die Reihenfolge des Eingangs. Die Anmeldung wird jeweils bestätigt. Anmeldeschluss Mittwoch 1. November 2024
Spielpläne	Versand per Mail, Donnerstag, 7.11.2024
Auskunft	Christoph Bühler, chf.buehler@gmail.com, 078 671 42 55 Iso Flepp, iso.flepp@sbwil.org , 078 847 14 09
Versicherung:	Ist Sache der Teilnehmenden



KZS
Kantonalverband Zürich
für Sport in der Schule
www.kzs.ch

Wir freuen uns auf einen intensiven, erlebnisreichen Spieltag!



Es bestehen zwar fixfertig ausgearbeitete Pläne mit bereits gedruckten angepassten Karten für eine verkürzte Strecke bei Hochwasser. Damit wird die Stelle umgangen, wo die Laufstrecke unter einer Brücke hindurch am nächsten der Limmat entlangführt. Die Hochwasserwarnung enthielt die Empfehlung sich von den Ufergebieten fernzuhalten. Zudem ist das Verhalten von Kindern bekanntlich weniger berechenbar und den Spass würden alle bei starkem Dauerregen ziemlich vermissen. Wobei es für einige SchülerInnen sicher eine neue Erfahrung und ein Erlebnis wäre bei Regenwetter draussen Sport zu treiben, solange die Sicherheit garantiert ist.

Die Limmatstafette ist auf die Unterstützung von etwa 45 Helferinnen und Helfern angewiesen. Deshalb ist es unmöglich, ein Verschiebedatum zu planen, welches sich alle frei halten können. Das grösste Herausforderung bleibt auch mit einer Absage der Limmatstafette die Rekrutierung von genügend Helfenden – neben dem Wetter...



Einen Anlass abzusagen, heisst zuerst mehr Arbeit als einen durchzuführen: Allen 46 Klassenlehrpersonen und 45 Helfenden telefonieren plus via E-Mail informieren, die Website aktualisieren, Firmen informieren und bestellte Lieferungen stoppen, Material zurücktransportieren und so weiter. Alle Vorbereitungen



waren bereits erfolgt und der zeitliche Aufwand dazu übersteigt die Dauer des Anlasses selbst. Ebenfalls sind viele Ausgaben schon angefallen.

Die nächste Limmatstafette soll am Donnerstag, 25. September 2025 durchgeführt werden. Wir hoffen, dass der nun aufgebaute Trainingsstand der Kinder bis dahin hält oder gar ausgebaut wird und dass sie und alle Helfenden diesen beliebten Anlass wieder ermöglichen. Auf der Website www.schulsportlimmattal.ch kann via GoogleMaps die Laufstrecke jederzeit besucht und damit trainiert werden. Für einen neuen Streckenrekord wartet auf das Team eine brandneue Trinkflasche mit dem Schulsport-Logo.

Regionale Sportanlässe der Schulen können einen Höhepunkt im Schuljahr darstellen. Dazu braucht es jedoch einen Schulsport Limmattal mit engagiertem Vorstand und einem OK pro Anlass. Momentan besteht das OK für die Limmatstafette ausschliesslich aus nicht (mehr) in der Schule tätigen Personen und benötigt Nachwuchs aus aktiven Lehrpersonen.

**Limmatstafette 2025
am Donnerstag, 25. September**



Lehrersportverein Bezirk Uster

Programm August 2024 – Februar 2025

Übungen: Jeden Montag, 18.00 - 19.20 Uhr
Uster: Turnhalle Krämeracker, Zürichstr. 31



1	19.8.24	Fitness: Vita parcours	Uster (CG)
2	26.8. 24	OL (Start 18.00!)	Wangen (BB)
3	2.9.24	Flagfootball	Uster (CG)
4	9.9.24	Minigolf <i>GV Restaurant Kastanie</i>	Blue Point (CG)
5	16.9. 24	Streetrocket	Uster (Marcel)
6	23.9. 24	Badminton/Speedminton	Uster (NN)
7	30.9. 24	Handball	Uster (MR)
		Herbstferien	
8	21.10. 24	Fitness mit Helene	Uster (HS)
9	28.10. 24	Volleyball	Uster (DF)
10	4.11. 24	Balancieren, Drehen, Rollen,	Uster (CG)
11	11.11. 24	Padel	Uster (CG)
12	18.11. 24	Hammerball	Uster (CG)
13	25.11. 24	Taktiktraining/-spiele für Ballspiele	Uster (DF)
14	2.12. 24	Krafttraining	Uster (CG)
15	9.12. 24	Burnergames	Uster (NN)
16	16.12. 24	Jahresabschluss: Eisstockschiessen	Uster (O+S)
		Weihnachstferien	
17	6.1.25	Schlittschuhlaufen	Uster (VW)
18	13.1.25	Schwimmen im Hallenbad	Uster (CG)
19	20.1.25	MFT/Balancieren	Uster (HS)
20	27.1.25	Bowling	Uster (CG)
21	3.2.25	Ski-Fitness	Uster (RB)
22	10.2.25	Schneeschuhlaufen/Nachtwanderung	Uster (DF)
		Sportferien	
23	2.3.25	Fitness	Uster (CG)

Präsidentin: Ursula Kaiser, 078 677 78 75
Kassier: Reto Baumann, 079 633 21 39
Techn. Leiter: Christine Gerig, 044 942 12 24 / 076 586 45 76
Dominik Furrer, 077 404 82 93



Seit 50 Tagen Sportunterricht an der «Filiale Hohlstrasse»

von Bettina Rakow

Aktuell ziehen Kantonschulen um oder eröffnen «Filialen» – so auch die KS Wiedikon.

Es ist viel in Bewegung, mit weitreichenden Konsequenzen für den Sportunterricht.

Die grösste städtische Mittelschule (Züri Nord) hat an den Campus Irchel gewechselt, die drei Ramibühl Gymnasien müssen neu ohne die vier Hallen Rämli 80 auskommen.

Die Lösungen für den Sportunterricht liegen bei Provisorien, Zusatzräumen («Arena» genannt), externen Angeboten (z.B. im Fitness- oder Yogastudio) oder auch im Hallenbad. Dafür gibt es Geld vom MBA, Pläne für den Bau von neuen Sporthallen sind dagegen nicht wirklich aktuell.

Aber mehr zu Wiedikon:

Seit dem Schulbeginn im August 24 sind im aufwendig errichteten Provisorium an der Hohlstrasse sechs Klassen (Profil PPP und FMS) fest und täglich zusätzlich einige «Nomadenklassen» zu Hause. Sie geniessen neue Räume, viel Platz und viele spannenden



Idee und Konzepte rund um die Infrastruktur eines Schulhauses.

Was ist der Plan für die Zukunft? In einigen Jahren wird es zur Ablösung von der KS Wiedikon kommen und die neue KS Aussersihl gegründet. Um während des Gründungsprozesses schon Platz für Schülerinnen und Schüler bieten zu können, läuft das Projekt als Filiale unter der Schulleitung Wiedikon.

Vor Ort sind auch zwei Sporthallen im Modulprinzip gebaut worden. Auch hier kam das Langzeitprovisorium wie in Uetikon am See, am Irchel oder in der Enge/Freudenberg zum Einsatz. Optisch ganz in Holz sehr ansprechend, ist es ein sehr schöner Ort, um zu unterrichten.

Wer diesen Hallentyp kennt, weiss aber auch: es sind vom Prinzip her Ballsporthallen.

Inserieren im Info

Format A5, farbig, Auflage 850 Stück, Versand an KZS- und TLKZ-Mitglieder, erscheint 2mal jährlich (April und November)

- Halbseitiges Inserat (1/2 Seite A5): CHF 120.00
- Ganzseitiges Inserat (1 Seite A5): CHF 200.00
- Doppelseitiges Inserat (2 Seiten A5): CHF 340.00
- Umschlagseiten (1 Seite A5, 4-farbig): CHF 600.00

Wiederholungsrabatt: 10% bei 2 Insertionen. Inserate für Non-Profit- oder Schulveranstaltungen profitieren von einem Rabatt!



Am ZMS haben sich diese beim BB-Turnier der Frauen sehr gut bewährt. Decken, Boden und Wände sind aber deutlich weniger belastbar. Das heisst unter anderem: nichts hängt (Ringe, Taue) und es gibt viel weniger Bodenhülsen. Mit viel Aufwand erkämpften wir immerhin noch zwei (!) Sprossenwände. Die tolle Optik wird also deutlich geschmälert durch eine eingeschränkte Funktion. Viele Details dürfen noch wachsen, Lösungen müssen gefunden werden und auch neue Ideen zu Möglichkeiten im Schulsport sind gefragt.

Das Material haben wir teilweise von der KS Züri Nord übernommen. Ein schöner Gedanke mit der Idee, Ressourcen zu sparen, in der Realität aber mit viel Logistik und Aufwand verbunden. Einfach alles einmal neu wäre viel einfacher gewesen.

Im Aussenbereich steht uns ein Teerplatz in der Grösse von zwei BB-Feldern zur Verfügung. Unser Traum von einem Beach-VB Feld blieb unerfüllt. Auch eine Finnenbahn fand keinen Platz im Aussenkonzept. Schade, der Raum dafür wäre vorhanden gewesen.

Wie bei jedem Hallenprojekt, das ich in 35 Jahren Sportunterricht erlebt habe, waren wir auch hier zu oft einen Schritt hinterher, wurden zu spät informiert oder auch gar nicht in Entscheidungsprozesse miteinbezogen. Aber es ist ein Ort entstanden, an dem gut unterrichtet werden kann. Die Vorstellungen von Hochbauamt/Architekten und uns als Nutzende lief oft nicht parallel und waren unvereinbar. Wer braucht schon eine eigene Umkleide/WC/Dusche für die Sportlehrpersonen?! Wer wohl all diese Entscheidungen im MBA trifft, ohne dann selber im Alltag davon tangiert zu sein?

Nicht nur die Hallen sind neu, auch die Zahl der Schüler/innen steigt und wird das in den kommenden drei Jahren weiter tun. Die Anzahl der Sportlehrpersonen wird ebenfalls

grösser. Aktuell pendeln wir zwischen der Unterrichtsorten und sehen uns seltener. Das sind auch Herausforderungen für das Team bezüglich Kommunikation und Ressourcen. Damit ist Bewegung in die gewohnte Routine gekommen und bedeutet aktuell für uns gleichermassen Chance auf Veränderung, wie auch Unruhe und zusätzliche Belastung.



Im Umfeld der neuen Hallen versucht das Team nun, noch weitere sinnvolle Optionen für Bewegungslernen zu entdecken.

Am 19.8.24 war die grosse Eröffnungsfeier, Politik und Medien waren prominent vertreten, das grosse Projekt wurde zelebriert. Zudem lernten die neuen Klassen und ihre Lehrpersonen ihre neue Schule kennen. Ein spannender Aspekt: für alle ist hier fast alles neu. Gemeinsam mit «Alt» Wiedikon wurde ab 16 Uhr bis in den Abend hinein noch gefeiert und entdeckt. Die Schule hat da einen grossartigen Event organisiert – dem Schuljahresbeginn und der Schulorteröffnung würdigen Anlass.

Nach den ersten sieben Wochen ist mein Fazit: neu, ungewohnt, auf gutem Weg und voller Herausforderungen an unseren Alltag im Sportunterricht.

Wer bei Gelegenheit an der Filiale vorbei schaut, wird mitten zwischen Hardbrücke, Bahngleisen und PJZ eine schöne Oase entdecken.



Zürcher Mittelschulsporttag '24

von Jürg Philipp



Das Wetter verspricht nichts Gutes – das Programm mit den Anmeldungen aber durchaus. So freue ich mich selbst über die Outdoorsportarten, weil es bei meiner Anreise am Vormittag trocken ist.

Ein grosses Spektrum an Sportarten wurde am diesjährigen ZMS abgedeckt. In insgesamt 10 Sportarten mit 19 Wettkämpfen massen sich ca. 1300 Schülerinnen und Schüler von 21 Zürcher Kantonsschulen. Für die nächsten drei Jahre sind die Hauptorganisatoren dieses laufend wachsenden Anlasses die KS Zürcher Unterland und die KS Limmattal. Die KS Wiedikon übernimmt zudem zwei Spielturniere.

Das schlanke OK wird von Thomas Umbricht und Martin Schweizer präsiert. Bei der Durchsicht der Unterlagen/Programme wird rasch klar, dass die Organisation gefordert ist. Meine Fragen anlässlich des spärlich besuchten Apéros bestätigten auch meine Vermutung, dass das Budget mit etwa 30'000 Franken eine stolze Zahl erreicht. Die Ausgaben beinhalten vor allem Hallenmieten, Schiedsrichterentschädigungen, Sanität usw. Damit ist mir klar, dass für das OK kaum mehr etwas übrigbleibt – Ehrenamt! Danke.

Die Turn- und Sportlehrpersonen begleiten

und betreuen die Teams vor Ort und sind deshalb kaum am Apéro anzutreffen, sind aber eingeladen. Die grosse Anzahl der benötigten Hallen bringt zudem eine Dezentralisierung mit sich. Es war toll, dass sich lokale PolitikerInnen sehen liessen und auch gute Konditionen der externen Hallenmiete angeboten haben. Die Schulleitung war ebenso vor Ort wie der Hausdienst, der die kurz zuvor arg in Mitleidenschaft gezogenen Aussenanlagen wieder zeitig perfekt in Stand stellte.

Der Showblock mit 10 Auftritten aus unterschiedlichen Mittelschulen bot Ausgezeichnetes. Mony Aellen als Verantwortliche ermöglichte mit Proben am Aufführungstag gar einen Schlusssauftritt aller Gruppen. Die Technik wurde ausschliesslich von Schüler/innen organisiert.



Die Einzelsportarten Leichtathletik und OL sowie im Badminton Mixed ziehen eher «SpezialistInnen» an wie die Teamsportarten. Das Niveau zeigt aber klar, dass in allen Teams bereits Clubmitglieder sind – aber kaum ausschliesslich. Das sollte doch Ansporn für das nächste Jahr sein. Aus meiner Sicht müsste der Andrang doch so gross sein, dass die einzelnen Mittelschulen Quoten erhalten und so interne Ausscheidungen durchführen müssen, damit den Teams die Ehre zufällt, IHRE Schule vertreten zu dürfen. Ich erinnere mich an meine Teilnahme in der Leichtathletik – vor doch sehr vielen Jahren – im Letzigrundstadion.



ASVZ-Sportangebot für Maturand:innen

For brain, body and soul.

Der Akademische Sportverband Zürich (ASVZ) ist die Hochschulsportorganisation der fünf Zürcher Hochschulen ETH, UZH, ZHAW, PHZH und ZHdK. Mittelschüler:innen einer Zürcher Kantonsschule oder einer kantonal subventionierten privaten Mittelschule des Kantons Zürich sind ab einem Jahr vor und bis ein Jahr nach der Maturitätsprüfung berechtigt, am Sportangebot des ASVZ teilzunehmen.

Membership für Maturand:innen

Für nur CHF 150.– können Maturand:innen gegen Abgabe eines Passfotos, Vorzeigen des Schüler:innen-Ausweises und der ID am ASVZ Info-Desk im Sport Center Polyterrasse oder online eine Jahres-Membership lösen.

> asvz.ch/teilnahmeberechtigung > Schüler:innen Gymnasium

Probeabo für 3 oder 30 Tage

Anhand der Probeabos für 3 Tage (CHF 30.–) oder 30 Tage (CHF 100.–) haben Interessierte die Möglichkeit, ohne grosses Commitment ASVZ-Spirit zu schnuppern. Die Laufzeit (3 resp. 30 Tage) wird der Jahres-Membership angerechnet, sofern diese innerhalb von zwei Wochen nach Ablauf des Probeabos gelöst wird. Das Probeabo ersetzt den Besuch der Sportklasse im ASVZ.

> asvz.ch/teilnahmeberechtigung > Probeabo



Video-Präsentation über den ASVZ

Du möchtest deiner Sportklasse den ASVZ innerhalb des Sportunterrichts zeigen? Kein Problem, über den QR-Code gelangst du zu einer Video-Präsentation, in der wir uns deinen Maturand:innen persönlich vorstellen.

asvz.ch



**P.P.
8000 Zürich**

