



Libanesische Studenten begingen 27. Jahrestag

Der Verband der libanesischen Studierenden in der DDR führte am 21. November 1970, dem Vorabend des 27. Jahrestages der Erlangung der Unabhängigkeit der Republik Libanon, im Otto-Buchwitz-Saal eine Feierstunde durch. Hierbei würdigte der Vorsitzende des Verbandes, Salim Seif, in seiner Ansprache den Kampf seines Volkes und hob besonders die Rolle der Sowjetunion hervor, die als erstes Land die Republik Libanon politisch anerkannte. Derzeit gehört es zu den wesentlichen Aufgaben seines Landes, die Solidarität der arabischen Staaten im Kampf gegen die israelischen Aggressoren zu festigen.

Zahlreiche Gäste wohnten dieser Feierstunde bei und übermittelten ihre Glückwünsche; so der Sekretär der SED Kreisleitung der TU, Genosse Horst Kühlinger, Vertreter der Martin-Luther-Universität Halle, der Karl-

Marx-Universität Leipzig, der Hochschule für Verkehrswesen, des Internationalen Studentenkomitees, der FDJ-Leitung des Bezirks Dresden und auch der staatlichen Leitung und der Universitätsverwaltung der TU (siehe Foto).

Eine Gratulation besonderer Art brachten Vertreter der sowjetischen Garnison in Dresden und des FDJ-Studentenklubs der TU dar, indem sie zur Bereicherung des Kulturprogramms beitrugen.

Diese Veranstaltung fand im Rahmen einer zweiwöchigen Jahreskonferenz des Verbandes statt, die sich auch mit Problemen des politisch-gesellschaftlichen Lebens der libanesischen Studierenden in der DDR befaßte.

Haevecker,
Stellvertretender Vorsitzender der UGL
Fotos: Schöffler (3), Häßler (1)

SPORTSEKTIONEN BERICHTEN

TU-Volleyballer in Sofia

Für unser erfolgreiches Abschneiden bei den Deutschen Studentenmeisterschaften, der 3. Zentralen Leistungsschau und bei den Pokal- und Meisterschaftsspielen des DTSB wurden vier Volleyballer mit einem Auslandsauftrag in der VR Bulgarien ausgezeichnet.

Die Sportler der Hochschule für Maschinenbau und Elektrotechnik aus Sofia waren während der Osterferien 1970 in Dresden unsere Gäste. Wir hatten uns für den Gegenbesuch in Sofia die letzte Septemberwoche ausgewählt, die Zeit also, als in Bulgarien die Weltmeisterschaft im Volleyball ausgetragen wurde. Wir rüsteten uns für eine Reise mit dem Ball-Orient-Express, und bei Antritt der Reise war uns noch nicht ganz klar, wie wir die 50 Stunden Bahnfahrt überstehen würden. Doch die Fahrt durch die Slowakei, das ungarische Flachland, das hochwassergeschädigte Rumänien bot uns immer wieder neue Eindrücke und ließ keine Langeweile aufkommen. Ein kleiner Höhepunkt war das Überqueren des Predeal-Passes in den Karpaten. Die 2500 Meter hohen Berge zeigten sich im herrlichsten Sonnenschein.

Leicht abgespammt erreichten wir die bulgarische Hauptstadt. Wir waren in Studentenwohnheimen untergebracht und gewöhnten uns auch schnell an das gute Menschenleben für die bulgarischen Studentensportler.

Unser sportlichen Vergleiche fanden an den ersten Tagen unseres Aufenthaltes statt. Unsere Männer siegten gegen unseren Gastgeber mit 3:0, verloren im zweiten Vergleich mit 0:3, und es zeigte sich einmal mehr, was im Volleyball alles möglich ist. Wir Frauen standen gegen den bulgarischen Landesmeister von 1968/69 auf verlorenem Posten, konnten nur streckenweise mithalten und verloren unsere zwei Vergleiche. Gaben unsere Spiele gegen unsere bulgarischen Gastgeber schon genügend Diskussionsstoff, so wurde es um einiges heftiger, als wir das Eröffnungsspiel der WM-Runde Bulgarien - Japan sahen.

Wir erlebten unter anderem asiatische Volleyballartikler am hohen Netz von beiden Seiten, eine voll auf WM-Sieg spielende bulgarische Nationalmannschaft mit dem kleinsten Mann des Turniers, Korow, und dem weltbesten Angreiffspieler Slantjanow. Und wir lernten südländisches Zuschauerenthusiasmus nicht unbedingt schätzen. Wir konnten uns von der rationalen Spielweise unserer DDR-Nationalmannschaft überzeugen, machten uns unter

5000 Zuschauern als kleine DDR-Delegation bemerkbar und hatten allen Grund, 8 - 9 - 10 - Klasse zu rufen; besonders die Leistungen des als weltbesten Universalplayer ausgezeichneten Rudi Schumann begeisterten. Doch auch die Mannschaften, die keine Titelwörter waren, zeigten ihr großes Können am hohen Netz; sie machten manchem Gegner das Leben schwer, so daß die Favoriten am Ende bei der Medaillenvergabe mancher Satz und Punkt leihete.

Das Mitterleben von täglich drei Spielen, die teilweise bis 23 Uhr andauerten, hat uns einige Nerven gekostet. Aber trotz aller abendlichen Anstrengungen in der Sporthalle hatten wir vormittags genügend Elan, uns in ausgedehnten Stadtbummeln mit Sofia und der bulgarischen Geschichte näher vertraut zu machen und das pulsierende Leben in einer südländischen Großstadt zu erleben. Der Vormittag, an dem wir einen Ausflug in das Vitoscha-Gebirge unternahmen, geht uns besonders. Wir sahen Sofia von der Höhe wie ein Spielzeugstädtchen zu unseren Füßen liegen.

Auf der Rückreise zwang uns der Eisenbahnfahrplan zu einem zwölfstündigen Aufenthalt in Bukarest. Diese Zeit nutzten wir, um in kleinen Gruppen die rumänische Hauptstadt zu durchstreifen.

Leider mußten wir unsere Rückreise antreten, ohne bei den letzten entscheidenden Spielen dabei sein zu können. Wir erlitten auf der Fahrt nach Dresden von der 2:3-Niederlage unserer Männer gegen Japan. Das alles entscheidende Spiel erlebten auch wir nur am Bildschirm: Bulgarien gegen DDR. Das Ergebnis und der Spielverlauf sind bekannt: Volleyball-Weltmeister der Herren wurde die Mannschaft der Deutschen Demokratischen Republik. Was der Gegner und die Zuschauer unserer Mannschaft aber verlangt haben, können wir sehr gut einschätzen, und diese Leistung kann getrost mit allen Superlativen bedacht werden.

Sofia war eine Reise wert. Wir TU-Volleyballer sahen für unsere Sportart besten Anschauungsunterricht, lernten ein weiteres Land und seine Bewohner kennen und schätzen. Dieser als Auszeichnung gedachte Auslandsauftrag wird uns Volleyballern Ansporn und Verpflichtung sein, sehr gute Leistungen im Studium und im Sport zu vollbringen. Mit dem Elan von Sofia gingen wir kurz nach unserer Rückkehr ins Bezirksfinale der Damen im FDGB-Pokal-Wettbewerb und konnten ohne Satzverlust den ersten Platz belegen.

Befreite Kunst

Von Genossin Marion Rasche,
Abteilung Information
und Öffentlichkeitsarbeit

Befreit werden wird die Kunst aus dem Alleinsein mit einer Bildungselite, „Publikum“ genannt, die es schon nicht mehr gibt, so daß also die Kunst bald völlig allein, zum Absterben allein sein wird, es sei denn, sie fände den Weg zum Volk, das heißt, um es unromantisch auszudrücken, zu den Massen.

Thomas Mann



Die Wege der Literatur zum Volke und des Volkes zur Literatur müssen zusammentreffen. Für den Schriftsteller wie für den Leser bedarf es dazu gleichermaßen der Anstrengung. Ein „Vermittler“ auf diesem Wege der gegenseitigen Annäherung ist in der Deutschen Demokratischen Republik der Volksbuchhandel, dessen Bestehen sich in diesen Tagen zum 25. Male jährt.

Um sich über die Beziehung Leser - Buch Klarheit zu verschaffen, ist es vielleicht interessant zu fragen, wie das mit der Anstrengung beim Lesen eigentlich zu verstehen ist. Schließlich ist doch die tägliche Arbeit bis weit in die Freizeit hinein ständig mit großen Anstrengungen verbunden. Warum dann auch in der übrigen Freizeit, die doch eigentlich der „Erspannung“ dienen soll, noch Anstrengung?

Man kann sehr verschiedene lesen: Zeitschriften, illustrierte

Magazine - und auch Bücher. Der Schlechtberotene greift zu allem Möglichen, liest wohllos, eigentlich ziellos, ungeordnet. Im Bestreben, sich zu „unterhalten“, vielleicht sogar „abzuschalten“, konsumiert er zumeist Lektüre, die seine Zeit zwar ausfüllt, doch im Grunde vergeudete Zeit bedeutet.

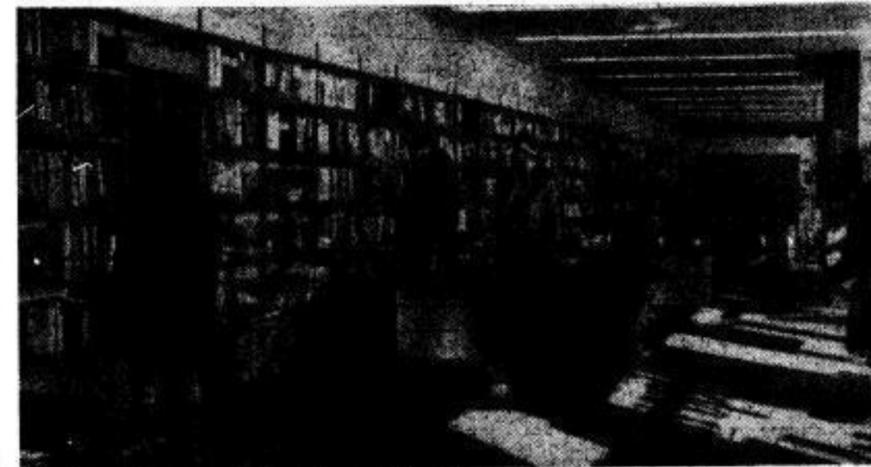
Es gibt auch solche Leser, die glauben, „allwissend“ zu sein und die Bücher nur zur Überprüfung ihrer Meinung und ihres Wissens mit dem des Schriftstellers benötigen.

So zu lesen bedarf gewiß keiner Anstrengung, man könnte letztendlich ganz darauf verzichten.

Aber es kommt doch darauf an, im Buch einen guten Freund zu finden. Man muß es zu Worte kommen lassen. Es wird dann dazu beitragen, dem Menschen zu helfen, seine Umgebung mit ganz anderen, durchdringenderen Augen zu betrachten, weil er zum Lesen der

Dinge vorzudringen in der Lage ist. Aber um von diesen vielfältigen Beziehungen mehr zu erfahren, muß man sich bemühen. Das soll nicht Unterwerfung bedeuten; denn die Würde einer Freundschaft mit einem Menschen nur schaden.

Es ist ein Dialog notwendig, und zwar ein differenzierter. Jedes Buch hat einen anderen Charakter, eben wie Freunde auch. Das eine ist offen, direkt, fordert sofort zur Mitsprache und zur Parteinahme heraus. Ein anderes ist stiller, nicht so unmittelbar; man muß es erst einmal aussprechen lassen, bevor man erwidert. Es erfordert sehr großes Verständnis, eröffnet dann aber dem Menschen ebenfalls ein Wissen von der Mannigfaltigkeit der Welt. Wenn man so eine echte, aber immer wieder zu erneuernde Freundschaft geknüpft hat, dann werden die Anstrengungen keine mehr sein, und das Buch ist an der Reihe zu geben.



Bücher haben eine ungeheuer große persönlichkeits- und gesellschaftsbildende Kraft. Sie sind ein wesentliches Erkenntnisinstrument des Menschen. Durch ein reichhaltiges Angebot von Büchern verschiedener Genres mit größter Qualität helfen die Volksbuchhandlungen unserer Republik mit, daß unsere Bücher nicht nur einer Bildungselite, sondern wirklich allen Menschen zugänglich gemacht werden. Damit helfen sie jenen geistigen Vorlauf schaffen, der für die Meisterung der komplizierten Prozesse bei der Entwicklung unserer Gesellschaft nötig ist.

Die Verdienste des Volksbuchhandels der DDR zur Hebung des geistigen Niveaus der Menschen werden auch durch die Buchhandlung unserer Universität täglich zum Ausdruck gebracht.

Nicht durch große Worte wollen wir diesem Kollektiv Dank sagen,

sondern durch eine sachliche Aufzählung, die für sich spricht, wollen wir ihre Taten sichtbar werden lassen.

● Kooperationsvertrag mit der Bibliothek der TU Dresden über freundschaftliche Zusammenarbeit.

● Zusammenarbeit mit dem Direktorat für Erziehung und Ausbildung, indem durch rechtzeitige Feststellung des Bedarfs an Lehrmaterial vor jedem Semester die Versorgung der Studenten mit Fachliteratur gewährleistet wird.

● Ausweitung des Netzes der Vertriebsmitarbeiter an der TU, wodurch eine individuelle Bedienung der Kunden gesichert wird.

● Ständige Verbindung mit den Literaturabteilungen der Sektionen und Bereiche, um eine ausreichende Bereitstellung mit Parteiliteratur zu gewährleisten.

● Vertrieb der von der TU Dresden herausgegebenen Druckerzeugnisse.

● Große Aktivitäten in der Literaturpropaganda, um die Angehörigen der TU Dresden in immer stärkerem Maße an die Literatur heranzuführen. In Zusammenarbeit mit dem Bereich Angewandte Sprachwissenschaft, dem Kulturbund und der Bibliothek der TU wurden und werden auch weiterhin interessante Problemdiskussionen geführt. Die Ausgestaltung der Woche des Buches durch die TU-Buchhandlung ist in diesem Zusammenhang zu einer Selbstverständlichkeit geworden.

● Aufrechterhaltung und Vertiefung der Beziehungen mit Absolventen der TU, die schon in ihrer Studententzeit und auch nach Einsatz in der Praxis treue Kunden der TU-Buchhandlung sind, durch ständigen Kontakt.



Regelmäßig Sport treiben: Ja, aber wann, wo und wie?

Von Meister des Sports Dr. Hauße III

● Entsprechend dem Gesetz der Anpassung werden uns Leistungsanforderungen, vor denen wir heute noch kapitulieren, in einiger Zeit als so gering erscheinen, daß sie nicht einmal mehr dazu ausreichen, Entwicklungsreize auszulösen. Deshalb müssen wir die Anforderungen (die Trainingsbelastung) im Laufe der Zeit steigern. Das kann in gewissen Zeitabständen stufen-, ja sogar sprunghaft oder allmählich fließend geschehen. Gewöhnlich bevorzugt man eine der beiden Varianten der ersten Methode (bei der also eine Zeitlang die Anforderungen gleichbleiben und man dadurch auch besser in der Lage ist, Leistungsvergleiche anzustellen; denn ein deutlich spürbarer größerer (jedoch nicht übermäßiger) Reiz bedeutet für den Organismus eine Herausforderung, die ihn zur Mobilisierung weiterer beträchtlicher Kräfte zwingt. Als Mittel der Steigerung der Anforderungen werden der Trainingsumfang (zum Beispiel die Länge der Laufstrecke), die Übungsintensität (zum Beispiel das durchschnittliche Lauftempo) und die Trainingshäufigkeit (zum Beispiel statt dreimal fünfmal viermal in der Woche Training) erhöht - jedoch nicht alle Komponenten gleichzeitig, sondern in genügend Abständen nacheinander. Man wird nun fragen: Bis zu welchem Punkt kann und muß man schließlich die Anforderungen erhöhen? Die Entwicklung der Weltspitzenleistungen zeigt, daß es hier praktisch keine Grenzen gibt. Wenn schon in der Praxis nicht immer durch eine weitere Umfangs- und Häufigkeitssteigerung, so kann doch mindestens durch eine Intensitätssteigerung die Trainingsbelastung erhöht werden. Auf die sich daraus ergebenden Probleme können wir hier nicht eingehen - das sei Angelegenheit der Spitzensportler. Für uns gilt, daß es jedem freisteht, nach Erreichen eines bestimmten Niveaus dieses nicht weiter anzuheben, sondern es durch gleichbleibende Trainingsbelastung nur auf der erreichten Höhe zu halten.

Ausdauer durch Übung

● Die Erfahrung lehrt, daß in erster Linie Ausdauer durch Ausdauerübungen, Gewandtheit durch Gewandtheitsübungen, Kraft durch Kraftübungen usw. entwickelt werden. Man wird also nie fehlgehen, wenn man zum Beispiel häufig den 3000-m-Lauf original, das heißt mit höchstem Einsatz über die volle Distanz, übt. Wie aber zum Beispiel der Klavierspieler bei der Einstudierung einer Sonatine teils aus ökonomischen, teils aus lerntechnischen Gründen nicht immer nur das gesamte Werk als Ganzes übt, sondern sich die einzelnen Sätze und Passagen, in denen er Schwächen zeigt, gesondert vornimmt und vielleicht sogar noch zusätzliche spezielle Fingerübungen ausführt, so wird auch der Trainierende - falls es sich um eine Leistungsfördernde Spezialübung in sein Programm aufnehmen. Betrachten wir unter diesem Aspekt einmal die kompliziertesten unserer fünf Testübungen, den 100-m-Lauf. Die relevante Bewegungseigenschaft (die Hauptkomponente) ist die Schnelligkeit. Daneben spielen eine Rolle die Schnellkraft (explorische Abdruckkraft, vor allem bei der Startbeschleunigung), zum geringeren Teil die Ausdauer (Stehvermögen auf dem letzten Drittel der Distanz) und, meist weniger von Belang, die Gewandtheit (bei der Start- und Lauftechnik: zum Beispiel locker oder verkrampt). Gesetzt den Fall, drei 100-m-Sprinter erreichen die gleiche Zeit von 14,5 s, dann kann es durchaus vorkommen, daß der eine zwar der absolut schnellste, dazu aber zugleich auch am wenigsten ausdauernde Läufer und außerdem schlechtester Starter ist, während die anderen beiden zwar weniger schnell, dafür aber ausdauernder und technisch reifer sind. Es leuchtet ein, daß es zweckmäßig ist, solche individuellen Verschiedenheiten im Training bewußt zu berücksichtigen. So sollte zum Beispiel der eine schwerpunktmäßig den Start, der andere die absolute Lautschnelligkeit üben usw. (Daß eine solche Übungsweise in den Fällen, mit denen wir es in unserer Praxis zu tun haben, durchaus nicht so schwierig ist und wie man dabei vorgeht, wird im Teil IV gezeigt.)

Training ausgeruht beginnen

● Die Erholung ist Bestandteil des Trainings! In der Regel soll man das Training ausgeruht beginnen. Wer sehr häufig trainiert, soll nicht zwei sehr anstrengende Trainingstage aufeinander folgen lassen. Vor einer entscheidenden Erhöhung der Trainingsbelastung, zum Beispiel nachdem vier bis sechs Wochen allwöchentlich mit gleicher Belastung trainiert worden und bald eine höhere Belastungsstufe fällig ist, und vor anstrengenden Leistungsüberprüfungen soll man für einige Tage die bisherige Trainingsbelastung reduzieren. - Der Trainingsanwender wird möglicherweise die erste Zeit, bis sich der Organismus auf die neue Situation eingestellt hat, eine vorübergehende Beeinträchtigung seines Wohlbefindens (Muskelkater, Müdigkeit usw.) und einen Leistungsrückgang beobachten. (wird fortgesetzt)