

Fitness als Ausbildungsfach für eidg.dipl.Turn- und Sportlehrer/innen

mit **Sandra Bonacina**



FT: Sandra, die ETH Zürich, Abteilung für Turn- und Sportlehrer/innen, bietet ein neues Studienfach an. Wie lautet die genaue Bezeichnung?

SB: Vertiefungs- und Spezialisierungsfach Fitness.

FT: Bevor wir auf dieses Thema einsteigen, wäre ich Dir dankbar, wenn Du unseren Leser/innen die komplexen Ausbildungsstrukturen der Hochschulen erklären könntest. Nehmen wir als Beispiel die ETH Zürich.

SB: In dieser Abteilung, XIB, werden Turn- und Sportlehrer/innen in 8 Semestern ausgebildet.

FT: Das Diplom, das man nach 4 Jahren erhält, trägt

den Namen "Eidg. dipl. Turn- und Sportlehrer". Dieses Diplom kann aber auch an der ESSM in Magglingen erworben werden. Wo liegt der Unterschied?

SB: Das stimmt so nicht. Das eidg. Turn- und Sportlehrer II-Diplom kann nur an der Hochschule erworben werden, in Magglingen heisst es eidg. dipl. Sportlehrer ESSM. Die Voraussetzungen dazu sind auch sehr verschieden. Für die Hochschule braucht es die Matura und eine praktische Aufnahmeprüfung, in Magglingen wird jetzt neuerdings die Berufsmatura plus eine praktische Aufnahmeprüfung verlangt.

FT: Ich habe gehört, dass verschiedene Universitäten Fitness als Nebenfach anbieten.

SB: Basel bietet eine Zusatzausbildung an, Magglingen ist im Bereich Fitness ebenfalls gut vertreten.

FT: Leider gibt es dazu folgendes zu sagen: obwohl man einen Maturitätsabschluss braucht und an der ETH studiert, gilt der Titel eines Sportlehrers nicht als höchste akademische Ausbildung, d.h. es ist zur Zeit nicht möglich, einen Dokortitel zu machen. Ich kenne einige Sportlehrer/innen, die gerne eine Dissertation schreiben würden.

SB: Bis heute ist es so, dass, wenn jemand diesen Titel unbedingt haben will, dies in Deutschland nachholen kann. Bei uns ist aber momentan einiges im Tun. Herr Dr. Kurt Murer, Direktor der Abteilung XIB, kämpft sehr stark dafür, dass auch wir bald doktorieren können. Kürzlich akzeptierte die ETH Schulleitung einen neuen bewegungs- und sportwissenschaftlichen Studiengang mit der Möglichkeit zum promovieren. Wir hoffen, bereits im Herbst starten zu können.

FT: Du stehst jetzt dieser neuen, nennen wir sie Fitnessausbildung, vor. Ist dies ein Testlauf oder gibt es noch andere Hochschulen, welche diese Ausbildung anbieten?

SB: Nein, das ist kein Probelauf. Wir starten definitiv mit der Fitnessausbildung. Vorher wurde Fitness im Fach Gymnastik bei Frau Annelies Wieler integriert. Jetzt ist Fitness ein

eigenständiges Fach, welches schon in der Grundausbildung integriert ist. Später kann man sich vertiefen und dieses Wissen spezialisieren.

FT: Was beinhalten diese Vertiefungsfaktoren?

SB: Konditionstraining, Musik, Aerobic, Krafttraining mit Eigengewicht gegen fremde Widerstände, Geräte, Freihanteln, Zusammenstellen von Trainingsplänen, die Unterschiede der einzelnen Testverfahren und vieles mehr. Im Gesamten eine vertiefte Kenntnis des ganzen Fitnessbereichs.

FT: Ist dies alles nicht eine Reaktion darauf, dass man festgestellt hat, dass der Sportlehrer langsam, aber sicher in den öffentlichen Schulen nicht mehr einen gutbezahlten Job hat und sich jetzt in Richtung Fitness, sprich Richtung Kommerz, orientieren muss?

SB: Die Turn- und Sportlehrerausbildung ist und bleibt eine Ausbildung für den Turn- und Sportlehrer. Geändert hat sich das Angebot, das Können des Sportlehrers hat sich ganz klar erweitert. Es ist schon immer so gewesen, dass, wenn eine neue Sportart da war, sie auch in der Ausbildung aufgenommen wurde. Der Bereich Fitness ist sehr wichtig und auch schon seit längerem im theoretischen und praktischen Feld in verschiedenen Fächern aufgenommen worden. Jetzt werden die Kenntnisse einfach vertiefter auf ein Fach konzentriert.

FT: Vor ungefähr 10 Jahren hiess es noch in der Branche, dass die Sportlehrer/innen zwar gut ausgebildet seien, aber das Wissen sich nur auf die Theorie beschränke und in der Praxis nicht anwendbar sei. Inzwischen hat man festgestellt, dass sich in den letzten Jahren einiges verbessert hat. Ist jetzt diese neue Ausbildung in Fitness die Krönung, weil man gemerkt hat, dass etwas in dieser Richtung getan werden muss?

SB: Das Thema Fitness wird auch in den Schulen immer aktueller. Dies ist auch darin ersichtlich, dass schon viele Schulhäuser über einen Kraft- oder Fitnessraum verfügen und die Schüler sich auch z.B. für Aerobic interessieren. Dieses Interesse sollte nun nicht nur in der Freizeit gestillt werden, sondern auch im Schulalltag seinen Platz finden. D.h. die Turnausbildung in diese Richtung zu bewegen, damit Turnlehrerkräfte bei ihrem Abschluss auch fähig sind, eine Aerobic- und Fitnesslektion zu geben.

FT: Ich wiederhole mich nochmals, ist es nun nicht so, dass man den kommerziell geführten Ausbildungsstätten wie SAFS, BSA, AFA, IFAA, usw. in den Rücken fällt und mit Steuergeldern professionelle Fitnessinstruktoren/innen ausbildet und somit versucht, dieser aufkommenden Industrie das Wasser wegzugraben?

SB: Nein, überhaupt nicht. Der Turn- und Sportlehrer ist, vom theoretischen Standpunkt aus betrachtet, auf einer Studiumbasis mit 4 Jahren Ausbildung, während die Fitnessinstruktorenausbildung zwischen ein bis drei Wochen plus einer Praktikumszeit dauert. Die ETH-Stufe beinhaltet doch bedeutend mehr Theorie, wie z.B. die Fächer Anatomie, Physiologie, Biomechanik, usw. Es darf nicht vergessen werden, dass die Turn- und Sportlehrer auch vorher schon Trainingsprogramme zusammengestellt haben, einfach mehr auf den Spitzensport zugerichtet als auf den normalen Fitnesscenterbesucher. Ich kann mir nicht vorstellen, dass eine SAFS- oder BSA-Ausbildung soviel Didaktik und Pädagogik anbieten kann.

FT: Das schon, aber wäre es nicht besser gewesen, sich auf sportwissenschaftliche Fragen zu konzentrieren? Denn seien wir ehrlich: der Turn- und Sportlehrer ist, da er keinen akademischen Titel hat, ein Beruf wie jeder andere. Wäre es nicht von Vorteil gewesen, wenn man sich, betreffend Ausbildung, auf andere Länder wie z.B. Deutschland konzentriert hätte, nämlich, dass der Sportlehrer wirklich etwas Spezielles ist. Dass, wenn jemand einen Sportlehrer engagiert, wirklich einen Spezialisten hat, sei es in Biomechanik oder in etwas anderem. Bis anhin war es nicht oft oder gar nicht der Fall, dass bei sportwissenschaftlichen Forschungsarbeiten Sportlehrer hinzugezogen wurden. Es wurden andere Fachleute konsultiert, wie z.B. Physiker. Sie waren diejenigen, die sagten - hallo, ich habe etwas Fantastisches entdeckt - und nicht die Sportlehrer.

SB: Dem ist nicht so. Viele meiner Semesterkollegen/innen sind im Bereich Biomechanik und Physiologie als Assistenten/innen oder Oberassistenten/innen tätig, also arbeiten hart in der Forschung mit. Auch werden viele Diplomarbeiten im sportwissenschaftlichen Bereich gemacht.

FT: Aber ohne Dokortitel, obwohl sie das Studium abgeschlossen haben. Das ist doch eine himmelschreiende Ungerechtigkeit. Wieso hat man nicht schon früher auf den Tisch geschlagen?

SB: Dies ist schon getan worden, aber durch die momentan heikle Wirtschaftslage und die Sparmassnahmen, ist es klar, dass eine weitere Professur nicht einfach so auf den Tisch geholt wird.

FT: Für mich ist es aber ausgesprochen wichtig, dass die Kinder schon in der Schule die Wichtigkeit des Trainings erfahren, weil es auch eine Ausbildung ist, die einen stark präventiven Charakter hat und somit eine Hilfe für die Senkung der nicht mehr kontrollierbaren Gesundheitskosten sein kann. Denn, trainieren viel mehr Leute, so können auch gewisse Krankheiten vermieden werden und die Menschen erreichen eine bessere Lebensqualität.

SB: Du sprichst mir aus der Seele, denn alle Sportlehrer/innen sehen das genau so. Du kannst aber beruhigt sein, die Kinder in der Schule erfahren schon die Wichtigkeit des Trainings und den präventiven Charakter der Bewegung. Dafür brauchen wir keinen Dokortitel.

FT: Fühlt Ihr Euch ohne Dokortitel minderwertig oder werdet Ihr von den übrigen Kommilitonen nicht ernst genommen?

SB: Nein! Auch ohne Dokortitel sind wir mit unserer ETH-Ausbildung auf einem hohen Niveau. Übrigens doktorieren nur ca. 1/4 aller Akademiker/innen, selbst wenn sie die Möglichkeit dazu haben.

FT: Sandra, wenn ich Deiner Argumentation zuhöre, so habe ich fast das Gefühl, dass Sportlehrer und Bodybuilder in der gleichen Situation sind. Auch die Bodybuilder werden in der Fitness-Szene immer noch belächelt. Nun geschieht genau das gleiche im hohen akademischen Bereich.

SB: Nein, ich denke nicht, dass wir belächelt werden!! Der Turn- und Sportlehrer hatte früher ein gewisses "take it easy"-Image gehabt. In der Zwischenzeit hat sich aber die Situation geändert. Man hat gemerkt, dass im präventiven Bereich sehr viel getan werden kann. Viele Gesundheitsprojekte werden heute von Sportlehrerteams an Schulen realisiert. Turn- und

Sportlehrer sind Sportbewegungsexperten, Fitness ist ein Teilbereich davon. ETH-Projekte, Diplomarbeiten, Forschungsprojekte von Turnen und Sport in Kombination mit Biomechanik, Physiologie, Bewegungslehre und anderen Fächern tragen dazu bei, dass die kommerziellen Fitnesscenter und die Privatwirtschaft mit unseren neugewonnenen Erkenntnissen arbeiten können. Mit anderen Worten, sportwissenschaftliche Studien an der ETH können die Quelle für eine sprudelnde Privatwirtschaft sein.

FT: Wäre es aber aus sportwissenschaftlicher Sicht nicht wichtiger gewesen, mehr Gewicht auf diesen Bereich zu legen als auf den Bereich Fitness und damit, ich habe es oben schon erwähnt, auf Kosten der kommerziell geführten Industrie?

SB: Sicher nicht auf Kosten der kommerziell geführten Industrie. Ich sehe es eher als eine Optimierung für die Fitnessindustrie und dass wir neue Erkenntnisse für diese liefern können. Von einer Konkurrenz würde ich nicht sprechen und die kommerziell ausgerichteten Fitnesscenter müssen auch nicht in Panik ausbrechen. Der/die Turn- und Sportlehrer/in hat so viele andere Arbeitsmöglichkeiten als nur in einem Fitnessbetrieb: Schulen, Vereinssport, Führung und Organisation im Verbandssport, öffentliche Sportverwaltungen, Tourismussport, Coaching, Trainer im Spitzensport, Sport in Grossbetrieben, Gesundheitssport präventiv und rehabilitiv, Behindertensport, Seniorensport, Sport an Sonderschulen und mit Suchtabhängigen, Spezialisieren in einem Sport wie Tennis, Ski, Snowboard, Klettern, Schwimmen, etc. Arbeiten in Clubs und Schulen, und nicht zu vergessen das grosse Spektrum der Medienwelt im Sport, oder aber eine Mitarbeit an Forschungsprojekten an der ETH und UNI.

FT: Wieso ist der Link zwischen dem hohen Wissenstand und den kommerziell geführten Fitnesscentern nicht da und muss immer indirekt über die USA gehen, obwohl Amerika eigentlich dem europäischen Wissenstand hinterherhinkt?

SB: Nicht nur heute, in der Vergangenheit und Zukunft werden viel Arbeiten und Forschungsprojekte gemeinsam mit Biomechanikern und Physiologen hier in der Schweiz ausgeführt.

FT: Diese Fitnessausbildung ist ja in den vier Jahren des Studiums integriert. Wie lange dauert sie?

SB: Man muss es vielleicht ein wenig globaler sehen. Das ganze Studium dauert acht Semester, wobei vier Semester der Grundausbildung dienen. Die Fächer in dieser Grundausbildung können nicht gewählt werden, diese müssen von allen Studenten belegt werden. In dieser Grundausbildung integriert sind u.a. die Fächer Anatomie, Physiologie, Psychologie, Biomechanik, Grundlagen der Naturwissenschaften, Bewegungslehre, Kommunikation, Gesundheit, Sportbiologie, Sport und Gesellschaft, Didaktik und Lehrübungen, sowie viele praktische Fächer, wie Gymnastik, Fitness, Tanzen, Geräteturnen, Leichtathletik, Schwimmen, Spiel- und Schneesportarten, Eislauf, Hockey, Trendsportarten. Darin integriert ist ein Fächerkomplex mit Gymnastik, Fitness, Tanzen und dauert vier Semester. Nach diesen vier Semestern kann man, neben den obligatorischen Fächern, mind. drei praktische und drei theoretische Fächer wählen. Fitness ist eines von diesen Fächern.

FT: Auf Kosten von welchen anderen Fächern?

SB: Gymnastik und Tanz haben in der Fachausbildung die Semester neu aufgeteilt in Gymnastik, Tanz und Fitness.

FT: Wie hoch ist der Prozentsatz derjenigen Studenten, die Fitness gewählt haben?

SB: Das werden wir im Sommersemester erfahren, da Fitness dann das erste Mal gewählt werden kann. Ich bin auch sehr auf das Resultat gespannt.

FT: Unter Umständen bist Du schon von Beginn an überlastet.

SB: Das wäre gut möglich.

FT: Sandra, Du hast auch eine Ausbildung als Physiotherapeutin und bist nun als erste Frau quasi für den Ausbildungsbereich Fitness an der ETH gewählt worden.

SB: Ich bin wirklich glücklich, für diese Ausbildung gewählt worden zu sein. Ich hoffe, dass ich durch meine beiden Ausbildungen und meine Erfahrungen im Sport- und Fitnessbereich sehr viel gutes leisten kann.

FT: Du unterrichtest aber nicht nur an der ETH?

SB: Nein, ich gebe noch Unterricht im ASVZ (Akademischer Sportverband Zürich) und bin in der Geschäftsleitung von zwei Fitnesscentern tätig.

FT: Wie heissen diese Studios?

SB: Das Airgate in Oerlikon und das neue Mc-Fit im Hauptbahnhof Zürich.

FT: Du reist auch viel in die USA, um neuen Trends nachzugehen. Wie sieht es mit den Trends von 1998 aus?

SB: Das kann ich Dir in ungefähr zwei Monaten sagen, wenn ich wieder aus den USA zurück bin.

FT: Wie sieht es bei Dir im privaten Bereich aus? Hast Du noch Zeit für Hobbies?

SB: Ich habe als Kind viel musiziert, d.h. vor allem Blockflöte und Orgel gespielt. Aber meistens habe ich in meiner Freizeit viel Sport betrieben - Kunstturnen, Rock 'n Roll, Showakrobatik, Streetdance, Ballett, Jazzdance. Zur Zeit bin ich ein grosser Snowboard- und Freeclimbing-Fan. Ausserdem bin ich schon seit Jahren im Showbusiness tätig. Ich habe einen Zirkus geleitet, Tänze choreographiert und Regie geführt.

FT: Wie heisst dieser Zirkus?

SB: "Cirque de Lune". Er gastiert jedes Jahr in Winterthur oder Oberwinterthur. 1991 war ich Aerobic-Schweizermeisterin im Paartanz.

FT: Mit welchem Partner?

SB: Mit einer Partnerin. Coco, Corinne Stutz.

FT: Mit diesem Background wärst Du eigentlich prädestiniert für Miss Fitness Meisterschaften.

SB: Ja, das wäre sicher eine Möglichkeit, aber momentan fehlt mir einfach die Zeit. Rein körperlich gesehen würde ich mir eine solche Meisterschaft zutrauen, aber das Alter spielt sicher auch eine Rolle.

FT: Sandra, herzlichen Dank für das Interview. Wir hoffen, Dich eines Tages als Dr. Sandra Bonacina anreden zu können.