

# No Sports, but on the Move

Myrtha Frick

Seit 39 Jahren arbeite ich in der Redaktion des D-Journals mit, der Zeitschrift der Schweizerischen Diabetes-Gesellschaft; und seit unser Heft besteht, schreiben wir in jeder Ausgabe über Sport und darüber, wie günstig er für die Gesundheit sei.

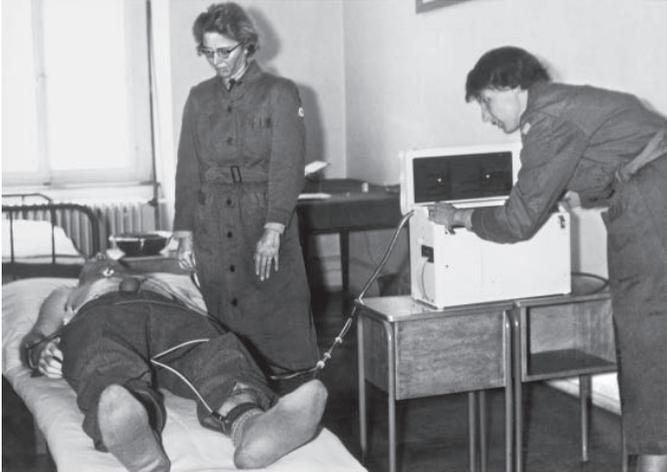
Ich war ein wildes Kind: Ich kletterte auf alle Bäume und über alle Gartenzäune, ich turnte an Reck und Barren, ich war eine begeisterte Schwimmerin und sprang – schon mit kaum acht Jahren – vom hohen Sprungbrett in den See.

Aber dann hatte ich mit 12 Jahren einen schweren Schlittelfall. Das war während des Zweiten Weltkriegs, in den sehr kalten, schneereichen Wintern, als eigentlich keine Autos unterwegs sein sollten, weil es ja kein Benzin gab. Da sausten wir nach der Schule jeweils voll Freude die steile Rigistrasse hinunter. Und einmal kam halt doch ein Auto entgegen. Um nicht voll in seinen Kühler zu prallen, wich ich nach links aus und prallte – etwas weniger hart, aber doch mit Schuss – in die Mauer an der Ecke Rigistrasse/Wangensbachstrasse von Dr. Schmidts Garten.

Der Schulabwart rief den Schularzt, Herrn Dr. Henri von Schulthess, der sehr schnell zur Stelle war und mich umgehend ins Kinderspital einwies. Dort lag ich etliche Wochen; und danach, weil eine grosse Stosswunde am Bein immer noch nicht zuheilte, lag ich nochmals einige Wochen zu Hause in einer Schiene. Und dann kostete es meinen Bruder viel Geduld und Mühe, mich wieder gehen zu lehren. Mein Schlittelfall war im Januar, ich konnte erst Ende April wieder hinkend zur Schule gehen.



*Sporttag an der Töchterschule der Stadt Zürich 1948: die siegreiche Klasse 2 f im «Sportdress» mit dem Klassenlehrer Dr. Heinrich Denner.*



An der Arbeit im «EKG-Zimmer»  
in der Kaserne Chur.

In diesen Wochen des Liegens hatte ich viel Zeit – Zeit zum Lesen, was sehr positiv war; aber auch Zeit für Überlegungen, ob denn Sport tatsächlich immer so günstig sei; und auch um nachzudenken, wie solche (noch relativ harmlose) und andere (weniger harmlose) Sportunfälle ein Familienbudget und überhaupt das Gesundheitswesen (die IV gab es damals noch nicht) belasten. Das frage ich mich heute immer wieder und bin gelegentlich erstaunt, wie wenig man in den Medien über die Kosten von Unfällen und Spätschäden spricht, und dies bei dem grossen Raum, den die täglichen Nachrichten über Sport jeglicher Art – bei uns und in aller Welt – einnehmen. Vielleicht, weil Sport nicht nur «gesund», sondern auch ein Riesengeschäft für Abertausende ist?



Frick im Ausgang.



*Mit dem Beduinenjungen Farek auf dem Mosesberg.*



*Berge in Südostgrönland,  
die noch nicht einmal einen Namen hatten.*

Nach dieser ungunstigen sportlichen Erfahrung hielt ich mich an Sir Winston Churchills Leitspruch «No Sports, but on the Move». Auch nur noch «on the Move» blieb ja vieles an erfreulicher und gesunder Bewegung: Da waren zuerst vor allem Wanderungen in unseren Bergen, auf welchen ich unermüdlich Blumen, Schmetterlinge, Rehe und Wasservögel photographierte. Und da war z. B. auch der Schulsport in der Töcherschule der Stadt Zürich, wozu jede Schülerin im Handarbeitsunterricht ihr lindengrünes «Sportdress» schneiderte.

Nach der Schule kam ich als Arztgehilfin zu Dr. Georg Constam, der als Oberst damals Kommandant der MSA 6 war. Da ich als Sekretärin auch für die Bürokratie seiner MSA verantwortlich war und alle Schreibereien, die damit zu tun hatten, erledigte, wünschte er sich, dass auch ich in seiner MSA Rotkreuzdienst tue. Ich stellte mich also im alten Theodosianum als RKD und wurde als «Spezialistin» in der MSA 6 eingeteilt. Ich erlebte viel Interessantes und Schönes in meinen Diensttagen: in der Region Lauterbrunnen–Wengen–Mürren, in Chur und zuletzt in Männedorf. Auch das war eine gute und sinnvolle sportliche Betätigung.

Später, als Reisen ins Ausland wieder möglich wurden, weiteten sich meine Wanderungen und Bergtouren auch weiter als in die Schweizer Alpen aus, nach dem deutschen Sprichwort «Hinter den Bergen wohnen auch Menschen». Ich bestieg vor 50 Jahren die Cheops-Pyramide (was jetzt längst nicht mehr erlaubt ist); im tiefen Winter stapfte ich mit dem etwa 8jährigen barfüssigen Beduinenjungen Farek durch den Schnee auf den Djebel Musa, den Mosesberg; und zusammen mit einem jungen amerikanischen Forscher kletterte ich anlässlich einer Expedition in Ostgrönland auf Berge, die noch nicht einmal einen Namen hatten.

Schliesslich waren – und sind – mir immer wieder auch Gartenarbeiten und Schneeschaufeln erfreuliche «sportliche» Betätigungen; obwohl ich sie, meinen Jahren entsprechend, je länger je gemächlicher erledige, so wie es halt noch geht.