

# EIN 100 JAHRE ALTER HUT DIE SOGENANNTEN „RADIAL TECHNIK“

HORST TIWALD  
Universität Hamburg  
19.01.1997

WALTER KUCHLER tritt wieder als Erfinder einer "neuen" Skitechnik auf. War es vor Jahrzehnten die "Umsteigetechnik", so ist es heute die sogenannte "Radialtechnik". Gemeinsam ist beiden "Erfindungen", dass sie damals wie auch heute nichts Neues bringen. Anfang der 80er Jahre haben andere und auch ich nachgewiesen, dass der Umsteigeschwung keineswegs eine neue Skitechnik darstellt. In meiner Kritik stellte ich damals aber auch jene Technik vor, die nun erstaunlicher Weise von KUCHLER als "Radialtechnik" bezeichnet wird. KUCHLERS Schlagworte der sogenannten "Radialtechnik" lauten:

- **Schrittwechsel vor dem Schwung**
- **Kantenwechsel vor dem Schwung**
- **Frontale Fahrposition**
- **Kreuzkoordination**

KUCHLERS Lehrvideo zur "Radialtechnik" zeigt jedoch deutlich, dass nur das, was er mit den ersten bei den Punkten meint, skitechnisch relevant ist. Weder die "frontale Fahrposition" noch die "Kreuzkoordination" wird im Video bei den Demonstrationen deutlich bzw. durchgehalten. Diese beiden Punkte sind theoretisch aufgesetzt und daher überflüssiges Beiwerk. Für den Anfänger bedeuten sie sogar eine pädagogische Irreführung und wirken sich daher auf den Lernprozess hemmend aus. Es scheint so, als habe KUCHLER, gemessen an seinen früheren Zielvorstellungen, die häufigen Fehler seiner Anfänger, denen er mit seiner Methode ratlos gegenüber stand, einfach zum neuen pädagogischen Ziel erklärt. Auf diese Weise hat er den besonders häufigen und sozusagen statisch normalen Fehler zum Natürlichen und damit zum Wünschenswerten erklärt. Mit dem an den Haaren herbei gezogenen

Schlagwort von der *"Kreuzkoordination"* versucht er nun diesen Fehler wissenschaftlich zu *"adeln"*.

KUCHLER war daher gut beraten, in seinem Lehrvideo zum **Skicarven** keinen einzigen echten Anfänger zu zeigen. Er überließ es vielmehr hervorragenden Skiläufern, die Übungen zu demonstrieren. Das Video macht aber dadurch sehr deutlich, dass die *"frontale Fahrposition"* und die *"Kreuzkoordination"* Merkmale sind, die man als guter Fahrer tun oder auch lassen kann. Wenn man nun das Überflüssige bzw. das Störende der sogenannten *"Radialtechnik"* weglässt, dann bleibt jener funktionale Schwung nach dem **Galopp-Prinzip** übrig, der im **Rennsport** zu beobachten ist. Mit ihm hat übrigens MATHIAS ZDARSKY vor einhundert Jahren den alpinen Skilauf begründet. Dies hat KUCHLER in seinem Lehrbuch zur *"Carvingtechnik"* offensichtlich zu erwähnen vergessen.

Obwohl KUCHLER, um seine "Neuheit" zu kontrastieren, eine historische Einleitung gibt, verschweigt er **in gewohnter Weise** das, was eigentlich für seine Technik relevant gewesen wäre. So zum Beispiel, dass auch ich diese Technik bereits seit Jahrzehnten meinen Anfängern beibringe. Einige unserer Schlagworte sind:

- ***den Bogen möglichst früh mit Belastung auf der Kleinen Zehe fahren;***
- ***spätestens am Bogen-Ende muss eine Innenskibelastung erfolgen;***
- ***beim Bogenwechsel in den neuen Bogen nach vorne hineinkippen;***
- ***beim Bogenwechsel den unbelasteten Tal(Außen)-Ski vorschieben den belasteten Berg(Innen-)Ski umkanten – „Ski vor – umkanten“ – „Ski vor – umkanten!“ – usw.***
- ***mit Belastung "drehen", d.h. die Ski folgen dem Körper und schneiden vorne in den neuen Bogen hinein,***

Diese Schlagworte und eine Fülle spezieller Übungen bestimmen seit mehr als einem Jahrzehnt unseren sich seither weit verzweigenden Lehrweg. Ich will mit dieser Feststellung aber keineswegs behaupten, dass ich der Erfinder dieser Technik bin. Der Erfinder ist vielmehr MATHIAS ZDARSKY, der vor einhundert Jahren mit dieser Technik den Alpinen Skilauf begründete und mit seinem "Schlangenschwung" der erste Skicurver war.<sup>1</sup>

Mit meinem Beitrag möchte ich also kein Patent anmelden, sondern bloß wissenschaftliche Redlichkeit anmahnen.

Ich stelle nun drei meiner Beiträge vor, auf die KUCHLER, einem normalen wissenschaftlichen Brauch folgend, hätte hinweisen müssen, nachdem er sie auch zur Kenntnis genommen hat:

---

<sup>1</sup>HORST TIWALD: *„Vom Schlangenschwung zum Skicurven“*. Hamburg 1996

Horst Tiwald

## Die Erfindung des „Umsteigeschwunges“

09. 04. 1981

Die Autoren ERHARD GATTERMANN und WALTER KUCHLER behaupten ganz schlicht und einfach:  
*"Als neues skitechnisches Prinzip wurde diese Umsteigetechnik zuerst in der BRD erkannt, definiert und entwickelt."*<sup>2</sup>

Sie verweisen dabei als Geburtsjahr dieser neuen Erfindung auf das Jahr 1961.

Um ihre Erfindung glaubhaft als neu hinstellen zu können, beschreiben sie was vorher vorhanden war. Sie berichten,

*"...dass das Drehen der Beine und Skier nacheinander und der Belastungs-Wechsel von einem Ski auf den anderen in den 20er und 30er Jahren zu den häufigsten Elementen der alpinen Skitechnik gehörten".*

Dies seien aber keine Umsteigeschwünge gewesen, da diese Elemente damals vornehmlich der Sicherung des Gleichgewichts durch Verbreitern der Standfläche, der Erzeugung von Drehmomenten bei relativ langsamer Fahrt, usw. dienten. Gegen diese Winkel- und Scherenschwünge seien die Parallelschwünge von EMILIE ALLAIS und TONI SEELOS Richtungsänderungen voller Dynamik gewesen - aber auch sie seien keine Umsteigeschwünge.

Hierzu eine Anmerkung von FRITZ BAUMROCK (1972):

*"Was sind 'Umsteigeschwünge'? Das sind zunächst Schwünge, bei denen man von einem Ski auf den anderen umsteigt. In Fachkreisen werden diese Schwünge besonders hervorgehoben, also muss jeder Autor, wenn er nicht etwas Wesentliches vernachlässigen will, ein Kapitel den 'Umsteigeschwüngen' widmen. Sie sehen aber schon aus der 'Definition', dass der Einteilungsgesichtspunkt zumindest problematisch ist. Denn bei welchem Schwung steigt man nicht von einem Ski auf den anderen um? Lassen wir das Fahren im Tiefschnee zunächst beiseite. Auf der Piste ändert sich doch die Belastungsverteilung im Laufe des Schwunges fast immer. Um dem auszuweichen, könnte man ja die Definition verschärfen. Umsteigeschwünge sind Schwünge, bei denen man von einem Ski auf den anderen umsteigt und dabei mindestens einen Ski abhebt. Das sind tatsächlich jene Schwünge, die in Fachkreisen als Umsteigeschwünge bezeichnet werden. Besteht aber zwischen einem Schwung, bei dem man beim Umsteigen mindestens einen Ski abhebt und jenem, bei dem man trotz Umsteigen die Skier auf dem Boden weiterbewegt (z.B. zueinanderführt) ein **prinzipieller** Unterschied? Natürlich nicht! Sonst wäre z.B. ein*

<sup>2</sup> ERHARD GATTERMANN/ WALTER KUCHLER: "Vom Laufen zum Schwingen". In: Deutscher Skilehrverband e.V., Ausgabe 2/80, München April 1980

*Stemmschwung ein Umsteigeschwung oder nicht, je nach dem, ob der Innenski beim Beidrehen angehoben wird oder nicht. Im **Prinzip** ist es aber doch immer der gleiche Schwung. Mit Beifügungen zu stehenden Begriffen statt mit Sondernamen käme man hier leichter durch.<sup>3</sup>*

Ein ähnlicher Einwand kann hinsichtlich der Winkelstellung und der parallelen Skiführung vorgebracht werden.

GATTERMANN und KUCHLER haben also keine neue Technik, sondern bloß einen neuen Namen für eine altbekannte Tatsache "erfunden".

Man könnte die Behauptung, dass die Umsteigetechnik **1961 zuerst** in der BRD erkannt wurde, sachgerechter umändern in die Aussage, dass sie in der BRD **erst 1961** erkannt wurde.

Dies trifft eher zu, denn in den 30er Jahren hat es bereits vieles gegeben, was die Autoren GATTERMANN und KUCHLER verschweigen! Das Stemmen und die Winkelstellung waren keineswegs das Einzige! Das beweisen mehrere Arbeiten von FRITZ HOSCHEK, die er ab 1933 veröffentlichte. In diesen Arbeiten wurde nicht nur bereits vieles publiziert, was ULRICH GÖHNER (funktionelle Bewegungsbetrachtung) bzw. EKKEHARDT ULLMRICH (Geländehilfen, Bewegungsaufgaben, usw.) heute als ihre Erfindungen darstellen, ohne mit einem einzigen Wort auf FRITZ HOSCHEK zu verweisen, sondern auch das, was heute als "neues skitechnisches Prinzip" hingestellt wird, z. B. das Abheben eines Beines bei HOSCHEKS Methode:

*"Das flüchtige Aufheben eines Beines leitet eine Reihe von kleinen Kunststücken ein, die allgemein bekannt sind, auf dieser Lernstufe aber viel zu wenig herangezogen werden. Das Lüften eines Beines kann unter Umständen schon zu einem Bogen ausgebaut werden: Ein langsames Umtreten aus mäßiger Fahrt erhöht die Gleitsicherheit ungemein, wird erfahrungsgemäß sehr rasch begriffen und führt sehr oft zu einem Bogen mit parallelen Schi.<sup>4</sup>*

*"Die Arbeit an den einzelnen Bogenhilfen richtet sich nach der Übungsgelegenheit, doch werden die Bogenhilfen mit Parallelführung der Schi bevorzugt und gleich im Anschluss daran die Scherenstellung.<sup>5</sup>*

Das Bild, das KUCHLER und GATTERMANN von den 30er Jahren geben, um ihre "Erfindung" neu erscheinen zu lassen, beruht also keineswegs auf Tatsachen. Auch ERWIN MEHL weist in

<sup>3</sup> FRITZ BAUMROCK: „Schlaufen leicht sicher gekonnt.“ Wien/München 1972, S. 102-103

<sup>4</sup> FRITZ HOSCHEK: "Die natürliche Lehrweise des Schilauens". Wien/Leipzig 1933,116

<sup>5</sup> FRITZ HOSCHEK: "Die natürliche Lehrweise des Schilauens". Wien/Leipzig 1933,126

seiner Geschichte des Skilaufs darauf hin, dass HOSCHEK den Grundsatz

*"Erst schwingen, dann stemmen, und dies nur ausnahmsweise!"*

vertreten hat und dass diesen Grundsatz nach dem 2. Weltkrieg zuerst die Franzosen

*"in ihrer Ecole Nationale Francaise HOSCHEK nachgeföhlt (haben), freilich als französische Entdeckung."<sup>6</sup>*

Die schwunghafte Gesamtbewegung mit paralleler Skiföh rung war bei HOSCHEK in den 30er Jahren bereits klar gefordert:

*"Für die natürliche Lehrweise ist bezeichnend, dass sie von Anfang an schwunghafte Gesamtbewegungen lehrt, geländebedingtes Schwunghahren ist das Modewort der natürlichen Schule."<sup>7</sup>*

Man kann also heute leicht etwas Neues proklamieren, wenn man, wie KUCHLER und GATTERMANN die ästhetizistische Sackgasse von STEFAN KRUCKENHAUSER allein als Bezug für Erneuerungen angibt und alles andere, was es vorher und auch gleichzeitig mit dieser Bewegungsmode gab, außerhalb der Betrachtung lässt. Aber selbst die Technik KRUCKENHAUSERS basiert auf einem belastungswechselnden Umsteigen. Auch das Hochheben der Skienden blieb dem scharfen Beobachter nicht verborgen: ALOIS WEYWAR sagte 1956 dabei mit Recht:

*„Und so gesehen ist die Ruade der Franzosen und der Schwung der Österreicher im Grunde ein und das selbe... So schwingen die Franzosen im Wechsel von einer Schrägfahrt zur anderen die Schi hoch durch die Luft herum und stoßen sie nach hinten in den Schnee. Sie zeigen eine hohe Schweben und teilen die Bewegung in die *Tempi appel - rotation - blocage (ruade)* - und in eine Nachrotation der Schulter, die sie nicht benennen. Den Gesamt Ablauf heißen sie 'ruade'. Die Österreicher dagegen schieben im Wechsel von einer Schrägfahrt zur anderen die Schier durch den Schnee oder fegen knapp darüber hinweg. Sie zeigen eine Schweben, die als solche nicht auffällt oder aber eine flache Schweben. Darum sprachen die Franzosen, als sie auch dies bei den Österreichern sahen, von der 'petite ruade autrichienne'.<sup>8</sup>*

Im übrigen gibt ALOIS WEYWAR bereits 1956 (also bereits 5 Jahre vor GATTERMANN) eine präzise Analyse des Skilaufens hinsichtlich der Gangarten des Menschen. Er folgt dabei den

<sup>6</sup> ERWIN MEHL: *"Ein neues Bild der Weltgeschichte' des Schifahrens"*. In: R. ZAHEN (Hrsg.): *"Von der Steinzeit zur Gegenwarts turngeschichtliche Aufsätze aus vier Jahrzehnten (1920-1960)"*. Frankfurt/Main 1961

<sup>7</sup> FRITZ HOSCHEK/FRIEDL WOLFGANG: *„Das natürliche Schwunghahren auf Schiern.“* Wien/Leipzig 1935.

<sup>8</sup> ALOIS WEYWAR: *„Die bewegungsphysiologischen Grundlagen des Skilaufs!“* In: *„Leibesübungen Leibeserziehung“* Wien 1956/10

Unterscheidungen von MAX THUN- HOHENSTEIN und führt aus:

*"Der Schilaf in Österreich ist heute so weit fortgeschritten, dass er mit der Bewegung zu Fuß im gleichen Gelände völlig übereinstimmt. Es ist allgemein bekannt, dass wir im steilen Gelände gelegentlich hinunter hüpfen, statt Fuß um Fuß tiefer zu setzen. Und dieses Hüpfen ist der so wenig beachtete Galopp. Der Mensch zeigt nämlich genau so wie die Vierfüßler drei Hauptgruppen der Fortbewegungsarten: den Schritt, den Lauf und den Galopp"<sup>9</sup>*

Das bewegungstechnische Prinzip ist also gar kein Laufen, sondern ein Galoppieren. Das ist auch skitechnisch ein wesentlicher Unterschied! Dies zeigen besonders deutlich Filmaufnahmen aus dem Rennsport, die HANS ZEHETMAYER vorlegt, um die Anordnung der Bausteine *"Belasten-(um)Kanten-Drehen"* zu verdeutlichen. Er schreibt hinsichtlich des Umsteigeschwunges:

*„Das Lösen des Talschi vom Schnee durch Beugen des Talbeines bewirkt, dass sich der Körperschwerpunkt nach unten sowie in die gewünschte Richtung hin bewegt und dass dadurch zuerst der Bergschi belastet, danach umgekantet und erst dann gedreht wird.“<sup>10</sup>*

Das ist genau der von WEYWAR beschriebene Galoppwechsel:

*"Das zuerst vorausliegende Sprungbein ist jetzt hinten-nach-liegendes Fangbein und das hinten-nach-liegende Fangbein ist jetzt voraus-liegendes Sprungbein.“<sup>11</sup>*

Das *"Sprungbein"* ist immer auf der **Fußaußenseite (Außenkante) belastet**, das *"Fangbein"* dagegen immer **auf der Fußinnenseite (Innenkante)**.

Beim Galoppwechsel wird Sprungbein zu Fangbein, das bedeutet **Umkanten**. Beim Schwung sieht dies so aus:

Das voraus-liegende Sprungbein (Bergski) wird also zuerst belastet (1. Bodenkontakt des Sprungbeines beim Galoppwechsel auf der Außenkante), sodann wird das hinten-nach-liegende Fangbein (Talski) vom Boden gehoben und nach vorne geschwungen, wodurch gleichzeitig das bisherige Sprungbein (Bergski) zum Fangbein umgekantet wird (auf die Innenkante). Das ist exakt das „skitechnische Prinzip“ des sogenannten Umsteigeschwunges, das als Galoppen bereits von ALOIS WEYWAR *„erkannt und definiert“* wurde, bis heute aber anscheinend aber in der Bundesrepublik genau so wenig wie die Arbeit von FRITZ HOSCHEK bekannt ist.

Für die Unterscheidung der Schwünge ist also, da sie alle als Galoppen betrachtet werden können, nicht wesentlich, ob die Schier parallel sind oder nicht, und es ist auch nicht

<sup>9</sup> ALOIS WEYWAR: *„Die bewegungsphysiologischen Grundlagen des Skilafs!“* In: *„Leibesübungen Leibeserziehung“* Wien 1956/10

<sup>10</sup> HANS ZEHETMAYER: *"Forderungen an eine alpine Schitechnik"*. In: *"Leibesübungen Leibeserziehung"*. WIEN 1981/2

<sup>11</sup> ALOIS WEYWAR: *„Die bewegungsphysiologischen Grundlagen des Skilafs!“* In: *„Leibesübungen Leibeserziehung“* Wien 1956/10

wesentlich, ob ein Bein oder beide gehoben werden oder nicht. Als zentrales skitechnisches Unterscheidungsmerkmal bietet sich die Art des Umkantens an. Ob diesesb in einem Takt oder in zwei Takten geschieht.

*"Es wäre allerdings falsch, statt 'Ein-Takt-Schwingen' 'Parallelschwingen' und für 'Zwei- Takt-Schwingen' 'Umsteigen' zu sagen, denn die Grenze zwischen Ein-Takt und Zwei- Takt-Schwingen geht mitten durch das 'Umsteigen'."*<sup>12</sup>

Auch die Frage der sogenannten *'Hoch- oder Tiefentlastung'* scheint skitechnisch als Unterscheidungsmerkmal nicht die zentrale Bedeutung zu haben, die ihr bisher beigemessen wurde. Auch dies wird deutlich, wenn man das alpine *'Ski laufen'* als *Galoppen* erkennt, und den Galopp als Gangart, dessen **'physiologischer Takt'** nur eine **'Schwebe'** enthält, betrachtet. Beim langsamen Galoppen sowie beim Beschleunigen und beim Richtungswechsel in der Ebene wird diese **'Schwebe'** **immer durch Muskelkraft aktiv erzeugt**. Bei größeren Geschwindigkeiten oder im geneigten Gelände kann diese Schwebe durch das Beharrungsvermögen der sich in bestimmter Richtung bewegenden Masse des Körpers erreicht werden, wodurch das Abheben vom Boden nicht durch eine **Arbeit der Streckmuskulatur der Beine**, sondern durch die **Arbeit der Beugemuskulatur der Beine** erreicht werden kann. Im zweiten Falle wird die **"kleine Beinmasse"** gegen die „große Rumpfmasse“ bewegt. (Prinzip *"Masse gegen Masse"*).

*"Beim Üblichen In-die-Höhe-Springen (wobei die Beine in der Luft gestreckt bleiben, nicht angehockt werden) handelt es sich dann sinngemäß um eine Auswirkung des Prinzips "Masse mit Masse", denn in dem Zeitabschnitt, in dem die Füße in der Luft sind, bewegt sich der Rumpf in derselben Richtung wie die Füße."*<sup>13</sup>

Die Prinzipien beschreiben immer ideale Fälle. Der wirkliche Schwung wird Phasen haben, in denen einmal dem einen, anschließend dem anderen Prinzip gefolgt werden muss, wenn man das Gelände, die Schwerkraft und die Fahrtgeschwindigkeit einerseits ausnützen, andererseits aber durch Muskelarbeit die eingeschlagene Bewegungsrichtung ändern oder die Fahrt aktiv beschleunigen will. Wenn es die Absicht ist, die Bewegungsrichtung des Körperschwerpunkts durch Muskelarbeit aktiv zu ändern oder dessen Geschwindigkeit aktiv zu beschleunigen, muss immer *"Masse mit Masse"* gearbeitet werden. Das Grundprinzip des Skilaufens ist jedoch die Arbeit *"Masse gegen Masse"*, welches ab einer bestimmten Fahrtgeschwindigkeit bzw. ab einer bestimmten Hangneigung die Schwerkraft und das Gelände optimal ausnützt.

*"Körpergerecht und aufgabenbedingt verläuft eine Bewegung, wenn sie die Schwerkraft ausnützt und dadurch die gestellte Aufgabe mit möglichst geringem Kraftaufwand löst."*

<sup>12</sup>Fritz Baumrock/Gerhard Winter: „Ski-Zwei-Schilehrplan der Schulen“ Innsbruck

<sup>13</sup> Fritz Baumrock: „Schilaufen leicht sicher gekonnt.“ Wien/München 1972, S. 13

Man könnte vom Schilaufr sagen, dass er durch ein Einfühlen in die Wirkung der Schwerkraft zustande kommt.

Die Fallbewegung hängt von der Neigung der schiefen Ebene, vom Wandel der Geländeformen ab. Wenn man das Gelände zum Schwingen ausnützt, erkennt man der Schwerkraft einen Hauptteil am Entstehen der Richtungsänderung zu. Die Muskelkräfte sind dabei nur das Zünglein der Waage. Ihr Ausmaß kann dessen ungeachtet erheblich werden, wenn die Schnelligkeit sehr groß wird und es gilt, den Körper in der neuen Richtung wieder aufzufangen, oder wenn gerade bei geringer Geschwindigkeit die zu überwindenden Widerstände (schwerer Schnee oder lange Brettel) sehr groß sind.<sup>14</sup>

Horst Tiwald

### Vom Ski-Laufen zum Ski-Galoppen

10.09.1981

(ein Auszug<sup>15</sup>)

Filmanalysen von Rennläufern machen immer mehr ein skitechnisches Prinzip sichtbar, das geprägt ist durch einbeinige Gleit- und Rutschphasen. Die Unterscheidung der Skitechniken in "einbeinige" und "zweibeinige" ist allerdings nicht neu.....

Der heute moderne "Umsteige-Schwung" ist, wenn wir in der Geschichte des Skilaufes nicht nur die Stemmtechniken betrachten, in seinem skitechnischen Prinzip als "Schrittschwingen" also keineswegs erst 1961 in der "Bundesrepublik zuerst erkannt, definiert und entwickelt" worden, wie ERHARD GATTERMANN und WALTER KUCHLER von ihrer "Erfindung" behaupten.

Im übrigen ist das skitechnische Prinzip der modernen Schrittschwünge gar kein Laufen, sondern ein Galoppen! Dies hat bereits 1956 ALOIS WEYWAR klar erkannt und darüber publiziert. Diese fundamentale Erkenntnis wurde aber bis heute in der Fachwelt mehr oder weniger ignoriert. HANS ZEHETMAYER kam aufgrund von Filmanalysen von Rennläufern zu der Erkenntnis, dass beim Schrittschwingen der künftige bogenäußere, vorne-liegende Ski zuerst belastet und erst danach gekantet und gedreht wird. Aus dieser Erkenntnis leitete er 1980 dann "Forderungen an eine alpine Skitechnik" ab. Diese Forderungen entsprechen aber genau den unbeachteten Vorschlägen von WEYWAR, denn dieser Schrittschwung ist exakt der von WEYWAR beschriebene Galoppwechsel mit seitlicher Richtungsänderung! Bei diesem Galoppwechsel wird Sprungbein zu Fangbein und das bedeutet **Umkanten!** Beim Schwung sieht dies so aus:

Das vorne-liegende Sprungbein (Bergski) wird beim Belastungswechsel zuerst belastet (1. Bodenkontakt: Sprungbein auf der Außenkante), dann wird das hinten nachliegende Fangbein (Talski) im Hochheben umgekantet und nach vorne geschwungen sowie gleichzeitig das bisherige Sprungbein (Bergski) zum Fangbein

<sup>14</sup> FRITZ HOSCHEK/FRIEDL WOLFGANG: „Das natürliche Schwunghahren auf Schiern.“ Wien/Leipzig 1935.

<sup>15</sup> Horst Tiwald: "Vom Ski-Laufen zum Ski-Galoppen". In: "Sporterziehung in der Schule". Zürich 1981 / 11/ 12



umgekantet.(2. Bodenkontakt: ehemaliges Sprungbein im Galoppwechsel nach der "Schwebe" (Hochentlastung) diesmal aber auf der Innenkante)

Horst Tiwald

### Geschichte des alpinen Skilaufs aus psychologischer Sicht

13.05.1982

(ein Auszug <sup>16</sup>)

Ebenfalls in Vergessenheit geraten ist der Ansatz von ALOIS WEYWAR, der 1956 darauf aufmerksam machte, dass der moderne Skilauf so weit fortgeschritten ist, dass er heute mit der Bewegung zu Fuß im gleichen Gelände völlig übereinstimmt. Diese Art des Bergabhüpfens sei aber, so stellte er fest, kein Laufen sondern ein Galoppen. ....

Beim "Galoppen" bezeichnet man das vorangestellte Bein als "Sprungbein", das hinten nachliegende dagegen als "Fangbein".

Wenn wir das Bogentreten betrachten, dann müssen wir auch hier klar zwei verschiedene Formen auseinanderhalten:

- das Bogentreten in Form eines **Nachstellschrittes**, wie beim "Aus-der-Spur-Steigen". Hier wird vorwiegend mit dem Fangbein gearbeitet. Das belastete Fangbein stößt kräftig ab, während das unbelastete Sprungbein raumgreifend flach über die Piste geführt wird. Durch den Abstoß wird der Belastungswechsel herbeigeführt, dann das unbelastete Fangbein nachgestellt und ohne wesentliche Arbeit des Sprungbeines wieder belastet. Zweck des kräftigen Abstoßes vom Fangbein ist es, den Körperschwerpunkt jeweils wieder über das seitlich vorangestellte Schwungbein zu bringen.
- Die zweite Art des Bogentretens wird dagegen vorwiegend durch das voranliegende Sprungbein geleistet. Es ist dies ein **Bogengalopp** im Sinne von WEYWAR. Dieses galoppende Bogentreten ist durch eine deutliche "Schwebe" (Hochentlastung) nach der dynamischen Sprungbeinstreckung gekennzeichnet, nach der das Sprungbein nach vorne/bogeninnen geführt wird, währenddessen das hinten nachliegende Fangbein nachgezogen und so unter dem Körper aufgesetzt wird, dass es nach dem Beenden der "Schwebe" sofort voll belastet wird. Im Unterschied zum nachstellenden Bogentreten, bei dem es immer Phasen gibt, in welchen beide Skier gleichzeitig Pistenkontakt haben, besitzt das galoppende Bogentreten diese nicht. Der kräftige Abstoß des Sprungbeines hat den Zweck, den Körperschwerpunkt dem Sprungbein voraneilen zu lassen und in die Schwebe zu bringen, während der das Fangbein unter den Körperschwerpunkt "nacheilt".

---

<sup>16</sup> HORST TIWALD: "Geschichte des alpinen Skilaufs aus psychologischer Sicht - Von der hangquerenden zur talstrebenden Handlung". In: Kongressbericht "Internationales Seminar 1982" der ASSAS (Schweizerische Vereinigung für sportbezogene Wissenschaften) zum Thema "Geschichte - Sport - Erziehung" vom 21.-22. 05. 1982 an der Universität Freiburg (Schweiz).

Beim galoppierenden Bogentreten ist der Richtungswechsel leicht zu veranschaulichen. Er stimmt mit Fotoaufnahmen aus dem Rennsport, die HANS ZEHETMAYER vorgelegt hat, völlig überein. Das belastete, vorerst bogeninnere Sprungbein erzeugt durch kräftigen Abdruck die Schwebelage (Hochentlastung) und kantet von der Außenkante auf die Innenkante um: es wird nun zurückliegendes, bogenäußeres, belastetes Fangbein. Vgl. „*Scherumsteigen*“ (Galoppwechsel am Sprungbein).

## FAZIT

Mit meiner Kritik an WALTER KUCHLER möchte ich aber keinesfalls dazu beitragen, dass das Kind mit dem Bad ausgeschüttet wird. Dies wäre schade, denn KUCHLER ist einer der wenigen, der, trotz bewegungswissenschaftlicher Mängel, wirklich brauchbare Skibücher geschrieben hat und auch noch schreibt.

Dies zeigt sein neues Buch<sup>17</sup>.

Den von ihm gewählten Stil seiner *"wissenschaftlichen Auseinandersetzung"*, die sich der *"Methode des gezielten Ignorierens"* bedient, möge er mit sich selbst abmachen. Den groben Fehler seiner Bewegungstheorie jedoch, die auf dem oberflächlich verstandenen Schlagwort *"Kreuzkoordination"* aufbaut, sollte er aber korrigieren. Er würde damit sein beschränktes, d. h. eingegengtes Lehrkonzept überwinden und dann tatsächlich zu echtem und dauerhaftem *"Neuen Spaß"* auch beim Lernen vordringen.

Denn: ***"Nichts ist brauchbarer als eine gute Theorie!"***

---

<sup>17</sup> WALTER KUCHLER: *"CARVING - Neuer Spaß am Skifahren - Sicher, dynamisch, leicht"* Reinbek bei Hamburg 1997