



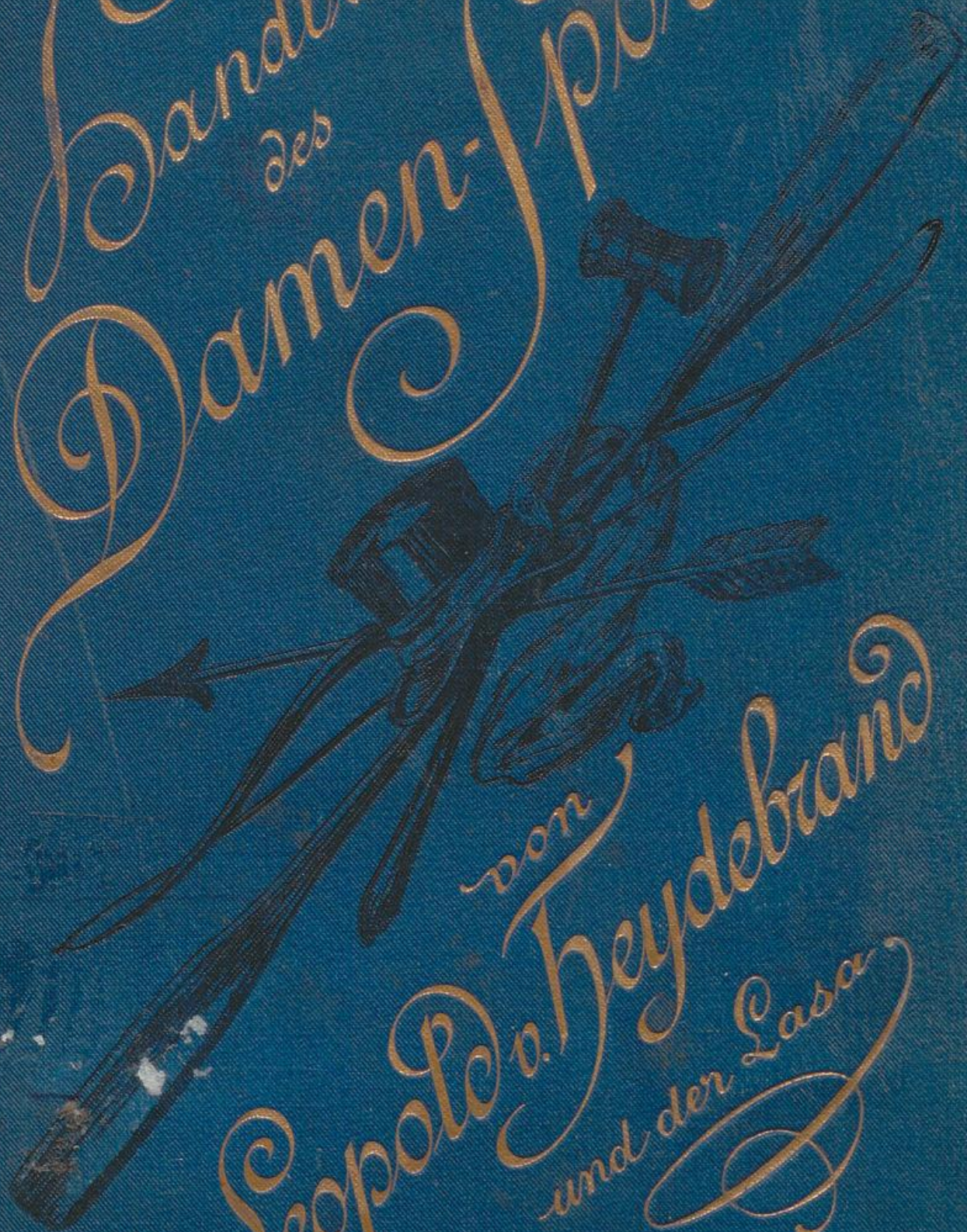
UNIVERSITÄTS-  
BIBLIOTHEK  
PADERBORN

**Handbuch des Damen-Sport**  
**Heydebrand und der Lasa, Leopold von**  
**Wien [u.a.], 1886**

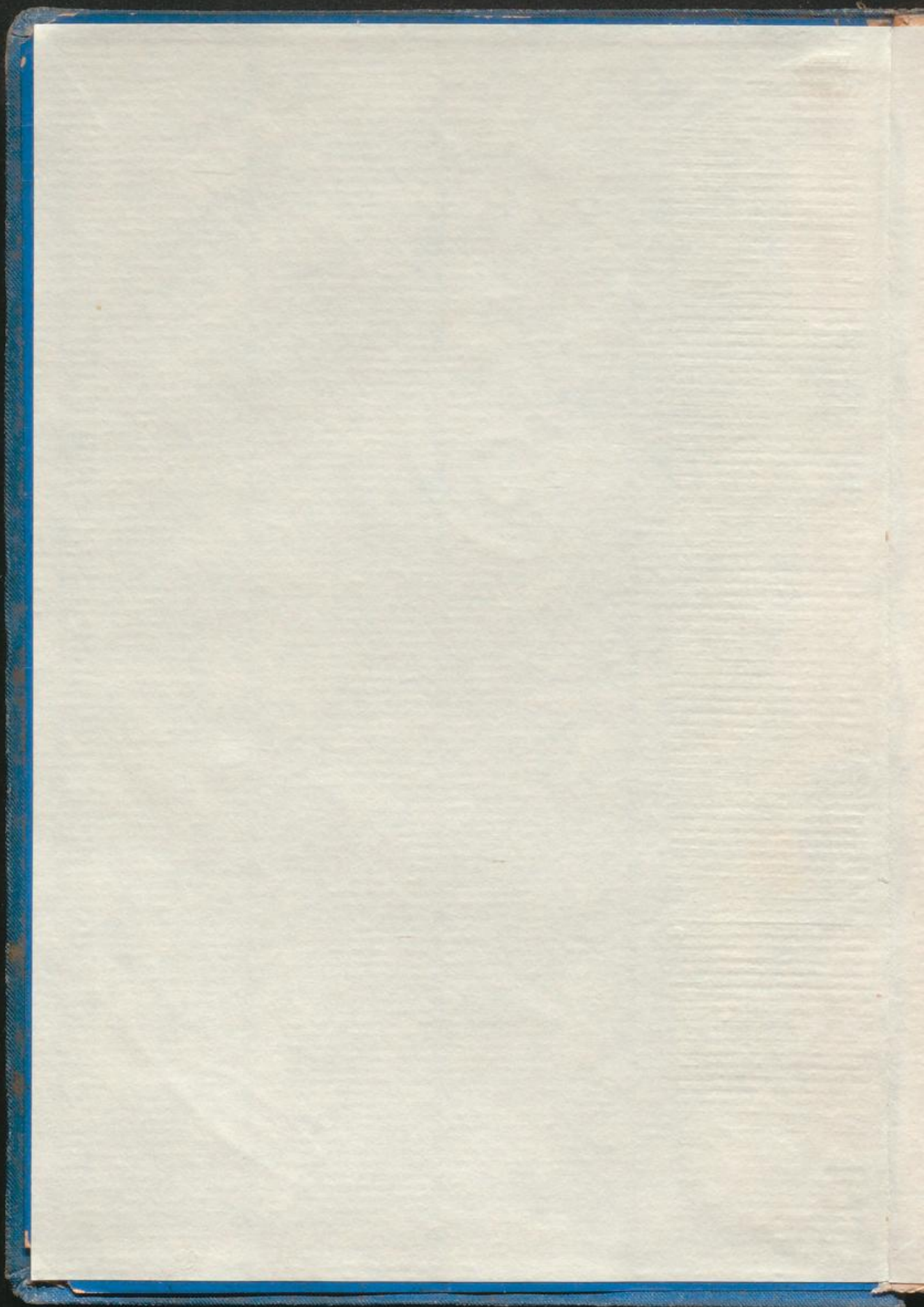
---

[urn:nbn:de:hbz:466:1-61140](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:hbz:466:1-61140)

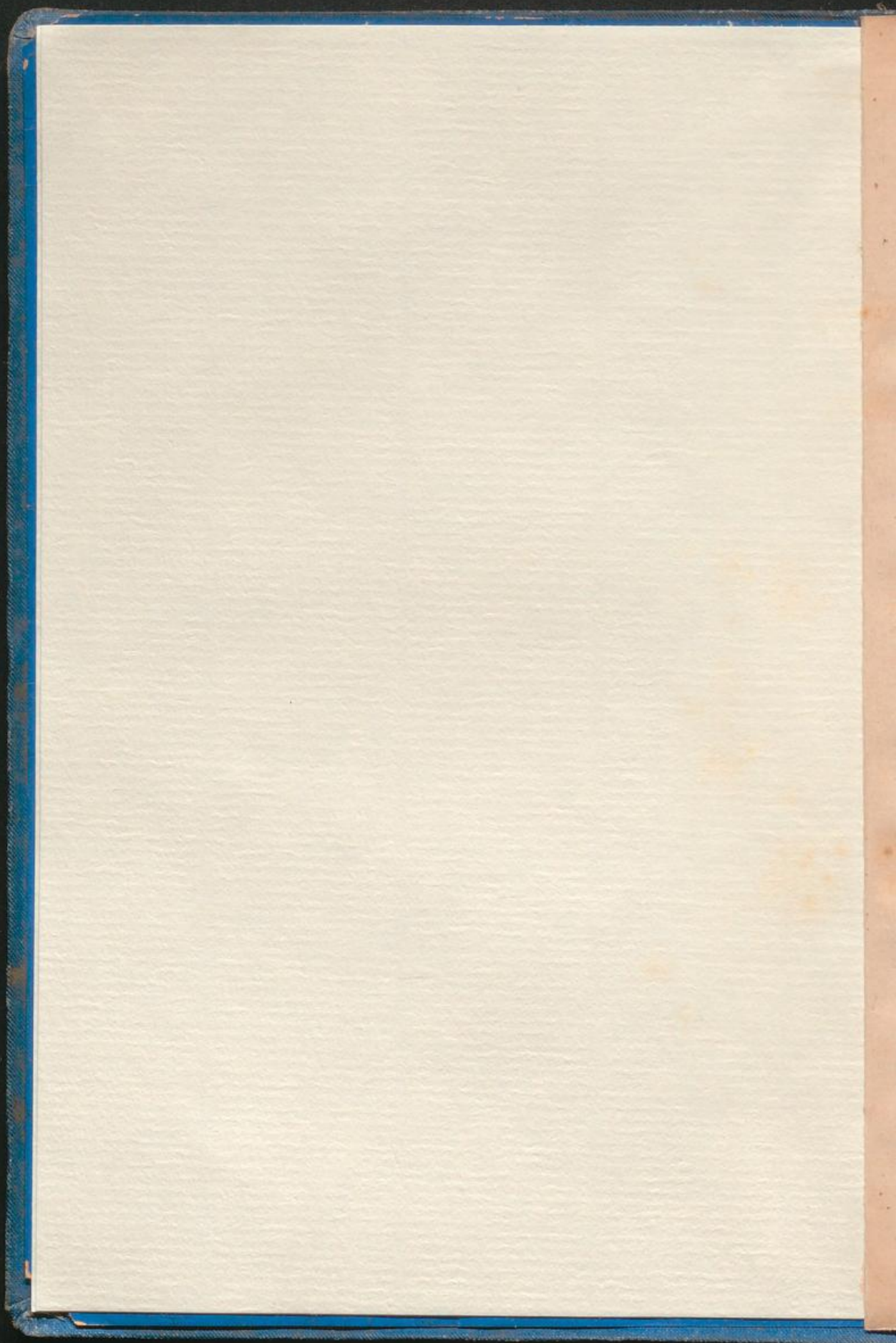
Handbuch  
des  
Damen-Sports



von  
Leopold v. Heydebrand  
und der Lasa

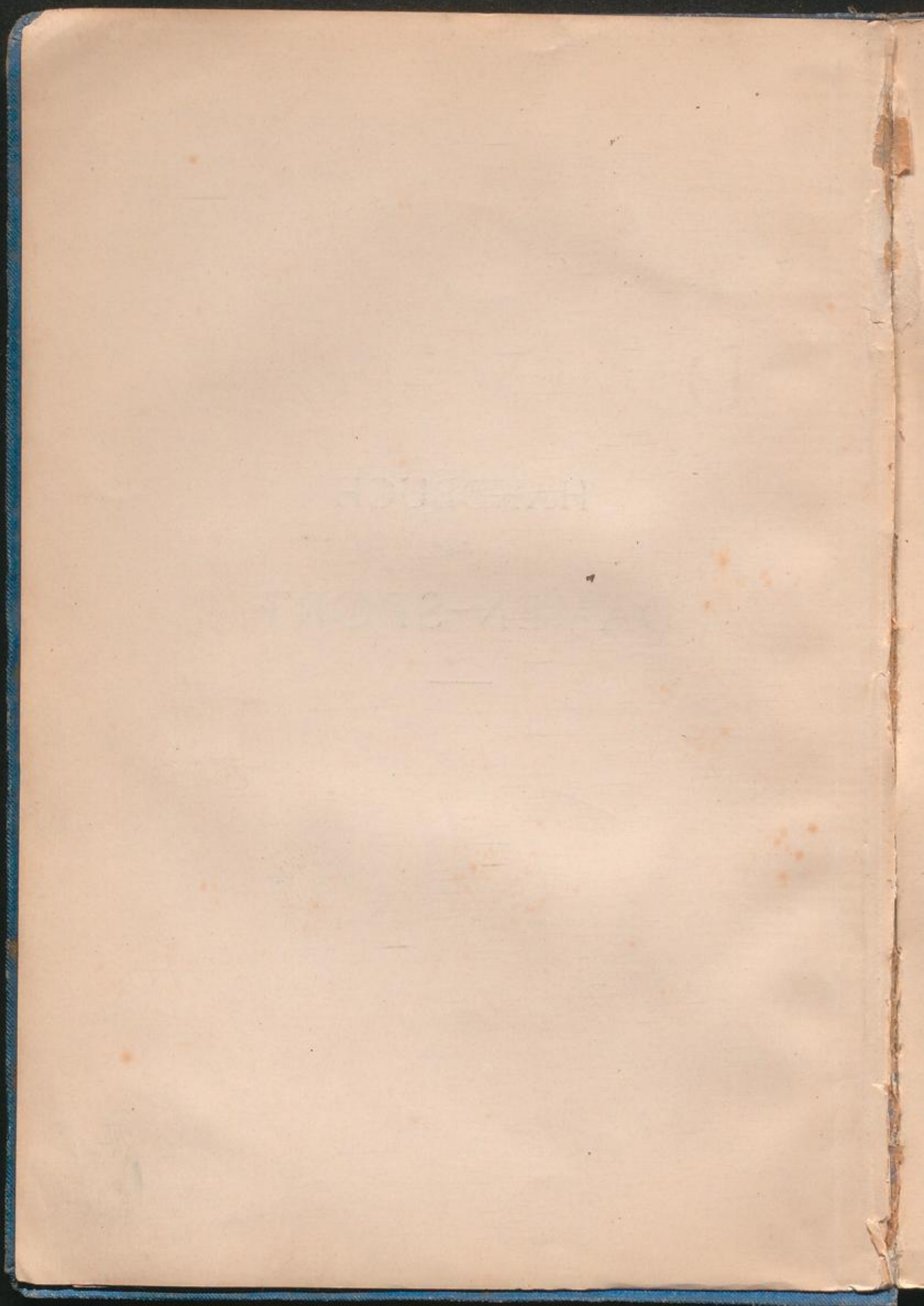






HANDBUCH  
des  
DAMEN-SPORT.

---



HANDBUCH  
des  
DAMEN-SPORT.

Von  
Leopold v. Heydebrand u. d. Lasa.

---

Mit 66 Abbildungen, darunter 14 Initialen, gezeichnet  
von Victor Hausmann.

---



Wien. Pest. Leipzig.  
A. HARTLEBEN'S VERLAG.  
1886.

06  
KOSF  
1059



06  
KOS  
1703

Alle Rechte vorbehalten.

K. k. Hofbuchdruckerei Carl Fromme in Wien.

67:1740

## VORWORT.



Mit dem vorliegenden Buche wird beabsichtigt, eine hoffentlich der edlen Damenwelt willkommene Gabe zu bieten. Es behandelt das einzig wahre Mittel, die Schönheit des Leibes zu entwickeln und zu bewahren, die Gesundheit zu kräftigen und zu erhalten, die Munterkeit des Geistes über Missmuth und Verstimmung zur Geltung zu bringen und endlich dem weiblichen Körper Anmuth und Grazie in der Bewegung zu verleihen.

Wir wissen wohl, dass der Damensport viele Gegner hat. Es giebt solche, welche in völliger Unkenntniss von dem Werthe körperlicher Uebungen, missbilligend auf jene Damen blicken, welche turnen, schwimmen, reiten u. s. w. Auf diese findet das biblische Wort Anwendung: „Herr vergieb ihnen, denn sie wissen nicht, was sie thun.“ Auch solche Leute giebt es, welche befürchten, dass die gute Sitte durch den Betrieb des Sport Schaden leiden könne. Nun, uns sind so manche sporttreibende Damen bekannt, welche dabei die reinste Weib-

lichkeit bewahrt haben und ausgezeichnete Mütter sind, ja wir Alle kennen sogar mehr als eine hochstehende Dame, welche im Reiten, Fechten und Turnen excellirt und erkennen auch die Wahrheit der Strophe an:

Willst Du genau erfahren, was sich ziemt,  
So frage nur bei edlen Frauen an.

*Leopold v. Heydebrand u. d. Lasa.*

HANDBUCH  
des  
DAMEN-SPORT.

---



## EINLEITUNG.

---



as versteht man unter „Damensport“, diesem aus zwei Worten verschiedener Sprachen zusammengesetzten Ausdruck? Warum bedient man sich nicht eines rein deutschen Wortes? Zur Beantwortung dieser Fragen ist vor allem eine Erklärung des Wortes „Sport“; erforderlich. Man war gezwungen, die Bezeichnung unverändert in die deutsche Sprache aufzunehmen, weil diese, trotz ihres grossen Reichthumes an Worten, dennoch keinen einzelnen Ausdruck besitzt, durch welchen man dasjenige vollkommen wiedergeben kann, was der Engländer mit dem nur aus fünf

Damensport.

Buchstaben gebildeten Worte sagt. „Sport“ umfasst einen Begriff, den wir nur durch eine Erklärung zu verdeutlichen im Stande sind.

Die Engländer sind über die Entstehung des Wortes „Sport“ nicht einig. Wegen der Aehnlichkeit mit einigen altdeutschen und niederländischen Worten glauben sie einerseits seine Abstammung auf germanischen Ursprung zurückführen zu müssen, und sie werden umsomehr in dieser Ansicht bestärkt, weil eine alte und anerkannt gute Encyklopädie mit dem in der Mehrzahl angewendeten Worte „Sports“ die im späteren Mittelalter in den Niederlanden üblichen Carnevalsauzüge bezeichnet; andererseits liegt die Annahme jedoch auch nahe, „Sport“ von dem lateinischen Worte „sporta“, „sportula“ abzuleiten, mit welchem der römische Schriftsteller Sueton die für das Volk veranstalteten kurzen Spiele bezeichnet. Wie gesagt, bestimmt nachweisbar ist weder der Uebergang zu dem Worte „Sport“ aus der germanischen, noch aus der lateinischen Sprache. Die heute zu einem internationalen Schlagworte gewordene Bezeichnung hat ihre jetzige Bedeutung entschieden in England erst seit etwa hundert Jahren, bei uns sogar erst in den letzten Decennien erhalten. Der Engländer versteht unter „Sport“ in der Einzahl körperliche Kraftübungen, Scherze, Spiele und ländliche Vergnügungen, in der Mehrzahl angewendet dehnt er den Begriff aber auch auf Jagd, Fischerei und ähnliche Betriebe aus.

Dy. Sport

Fast jeder Zweig des ernsten und praktischen Lebens liefert einen Beitrag zu den freien Uebungen und Unterhaltungen, aus denen der Körper Kräftigung und das Gemüth Befriedigung schöpft. Wie mannigfacher Art hiernach die Beschäftigungen auch sein mögen, die man unter dem gemeinsamen Begriffe „Sport“ zusammenfasst, so haben alle doch den Zweck, das Leben nach irgend einer Richtung anregend und angenehm zu gestalten, sowie gleichzeitig den Körper zu stählen.

Während man sich vielfach bemüht hat, für alle eben angedeuteten Beschäftigungen ein gemeinsames deutsches Wort zu suchen oder ein solches neu zu bilden, ohne damit zu Stande zu kommen, obgleich in der deutschen Sprache, besonders in neuester Zeit, gerade in dieser Richtung recht viel geleistet wurde — ob immer mit Glück, das wollen wir dahingestellt sein lassen — hat der Sprachgebrauch die schwebende Frage einfach dadurch gelöst, dass er dem englischen Worte „Sport“ das deutsche Bürgerrecht verlieh.

Dr. Jan Daniel Georgens sagt in der Einleitung seines „Illustrierten Sport-Buches“:

„Nicht allezeit genügt uns indess das einfache harmlose Spiel zur Ausfüllung unserer Musse. Theils aus dem eigenen inneren Wesen des Menschen heraus, theils unter dem Einflusse der mannigfachen uns umgebenden Verhältnisse, theils endlich durch den Witz und die Laune Einzelner sind im Ver-

laufe der gesellschaftlichen Entwicklung zahlreiche Uebungen, Unterhaltungen und Belustigungen entstanden, die zwar mit dem Spiele manches gemeinsam haben, aber doch wiederum in vielfacher Hinsicht über dasselbe hinausgreifen. Darin zunächst sind sie dem Spiele ähnlich, dass sie aus freier Selbstbestimmung hervorgehen. Kein strenges Sittengesetz kann sie uns vorschreiben, jeder äussere Zwang ist ihnen zuwider und verfälscht ihr Wesen. Aber während das harmlose Spiel seinen letzten Endzweck in sich selber findet und gleichsam ein von der ernsten Welt abgeschlossenes Gebiet für sich bildet, das seine eigenen Regeln und Gesetze hat, berühren sich jene Uebungen und Bethätigungen in mannigfacher Weise mit den ernsthaften Seiten des Lebens. Sie sind ein Mittelding zwischen Spiel und Arbeit; bald ist dieses, bald jenes das vorherrschende Element, niemals jedoch mangelt einer dieser Bestandtheile gänzlich. Oft sind sie ihrem Wesen nach ganz Arbeit — nur das Merkmal der freien Selbstbestimmung unterscheidet sie von dem ernsten, pflichtmässigen Schaffen und Wirken. In anderen Fällen berühren sie sich so sehr mit den bedeutungsvollsten Seiten des menschlichen Lebens, dass der Unterschied gegen das Spiel von vornherein deutlich in die Augen fällt. . . . „Sport“ nennt man heute alles, was irgend in die Kategorie der freien Belustigungen und Bethätigungen fällt, sofern es nicht harmlos

Dy

genug ist, um als Spiel zu gelten.... Indem wir dem Begriff „Sport“ diese weitläufige Ausdehnung geben, setzen wir uns freilich zu der vornehmen „Sportwelt“, die es lediglich mit einigen Arten zu thun hat, in einen gewissen Gegensatz. Wir glauben jedoch, bei dieser Erweiterung des Begriffes nicht über den Sinn hinausgegangen zu sein, den die englische Sprache selber in den Ausdruck „Sport“ gelegt hat, und der im Grunde genommen nichts Anderes ist als „Spiel, Kurzweil, Liebhaberei“. Ausserdem hat, wie wir bereits angedeutet haben, der in den meisten Fällen richtig urtheilende „gesunde Sinn“ des Volkes die Bezeichnung in jenem weiteren Umfange bereits thatsächlich zur Geltung gebracht. Nicht Jedermanns Sache ist es, edle Windhunde und Vollblutpferde zu züchten oder sich ein Segelboot zu halten. Dennoch verlangen aber auch die mittleren und unteren Bevölkerungsschichten, ja selbst die Frau, das Kind und in gewissem Sinne sogar die Familie ihren „Sport“, der mehr als Spiel und doch nicht Arbeit ist.“

In einem Aufsatz über „Sport und Spiel“ sagt „Köhler-Halle“: „Sport ist die Nachahmung der Natur. Er reproducirt die Gesetze ihrer Erscheinungen, um sie als „*sport of nature*“, wie der Engländer sagt, im Naturspiel zu durchbrechen und aus der sich bildenden Natur die vollendete zu schaffen.“ Und in einem zweiten Aufsatz über dasselbe Thema erklärt Dr. „Boehnke-Reich“:

„Sport sind vorzugsweise Parforcespiele, die im Freien vorgenommen werden: Wettrennen zu Pferde und zu Fuss, Rudern (Regatten), Schwimmen, Jagd, Fischerei, Turnen, Eissport. Sie haben sich namentlich im Leben der Engländer eine hervorragende Stelle errungen; Deutschland ist nachgefolgt und der Turf und die Turfiten haben, wenn sie sich von oft verhängnissvollen Ausschreitungen fern halten, ihre volle Berechtigung.“ Dieser Autor hält den Sport als solchen allerdings im Allgemeinen nur für eine Disciplin des männlichen Geschlechts, mit Ausnahme des Turnens, in decenter Auswahl der Uebungen, des Schwimmens und Schlittschuhlaufens, die er auch vom weiblichen Geschlecht als nutzbringend und den Körper kräftigend ausgeübt zu sehen wünscht.

Wir selbst haben in einem 1878 in der „Illustrirten Sportzeitung“ veröffentlichten Aufsatz unsere Ueberzeugung dahin ausgesprochen, dass nur das mangelnde Verständniss des Wortes und die Unkenntniss dessen, was alles unter Sport zu verstehen ist, die Schuld daran trägt, dass im Allgemeinen der Sport als ein Vergnügen angesehen wird, welches sich nur reiche, wenigstens wohlhabende Leute erlauben können, dass also der ethische Zweck des Sport: durch die Ausübung seiner verschiedenen Zweige veredelnd auf die körperliche wie geistige Ausbildung des ganzen Volkes zu wirken, nicht verstanden oder stellenweise sogar fortzuleugnen versucht wird.

Wir befinden uns heute jedoch in der angenehmen Lage, constatiren zu können, dass sich in den letzten Jahren in den continentalen Kreisen die Ansichten und die Begriffe über den Sport und die allgemeine Nützlichkeit seines Betriebes für die männliche, sowie für die weibliche Jugend bedeutend geklärt haben und die Ausübung des Sport vornehmlich in seinen gymnastischen Zweigen eine sehr erfreuliche und sogar unerwartete Verbreitung gefunden hat.

Wir haben damals in dem erwähnten Aufsatz auch eine Erklärung dessen versucht, was man unter Sport zu verstehen hat, indem wir sagten: „Der Begriff „Sport“ umfasst alle diejenigen körperlichen Uebungen, durch welche sich der Ausübende einen Herz und Körper stärkenden Genuss bereitet, einen Genuss, welcher die Gesundheit seines Ichs fördert und jenen Geist anregt, in welchem sich der Mann völlig als Mann zu fühlen vermag.“

Ein Sportsmann ist daher derjenige, welcher diesen Sport activ betreibt oder an einem Sportzweige theilnimmt.“

Durch die allgemeinere Verbreitung der Auffassung des Begriffes in diesem Sinne hat eben das ganze deutsche Sportwesen einen mächtigen und seine Wirkungen stellenweise sich bereits günstig fühlbar machenden Aufschwung genommen. Die Ansichten haben sich nach und nach zu klären

begonnen; in den aufgeklärteren und dem Fortschritt zugänglicheren Kreisen hat sich die Ueberzeugung Eingang verschafft, dass nicht allein nur Rennen und Jagdreiten, sondern auch die Schiessjagd, Turnen, Schwimmen, Fechten, Scheibenschiessen, Segeln, Rudern, Schlittschuhlaufen, Fuss-touren und noch viele andere körperliche Uebungen die Berechtigung haben, als wirklicher Sport angesehen zu werden. In Folge einer so geläuterten Erkenntniss stehen sich jetzt die einzelnen Zweige des Sport nicht mehr fremd oder gar feindselig gegenüber, wie das früher leider zuweilen der Fall war, sondern die Ausüben des einen Zweiges werden auch von Denjenigen, welche mit Vorliebe einer anderen Sportrichtung zugethan sind, als gleichberechtigte Sportsmen angesehen und geachtet. Man hat endlich ebenfalls erkennen gelernt, dass es gemeinsame Sportinteressen giebt, und dass in der Regel dasjenige, was dem einen Zweige zum Vortheile dient, dem anderen durchaus keinen Nachtheil bringt. Im deutschen Volke ist der Sportsinn, dieses Arcanum gegen alle Philisterei, endlich erwacht und überall dort, wo er bereits einigermaßen Wurzel gefasst hat, beginnen auch die Folgen sich schon segensreich erkennbar zu machen.

Selbstverständlich konnte der Sport in der verhältnissmässig kurzen Zeit seiner Einbürgerung im deutschen Volke noch keine eben solche Verbreitung finden, noch keinen ebenso festen Fuss fassen, wie im

Laufe von mehr als einem Jahrhundert in England, und es bleibt hier immer noch eine grosse Menge von Vorurtheilen zu besiegen, die vornehmlich aus der bereits oben angedeuteten Unkenntniss des Begriffes von Sport entspringen und eben darin ihren Grund haben, dass sich immer noch Viele ganz etwas Anderes unter dieser Bezeichnung vorstellen, als dieselbe ausdrücken soll; aber demungeachtet müssen wir vorläufig schon mit dem Fortschritt zufrieden sein, der bisher in der That erzielt wurde.

Wenn in unserer Erklärung des Wortes ausdrücklich gesagt wurde, dass der Sport einen Genuss erzeuge, in welchem sich der Mann völlig als Mann zu fühlen vermöge, so ist damit durchaus nicht ausgeschlossen, dass nicht auch Damen mit Lust und Liebe Sport betreiben könnten und dürften. Es wäre sogar traurig für unsere Nachkommen, wenn nicht auch im Weibe männliche Tugenden schlummerten, welche geweckt und zur Geltung gebracht, einen kräftigenden und veredelnden Einfluss auf die Nation ausüben.

Die körperlichen Uebungen stählen die Nerven, kräftigen die Muskeln und Sehnen, fördern nicht unwesentlich Muth und Entschlossenheit, und das alles sind Eigenschaften von höchstem Werthe für den Einzelnen, sowie für die Gesammtheit, wenn es gilt, den häuslichen Herd und das Vaterland gegen einen Feind zu vertheidigen. In früheren Jahrhunderten waren die Waffenübungen und die

Leitung der Kämpfer ein Vorrecht des Adels, heute ist aber durch die Einführung der allgemeinen Wehrpflicht Jeder zur Führung der Waffe und im gegebenen Falle zum Kampfe berufen; in Folge dessen ist der Betrieb des Sport in der einen oder anderen Weise ein Bedürfniss für einen Jeden, weil er eben diejenigen Eigenschaften fördert, welche zum Wohle des Einzelnen wie der Allgemeinheit erforderlich sind. Wenn nun auch die Dame nicht zur öffentlichen Thätigkeit berufen ist, sondern die Pflichten des Hausstandes zu erfüllen hat, so müssen doch Alle, sowohl die Aristokratin, die Bürgersfrau, wie das Weib aus dem Volke, aus demselben Interesse unter den heutigen staatlichen Einrichtungen mehr denn je auf ihren ersten und ernstesten Beruf bedacht sein, sich zu gesunden und kräftigen Müttern der Vaterlandsvertheidiger heranzubilden. Zu diesem Zwecke darf die deutsche Frau nicht wie eine Treibhauspflanze im Hause gehütet werden, dass jede rauhe Witterung, jede Zugluft ihrem verzärtelten Körper gefahrdrohend wird, auch sie muss sich durch Leibesübungen, durch den Betrieb von Sport zu kräftigen und gegen den Einfluss der Witterung abzuhärten suchen.

Frau + Sport

Durch das Vorhergehende erscheinen die beiden eingangs gestellten Fragen beantwortet. Der Begriff des Wortes „Sport“ ist erläutert und damit hat auch gleichzeitig das zusammengesetzte Wort „Damensport“ seine Erklärung als derjenige Sport

gefunden, der sich eben zur Ausübung durch Damen eignet und von solchen betrieben wird.

Hiernach wird nun ein Blick auf die Vergangenheit von Interesse sein, um klarzulegen, welche Stellung denn in früheren Zeiten dem weiblichen Geschlecht zu körperlichen Uebungen angewiesen war.

Wie uns aus der ältesten Periode der Geschichte bekannt ist, waren jedem der Urvölker Beschäftigungen, welche wir heute als Kurzweil ansehen, harte Nothwendigkeit, weil sie dem Menschen zur Erhaltung seines Daseins dienten. Sie waren aus Nothwehr zum Schutze der Person auf den Kampf mit wilden Thieren und zur Ernährung auf die Jagd angewiesen. Um beides erfolgreich betreiben zu können, mussten sie sich im Gebrauch der ihnen damals bekannten Waffen üben und ein besonderes Gewicht auf die Ausbildung der körperlichen Kraft und Geschicklichkeit legen. Diese Uebungen, an denen sich kaum die Frauen betheiligt haben dürften, sind übrigens ebensowenig als ein Sport nach dem heutigen Begriffe anzusehen, wie die Exercitien des sagenhaften Amazonenvolkes, welches an der Ostseite des Schwarzen Meeres und im Kaukasus gewohnt haben soll. Nach der griechischen Mythe kamen diese abgesondert lebenden Frauen nur einmal jährlich mit den Männern der benachbarten Völker — — zusammen. Ihre Söhne wurden getödtet oder den Vätern zugesendet, die Töchter aber zu Kriegerinnen erzogen. Dieses ge-

fürchtete Frauenvolk gründete und zerstörte Städte und unternahm Kriegszüge nach Asien und Europa. Bei einem derselben zur Unterstützung des Priamos gegen die Griechen wurde sogar seine Königin Penthesilea von Achilleus getödtet.

Ausser diesen Amazonen berichtet die Mythe auch noch von einem ähnlichen Volke in Skythien und am Tritonsee in Afrika. Ja der Negerkönig von Dahomey soll sich heute noch eine bewaffnete weibliche Leibgarde von einigen hundert militärisch wohlgeschulten schwarzen Damen, ein wirkliches Amazonen-Corps, unterhalten. Aber, wie gesagt, bei diesen bewaffneten Schönen kann von Damensport keine Rede sein.

Bei allen Völkern waren körperliche Uebungen und Belustigungen beliebt. Da das Waidwerk die hauptsächlichste Nahrungsquelle war, den Menschen aber nur die primitivsten Waffen zur Ausübung desselben zur Verfügung standen, so gehörte dazu Muth, Schnelligkeit, Gewandtheit, Ausdauer, gutes Springen, das Erklimmen von Bäumen und Bergen, das Durchschwimmen von Seen und Flüssen, die Geschicklichkeit den Speer zu werfen, die sichere Hand und das geübte Auge zum Schiessen mit Bogen und Armbrust und die Kenntniss der Führung von Schleuder und Keule, mit anderen Worten, der Mann musste geübt sein in allen Zweigen des heutigen Sport; nur war die Ausübung dieser Beschäftigungen für ihn kein Sport, weil die noth-

wendige Bedingung der freien Selbstbestimmung fehlte, sondern es war eine Arbeit. Durch die tägliche Anwendung der körperlichen Geschicklichkeit wird natürlich die Ausbildung des Körpers hervor gebracht. Der Geschickteste und Stärkste hat selbstverständlich den meisten Erfolg, genießt das grösste Ansehen bei seinen Kameraden und seine Leistungen reizen zur Nacheiferung. Naturgemäss befasste sich schon die Jugend mit der Uebung der erforderlichen Beschäftigungen, und der Ehrgeiz führte zu öffentlichen Prüfungen, die bei den Culturvölkern des Alterthums, bei den Griechen und Römern in den olympischen und römischen Spielen gipfelten. Bei den Hellenen war die ästhetische Werthschätzung so eng mit der moralischen Würdigung verbunden, dass man schön und gut als die Haupteigenschaften für einen tüchtigen Mann bezeichnete. In der Erziehung der Jugend ging die Ausbildung des Körpers mit derjenigen des Geistes unumstösslich Hand in Hand, und bei den Festen und öffentlichen Prüfungen fand ein Wettkampf der geistigen und der körperlichen Leistungen statt. Dichter und Redner bewarben sich ebenso wie Gymnastiker und Rosselenker um die Preise, Ehrenpreise, welche ihnen nur ihres moralischen, aber nicht ihres positiven Werthes wegen begehrenswerth erschienen.

Bei den Griechen waren die Frauen allerdings nicht allein von den körperlichen Uebungen ausgeschlossen, sondern das Beiwohnen der olympischen

Spiele war ihnen sogar bei Todesstrafe untersagt! Man darf jedoch nicht glauben, dass etwa die Eifersucht Veranlassung dieses Verbotes gewesen sei, oder die Absicht, ihren Frauen ein Erröthen zu ersparen vor den nackten Gestalten der mächtigen Athleten und der jugendlichen, graziösen Kämpfer, o nein, sie handelten nur als kluge, überlegte Leute, die fürchteten, dass das Anschauen der Faust- und Ringkämpfe, sowie der übrigen Preisbewerbungen bei den Frauen die Neigung zur Nachahmung hervorrufen und sie von der Erfüllung ihrer häuslichen Pflichten abhalten könne, so dass die sorgsame Hausfrau anstatt sich mit dem Spinnen der Wolle zu befassen, schweisstriefend das Heben von Gewichten übe und mit geballten Fäusten die Stellungen der Kämpfer nachahme.

Das Verbot des Erscheinens bei den olympischen Spielen für die Frauen scheint sich übrigens nur auf den gymnastischen Theil derselben erstreckt zu haben, denn ihre Rosse durften sie zu den Wettkämpfen stellen und beim Rennen selbst hatte die Besitzerin ihren Platz zur Linken des Lenkers ihres Gespannes, um ihn erforderlichenfalls durch begeisternde Zurufe anfeuern zu können.

Die Römer legten ebenfalls aus kriegerischen Rücksichten einen grossen Werth auf körperliche Uebungen und bei ihnen spielten die Wettrennen und öffentlichen Wettspiele zuweilen sogar eine politische Rolle, allerdings in sehr bedenklicher Art.

Die Gymnastik hat bei ihnen jedoch niemals eine solche Bedeutung in pädagogischer Beziehung erlangt, wie bei den Griechen, und die öffentlichen Spiele arteten nach und nach zu blutigen Kämpfen zwischen wilden Thieren und Menschen aus. Die Kämpfer waren entweder Freiwillige, die sich bewaffnen durften, oder zum Thiergefechte verurtheilte Verbrecher, die sich zur Belustigung des Publicums unbewaffnet von den wilden Thieren zerreißen lassen mussten, wenn es ihnen nicht durch einen glücklichen Zufall gelang, das Thier doch zu überwinden und als Preis dafür die Freiheit zu erlangen. Die ersten Christen wurden nicht selten zu dergleichen Thierkämpfen gezwungen. Später wurden die wilden Thiere durch zum Kampf geschulte Gladiatoren ersetzt, denen sich Sklaven und Verbrecher gegenüberstellen mussten. Dass das Volk ein Vergnügen an solchen blutigen Schauspielen finden konnte, ist der deutlichste Beweis für die tiefe Stufe der Verderbtheit, auf welche das römische Volk damals herabgesunken war.

Auch unsere Vorfahren, die Germanen, waren ein kriegerisches Volk, welches ebenfalls ihre Jugend durch alle Arten von körperlichen Uebungen zum Kampfe schulte. Aus den alten Sagen lernen wir eine ganze Reihe von gymnastischen Spielen kennen, welche jedoch sämmtlich die Ausbildung zu kriegerischen Zwecken zum Ziele haben, also nicht als Sport anzusehen sind. An einigen Zweigen, vor-

nehmlich an der Jagd, und zwar hauptsächlich an der Jagd zu Pferde, nahmen auch die Frauen theil. Angilbert schildert in einem Heldengedicht über Karl den Grossen, wie dieser im Jahre 799 mit seiner Gemahlin und seinen Töchtern in Begleitung seines Hofstaates zur Jagd auf den Bären ausgeritten sei, dabei durch den Angriff eines Auerochsen in Lebensgefahr gerieth, aus derselben jedoch durch einen Ritter seines Gefolges glücklich befreit wurde, indem es diesem gelang, das wüthende Thier noch rechtzeitig zu tödten, und wie der König an Ort und Stelle gleich seiner Gemahlin die Belohnung seines Retters übertrug. Aus dieser Erzählung geht hervor, dass die Damen sich wirklich an der Jagd betheiligten, also in der That Sport betrieben.

Im Mittelalter, zur Ritterzeit, haben sich die körperlichen Uebungen bei den Deutschen zur grössten Blüthe entfaltet. Man legte einen besonderen Werth auf körperliche Tüchtigkeit und auf das kunstgerechte Führen der Waffen, es lag demzufolge in der Natur der Sache, dass der ritterbürtige junge Mann im Fechten, Schiessen, Schwimmen, Ringen, Reiten, Turnieren und Lanzenstechen unterrichtet wurde. Wenn man daneben auch auf die Ausbildung in der freien Rede, auf die Reimkunst, auf Gesang und Saitenspiel Bedacht nahm, so trat dafür aber die wissenschaftliche Bildung mehr in den Hintergrund.

Da man in damaliger Zeit die Benutzung der Wagen als Transportmittel für Menschen noch nicht kannte, die zu einer solchen Einrichtung erforderlichen guten Wege und Kunststrassen noch nicht hatte, so waren auch die Damen bei Reisen oder nur bei Besuchen ihrer benachbarten Standesgenossen auf die Benutzung des Pferdes angewiesen, auch nahmen sie in jener Zeit mit Vorliebe an dem ritterlichen Vergnügen der Falkenbeize zu Pferde theil. Es ist eine geschichtliche Thatsache, dass Maria von Burgund, eine Tochter Karl des Kühnen, die erste Gemahlin des deutschen Kaisers Maximilian I., eine leidenschaftliche Reiterin war, mit Vorliebe sich an den Falkenjagden, die damals gerade einen bedeutenden Aufschwung genommen hatten, betheiligte und auch in Folge eines Sturzes mit dem Pferde bei einer solchen Jagd im Jahre 1482 ihr Leben einbüsste.

Das Reiten wurde also schon vor Jahrhunderten von den Damen als Sport betrieben, weniger, ja fast gar nicht cultivirt wurden jedoch die meisten anderen Sportzweige.

*Reiten*

Als übrigens die Blüthe des Ritterthums zu welken begann, als durch die Erfindung des Schiesspulvers eine vollständige Umwälzung in der Bewaffnung und in der Art und Weise der Kriegführung veranlasst wurde und als das Mönchsthum, welches mit seiner scholastischen Bildung stets ein entschiedener Gegner der ritterlichen Uebungen

Damensport.

2

war, immer mehr zur Herrschaft gelangte, mussten auch die freien Künste des Leibes und aller Sport immer mehr in den Hintergrund treten, nur die Reformatoren des 15. und 16. Jahrhunderts traten noch für die körperlichen und ritterlichen Uebungen in die Schranken. Die Religionslehrer jener Zeit eiferten im Allgemeinen aber so gegen die Genüsse des Leibes und prägten ihre Behauptung, dass die Kasteiungen des Körpers für das Heil der Seele unbedingt nothwendig seien, dem Volke so fest ein, dass die Anschauung Luther's, der für eine gesunde Entwicklung des Körpers eintrat und zum Festhalten an den ritterlichen Künsten ermahnte, bei einem grossen Theil der Bevölkerung wirkungslos verhallte und die körperliche Erziehung der deutschen Jugend durch mehr als zwei Jahrhunderte vollkommen vernachlässigt wurde. Die Drangsale des dreissigjährigen Krieges brachten Elend und Verwüstung in die deutschen Gauen und kaum war in dem folgenden Jahrhundert die Bevölkerung wieder etwas zu Kräften gekommen, Handel und Wandel fing wieder an aufzublühen, der Wohlstand und mit ihm das Bestreben nach Bildung und guter Erziehung der Jugend sich zu heben und zu mehren, so wirkte die blutige Revolution in Frankreich mit ihren Nachwehen und den verheerenden europäischen Kriegen wieder zerstörend auch auf Deutschland und fast alle übrigen Staaten; nur ein Volk, dem seine Abgeschlossenheit als

Inselreich zu unbestreitbarem Vortheil gereichte, hatte es verstanden, die körperlichen Uebungen, die Sports, nicht allein zu wahren, sondern ihnen sogar eine gewisse nationale Einheitlichkeit zu schaffen. Die Engländer schätzten stets die Unabhängigkeit der Person und legten, um eine solche behaupten zu können, ein grosses Gewicht auf die vielseitige Ausbildung des Menschen, in geistiger wie in körperlicher Beziehung. In Folge dessen haben sich auch bei den Engländern die Leibesübungen in jeder Richtung zu ganz besonderen Formen ausgebildet, so dass ihr Betrieb der einzelnen Sportarten, ihres Renn-, Jagd-, Ruderwesens, ihrer Ballspiele, kurz aller Sports, welchen Namen sie auch haben mögen, allen übrigen Nationen zum Vorbilde geworden ist.

In der langen segensreichen Zeit des Friedens, welche in Deutschland auf die napoleonischen Kriege im Anfange dieses Jahrhunderts folgte, fand man Zeit und Musse, die bürgerlichen Geschäfte wieder in Schwung zu bringen und jetzt wandte man auch der zu Ende des vorigen Jahrhunderts von den deutschen Pädagogen wieder in den Vordergrund gestellten körperlichen Erziehung der Jugend eine grössere Aufmerksamkeit zu; in den Erziehungsanstalten wurden die gymnastischen Uebungen durch einzelne hervorragende Männer in den Lehrplan aufgenommen. Nicht ohne harte Kämpfe ist es schliesslich gelungen, der Ansicht Bahn zu brechen, dass die körperlichen Uebungen unbedingt

erforderlich sind, um in den Knaben wie in den Mädchen diejenige Frische zu erhalten, welche zu erspriesslicher geistiger Thätigkeit nothwendig ist.

Immer höher werden die Anforderungen der Bildung geschraubt, das wissenschaftliche Pensum, welches sowohl die männliche wie die weibliche Jugend aufzunehmen hat, ist bereits zu einer solchen Ausdehnung angewachsen, dass selbst die befähigten Individuen nur bei vollkommener Gesundheit des Körpers den Anforderungen im ganzen Umfange gerecht zu werden vermögen. Was nutzen alle wissenschaftlichen Kenntnisse einem kranken und elenden Menschen? Die Aerzte sind längst darüber einig, dass die Gesundheit und Leistungsfähigkeit des Geistes und des Körpers durch kräftigende Uebungen wesentlich gefördert wird, dass die Verdauung, die Bereitung der Säfte, der Kreislauf des Blutes und die Thätigkeit der Lungen um so regelmässiger und leichter vor sich gehen, je mehr dem in der menschlichen Natur begründeten Bedürfniss nach Bewegung Rechnung getragen wird. Da nun ein gesunder Körper erforderlich ist, um zuerst den hohen wissenschaftlichen Ansprüchen zu genügen und ferner die durch das Erlernte gewonnene Lebensstellung zu geniessen, zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit aber Bewegung und körperliche Uebungen unbedingt nothwendig sind, so hat man in neuester Zeit neben der wissenschaftlichen auf eine ausgedehnte gymnastische Erziehung der Jugend Bedacht genommen.

Ebenso wie die Jugend jetzt mehr als früher an die dumpfen Schulräume gefesselt ist, sind die Erwachsenen zum Aufenthalt in den Studirstuben, den Fabriken und Bureaux gezwungen und der Gefahr ausgesetzt, dass eine so angestrengte Berufsthätigkeit die Gesundheit untergraben muss, wenn dem Körper nicht neben derselben die nöthige Muskelthätigkeit und Bewegung in freier Natur geboten wird.

Die gymnastischen Uebungen und der Betrieb aller Zweige des edlen Sport sind aber nicht allein von hoher Wichtigkeit für die ästhetische Erziehung, sondern sie sind auch von grossem Einfluss auf die verschiedenen Seiten des menschlichen Geistes, vornehmlich steigern sie in hohem Grade den Muth, diese wichtige Eigenschaft des menschlichen Charakters, welche dem Manne unentbehrlich ist in so vielen Lagen des irdischen Daseins, und deren Mangel ihn entwürdigt. Die Frau ehrt und achtet den Mann, der mit Muth der Gefahr in schwierigen Lebenslagen ins Auge sieht und sie mit Ruhe und Entschlossenheit zu überwinden versteht, wohingegen die Feigheit stets das Gefühl der Verachtung in ihr rege macht.

Ein richtiges Mass der körperlichen Uebungen und eine günstige Eintheilung derselben mit den wissenschaftlichen ist gewiss das beste Mittel zur Erziehung eines schönen und starken Geschlechtes, welches zur kräftigen Arbeit an den höchsten Aufgaben der Menschheit befähigt sein wird. Da nun aber bei der Schaffung eines solchen Geschlechtes

die Frau in gleichem Masse betheiligt ist wie der Mann, so findet das vorher Gesagte fast ausnahmslos auch auf sie die gleiche Anwendung, nur ist selbstverständlich bei der Auswahl der körperlichen Uebungen eine Rücksichtnahme nöthig auf den Charakter des weiblichen Lebens und auf die Eigenthümlichkeiten des weiblichen Geschlechtes.

Frau

Durch den Betrieb irgend eines der verschiedenen Sportzweige darf das Gefühl der Scham niemals verletzt, das Gefühl der Weiblichkeit niemals beeinträchtigt werden. Aus diesem Grunde ist ein Sport, wie das im 17. und 18. Jahrhundert, vornehmlich am Hofe August des Starken, so beliebte Fuchsprellen, entschieden auszuschliessen. In jener Zeit, die häufig als „das goldene Zeitalter der Jagd“ angesehen wird, hatte man das Fuchsprellen als ein Gegenstück zu den nach damaligem Geschmack so viel gepriesenen Schäferscenen erdacht. Einige Stellen aus Werken anerkannt guter Jagdschriftsteller vergangener Tage mögen Aufklärung über diesen Zweig der Jagd geben, ein Urtheil über denselben stellen wir jedoch den gütigen Lesern selber anheim.

Am Fuchsprellen betheiligten sich gerade die Damen mit Vorliebe. Eingefangene lebende Füchse wurden in einen Saal oder in einen zu diesem Zwecke ummauerten, eingeplankten, wohl auch mit Dunkelzeugen verstellten Raum gebracht. Dort wurden die unglücklichen Thiere auf langen, schma-

len Tüchern oder Netzen, welche an den Enden mit Handhaben versehen waren, so lange in die Höhe geworfen und wieder aufgefangen, bis sie verendeten. Welche Moral liegt in einer solchen Belustigung? „F. v. Kobell“ sagt in seinem „Wild-anger“ wörtlich: „Herren und Damen engagirten sich zu diesem Prellen, wie man sich zum Tanz oder zum Volantspiel engagirt. . . . Wenn man die Porträts der Damen aus jener Zeit betrachtet und wie sie so kindlichen Gemüths, eine Rose oder Lilie in der Hand haltend, dargestellt sind, und man denkt ans Fuchsprellen, so giebt's Einem, wie man bei uns sagt, „einen Riss“, der manchen schönen Wahn entzweireisst.“ Jene kindlichen Damen aus den vornehmsten Kreisen liessen sich auch mit vielem Vergnügen gefallen, dass zu Ende einer solchen Jagd anstatt der Füchse junge Wildschweine und schwache Bachen losgelassen wurden, welche dann Schutz unter den Reifröcken suchten, dabei die Damen gewöhnlich umwarfen, wodurch diese häufig in wenig anständige Situationen geriethen, ohne dass die damalige frivole Sitte sich gegen solche Vorgänge empörte.

In dem berühmten alten „Buch von Flemming“ wird über das Prellen gesagt: „Erscheinen nun an dem bestimmten Tage die Cavaliers und Dames in grüner, mit Gold und Silber verchamერიerten Kleidung bei Hofe, so werden sie an dem verlangten Orte invietiret und alsodann in eine bunte

Reihe, wechselweise ein Cavalier und eine Dame, gestellt und also, dass eine jede Dame ihren Cavalier gegenüber habe vor sich, welcher mit ihr den Fuchs mit den hierzu gehörigen schmalen Prellnetzen aufziehet und prellet."

"Soll es dann bald zu Ende gehen, dann werden die Sauen los gelassen (Frischlinge und geringe Bachen) und die machen dann bei den Dames unter den Reifröcken einen solchen Rumor, dass nit zu beschreiben!"

In einem uns zu Gebote stehenden Briefe eines Augenzeugen und Theilnehmers an einem derartigen Fuchsprellen findet sich eine ganz genaue Beschreibung, die über den Schluss der Jagd nach dem Loslassen der Sauen in die kleinsten Einzelheiten, besonders die Damen betreffend, eingeht, und nach unseren heutigen Anschauungen über Sitte und Anstand so unglaubliche Situationen darstellt, dass die Decens ihr Wiedergeben verbietet.

Die sportliche Belustigung des Fuchsprellens fand auch gerade in Wien grossen Anklang. Aus einer Chronik damaliger Zeit entnehmen wir, dass bei den Vermählungsfeierlichkeiten Kaiser Leopold I. mit der Infantin Margaretha Theresa von Spanien am 16. December 1665 im Prater 100 Füchse und 50 Hasen geprellt wurden. Im grossartigsten Massstabe wurde dieser Sport aber in Dresden unter August dem Starken und unter dessen Sohn und Thronfolger August II. betrieben. 1722 wurden

in der Hofreitschule zu Dresden an einem Tage 160 Füchse und zwei Jahre später bei einem Feste sogar 414 Füchse, 281 Hasen, 39 Dachse und 6 Wildkatzen in neun verschiedenen Abtheilungen geprellt.

Eine sehr interessante Schilderung eines solchen Jagdfestes, welches der Herzog Ludwig Rudolf zu Braunschweig-Lüneburg 1724 im Jagdschloss Blankenburg veranstaltete, findet sich in dem vortrefflichen Werke des „Jagdschriftstellers Döbel“. Die Darstellung ist ohne Zweifel genau, da der Altmeister Döbel bei diesem Feste persönlich als Jäger mitwirkte. Wir geben dieselbe wieder, da das Buch wohl nur Wenigen zugänglich sein dürfte. Er schreibt:

„Wie der Platz zum Prellen eingerichtet und die Thiere am Tuche hingeschafft, denen Hasen vorher von starkem gepappten Papier, Kragen, Layern, Violinen und allerhand musikalische Instrumente vorstellende, auch sonst unterschiedliche Portraits an- und aufgemacht waren; so hatten sich die Jäger vor dem Schlosshofe rangiret. Dabei hatten sich einige mit glattanliegenden grünen Beinkleidern, Strümpffen und kurtzen desgleichen Westen, welche in die Hosen ein- und angemacht waren, dass es anzusehen, als ob es in einem Stücke wäre, um den Leib von Wintergrün, als aus Orangerie-Laube, Kränzte, auf dem Kopffe unaufgeschlagene Hüthe, worunter sie eine Tour hatten, welche den Greiss-

Haaren ähnlich und übers Gesicht eine Masque, an welcher ein langer Bart war, angethan. Die anderen Jäger aber waren mit properer grüner Kleidung und Stieffeln bekleidet, in der Hand eine Spiss-Ruthe habende."

"Wie nun die erstern, als die abgemahlten wilden Männer aussahen, so war auch einer unter ihnen, welcher den Pohnischen Bock pfeifen konnte. Demselben war ein Fuchs verfertigt darauf er, wie auf einem Pohnischen Bock pfeifen konnte, dabei ein anderer die Violine spielte. Ferner waren zwei Jäger, die das Parforce-Horn musicalisch blasen konnten. Annoch waren zwei Jäger, die mit eben-solcher Masque die Hüfft-Hörner bliesen. Hierzu war ein Marsch komponiret, dass, da die Parforce-Hörner in einer Clausul etliche Pausen hatten, die Hüfft-Hörner einfielen, bliesen und mit ihnen angenehm harmonirten."

"Hierauf geschah der Aufzug: Vorher ging der jüngste Jagd-Junker, mit blossen Hirschfänger in der Hand. Diesem folgte der Fuchs- oder Bock-Pfeifer, danebst die Violine und spielten ihren Marsch. Nach diesen kamen etliche mit obengenannten wilden Manns-Habit und verstümmelten Bäumen in der Hand. Nach denen kamen die mit den Parforce- und Hüfft-Hörnern, welche wechselweise mit der vorhergehenden Musik ihren Marsch bliesen. Nachdem kam ein Forst-Meister mit dem blossen Hirschfänger in der Hand. Diesem folgten

die anderen Jäger Paar und Paar nach ihrem Range und zogen also im Angesicht der Durchlauchtigen Herrschafften und zuschauenden Cavaliers und Dames zum Schlosshofe hinein, nach dem eingerichteten Platze, woselbst das Tuch geöffnet war, erstlich drum herum, und alsdann hinein. Allda wurden sie also rangiret, dass an einem Ende die Parforce- und Hüft-Hörner, am anderen aber der Fuchs und die Violine und sodann ferner die Jäger rund herum stunden. Hierauf kamen die Cavaliers Paar und Paar in den Platz, woselbst die Prellen gesteckt waren."

"Hierbey muss mit anmerken, wie die Prellen gemacht werden. Dieselben können nun auf zweierley Art verfertigt werden: Erstlich macht man solche von Gurten, wie an den Satteln zu Bauch-Gurten genommen werden, sie müssen aber einer starken Hand breit und neun bis zehn Ellen lang seyn. An beyden Enden wird ein Knebel gemacht, daran man mit beyden Händen angreifen kann."

"Ferner werden dergleichen auch von Leinen gemacht, die eines Fingers Dicke und zehn bis zwölf Ellen lang sind. Hierzu kommen hölzerne Knebel, in welchen vier Löcher und ein jedes Loch vier Zoll vom andern sind. Dadurch werden die Leinen gezogen und mit einem halben Knoten geknüpft. Die Knebel kommen auch  $1\frac{1}{2}$  Elle weit auseinander; an beyden Enden aber werden zwey Knebel angemacht, da man an beyden Seiten an-

greifen kann und prellet es sich mit diesen Leinen-Prellen besser, als mit den erstern."

„Um aber auch in Beschreibung des vorerwähnten Prellens fortzufahren, so traten die Cavaliers an ihre Prellen. Darauf werden aus den Kasten etliche von denen Füchsen und Hasen in den Platz gelassen."

„Lauffen dieselben nun über die Prellen, so stehen die Herren schon parat, rücken beyde zugleich, dass sie zuweilen etliche Ellen hoch in die Luft fliegen. Sie kommen aber kaum herunter und wieder auf die PELLE, so werden solche schon wieder in die Luft geschicket, davon sie dann ganz taumelnd und herumkriechend werden. Etliche crepiren auch oder man schlägt sie vollends todt. Solches wird denn folgend mit allen vorbenannten Thieren continuiert. Die Dachse und Frischlinge prellen sich wegen ihrer Schwere so gut nicht; die Katzen aber bleiben öfters an den Prellen kleben."

„Dieses Prellen, wie es oben mit dem Aufzuge angefangen wurde, nachdem alle Füchse, Hasen und andere Thiere geprellet und todt geschlagen waren, auch nach ihrer Ordnung rangiret; also zogen sie wieder aus dem Platze und auf Ihro Hochfürstl. Durchl. gnädigsten Befehl hinauf in Dero Speise-Saal, woselbst die gesammte Jägerey mit den Hüfft-Hörnern blasen musste; da denn die Durchl. hohen Herrschaften auf aller braver Jäger Gesundheit beliebten ein Glass zu trinken, dabey

jedesmal geblasen wurde und sie zum Final das Waldgeschrey hören liessen. Nachgehends wurden die Jäger *magnifique tractiret*."

„Solchemnach ist dieses Fuchsprellen ein sonderliches Plaisir, besonders wenn sich die zwey, so mit einander prellen, einander recht verstehen und zugleich rücken, so bringen sie den Fuchs sechs bis acht Ellen in die Höhe. Rücken sie aber nicht in einem Tempo, so überschlagen sie selbige nur, dass sie von einer Prella auf die andere kommen."

„Zudem ist dieses Fuchsprellen auch eine vollkommene Leibesbewegung und Motion. Es gehört aber auch so viel Force als Geschicklichkeit hierzu."

„Wer mit dem Prellen die Vortheile nicht recht in Acht nimmt, der kann vom Andern umgerückt werden oder aber sich doch verrenken."

„Denn wer nur so zusieht, sollte zwar nicht meynen, dass viele Geschicklichkeit hierzu erfordert würde; ich versichere aber, dass, wie schon gedacht, nicht nur die Force, sondern auch die Vortheile hierzu nöthig sind."

Die vorangeführten Stellen aus Werken anerkannt gediegener Schriftsteller genügen wohl hinlänglich, um sich ein Bild von einem Sport zu machen, der zwar in vergangenen Jahrhunderten mit Vorliebe von den vornehmen Damen betrieben wurde, den wir aber heute als eine in jeder Richtung verwerfliche Ausartung ansehen müssen. Die Sitten sind jetzt andere, und gerade sie beeinflussen

nicht unwesentlich die Auswahl der für das weibliche Geschlecht geeigneten Leibesübungen.

Glücklicherweise hat sich in neuerer Zeit die Erkenntniss von dem günstigen Einfluss der Ausübung der geeigneten Sportzweige auf die Entwicklung und die Ausbildung des weiblichen Körpers immer mehr Bahn gebrochen. Die verständigen Aerzte empfehlen auch für Mädchen die körperlichen Uebungen, und zwar so viel als möglich in freier Luft, und sie haben nicht wenig dazu beigetragen, dass heute das Turnen, Schwimmen, Reiten, Schlittschuhlaufen u. s. w. als Lehrgegenstände in den Erziehungsplan unserer jungen Damen aufgenommen sind. Sportübungen, welche die Kinder bis zu einer gewissen Fertigkeit gelernt haben, werden alsdann von den erwachsenen jungen Damen in der Regel mit vielem Vergnügen fortgesetzt, ohne dass sie durch die Ausübung des einen oder des anderen Sportzweiges von der wahren Weiblichkeit etwas einbüßen. Je mehr der vernunftgemässe Sportbetrieb an Verbreitung beim weiblichen Geschlechte gewinnt, desto deutlicher wird sich sehr bald ein günstiger Erfolg bemerkbar machen. Die Frauen sind die ersten Erzieher des Menschengeschlechtes; körperliches und geistiges Wohl ganzer Generationen hängt von ihrer grösseren oder geringeren Kraft und Gesundheit ab; deshalb soll nicht allein der Mann, sondern auch die Frau ihre körperliche Ausbildung durch zweckdienliche Sportübungen

Beginnung

fördern. Der Sport kräftigt die Gesundheit, stählt den Körper und dabei macht sich noch die gewiss nicht zu unterschätzende Erscheinung bemerkbar, dass die meisten wirklichen Sporting-Ladies in der Regel auch vortreffliche und liebenswürdige Hausfrauen, sowie ausgezeichnete Mütter sind.

Bei den Sportarten, welche sich für Damen eignen, lassen sich zwei Hauptclassen unterscheiden: solche, welche auf der Stelle betrieben werden, zu denen man die Gymnastik, Fechten, Ballspiel, Schiessen und Fischen rechnet und solche, mit denen eine Ortsveränderung verbunden ist, und diese umfassen das Fussgehen, Schlittschuhlaufen, Rollschuhlaufen, Schwimmen, Rudern, Dreiradfahren, Reiten und Fahren. Ueber alle diese Sportzweige gibt es ausführliche Werke, welche jedoch fast ausschliesslich für den Sportbetrieb der Herren berechnet sind; in diesem Buche hier wollen wir aber nur dasjenige bringen, was von Interesse für die sportliebenden Damen sein und ihnen als ein Fingerzeig für die Ausübung der einen oder der anderen Sportart dienen kann.

---



# DIE GYMNASTIK.

---

Damensport.

3

DIE GYMNASIEN

1. Sportarten,  
welche auf der Stelle betrieben werden.

DIE GYMNASTIK.



Der gymnastische Sport dient nicht allein der Unterhaltung, er dient mehr noch der Gesundheit und der Ausbildung des Körpers. Nach dem Naturgesetz, welches auf Pflanzen und Thiere wie auf den Menschen, das erste der organischen Wesen, Anwendung findet, ist Leben Bewegung, Bewegung ist Kraft und Kraft ist Gesundheit. Nach diesem unumstößlichen Gesetz ist die körperliche Bewegung eine unbedingte Nothwendigkeit für die Erhaltung der Gesundheit, ein Schutz gegen Krankheiten,

sowie auch ein Mittel zur Heilung derselben. Das Bedürfniss nach Bewegung macht sich einem Jeden fühlbar, es drückt sich deutlich durch den Wunsch nach einem Spaziergange aus, wenn man längere Zeit bei einer sitzenden Beschäftigung thätig war. Kräftiger als das Gehen wirken aber entschieden geregelte Leibesübungen, und da die heutige Jugend behufs der nothwendigen wissenschaftlichen Ausbildung gezwungen ist, einen grossen Theil des Tages über den Schulbüchern zu sitzen, so ist der Betrieb der Gymnastik ihr ein Bedürfniss. Guts-muths, der Begründer der deutschen Turnkunst, erklärt die Gymnastik für ein System von Uebungen, welche auf Dauer und Kraft, auf Gewandtheit und Schönheit des Körpers abgezweckt sind. In dieser Bedeutung besteht das Turnen schon seit der Zeit des Pythagoras, der fast sechs Jahrhunderte vor Christo lebte. Für uns handelt es sich hier jedoch um die Stellung und den Einfluss, welche ihm auf das weibliche Geschlecht angewiesen wurde.

Ueber das Turnen der Mädchen haben sich im Laufe der Zeit die verschiedensten und oft ganz entgegengesetzten Ansichten geltend gemacht. Auffassungen, nach welchen die Turnkunst für Mädchen unzweckmässig und mit der Convenienz unvereinbar, festgewurzelte Vorurtheile über das Wesen und die Wirkung des Turnens, sowie falsche Ansichten vom weiblichen Leben haben jahrhunderte-lang nicht allein zum Nachtheile des anderen

Geschlechtes allein, sondern man kann ohne Uebertreibung sagen, zum Nachtheile des ganzen Menschengeschlechtes die Weiterentwicklung der weiblichen Gymnastik verhindert, welche von der höchsten Bedeutung für die heutigen Cultur- und Erziehungsverhältnisse ist.

Durch die vollkommene Verschiedenheit des Charakters des männlichen und weiblichen Lebens muss natürlich der Begriff der Turnkunst angemessen modificirt werden. Die Unterschiede zwischen der männlichen und weiblichen Gymnastik werden durch die Eigenthümlichkeiten des weiblichen Organismus, sowie durch den Charakter und die Bestimmung des Weibes bedingt. Wenn dem Weibe auch von der Natur sein Wirkungskreis in dem engen Raume der Familie angewiesen, so ist ihm zu seinem Wirken demungeachtet doch ein gesunder und kräftiger Körper ein gleiches Bedürfniss wie dem Manne, den sein Beruf in die Oeffentlichkeit und zum Kampfe gegen die Fährlichkeiten des Schicksals ruft. Beim Weibe muss die Turnkunst auf die Entwicklung und Wohlgestaltung des Körpers hinzielen und muss durch ihre segensreichen Einwirkungen eine wohlthätige Quelle der Gesundheit werden. Mit dem physischen und diätetischen Einfluss der Turnübungen ist auch ihre ethische Bedeutung in engem Zusammenhange, weil das Gefühl der körperlichen Gesundheit und Kraft die wohlthätigste Wirkung auf die geistige

Thätigkeit und auf die Stimmung des Gemüths ausübt.

Aus den Beschreibungen der gymnastischen Tänze und Spiele, welche man in verschiedenen Werken der griechischen Schriftsteller findet, geht hervor, dass an denselben auch Jungfrauen theilhaft waren. Die kunstvolle „Dipodia“, ein beliebtes Spiel, was in abwechselndem Hüpfen auf einem Fuss und in anfersendem Ausschlagen bestand, wurde besonders von den Spartanerinnen ausgeführt und ähnliche Spiele, sowie auch die leichteren Uebungen im Springen wurden besonders aus Gesundheitsrücksichten als äusserst zuträglich für das weibliche Geschlecht angesehen. Jedenfalls liefert die Erwähnung dieser Exercitien den Beweis des Betriebes einer weiblichen Gymnastik bei den alten Griechen, wenn uns auch deren genauere Beschreibung, welche entschieden vorhanden war, verloren gegangen ist.

Nach den Schilderungen des Nibelungenliedes müssen die Weiber der germanischen Vorzeit von riesenhafter Stärke und geübt in der Gymnastik gewesen sein, denn Brunhilde bringt Günther und Siegfried durch die Erschütterung eines gewaltigen Gerwurfs zum Straucheln. Mögen wir jene waffenkundigen Riesenjungfrauen auch bewundern, so finden wir doch die sittigen Frauen und Jungfrauen des Mittelalters, die mit Liebreiz den Siegern in den Turnieren die Preise überreichten, entschieden

anmuthiger und wir fühlen mehr Sympathie für sie. Nach dem Verfall der Turniere fiel die weibliche Erziehung ebenso wie die männliche fast ausschliesslich den Klöstern anheim, welche in ihren vermeintlichen Bestrebungen für das Seelenheil gar keinen Werth auf eine gesunde körperliche Ausbildung legten. Mit der im vorigen Jahrhundert durch die Philanthropen angebahnten besseren wissenschaftlichen Erziehung, mit welcher, wie bereits in der Einleitung erwähnt, die körperliche Ausbildung der Jugend mehr in den Vordergrund gestellt wurde, begann man auch einen grösseren Werth auf die physische Erziehung der Mädchen zu legen; aber selbst im Anfange dieses Jahrhunderts war man noch immer nicht einig über den einzuschlagenden Weg. Selbst ein Gutsmuths war sich darüber nicht ganz klar, obgleich er sich gegen die herrschende Art der damaligen Erziehung aussprach. Er schrieb unter Anderem: „Wer in aller Welt hat denn dieses System der Erziehung anders erfunden als die Convenienz und Mode? — Ist dies, wie es mir scheint, wirklich der Fall, so sind die armen Mädchen der höheren Stände wahrhaft zu beklagen; denn jene Damen haben eine Erziehung eingeführt, die den Körper zärtlicher als den des Säuglings macht, indem sie nur Bewegung erlaubt, die diesen Namen nicht verdient, indem sie durch viel zu häufiges Sitzen die Circulation hemmt, die Verdauung verderbt, die Nerven

schwächt und gegen den Einfluss der Witterung gar zu empfindlich macht."

Und hat der Mann nicht vollkommen recht? Leiden nicht auffallend viele vornehme Damen an Blutarmuth, Hysterie und Nervenübeln in Folge einer verkehrten Erziehungsmethode, bei welcher kein genügender Werth auf körperliche Uebungen gelegt wurde? Wenn die Damen auch nicht zu Geschäften bestimmt sind, die männlichen Muth, männliche Kraft und Ausdauer verlangen, so dürfen sie ihren zarten und reizenden Körper doch nicht ungeübt und ungeschickt wie den eines unbeholfenen Kindes lassen und ihn nur zu kleinen, werthlosen Sachen abrichten, um einigen Modeherren zu gefallen. Auch die Dame soll ihren Körper zu ernstesten Arbeiten gebrauchen können, und zu diesem Zwecke muss sie ihn zu Gewandtheit und Ausdauer üben. Die Damen sind nicht bestimmt, ihr Leben zu verkränkeln, sie sollen in Kraft und Gesundheit leben zum Genuss für sich, ihre Umgebung und ihre Nachkommen.

Die Erreichung dieses Zieles darf man nicht in der Apotheke suchen, man bedarf dazu auch keiner förmlichen Gymnastik für Mädchen, wohl aber täglicher Bewegung im Freien, muntere häusliche Verrichtungen, kleine Fusstouren und angemessen ausgewählte Turnübungen.

Jean Jaques Rousseau drückt sich über die herzhaftere weibliche Erziehung mit den sehr zu

beherzigenden Worten aus: „*La délicatesse n'est pas la langueur, et il ne faut pas être malsaine pour plaire.*”

Der Altvater Jahn tritt auch noch nicht entschieden für den obligatorischen Turnunterricht in den Mädchenschulen ein, obgleich er der weiblichen Gymnastik das Wort redet. 1810 sagt er in seinem „Deutschen Volksthum“ im Capitel über Mädchenschulen: „Die Leibesübungen bleiben für Mädchenschulen nicht ausgeschlossen; freilich müssen sie mässig und weiblich betrieben werden. Frank erlaubt auch das Schlittschuhlaufen. Das weibliche Geschlecht findet sich in den Niederlanden kräftig genug, um der Kälte mit flinkem Fuss Trotz zu bieten, während unsere zimperlichen Dinger hinter dem Ofen Filet stricken. Tanzen muss jedes Geschlecht, vom anderen abgesondert, lernen. Fechten ist unnatürlich, es verstiert den milden Blick und bleibt immer dem weiblichen Körperbau zuwider. Leider fehlt noch immer ein Gutmuths für die weiblichen Leibesübungen.”

Mehrere Jahrzehnte vergingen noch, obgleich verständige medicinische wie pädagogische Autoritäten der weiblichen Gymnastik das Wort redeten, bis endlich „J. A. Werner“ durch seine Schrift „Gymnastik für die weibliche Jugend“, Meissen 1834, und durch seinen praktischen Unterricht dem weiblichen Turnen in weiteren Kreisen Eingang verschaffte. In Deutschland wenigstens ist die Ein-

führung der weiblichen Gymnastik ein Verdienst Werner's. Der Beifall, den die weiblichen Uebungen allgemein fanden, liefert den Beweis für die sich bahnbrechende Ueberzeugung von der Bedeutung der Gymnastik als geeignetes Mittel gegen schädliche Einflüsse und als eine physische und moralische Hilfe. Zu dieser Zeit wurde auch das Mädchenturnen in der von „Eiselen“ in Berlin gegründeten Turnanstalt aufgenommen, und nach und nach entstanden immer mehr Mädchenturnanstalten. Die Einrichtung derselben wurde durch den Umstand gefördert, dass sich damals zunehmende Schwächlichkeit und eine Menge von körperlichen Deformitäten unter dem weiblichen Geschlecht bemerkbar machten, wogegen die erfahrensten Aerzte die Anwendung der weiblichen Gymnastik als wirksames Heilmittel empfahlen.

Spieß

Aber durch die Umgestaltung des Turnens durch „Spiess“ hat dasselbe erst seine eigentliche Brauchbarkeit für das weibliche Geschlecht erhalten. Er fand, dass man fälschlicherweise zu viel Gewicht auf die Uebungen an den Geräthen lege, welche oft in ungewöhnlichen Lagen des Körpers auszuführen sind, während seiner Ansicht nach hauptsächlich diejenigen Turnübungen zu berücksichtigen seien, welche ohne Geräthe auf die turnerische Entwicklung des Leibes wirken. Zu diesem Zwecke hat er in seinem 1840 in Basel erschienenen Werke: „Das Turnen in den Freiübungen für beide Ge-

schlechter", die Uebungen im Stehen, Gehen, Springen, Laufen und Drehen in äusserst sinnreicher Weise bearbeitet. Mit der Ausbildung dieser Freiübungen, welche bis dahin fast unberücksichtigt blieben, hat Spiess besonders der weiblichen Turnkunst das rechte Fundament gegeben.

*Spiess*

Eine im Jahre 1873 nach Berlin zusammen-  
gerufene Conferenz der hervorragendsten Directoren  
höherer Mädchenschulen gab ihr Gutachten dahin  
ab, dass das Turnen in der jetzigen Weise als  
obligatorischer Lehrgegenstand in den Unterrichts-  
plan der höheren Töchterschulen aufzunehmen sei,  
und dass die Unterrichtsverwaltung für die Aus-  
bildung von Turnlehrerinnen Sorge tragen möge.  
In der Berliner königlichen Turnlehrer-Bildungs-  
anstalt ist in Folge dessen auch ein Cursus zur  
Ausbildung von Turnlehrerinnen eingerichtet wor-  
den. Zu der Schlussvorstellung des diesjährigen  
Cursus, welcher der Cultusminister von Gossler  
persönlich beiwohnte, waren 83 Theilnehmerinnen  
aus allen Theilen des Deutschen Reiches in Turn-  
kleidung, Schuhen mit niedrigen Absätzen und auf  
der Schulter eine von einer Rose gehaltenen schwarz-  
weissen Schleife erschienen. Den „Reigen“ eröffneten  
verschiedene Turnübungen mit Musikbegleitung, von  
den Damen sehr exact ausgeführt. Alsdann schritten  
32 Damen einen Gesangreigen: „Hinaus mit Sang  
und Klang“, Musik von Spiess, Reigen von Spiess  
und Euler. Darauf folgten Schreitungen im Vier-

eck von 4 bis 12 Damen, halb Reigen, halb Tanz, ferner Uebungen an der wagrechten Leiter und am Springkasten. Dann schritten 36 Damen einen Stabreigen und 80 Damen einen figurenreichen Sternreigen. Weiter folgte ein Gesangreigen: „Es murmeln die Wellen“, darauf Uebungen mit Hanteln und Eisenstäben und zum Schluss ein höchst mannigfacher combinirter Reigen mit Castagnetten, Bällen und Reifen, ausgeführt von dreimal 16 Damen. Bemerkenswerth ist, dass fast alle Theilnehmerinnen auch im Schwimmen ausgebildet worden sind.

Durch das Beiwohnen eines solchen Turnens der Mädchen nach der Spiess'schen Methode muss man die Ueberzeugung gewinnen, dass durch dasselbe einem wirklichen Bedürfnisse in der körperlichen Erziehung abgeholfen wurde, welches viele Eltern aus Unkenntniss dieser Art des Turnens durch einen oft nachtheiligen Tanzunterricht zu befriedigen suchen.

Die Berücksichtigung der Altersgenossenschaft und der Zusammengehörigkeit nach den Schulclassen ist bei der Spiess'schen Turnmethode eine nothwendige Bedingung, weil es bei derselben sowohl auf gleiche leibliche Bethätigung, wie auf Geistesthätigkeit, schnelles Auffassen, Nachdenken und fortwährende Aufmerksamkeit ankommt. Da diese Einrichtung bei der alten Schule, welche die Schülerinnen aller Classen gemeinsam unterrichtete, fehlte, so hatte sie in turnerischer wie in discipli-

narischer Hinsicht auch geringere Resultate aufzuweisen.

Spiess hat die Turnübungen an den Geräthen durchaus nicht etwa ganz verbannt, er hat nur mit feinem Tact diejenigen ausgewählt, welche dem weiblichen Organismus und der Weiblichkeit überhaupt entsprechen. Mit Unrecht hat man eine Zeitlang die Mädchen von dem Geräthturnen ganz ausgeschlossen; wenn diese Uebungen sich in ihrem ganzen Umfange auch nicht für sie eignen, so sind nach verständiger Auswahl einige derselben doch sehr zu empfehlen und ihr gänzliches Beseitigen ist weder durch physiologische, noch durch ästhetische Rücksichten geboten. Es giebt schon sehr zweckmässige Uebungen an der wagerechten Leiter, am Stangengerüst, am Rundlauf, sowie Balancirübungen auf den niedrigen Schwebestangen und den Schwebekanten, Stützübungen am Langbarren und andere, welche Spiess sehr wohl herauszufinden, mannigfaltig zu ordnen und durch Tact und Gesang zu beleben verstanden hat.

Ein solcher Turnunterricht erfordert Lehrer, welche nicht allein Turnvirtuosen sind, sondern auch eine pädagogisch-didaktische Bildung besitzen. Bezüglich dieses Punktes sagt der Professor Trendelenburg: „Soll das Turnen wahrhaft wirken, so müssen die Lehrer desselben auch sonst in das Ganze des Unterrichts eingreifen, um theils vor Einseitigkeit bewahrt zu bleiben und auch die Schüler in anderen

*Freikörper*

Verhältnissen zu kennen, theils bei den Schülern in grösserem Ansehen und in höherer Achtung dazustehen."

Spiess hat allerdings seine Turnmethode in erster Linie für die Jugend beiderlei Geschlechts bestimmt, es ist aber kein Grund vorhanden, weshalb sie nicht ebenso gut von Erwachsenen angewendet werden sollte.

Die Behandlung des physiologischen Werthes der Gymnastik für den menschlichen Organismus im Allgemeinen gehört in das Gebiet der Medicin; darüber, dass dieselbe auch für das weibliche Geschlecht von Nutzen, in vielen Fällen als Heilmittel unbedingt nothwendig ist, herrscht heute kein Zweifel mehr. Der Mangel an Bewegung im häuslichen Leben, an welchem gerade die Damen der höheren Stände mehr leiden als diejenigen der arbeitenden Classen, beeinträchtigt die Lebensthätigkeit des Organismus zum Nachtheile des körperlichen und geistigen Wohlbefindens. Schon im Jahre 1780 schrieb „Dr. J. P. Frank" gegen diese Lebensweise, indem er in seinem „System einer vollständigen medicinischen Polizeil" wörtlich sagt: „Ein Frauenzimmer, nach dem, was man guten Geschmack nennt, auferzogen: ist gegen dasjenige, was die Natur ohne uns erzieht, ein wirklich elendes und bedauernswerthes Geschöpf. Bei der geringsten anhaltenden Bewegung spürt sie alle Empfindungen eines kranken Menschen: Herz-

klopfen, engen Athem, Zittern und Mattigkeit. Das ewige Sitzen und die nie unterbrochene Ruhe ihrer Bewegungsmuskeln verursacht, dass der Kreislauf nur in denjenigen Gefässen Platz findet, wohin die Kräfte des matten Herzens für sich allein die Säfte wohl nicht bringen können; aber es ist kaum ein Verdacht von innerer Bewegung des Blutes in solchen Theilen, wozu jene Kraft allein nicht langt, und deren kleinste Adern sich nur durch die vereinigten Kräfte des Kreislaufes anfüllen. Die vornehme Todtenfarbe der Stadtschönheiten und das aufgedunsene Wesen derselben sind die Folgen einer halb erstickten Circulation. Der Einfluss einer solchen Erziehung auf die allgemeine Gesundheit ist, nach dem blossen Augenschein, von der schlimmsten Gattung; und hierin ist es eigentlich, wo man den Schlüssel zu der überall gemachten niederschlagenden Bemerkung suchen muss, dass die Sterblichkeit unter vornehmen Kindern so sehr viel grösser ist, als jene der Landleute."

Weiter spricht sich Dr. Frank über die Nachteile aus, welche für die Kinder solcher Mütter erwachsen müssen, deren Körper in Folge der fehlerhaften Erziehung siech und elend geworden ist. Er sagt unter Anderem: „Was nützen die gestickten Bilder und Schuhe, was die unförmlichen Spitzen und Manschetten, zu einer Zeit dahin getändelt, wo der weibliche Körper zu seiner künf-

tigen Bestimmung und zu allen Verrichtungen des gesellschaftlichen Lebens abgehärtet und zu einer künftigen Dauerhaftigkeit der Gesundheit der Grund gelegt werden sollte?" Er greift auch die Erziehung in den Pensionaten und Mädchenschulen an, in denen man seinem Ausspruche nach so lebt: „als wenn man durch Unbeweglichkeit des Körpers alle Fähigkeiten der Seele mit Verlust seiner Gesundheit erkaufen müsse". Er empfiehlt damals die Einführung der gymnastischen Uebungen in freier Luft als das wirksamste Heilmittel der durch die schädliche Lebensweise erzeugten Uebel.

Und wie steht es gegenwärtig mit der weiblichen Erziehung? Man hört immerwährend noch Klagen über Brust- und Unterleibsbeschwerden, über Verdauungsstörungen, Nervenschwäche und Hysterie, gegen welche alljährlich Reisen nach schon allbekannten, wie auch nach immer neuentdeckten Bädern gemacht werden, um durch die als Universalmittel gepriesenen Quellen Heilung zu suchen, anstatt durch eine verständig angewendete Gymnastik die vorhandenen und im Entstehen begriffenen Uebel erfolgreich zu bekämpfen. Aber der theure Sommeraufenthalt mit seinem zweifelhaften Erfolge bietet gesellschaftlich mehr Unterhaltung und Vergnügen. Die körperlichen Uebungen sind unseren Mädchen noch viel nöthiger als den Knaben. Von manchen Seiten wird gegen das Turnen der Mädchen noch immer aus Rücksichten der Weiblichkeit, der guten

Sitte und der Vornehmheit Einspruch erhoben, aber diese Personen kennen diesen Sport nicht und überlegen nicht, welche Bedeutung eine frische Jungfrau, eine gesunde Mutter und eine lebensfrohe Gattin für das Familien- und Staatsleben hat. Der Tanzunterricht, durch welchen in solchen Fällen die Eltern häufig die Gymnastik ersetzen wollen, hat seine anerkannte diätetische Bedeutung, aber er ist doch nur ein unzureichendes Surrogat. Das Tanzen bewirkt nur eine viel einseitigere Durchbildung des Organismus als der Turnunterricht, der in seiner neueren Gestaltung, wie im Vorhergehenden bereits bemerkt, sich ebenfalls vieler Elemente der Tanzkunst bedient.

Die gymnastischen Uebungen dürfen übrigens den wissenschaftlichen Unterricht nicht beeinträchtigen; wir sind durchaus nicht der Ansicht, dass unsere Mädchen etwa zu viel lernen, aber sie müssen zu schnell lernen, denn die junge Dame soll in der Regel mit 15 oder 16 Jahren schon in die Welt gehen. Dieses frühzeitige Auftreten bedingt das Zusammenhäufen der Unterrichtsstunden gerade auf die wichtigste Zeit der Körperentwicklung, was auf die Gesundheit häufig einen nie wieder gut zu machenden Nachtheil ausübt. In England theilt man die Ansichten über die continentale Mädchen-erziehung durchaus nicht, dort legt man einen viel grösseren Werth auf die durch körperliche Uebung befestigte Gesundheit und lässt die Mädchen bis

Damensport.

zum 18. Jahre die Schulstube besuchen. Eine englische Mutter sagt: „Mein Kind wächst nur einmal und darum ist mir in diesen Jahren nichts so wichtig wie das Auge, welches von früh bis spät in diesem Sinne über dasselbe wacht. Alles Andere kann später eingeholt werden.“

*Beginnend  
d. Turnen*

Wir müssen es wiederholen, das rationelle Turnen ist in der Entwicklungsperiode des Körpers nicht nur zweckmässig, sondern unter den meisten Verhältnissen sogar nothwendig, denn es giebt kein geeigneteres Mittel zur Stärkung des weiblichen Organismus und zur Bekämpfung derjenigen Krankheitsanlagen, zu welchen derselbe besonders geneigt ist. Auf die eigentliche Heilgymnastik können wir selbstverständlich hier nicht eingehen, denn diese kann naturgemäss nicht als Sport angesehen werden; aber auch die Gymnastik als Sport verfehlt nicht ihre heilsame Wirkung, vornehmlich im Stadium der Entwicklung vieler Krankheiten der Mädchen, welche in der Mehrzahl aus dem Mangel an hinreichender Bewegung entstehen. In ernsteren Fällen wird der Turnlehrer immer gut thun, die vorzunehmenden Uebungen nach den Rathschlägen eines erfahrenen Arztes einzurichten, denn die verschiedenen Uebungen wirken auch auf verschiedene Theile des Körpers mehr oder weniger kräftig und einflussreich, und die Arbeit an dem einen oder dem anderen Geräthe kann in einem bestimmten Falle vielleicht sogar schädlich sein.

Das pädagogische Turnen hat, wie Pestalozzi sich ausdrückt, als „Heilighaltung und Entfaltung der dem Menschen vom Schöpfer gegebenen Anlagen“ seine Berechtigung. Der Zweck der weiblichen Turnkunst ist die Entwicklung der vollendeten Weiblichkeit, und bei der Verfolgung dieses Zweckes werden auch gleichzeitig die Forderungen der Gesundheitspflege mit erfüllt. Da nun unweibliche Bewegungen, energische Streckungen, weite und hohe Sprünge und Aehnliches leicht die weibliche Selbstempfindung verletzen, so hat sich die weibliche Turnkunst im Allgemeinen vorzugsweise innerhalb der Grenze der zusammengehaltenen, abgerundeten, der rhythmischen Bewegung zu halten. Der Tanz ist die vollkommenste rhythmische Bewegung und bildet auch einen Theil der weiblichen Turnübungen, die jedoch, da sie noch nicht ganz Tanz sind, nur als Vorübungen angesehen werden können. Ihr Zweck ist nicht etwa der gesellschaftliche Tanz, sondern sie finden ihre grösste Entfaltung im turnerischen Reigen, dessen ästhetischer Werth auf der kunstvollen Verbindung schöner Bewegungsformen beruht und nicht allein auf Fussbewegungen und Körperdrehungen wie die Modetänze.

Aus den vorhergehenden Bemerkungen geht hervor, dass das weibliche Turnen hauptsächlich und in erster Linie die sogenannten Freiübungen der neueren Turnschule umfasst, welche durch ihre

Zweck

Moral

Beymischung  
s. Tanz

Mannigfaltigkeit in leichten Bewegungen der Arme, Beine, Füße, des Rückgrades und der Hüften in Verbindung mit den verschiedenen Gang- und Schrittarten, den Lauf-, Hüpf- und Springübungen und durch den gemeinsamen Betrieb den Mädchen trotz der Mühe und Anstrengung, welche sie erfordern, doch zur Lust und Freude gereichen. Durch diese Uebungen wird auch der häufig vorkommende Fehler eines launen- und flatterhaften Sinnes mit Erfolg bekämpft, da die jungen Damen freudig den zur exacten Ausführung nöthigen Anordnungen mit willigem Gehorsam Folge leisten.

Zur vollkommenen Ausbildung der weiblichen Organisation reichen, besonders bei Mädchen reiferen Alters, die Freiübungen allein nicht aus, sondern es müssen auch noch gewisse Gerüstübungen hinzugenommen werden. Da aber in Folge der abweichenden Organisation nicht alle von Männern auszuführenden Uebungen sich auch für Damen eignen, so ist sowohl eine gewissenhafte und sorgsame Wahl der Geräthe, als auch der an diesen vorzunehmenden Uebungen zu treffen.

Barren

Der Barren dient hauptsächlich zur Ausbildung des Brustkorbes und der von demselben umschlossenen inneren Organe. Da aber die engere weibliche Brusthöhle und die verhältnissmässig kleineren Organe nicht für eine solche Entwicklung geeignet sind, so ist auch der Barren nicht als ein Hauptgeräthe für das weibliche Turnen an-

zusehen und die Uebungen der Mädchen an demselben müssen sich auf die einfachen Stützübungen beschränken.

Die Uebungen am Reck verlangen ein gewalt- *Reck*  
sames Schwingen, Recken und Strecken. Da aber die weibliche Organisation nicht ohne Nachtheil die höchste Anspannung der Kräfte gestattet, so sind auch die Uebungen an diesem Geräth nur in beschränktem Masse vorzunehmen, wenn auch alle Hang- und Hangelarten unbedenklich auszuführen sind. Obgleich zuweilen Turnerinnen in öffentlichen Vorstellungen ganz Vorzügliches am Reck leisten, so sind solche Ausnahmen doch nicht für die Allgemeinheit massgebend. Für diese Mädchen ist das Reckturnen von den Eltern als ihr Lebensberuf gewählt worden, ohne Rücksicht auf die schädlichen Folgen, die ihnen aus diesem Geschäft erwachsen können. Beim Gelderwerb werden eben häufig Gesundheit und Leben in Gefahr gebracht.

Ebenso sieht man oft im Circus auch die Voltige im Galopp von Damen ausgeführt, aber trotzdem kann das Voltigiren doch niemals als eine weibliche Turnübung betrachtet werden. Die kräftigen Weit- und Hochsprünge überschreiten ohne Zweifel sowohl in ethischer, wie in hygienischer Hinsicht die gebotenen Grenzen.

Ehe das Turnen des weiblichen Geschlechts nach seiner körperlichen Organisation wissenschaftlich geordnet war, sind wohl Missgriffe durch un-

weibliche und unpassende Turnübungen möglich gewesen und sie sind auch gemacht worden, aber heute werden sie bei einem verständigen Lehrer gewiss nicht mehr vorkommen. Zur Benutzung beim weiblichen Turnen stehen dem Lehrer der Rundlauf, die Schaukelringe, die Hang- und Stemm-schaukel, die Kletterstangen, wagrechte und schräge Leitern, Schwebekasten, Stäbe u. s. w. zu Gebote, und seine Aufgabe ist es, die Uebungen in der Reihenfolge vorzunehmen, wie sie sich für die Schülerinnen nach ihrer Entwicklung und dem Grade der gymnastischen Ausbildung eignen.

Nach Ansicht des Dr. „von Ammon“ sind bei der Erziehung junger Mädchen diejenigen Turnübungen, welche die Thätigkeit vermehren und auf das Wachsthum in die Länge wirken, denen vorzuziehen, welche den Körper stark und gedrunge machen. Solche Uebungen, welche mit einer tiefen und heftigen Athmung verbunden sind, wie beispielsweise der Sturm- und Wettlauf, sind wegen der engeren Brusthöhle, der kleineren Lungen und dem kleineren Herzen von dem weiblichen Turnen auszuschliessen. Auch darf ein stoss- und ruckweises Ausführen der Uebungen wegen der eigenthümlichen Organisation des weiblichen Körpers nicht gestattet werden.

Während der Entwicklungsperiode der Mädchen wurde früher das Turnen nicht für angemessen erachtet, heute verordnen die Aerzte jedoch gerade

Verbote

in dieser Zeit eine vermehrte mässige Bewegung, wohl selbst mässiges Tanzen und Reiten oder eine gut geleitete weibliche Gymnastik nach der neueren Methode.

Dr. „E. Angerstein“ hält als praktischer Arzt und erfahrener Turndirector ein tägliches Turnen von einer Stunde am angemessensten für junge Mädchen und erklärt drei Stunden wöchentlich, entweder an drei Tagen je eine oder an zwei Tagen je anderthalb Stunden für das Minimum. Am zweckmässigsten ist das Turnen in einem beschatteten Garten oder Turnplatz, der gegen den Einblick unberufener Neugieriger geschützt ist; steht ein solcher jedoch nicht zur Verfügung, dann turne man stets in einem gut ventilirten Turnsaale.

Für den Turnanzug sind Mieder von vornherein ausgeschlossen. Sonst soll derselbe aus einer um die Hüften durch einen Kautschukgürtel zusammengehaltenen Blouse bestehen, welche die freie Bewegung der Arme gestattet, einem lang hinabreichenden, geschlossenen Beinkleide, einem kurzen Rocke und Schuhen mit niedrigen, breiten, sogenannten englischen Absätzen.

Bei den Freiübungen darf die Zahl der von einem Lehrer gleichzeitig unterrichteten Schülerinnen 40 nicht überschreiten; auch die Geräthübungen sollen stets gemeinsam betrieben werden und sind dieselben so auszuwählen, dass ein eigentliches Hilfeleisten nicht erforderlich ist.

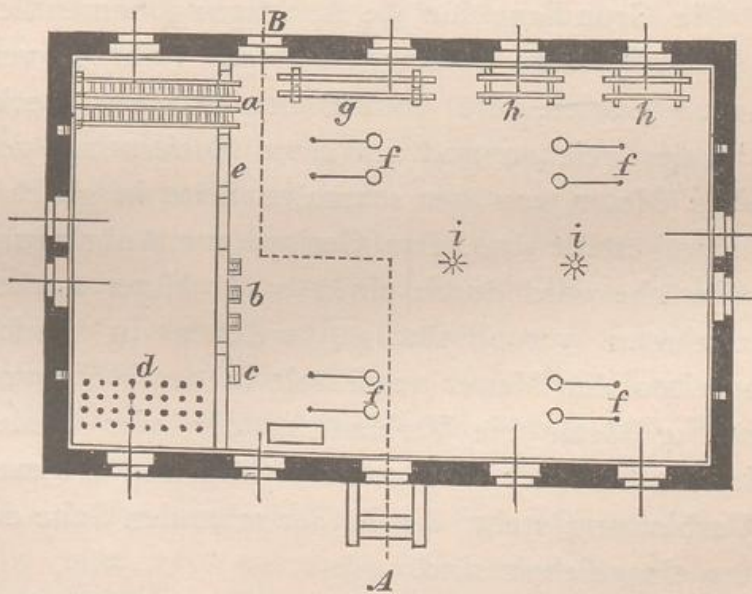
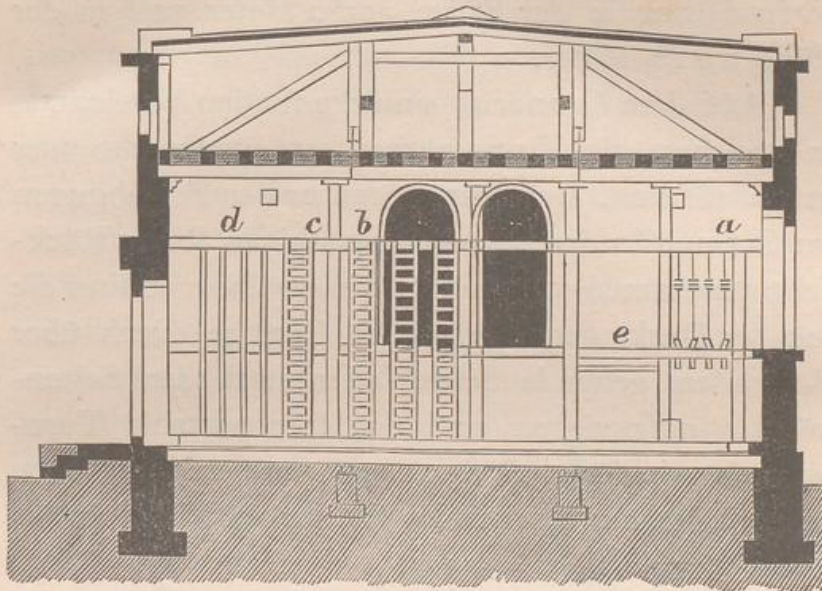
Bezüglich der Frage, ob der Turnunterricht an Mädchen durch Lehrer oder Lehrerinnen zu ertheilen sei, ist Dr. Angerstein der Meinung, dass ein Turnlehrer, welcher ein ruhiger, sittlich-ernster und doch froher, frischer Mann ist, den besten Erfolg haben wird; jedoch seien auch für den Beruf ausgebildete Damen als Turnlehrerinnen durchaus nicht unbrauchbar.

Zeitdauer

Die Mädchen sollen während der ganzen Schulzeit turnen, aber für ihre Gesundheit ist es entschieden vortheilhaft, wenn sie das Turnen als Sport auch nach der Zeit der Reife, dann natürlich mit angemessenen periodischen Pausen, fortsetzen und die turnerische Thätigkeit erst aufgeben, wenn als Gattin die Pflichten für die Familie es gebieterisch fordern.

Da sich nur sehr selten ein in allen Hinsichten vollkommen geeigneter und praktisch eingerichteter Platz für das Mädchenturnen findet, so wird das Turnen im geschlossenen Raume immer das wichtigere bleiben. Für das Privatturnen einzelner Mädchen in der Familie genügt ein dem Zwecke angemessen hergerichtetes Zimmer oder ein Corridor, für Anstalten ist jedoch ein Turnsaal erforderlich. Um ein deutliches Bild eines solchen zu geben, entnehmen wir dem Werke des Doctor Moritz Kloss: „Die weibliche Turnkunst“, den Durchschnitt und den Grundriss einer im Jahre 1871 in Dresden für den Preis von 15,000 Mark erbauten

und mit 1800 Mark für die Einrichtung aus-



gestatteten Turnhalle und fügen diesen Illustrationen einige seiner Erläuterungen bei.

*Turnsaal*

Der Turnsaal misst im Lichten in der Länge 18.50 Meter, in der Breite 12.50 Meter und in der Höhe 11.25 Meter.

Auf dem Grundriss sind die Stellen bezeichnet, an welchen die Turngeräthe fest angebracht oder aufgestellt sind. Dabei ist auf den zu den Freiübungen am Ort und in der Bewegung nöthigen Raum Rücksicht genommen worden; zu diesem Zwecke sind die von der Decke herabhängenden Geräthe durch über Holzrollen gehende Seilschleifen nach den Seitenwänden aufzuziehen und das transportable Turnzeug ist leicht bei Seite zu räumen. Die eine Schmalseite des Turnsaales ist zur Anbringung des festen Turnzeuges benutzt.

Die Grundlage für die Befestigung namentlich der Hangelgeräthe bilden vier durch Rahmen verbundene Säulen, die vom Boden bis zur Decke des Saales reichen und in einer Entfernung von 3 bis 4 Meter von der schmalen Seite in gleicher Linie aufgestellt sind. Das Gerippe zur Anbringung der Geräthe wird durch einen 0.131 Meter starken Querrahmen vervollständigt, welcher in beiden Langseiten der Mauer verdiebelt in der Höhe von 3 bis 4 Meter die Verbindung der vier Säulen bildet und wieder mit anderen kürzeren Rahmen in Verbindung steht, die in der schmalen Seite des Saales eingediebelt sind.

1. Die wagerechten Leitern (a), 3.766 Meter lang, ruhen jede für sich auf Querriegeln, von

denen die beiden an der Wandseite sich zwischen vier dort angebrachten Säulen in Pfälzen auf und nieder bewegen und in beliebiger Höhe durch Bolzen festgestellt werden können; die beiden Querriegel nach der Saalseite zu werden von vier Eisenstäben gehalten, die oben an dem starken Querrahmen befestigt sind und nach unten in zwei Eisenschienen verlaufen. Zwischen diesen Eisenstäben können die Querriegel, ebenso wie diejenigen an der Mauer zwischen den Säulen, auf und ab bewegt und mittelst Bolzen in beliebiger Höhe festgestellt werden. Die Leiterholme müssen in der für eine Mädchenhand passenden Stärke sauber gerundet und glatt gearbeitet sein.

2. Das Stangengerüst (*d*) für das Turnen der Mädchen ist am besten in acht Stangenreihen angelegt, von denen jede aus zwei Paar senkrechten Stangen besteht. Diese 32 Stangen sind oben in vier kleinere Rahmen, die einerseits in den grossen Querrahmen, andererseits in die Mauer eingelassen sind, und unten in vier mit den kleinen Rahmen an der Decke parallel laufenden Schwellen von Brettdicke befestigt. Die scharfen Kanten der Schwellen müssen zur Vermeidung von Fussverletzungen abgerundet werden. Die Stangen stehen in mittlerer Brustweite von 0'471 Meter Entfernung die eine von der anderen, und müssen in einer von Mädchen leicht umfassbaren Stärke glatt gearbeitet sein. Zuweilen wird auch die erste Reihe

der Stangen an einem in einem Charniergelenk gehenden Rahmenstück befestigt, um ihnen auch eine schräge Lage geben zu können.

3. Das Steigebrett (c), ein 0,628 Meter breiter und 0,033 Meter starker Pfosten, dessen beide Kanten zu einer bequemen Grifffläche holmartig abgerundet und geglättet sind, geht vom Fussboden bis zur Höhe des Querrahmens. Auf der ganzen Länge des Pfostens sind in Abständen von 0,235 Meter Steigelatten 0,039 Meter im Geviert wagerecht aufgeschraubt.

4. Die senkrechten und schrägen Leitern (b). Diese senkrechten und zum Schrägstellen eingerichteten Leitern haben dieselbe Construction wie die wagerechten. Ihre Länge ist diejenige des Steigebrettes. Am oberen Ende sind sie mit einem starken Charniergelenk an einer eisernen Sprosse so verbunden, dass sie sowohl nach dem vorderen, wie nach dem hinteren Saalraume pendeln können, während sie am unteren Ende mit Eisenriegeln am Fussboden zu befestigen sind. Zum Schrägstellen finden sie auf treppenartigen transportablen Untersätzen Auflage.

5. Die Reckstange aus Eschenholz, leicht umspannbar und gut abgerundet, ist verstellbar bei *e* angebracht. Da das Reckturnen für Mädchen nur in sehr beschränktem Masse betrieben wird, so genügt eine Stange. Zuweilen wird auch anstatt der verstellbaren Reckstange ein in zwei Schaukel-

haken von langen Querrahmen herabhängendes Schaukelreck angebracht.

6. Schaukelringe (*f*) sind, ihrer ausgiebigen Verwendung wegen, in vier Paaren in feste Haken an der Decke eingehängt, gleichmässig im Saale vertheilt. Die Ringe sind fingerdick, 0,157 Meter im Durchmesser, mit Leder überzogen, an zwei Seilen befestigt, die ihrerseits von zwei Haken in der Entfernung der Schulterbreite von der Decke herabhängen. Die Seile endigen in einem etwa 1,699 Meter langen und 0,039 Meter breiten Riemen (*a*), an welchen der Ring (*b*) befestigt ist. In diesen Riemen aus festem Leder sind in Entfernungen von 0,078 Meter Schnalllöcher eingeschlagen und mit Nummern versehen. Das andere Stück des Schaukelrings besteht aus einem festen Stränge, dessen Länge sich nach der Höhe des Turnsaales richtet. Am unteren Ende der Stränge ist eine Schnalle mit dem Riemenstück angebracht, durch welches die Schaukelringe nach Bedürfniss zu verlängern oder zu verkürzen sind.

7. Der Rundlauf (*i*) wird in zwei Arten hergestellt: auf dem Turnplatz, indem man die Drehscheibe auf einem senkrechten Maste von  $4\frac{1}{2}$  bis 6 Meter Höhe oder im Turnsaale, indem man eine ähnliche Dreh-



scheibe an der Decke befestigt. Die Drehscheibe, an deren Rande vier oder acht Haken über Kreuz fest ein-



genietet sind, kann jeder Schlosser, dem man genau beschreibt, worauf es bei der Vorrichtung ankommt leicht herstellen. An die Haken werden Rundlaufstränge, die bis zur Erde herabreichen, mittelst

eingeflochtener Eisenringe von 0'026 Meter Durchmesser befestigt. Zum Anfassen waren sonst am unteren Ende der Rundlaufstränge Seilschleifen, Knoten oder Querhölzer angebracht; den Vorzug verdient aber die neuere Einrichtung, bei welcher das Rundlaufseil auf etwa 1 Meter Länge in einem Doppelseil endigt, zwischen welchem runde gedrehte Griffe von 0'157 Meter Länge und 0'012 Meter Stärke in Abständen von 0'183 Meter von einander eingeflochten sind, weil bei dieser Construction die Mädchen leicht mit den verschiedenen Griffarten wechseln können.

Ausser den bisher angeführten im Turnsaal fest angebrachten Gerüsten bedient man sich auch noch verschiedener transportabler Turnvorrichtungen.

8. Die Barren (*h*) sind zum Mädchenturnen, da bei diesem von keinen Kraftübungen die Rede sein kann, nur in leichter Construction anzufertigen. Die Holme aus Eschenholz sind 2'511 Meter lang und 0'052 Meter stark, leicht umspannbar und gut abgerundet herzustellen. Je nach der Grösse der turnenden Mädchen müssen die Barren von verschiedener Höhe sein. Die lichte Weite zwischen den Barrenholmen beträgt 0'475 Meter, die durch-



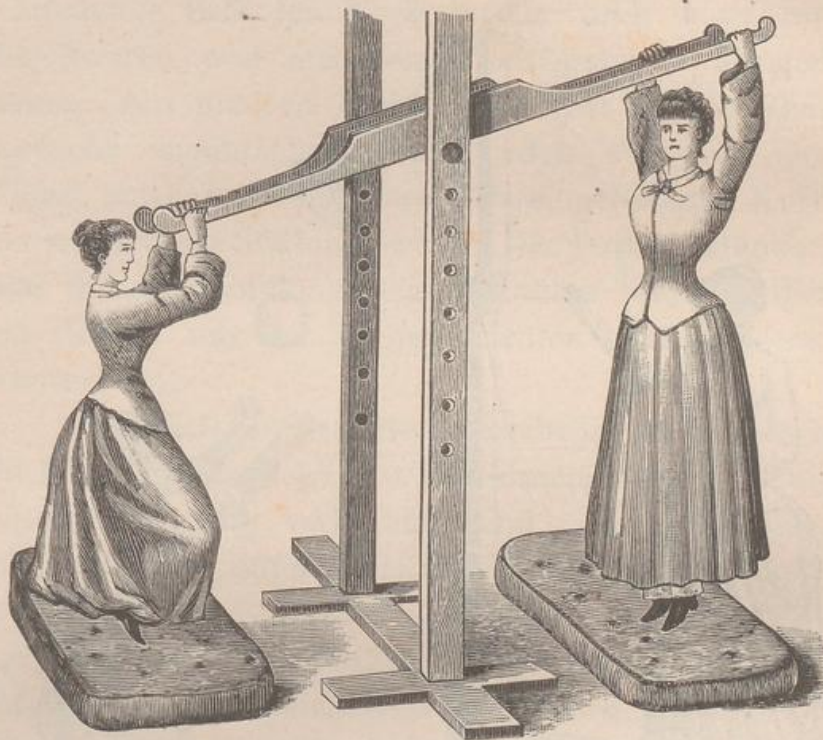
schnittliche Schulterbreite. An allen Ständern und Querschwellen der Barren sind sämtliche Ecken und Kanten sorgfältig abzurunden.

9. Die Schwebegeräthe (*g*) sind zweierlei Art: die Schwebekante und die Schwebestangen. Erstere besteht aus einem 0.157 Meter breiten und 0.026 Meter starken Pfosten gewöhnlicher Länge, dessen obere Kante zu einer bequemen Gangfläche abgerundet ist. Mit den Enden wird dieses Schwebebrett in zwei verschiebbare Träger eingesetzt, in denen es jedoch fest stehen muss, um ein störendes Hin- und Herwackeln zu vermeiden. Die Schwebestangen sind rund gehobelte elastische Fichtenstämme von 8 Meter Länge und 0.105 Meter Stärke, welche sich nach und nach um ein Weniges verjüngen. Diese Schwebestangen werden auf 0.419 Meter hohen und starken Kreuzblöcken mit Schrauben in Eisenringen befestigt. Im Turnsaale hat man in der Regel vier Schwebekanten, wohingegen die Schwebestangen, die mehr Raum erfordern, meist auf den Turnplätzen zur Anwendung gelangen.

*Bedeutung*

Die Schwebegeräthe sind von grosser Wichtigkeit in der weiblichen Gymnastik, weil sie durch das Gleichgewichtserhalten beim freien Schwebegang eine allseitige Körperübung und sichere Haltung des Oberkörpers befördern, und der Lehrer bei diesen Uebungen die gerade bei jungen Mädchen so wichtige Stellung der Füsse verfolgen kann.

10. Die Hang- und Stützschaukel, von der in einem wohleingerichteten Turnsaale vier bis sechs vorhanden sein müssen, dient gleich den Schaukelringen zu den zweckmässigen Hang- und Stemmübungen. Sie besteht aus dem 2·354 Meter



hohen Ständer und der Leiter, deren 3·139 Meter langen Holme je nach der Grösse der Schülerinnen in Schulterbreite von einander entfernt stehen. Nach der Mitte zu sind die Leiterholme durch zwei stärkere Riegel, an beiden Enden aber durch zwei geglättete, abgerundete Sprossen miteinander verbunden und verlaufen mit einer kleinen Ausschwei-

Damensport.

5

fung nach oben in schön abgerundete Griffe. An den Absprungstellen werden Matratzen untergelegt.



11. Der Ballkorb ist aus leichtem Korbgeflechte, in Zuckerhutform, 0'471 Meter lang, am

oberen Rande 0'314 Meter weit. Dieser Korb ist an einem 1'098 langen Holzstab befestigt, der durch die Spitze des Korbes 0'157 Meter in denselben hineinreicht, wo dieser mit einem schräg liegenden Boden geschlossen ist, so dass der hineinfallende Ball den Korb immer nach vorn hin beschweren und aus dem Gleichgewicht bringen muss. Am unteren Ende des Stabes ist ein Bleigewicht angebracht, welches den zwischen der Gabel eines Ständers beweglich eingehängten Korb in senkrechter Stellung erhält. Der Ballkorbständer, wie ihn die Abbildung zeigt, ist höher und niedriger zu stellen, um das Treffen leichter oder schwerer zu machen.

12. Die Schaukeldiele besteht aus drei Pfosten in Brettlänge, welche fest zusammengefügt und mit Querleisten eng verbunden sind. An den Enden sind vier nach unten gerichtete Haken eingeschraubt, so dass die Schaukeldiele in die Ringe herabhängender Taue oder Drahtseile von 2'511 bis 3'139 Meter Länge eingehängt werden kann und sich in Pendelschwingungen 0'052 bis 0'078 Meter über dem Fussboden bewegt.

Die Uebungen an diesem Geräthe machen den Mädchen in der Regel besonderes Vergnügen.

13. Die Springgeräthe sind in einer Mädchen-turnhalle nur in sehr geringer Ausdehnung erforderlich. Es gehören dazu zwei aufrechtstehende Freispringel mit Ständern und die mit Sandsäcken an

den Enden beschwerte Springschnur, ferner ein Schwungbrett und ein in die senkrechte oder schräge Leiter einzulegendes Trittbrett für den nur bis zu einer Höhe von 1.255 bis 1.569 Meter zu übenden Tiefsprung.

14. Stabstelzen empfehlen sich am besten für das Mädchenturnen, weil sie das Zurücknehmen der Schultern befördern. Der Stelzenstab muss leicht umspannbar sein und der Tritt darf nicht höher als 0.157 bis 0.314 Meter vom unteren Ende angebracht werden. In einer Turnanstalt sind 25 Paar niedere und ebensoviel höhere erforderlich.

15. Von Holzstäben, 1.177 Meter lang und 0.026 Meter stark, an den Ecken gut abgerundet, aus astfreiem Holz gearbeitet, sind 60 Stück erforderlich.

16. Das kurze Schwingseil, in der Mitte etwas stärker gedreht als an den Enden, muss der Turnerin, wenn sie sich auf die Mitte stellt, straff angezogen bis unter die Achseln reichen. An den Enden ist dasselbe mit handlichen Griffen versehen. 16 bis 20 Stück genügen für eine Mädchenclasse.

17. Das lange Schwingseil hat eine Länge von 6.277 Meter, in der Mitte eine Stärke von 0.013 Meter und an beiden Enden Oesen.

Ausser diesen im Vorstehenden angeführten und kurz beschriebenen Geräthen gehören zu der vollständigen Einrichtung eines für Mädchen bestimmten Turnsaales Hanteln, Wurfreifen, Reifen-

stäbe, Handklappern, Castagnetten, grosse und kleine Bälle und ähnliche kleine Utensilien, die nach den Anforderungen des Lehrers leicht zu beschaffen sind.

### Der Turnunterricht.

Zur Ertheilung des Turnunterrichts, ob zu diesem Amte ein Lehrer oder eine Lehrerin gewählt wird, eignen sich am meisten solche Persönlichkeiten, die schon mit der Unterrichtskunst im Allgemeinen vertraut sind und aus diesem Grunde hält es „Spiess“ am gerathensten, bereits anderweitig an der Anstalt beschäftigte Lehrkräfte auch den Turnunterricht leiten zu lassen. Nach Spiess haben diese Lehrer Sorge zu tragen: „dass endlich in der Schule das Mädchen seine rechte Ausbildung erhalte und die Mütter immer weniger Veranlassung bekommen, ihre Töchter der oberflächlichen Anstandserziehung eines Tanzmeisters zu überlassen oder den immer nöthiger werdenden orthopädischen Anstalten anzuvertrauen, wo gar häufig nicht mehr nachgeholt werden kann, was bei rechter leiblicher Erziehung in der Schule vermieden worden wäre.“

Da nun aber nicht jeder Lehrer oder jede Lehrerin nach ihrer pädagogischen Qualification auch zur Uebernahme des Turnunterrichts geeignet ist, so hat man, wie in Berlin, Turnlehrer-Bildungsanstalten eingerichtet.

Für den Unterricht ganzer Mädchenklassen gehört noch das besondere Geschick, die kunstvolle

Ausbildung des Leibes der einzelnen Schülerin auch bei der gemeinschaftlichen Uebung ganzer Abtheilungen zu erreichen. Der Schulturnunterricht erfordert mehr als jeder andere disciplinarisches Geschick und didaktische Gewandtheit. Der Turnlehrer darf nicht bloß ein gymnastischer Exerziermeister sein, auch genügt nicht allein Autorität, er muss ausserdem Liebe zur Jugend und innige Vertrautheit mit ihrem Charakter besitzen.

Die beste Zeit für den Turnunterricht ist zwischen oder gleich nach den wissenschaftlichen Unterrichtsstunden. Für Mädchenschulen eignet sich am meisten die Zeit von 11 bis 12 oder von 4 bis 5 Uhr, nachdem zwei bis drei Lehrstunden vorangegangen sind.

Der Turnunterricht ist mit leichteren Schritten, mit Ordnungs- und Freiübungen in jeder Turnstunde zu beginnen, die nach dem Grade der körperlichen Gewandtheit und der geistigen Regsamkeit der Schülerinnen einfacher oder zusammengesetzter sein können. Der Lehrer muss mit der Zweckmässigkeit des Unterrichts Mannigfaltigkeit und Unterhaltung zu vereinigen wissen, damit derselbe den Mädchen nicht allein Nutzen bringt, sondern ihnen auch Vergnügen macht. Die Freiübungen werden am zweckmässigsten von der Gesammtheit ausgeführt. Bei denselben ist auf die natürliche aufrechte Haltung des Körpers zu sehen, damit schliesslich die Mädchen dahin gelangen, alle Uebun-

gen in dieser Stellung mit Leichtigkeit und Gewandtheit, mit Sicherheit und Kraft zu machen, denn eine aufrechte Haltung und ein schöner Gang tragen zur Entwicklung aller inneren Organe, und zwar der allerwichtigsten, wie der Lungen, des Herzens, des Magens und der Leber, bei.

Für die bereits entwickelteren Mädchen folgen in der Mitte der Unterrichtsstunde einige Hang- und Stemmübungen, bei denen auf eine möglichst gleichmässige Anstrengung der entgegengesetzten Muskeln Rücksicht genommen werden muss, was dadurch erreicht wird, dass nach Uebungen des Beugens auch einige des Streckens zur Ausführung gelangen. Die Uebungen an der Hangeleiter, an der Wippe, am Schaukelring oder Rundlauf, überhaupt alle Uebungen, welche den Athem stärker in Anspruch nehmen, sind stets in die Mitte der Turnstunde zu legen. Zum Schluss derselben folgen wieder leichtere Freiübungen und Stellungen, bei denen ohne besondere Anstrengung noch einmal eine gleichmässige Bethätigung des Organismus stattfindet.

Die physische Erziehung der Mädchen verlangt, dass nichts übereilt und nichts ausgeführt werde, was ihre Kräfte übersteigt, weil eine Ueberanstrengung bei den Turnübungen das Wachsthum des Körpers und die Zunahme der Kräfte beeinträchtigt, indem deren übermässiger Verbrauch nicht in gleichem Masse durch Ruhe, Schlaf und Nah-

rung ersetzt werden kann. Namentlich in der Entwicklungsperiode ist Vorsicht mit allzu grossen Anstrengungen zu beobachten. Die Turnstunde der Mädchen soll zur stärkenden Erholung dienen.

Die in einer Turnstunde auszuführenden Uebungen müssen so zusammengestellt werden, dass auf alle Muskelpartien, alle Glieder und Organe eine möglichst übereinstimmende gleichmässige Wirkung ausgeübt werde. Durch eine gute Unterrichtsmethode muss das Turnen den Mädchen zu einem Vergnügen, zu einem Spiel werden, und dazu trägt in nicht geringem Masse die Anwendung des Gesanges bei. Der gebildete Turnlehrer muss es verstehen, den Gesang als Bildungsmittel mit Mass und zur passenden Zeit zur Anwendung zu bringen, jedoch niemals unmittelbar nach oder sogar während grösserer körperlicher Anstrengungen.

Zu einer ausführlichen Beschreibung der so mannigfachen Uebungen gehört entschieden mehr Raum, als uns an dieser Stelle zu Gebote steht und eine nur oberflächliche Behandlung wäre von gar keinem Werthe. Diejenigen, welche gymnastischen Sport gründlich betreiben wollen, werden zur praktischen Ausführung doch immer eines Lehrers bedürfen, wenn sie sich auch theoretisch aus Büchern belehren können.<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup> „Die weibliche Turnkunst“ und „Weibliche Hausgymnastik“ von Dr. Moritz Kloss und „Turnschule für Mädchen“ von A. Schettler.

Im Allgemeinen beginnt der Turnunterricht mit der Haltung und den Stellungen des Körpers, dann folgt der Gang mit seinen so abwechslungsreichen Schrittweisen, der von der grössten Wichtigkeit und doch etwas sehr Seltenes ist. Ein schöner Gang hat etwas Imponirendes und Edles, während ein hässlicher Gang selbst die schönsten Körperformen entstellt. Dr. „Timm“ sagt: „Die Kunst des Gehens scheint angeboren, und doch kommt sie bei genauer Betrachtung nur bei Wenigen zur Vollendung. Kriechen, steigen, treten, schleichen, watscheln, trippeln, rudern, wanken u. s. w. können Alle; aber bei wie Vielen unter uns finden wir die geforderte Harmonie in dieser Bewegung?“ Aus diesem Grunde spielen die Gehübungen eine grosse Rolle bei dem Turnen der jungen Mädchen.

Mit den Gangübungen treten bald die Armübungen in enge Verbindung, dann folgen das Hüpfen, der Schrittwechsel und die Körperdrehungen, das Handbeugen und Strecken und die Fingerübungen.

Nach den Uebungen in einer Reihe werden die Ordnungsübungen vorgenommen, durch welche die Schülerinnen daran gewöhnt werden sollen, auch bei häufigem Wechseln ihre geordnete Stellung im Ganzen schnell wiederzufinden. Die Tactbewegungen werden durch ein munteres Lied sehr belebt. Bei Privatunterricht, wo ein Chorgesang nicht herzustellen ist, kann ein Pianoforte seine Stelle

vertreten. Sobald erst in den Bewegungen, Stellungen und Beugungen ein gewisser Fortschritt erreicht ist, treten die Stabübungen hinzu und zu zweckmässigeren Hand- und Armbewegungen die Anwendung der Castagnetten. Das Gehen auf Stelzen und die Uebungen mit Hanteln aus Holz, beziehungsweise aus Gusseisen, gelangen ebenfalls bald zur Anwendung, auch werden die Uebungen mit dem kurzen Schwingseil in den Unterricht aufgenommen.

Die Gang- und Ordnungsübungen werden immer complicirter, dazu werden hin und wieder den Mädchen bereits aus der Schule her bekannte Lieder, welche im Tact zu den betreffenden Uebungen passen, gesungen und der Unterricht wird je nach den Fortschritten durch die Einreihung neuer Uebungen belebt. Zunächst treten die Schwebeübungen auf der Kante hinzu, dann die Uebungen mit dem grossen Schwingseile und die wichtigen und so mannigfachen Hang- und Stemmübungen an den Schaukelringen und am Rundlauf.

Obgleich der Unterricht bereits eine grosse Abwechslung erlangt hat, so ist doch der Schatz der Uebungen noch nicht erschöpft; zunächst finden nun auch die Uebungen an der Hang- und Stützschaukel, sowie diejenigen an dem sehr zweckmässigen Stangengerüst ihre Aufnahme, diesen folgen dann die Uebungen mit den Brustweitem und die Schwebeübungen auf der Schwebestange; die schon weiter vorgeschrittenen Schülerinnen be-

ginnen die wenigen Uebungen, welche für Mädchen am Barren zulässig erscheinen und gehen dann zu den Uebungen an der wagrechten Hangleiter über.

Dr. Moritz Kloss giebt den nachstehenden Plan zur Vertheilung des Unterrichtsstoffes nach vier Altersstufen:

**Erste Stufe für Mädchen von 8 bis 10 Jahren:**

1. Freiübungen im Stehen, Gehen, Hüpfen, Laufen, Springen, Drehen.
2. Ordnungsübungen.
3. Gliederbewegungen.
4. Uebungen mit Handgeräthen: mit Holzstäben und mit kurzen Schwungseilen.
5. Uebungen an feststehenden Geräthen: Schwebekante, Schaukelring, senkrechte Stangen, Barren, Hangschaukel.
6. Reigenschreitungen.
7. Turnspiele.

**Zweite Stufe für Mädchen von 10 bis 12 Jahren:**

1. Freiübungen im Stehen, Gehen, Hüpfen, Laufen, Springen, Drehen.
2. Gliederübungen.
3. Ordnungsübungen.
4. Uebungen mit Handgeräthen: Langes Schwingseil, Holzstäbe, Castagnetten, Stelzen.
5. Geräthübungen: Schwebekante, senkrechte Stangen, wagrechte Leiter, Schaukelringe, Hang- und Stützschaukel, Barren, Rundlauf.

6. Reigenschreitungen.

7. Turnspiele.

Dritte Stufe für Mädchen von 12 bis 14 Jahren:

1. Freibungen im Stehen, Gehen, Hüpfen, Laufen, Springen, Drehen, Gliederübungen.

2. Ordnungsübungen.

3. Handgeräthe: Castagnetten, Stabreigen, Stelzen, langes Schwingseil, Hanteln.

4. Geräthübungen: Rundlauf, Hand- und Stützschaukel, Barren, Stangengerüst, Schwebestangen, wagrechte Leiter, Schaukelringe, Schaukel-diele.

5. Reigenschreitungen.

6. Turnspiele.

Vierte Stufe für Mädchen von 14 bis 16 Jahren:

1. Frei- und Ordnungsübungen: Widerstandsbewegungen.

2. Uebungen mit Handgeräthen: Hanteln, Brustweiter, Castagnetten, Stabreigen, langes Schwingseil.

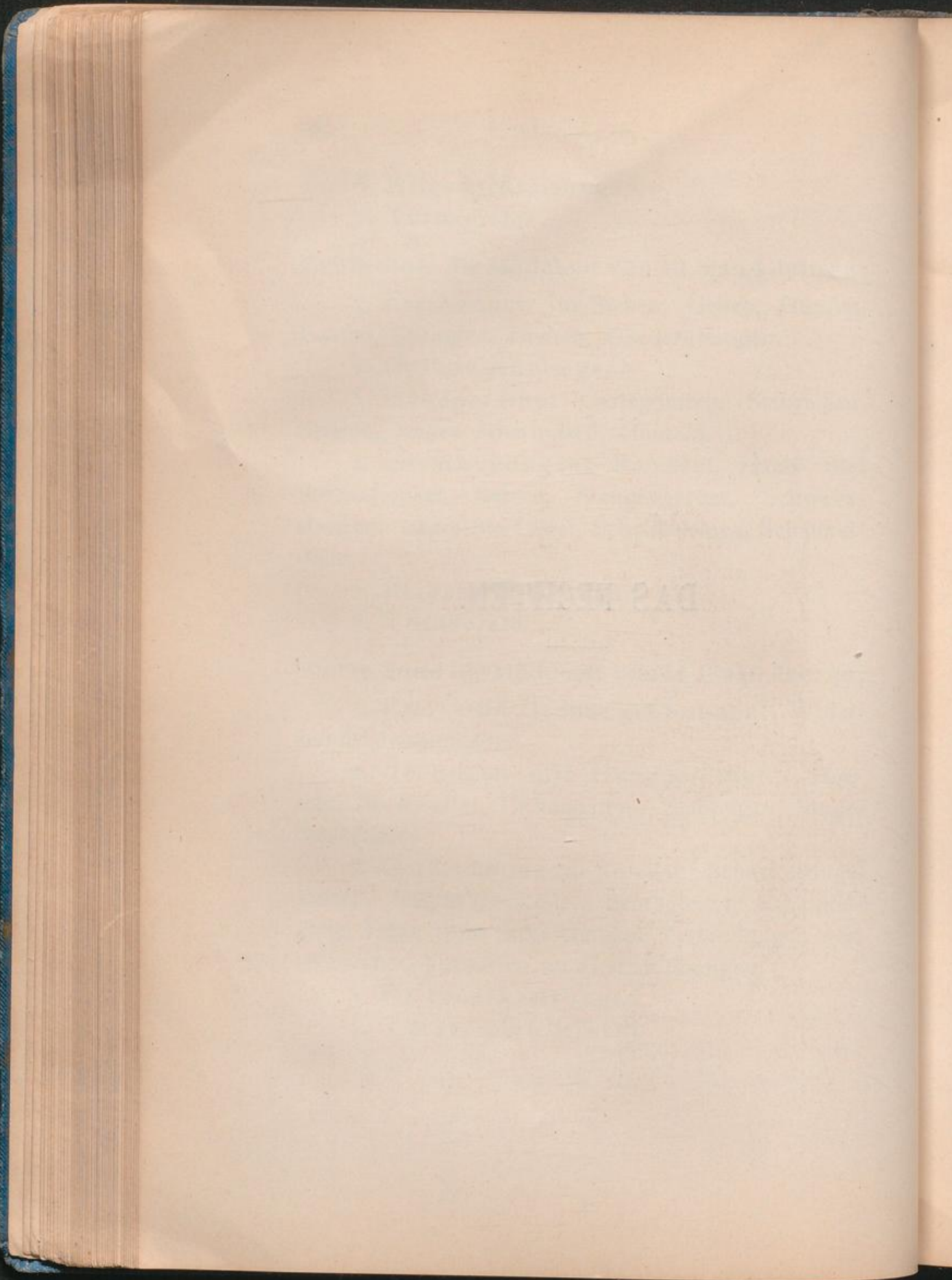
3. Geräthübungen: Rundlauf, Schaukelringe, Barren, wagrechte Leiter, Schrägleiter, Schaukel-diele, Hang- und Stützschaukel, Verbindungen verschiedener Turnarten zu Gemeinübungen.

4. Reigenschreitungen.

5. Turnspiele: Ballkorb.

DAS FECHTEN.

---



## DAS FECHTEN.

Von Jean Hartl, Fechtmeister am Conservatorium  
in Wien.



echten im eigent-  
lichen Sinne des  
Wortes heisst sei-  
nen Gegner mit-  
telst einer blanken  
Waffe erfolgreich  
angreifen und sich  
gleichzeitig mit  
derselben gegen  
seine Angriffe voll-  
kommen ver-  
theidigen. Unter  
dieser Auffassung  
können wir das-  
selbe nicht als  
einen für Damen  
geeigneten Sport

gelten lassen, denn der Bestimmung des weiblichen Geschlechts liegt entschieden nichts ferner, als der Kampf, aber als eine gymnastische Uebung betrachtet und behandelt, verschafft das Fechten dem Körper eine natürliche, feste Haltung, sowie gewandte und graziöse Bewegungen, und durch seine Uebung werden Entschlossenheit und Geistesgegenwart ungemein befördert. So alt auch das Fechten als eine Art des Kampfes ist, so neu ist seine Behandlung als Sport und vornehmlich als Damensport. Das Verdienst, das Fechten als solchen zur Geltung gebracht zu haben, gebührt dem Herrn Jean Hartl, Fechtmeister am Wiener Conservatorium.

Im Pariser Conservatorium bestanden die Fechtcurse für Damen schon seit langer Zeit, und hervorragende Bühnengrößen, wie die Mars, die Rachel und die Sarah Bernhardt haben das Fechten fleissig geübt, weil sie dasselbe für eine vortreffliche gymnastische Uebung für Damen ansahen zur Erhaltung der Körpergeschmeidigkeit, und diesen Damen, den Meisterinnen in der ästhetischen Körperhaltung und Bewegung, darf man gewiss ein sachverständiges Urtheil in dieser Beziehung zutrauen. Da die Haltung und die Bewegungen des Körpers aber von entschiedenem Werthe auch für diejenigen Damen sind, welche nicht der Bühne angehören, so scheint doch nur die Mode, nach welcher das Fechten nicht für fashionabel galt, dieselben von der Ausübung dieses Sports abgehalten zu haben.

Nachdem jetzt aber die Kaiserin von Oesterreich das Fechten aus Gesundheitsrücksichten in die Reihe ihrer täglichen Körperübungen aufgenommen, und der Fechtmeister Hartl durch seine öffentlichen Productionen gezeigt hat, dass diese Uebung durchaus keinen unweiblichen Charakter trägt und berufen ist, neben den anderen Sportzweigen, ebenso wie Tanzen und Turnen, eine ebenbürtige Rolle im weiblichen Erziehungsplan zu spielen, so dürfte das Damenfechten nun doch Aufnahme unter die Sports für das schöne Geschlecht und voraussichtlich eine weitere Verbreitung finden.

Das Costüm, welches die Damen bei den Fechtproductionen trugen, war einfach, geschmackvoll und decent; es bestand in blauen und rothen, bis zum Knie reichenden Röcken, den Oberleib auf der Brustseite schützenden Lederplonstrons und der aus Draht geflochtenen Fechtmaske. Die ausgeschnittenen Schuhe hatten ganz niedrige und breite, sogenannte englische Absätze, um dem Fuss eine vollkommen sichere Haltung zu gewähren. Das Tragen eines möglichst hohen Mieders wird empfohlen, weil dasselbe der Brust einen kürass-



*Hartl*

ähnlichen Schutz gegen eine nicht parirte Berührung mit dem Fleuret gewährt.



Man unterscheidet beim Fechten das Hiebfechten mit dem Schläger oder Säbel und das Stossfechten mit dem Fleuret, welches letztere mehr Gewandtheit erfordert und das für die Damen geeignete ist. Die Waffe, das Fleuret, besteht aus der Klinge, der Glocke, und dem Griff. Die Klinge muss sich geschmeidig biegen und muss rein polirt und schadlos sein. Die Spitze der Klinge ist zum Uebungsfechten durch einen kleinen Lederball unschädlich gemacht. Bezüglich der Unterweisung im Fechten selbst überlassen wir dem Herrn Fechtmeister Hartl das Wort, weil wir es für angemessen erachtet haben, diesen Sport, der eben neu ist, eingehender als die übrigen Sportzweige zu behandeln. Aber auch diese Darstellung, welcher die Werke der französischen Meister Grisier, Bertrand und Jean Louis zu Grunde gelegt sind, ist des beschränkten Raumes wegen nicht so ausführlich, dass sie auf Vollständigkeit Anspruch machen könnte.

#### Die Schule.

Das Fleuret wird derart in die Hand genommen, dass der Daumen dem Griffe entlang aufliegt, die

übrigen Finger denselben voll, doch nicht übermässig fest umschliessen.

Wenn man das Fleuret richtig in der (rechten) Hand hat, so wird die schmale Klingenseite, welche sich links von der breiten Seite (auf die der Daumen gelegt wird) befindet, als **Schneide** und die gegenüberliegende schmale Klingenseite als **Rücken** der Klinge bezeichnet. Die Klinge wird in ihrer Länge, in zwei, auch drei gleichen Theilen verschiedenartig benannt. Das erste Drittel, oder die erste Klingenhälfte von der Spitze an, heisst die **Schwäche**, der übrige Klingentheil ist die **Stärke**. Bei der Dreitheilung giebt es noch beziehungsweise die **Mittelstärke** und die **Mittelschwäche**.

Der Gegnerin wird stets die bewaffnete Seite zugewendet. (Man spricht hier ausschliesslich vom Rechtsfechten.) Die rechte Fussspitze wird gegen die Gegnerin gerichtet, während die linke von der rechten einen Winkel von etwa 100 Grad bildet. Beide Füße stehen voneinander  $1\frac{1}{2}$  Fusslängen entfernt. Die von der Mitte des linken Fusses bis zur Gegnerin gedachte gerade Linie ist die **Gefechtslinie**. Auf dieser steht der rechte Fuss.

Mit vollständig gerade gehaltenem Oberleibe werden nun beide Kniee gleichmässig in der Richtung der beiden Fussspitzen so weit gebogen, dass die Winkel in den Kniehöhlen circa 135 Grad betragen.

Mässig gebogen wird der linke Arm in natürlicher Weise so hoch gehalten, dass sich die gegen das

Gesicht gewendete innere Handfläche etwas höher als der Kopf befindet.

Der rechte bewaffnete Arm wird, in einem sehr stumpfen Winkel gebogen, derart gehalten, dass die Fingerspitzen der geschlossenen Faust schräg links aufwärts, die Faust selbst in unterer



Brusthöhe und von der Gefechtslinie links seitwärts zu liegen kommt.

Die richtige Stelle für die Spitze der eigenen Klinge ist in der Linie vom eigenen Auge bis zur gegnerischen vorderen Schulter.

In dieser „en garde-Stellung“ ist vorn oder vorwärts dort, wo der bewaffnete, rückwärts, wo

der unbewaffnete Arm ist. Die Brustseite wird als innere, die Rückenseite als äussere Seite bezeichnet.

Das Heben des rechten Fusses und sein Niedersetzen auf dieselbe Stelle mit einem leichten, hörbaren Tritt heisst „Appel“. Oft giebt man zwei Appels sehr rasch hintereinander. Dieses Zeichen, welches ohne jede Körperschwankung auszuführen ist, dient als Aufforderung zum Angriff, oder auch in Verbindung mit stichdrohenden Bewegungen, als Markirung des Ausfalles bei einem Scheinangriffe.

Um sich der Gegnerin zu nähern oder sich von ihr zu entfernen, „avancirt“ oder „retirirt“ man, welches einfach derart ausgeführt wird, dass derjenige Fuss, in dessen Richtung man sich bewegen will, leicht und rasch weiter-, der andere demselben nachgesetzt wird. Diese Bewegung ist ohne Schleifen oder hörbares Treten auszuführen.

Beim „Ausfall“ tritt der vordere Fuss, während der rückwärtige fest am Boden stehen bleibt, so weit vor, dass das Unterbein mit dem Boden einen rechten Winkel bildet. Das Knie des rückwärtigen Beines ist vollkommen gestreckt und der Fuss steht platt am Boden. Beim Ausfalle selbst streckt und hebt sich der bewaffnete Arm bis um ein Geringes über die eigene Schulterhöhe, und gleichzeitig wird die Spitze des eigenen Fleurets gegen die gegnerische Brust geführt. Der rückwärtige Arm wird vollkommen gestreckt gegen den linken Schenkel

gesenkt, und ohne diesen zu berühren derart gehalten, dass die Speiche des Unterarmes nach aufwärts gerichtet ist. Beim Zurücktreten in die „en garde-Stellung“ wird der linke (rückwärtige) Arm kräftig emporgeschwungen und hilft damit wesentlich zur schnellen Ausführung dieser hochwichtigen Bewegung.

Die Entfernung von einer Gegnerin zur anderen nennt man die „Mensur“.

Deren giebt es drei: die enge, bei welcher die Fechterin ihre Gegnerin ohne Ausfall mit ihrer Waffenspitze zu erreichen vermag; die mittlere, bei welcher die Berührung nur durch einen Ausfall möglich ist, und die weite, bei welcher die Gegnerinnen so weit voneinander entfernt sind, dass zur Berührung unbedingt ein „Avanciren“ nöthig ist.

Treten beide Fechterinnen in der mittleren Mensur einander in der en garde-Stellung gegenüber, so können sich leicht ihre beide Klingen in der oben beschriebenen Arm- und Klingenlage berühren, und diese Berührung ist ein „Engagement“. Liegt bei einem solchen die Klinge jeder Gegnerin links von der eigenen, so ist es ein (inneres) Quart-Engagement; liegt aber die feindliche Klinge rechts von der eigenen, so ist es ein (äusseres) Terz-Engagement. Engagirt man sich, dass die eigene Faust senkrecht oberhalb der Gefechtslinie mit der Spitze gegen die gegnerische

Brust gerichtet ist, so hat man ein offensives Engagement.

Steht man derart en garde, dass die Faust von der Gefechtslinie so weit seitwärts, rechts oder links (in Terz oder Quart) liegt, dass die Spitze der verlängerten feindlichen Klinge die eigene Brust nicht zu treffen vermag, so nennt man diese Stellung ein defensives Engagement.

Wenn von zwei Fechterinnen, von denen eine sich im defensiven, die andere im offensiven Quart-Engagement auf mittlerer Mensur befindet, die Letztere, ohne die feindliche Klinge zu verlassen, an derselben einen Stoss (Ausfall) gegen die gegnerische Brust führt, der von der Gegnerin einfach und leicht beiseite gedrückt wird, ohne dass eine grosse Veränderung in ihrer Armlage vorgegangen ist und der Stoss möglichst nahe an der Brust vorbeigleitet, so hat man die „Quart-Parade“, welche mit der Schneide ausgeführt wird.

Wenn die Fechterin aus dem „Quart-Engagement“, dasselbe verlassend, mit der Fleuretspitze die Klinge der Gegnerin im sogenannten „Dégagé“ umgeht, so ist diese zur Vertheidigung gezwungen, die Klinge durch die „Terz-Parade“ rechts beiseite zu drücken, wobei der Arm und das Fleuret soweit nach rechts gebracht werden, dass der feindliche Stoss möglichst nahe an dem eigenen Oberarm rechts vorbeigleitet.

Diese Parade wird mit dem Rücken der Klinge ausgeführt.

Wenn die Gegnerin in einem Terz-Engagement abermals die Spitze ihres Fleurets unten um die Klinge ihres vis-à-vis herumführt (Dégagé) und die parirende (sich vertheidigende) Fechterin diesen neuen Stoss derart abwendet, dass sie ihre eigene Spitze unter den Arm der stossenden Gegnerin bringt, gleichzeitig den eigenen streckt und so hoch hebt, dass sie mit ihrer Klingenstärke den feindlichen Stoss links beiseite drückt, so ist damit die „Demi-cercle-Parade“ ausgeführt.

Obgleich ein Engagement im Demi-cercle nicht gebräuchlich ist, so möge man sich zum leichteren Verstehen der folgenden Parade dennoch ausnahmsweise im Demi-cercle engagiren.

Führt die Fechterin aus diesem Engagement ihre Spitze oben um die Klinge der Gegnerin herum, so wird diese den Stoss pariren, indem sie die Faust in der Bewegung nach rechts, links dreht, so dass die Fingerspitzen der geschlossenen Faust nach abwärts gerichtet sind. Die Klinge bleibt in der Lage mit abwärts gerichteter Spitze und drückt mit der Schneide ihrer Stärke den angreifenden Stoss rechts zur Seite; das ist die „Second-Parade“. Diese vier Paraden: Quart, Terz, Demi-cercle und Seconde, sind die wichtigsten.

Man nennt Quart- und Demi-cercle-Paraden, weil sie auf der Brustseite genommen werden,

„innere“, Terz- und Second-Paraden, weil sie auf der Rückenseite genommen werden, „äussere“ Paraden. Paraden, bei welchen die Spitze höher ist als die Faust, heissen „steile“, und solche, bei denen die Spitze tiefer ist als die Faust, „verhängte“ Paraden.

Weniger wichtig und gebräuchlich sind die übrigen.

Wenn man ein defensives Quart-Engagement einnimmt, so dass man von der Gegnerin mit einem geraden Stosse, bei welchem sie an der eigenen Klinge bleibt, nicht getroffen werden kann und sie führt, um zu treffen, ihre Klinge unten um die andere herum (Dégagé), so parirt man den Angriff, obwohl die Terz-Parade die nächste ist, auch dadurch, dass man die eigene um die feindliche Klinge unten herumführt und den Stoss wieder mit der Quart abwendet. Eine solche kreisförmige Parade nennt man eine „Contre-Parade“. Wird eine Contre-Parade in der Quart-Lage ausgeführt, so heisst sie Contre-Quart-Parade und analog Contre-Terz-, Contre-Demi-cercle- oder Contre-Second-Parade. Bei den Contre-Quart- und Contre-Terz-Paraden wird die parirende Klinge unten, bei den Contre-Demi-cercle- und Contre-Second-Paraden oben um die feindliche Klinge herum geführt.

Ebenso wie die Paraden, so haben auch die verschiedenen Stösse, welche durch sie entwickelt und bedingt werden, eine systematische Ableitung.

Ist man nicht im Stande, mit dem aus dem Quart- oder Terz-Engagement gestossenen Dégagé die Gegnerin zu treffen, weil das aus dem Quart-Engagement gestossene Dégagé mit Terz, und das aus dem Terz-Engagement gestossene Dégagé mit Quart parirt wird, so ist es zweckentsprechend, ein Dégagé ohne Ausfall nur anzudeuten, zu fin-tiren, und augenblicklich dieselbe Bewegung wieder zurück zu machen, sobald die Gegnerin entweder vom Quart-Engagement nach Terz, oder vom Terz-Engagement nach Quart parirt. Eine solche doppelte Bewegung wird „une Deux“ genannt; und sieht die angreifende Fechterin, dass sie auch mit dieser doppelten Bewegung ihren Zweck noch nicht erreicht, so kann sie eine dritte, den vorhergehenden ähnliche Bewegung hinzufügen, und daraus entsteht *une Deux-trois*.

Wird aus dem Quart-Engagement das Dégagé mit Contre-Quart parirt, und dieser Contre-Quart-Parade im Momente der Ausführung von der angreifenden Spitze durch ein abermaliges Dégagé, welches dem vorhergegangenen vollständig ähnlich ist, ausgewichen, so nennt man zwei solche in gleicher Richtung ausgeführte Dégagés ein „Doublé“; ebenso kann ein Doublé auch aus dem Terz-Engagement entwickelt werden.

Alle diese Bewegungen mit der Spitze haben in erster Linie den Zweck, eine Blösse der Gegnerin zu finden und ferner deren Paraden auszuweichen.

Naturgemäss müssen solche Spitzbewegungen flink und rein ausgeführt werden. Unter solcher Ausführung versteht man ein derart geschicktes Ausweichen der parirenden Klinge, dass dieselbe nicht im Stande ist, die angreifende eher beiseite zu drücken, bevor ihre Spitze die Brust der Gegnerin berührt hat.

Das Ausweichen mit der Spitze der parirenden Klinge wird „**Trompiren**“ genannt, weil man absichtlich mit der eigenen Spitze die gegnerische Klinge zu parirenden Bewegungen verleitet, welche man **täuscht**.

Die bis jetzt geschilderten angreifenden Bewegungen mit der Spitze sind sämtlich um die **Stärke** der gegnerischen Klinge gemacht worden. Man führt aber auch angreifende Bewegungen aus, bei welchen man seine Klinge um die **Spitze** der gegnerischen herumführt, indem man sich beispielsweise in Quart oder Terz engagirt, die eigene Klinge ohne die Faust von der Stelle zu rücken, über die gegnerische Spitze hinüber gegen die feindliche Brust hebt. Diese Bewegung, welche „**Coupé**“ genannt wird, geschieht möglichst schnell, wurfartig. Ist man sicher, dass die Gegnerin einfach, d. h. von Quart nach Terz oder umgekehrt parirt, so kann ein Coupé auch fintirt und ein zweites Coupé behufs des Treffens angefügt werden. Eine solche Ausführung entspricht also dem *une Deux*, mit dem Unterschiede, dass die Bewegung

nicht wie beim wirklichen *une Deux* um die Stärke, sondern hier um die Schwäche, die Spitze der feindlichen Klinge ausgeführt wird.

Bisher wurde ein defensives Engagement der Gegnerin, also ein solches, bei welchem sie ein gerader Stoss nicht zu treffen vermag, vorausgesetzt, aber auch bei einem offensiven Engagement kann man die feindliche Klinge zur Seite bringen und sich dadurch eine Blösse erzwingen, indem man sie mit dem Ende der eigenen Mittelstärke im Engagement so weit zur Seite drückt, bis man im Stande ist, durch einen flinken, geraden Stoss die erzwungene Blösse zu treffen. Ein solches ruhiges Beiseitedrücken wird „*Pressez*“ genannt. Opponirt aber die Gegnerin dem *Pressez*, d. h. drückt sie ebenfalls gegen die angreifende Klinge, so versucht man diesem Drucke plötzlich durch eine *Dégagé*-Bewegung auszuweichen.

Gewöhnlich reizt ein mässiger Druck auf die feindliche Klinge die Gegnerin zu einfachen Paraden, von Quart nach Terz oder umgekehrt, und diesem kann leicht durch *une Deux* oder *une Deux-trois* geschickt begegnet werden.

Eine andere Angriffsbewegung, wenn sich die Gegnerin im offensiven Engagement befindet, aber nicht angreift, besteht in einem kurzen Schlage mit der Mittelstärke der eigenen Klinge auf die feindliche unter einem rechten Winkel. Unmittelbar vor dem Angriffe hat man das Engagement

der feindlichen Klinge auf 5 bis 6 Centimeter verlassen und führt den Schlag ziemlich kräftig, aber möglichst kurz aus. Ein solches Schlagen wird „Battement“, und je nach der Lage, in welcher es ausgeführt wird, Terz- oder Quart-Battement genannt. Zum Treffen ist unmittelbar nach dem Schlage ein flinker Stoss in die erzwungene Blösse erforderlich; fühlt man jedoch während des Battirens bedeutenden Widerstand, so ist nach demselben ein Dégagement zweckentsprechend.

Den Versuch, sich der angreifenden Gegnerin nicht allein zu erwehren, sondern dieselbe auch zu treffen, nennt man „Assaut“, und erheischt die Ausübung bestimmte Angriffs- und Vertheidigungsweisen in möglichst energischer Art, so ist das eine assautartige Uebung. In dieser Weise müssen nun die bisher erklärten Angriffs- und Vertheidigungsweisen, nachdem sie mit jeder Fechterin einzeln, langsam und sicher einstudirt wurden, von zweien gegeneinander geübt werden. Eine solche assautartige Uebung darf, wenn sie von Nutzen sein soll, nur von zwei in Hinsicht ihrer Fertigkeit auf gleicher Höhe stehenden Fechterinnen ausgeführt werden, oder die Gewandtere muss ihre Gegnerin mit nachgiebiger Aufmerksamkeit behandeln, d. h. sie darf nicht bei jeder sich ihr bietenden Gelegenheit von ihrer grösseren Fertigkeit Gebrauch machen.

Bei den Uebungen müssen die Fechterinnen die Aufgaben stets wechseln, so dass bald die eine,

bald die andere die Angreifende, beziehungsweise die sich Vertheidigende ist.

Befindet sich eine Fechterin im defensiven und ihre Gegnerin im offensiven Quart-Engagement, so hat die Letztere zu stossen, anzugreifen, die Erstere zu pariren, sich zu vertheidigen. Die Angreifende stösst *Dégagé*, welches die Gegnerin mit Terz oder Contre-Quart parirt.

Wird die vorstehende Uebung im Terz-Engagement ausgeführt, so ist der Angriff mit Quart oder Contre-Terz zu pariren.

Um das Pariren gut zu erlernen, darf man im Engagement der angreifenden Fechterin nie die Möglichkeit bieten, mit einem geraden Stoss zu treffen, weil sonst die Parade zu sehr erleichtert wird. Sollte der Angegriffenen die Parade niemals glücken, so dass sie stets getroffen wird, so darf ihr gestattet werden, ihre Parade mit der Klinge, die sogenannte Faustparade, durch *Rompiren*, d. h. durch einen nur einmaligen Rücktritt aus der Mensur, zu unterstützen. Dieser Rückschritt, der anfangs nach Belieben gross sein darf, muss aber nach und nach immer kleiner werden und ist nicht mit dem sehr ähnlichen „*Retiriren*“ zu verwechseln.

Bedient sich die Fechterin im defensiven Engagement nur einfacher Paraden, von Quart nach Terz oder umgekehrt, so stösst die angreifende entweder *Dégagé* oder *une Deux*, welches die parirende

Fechterin mit den entsprechenden einfachen Paraden zu decken suchen wird.

Selbstverständlich ist von jeder Fechterin ebenso wie Parade mit Angriff, so auch das Quart- mit dem Terz-Engagement, und umgekehrt häufig zu wechseln.

Die Demi-cercle-Parade kann gegen Dégagés sowohl aus dem defensiven Quart-, wie aus dem defensiven Terz-Engagement angewendet werden. Ist die Bestimmung getroffen, dass die Demi-cercle-Parade ausgeführt und dabei auch trompirt, mit der eigenen Spitze der feindlichen Parade ausgewichen werden darf, so kann das letztere nur durch Heben der Spitze über die parirende Faust geschehen. Wurde die Demi-cercle-Parade trompirt, so kann die Trompirung durch Second-, besser aber durch kräftiges Quartpariren gedeckt werden.

Um das Kampfspiel mannigfaltiger zu gestalten, vorzugsweise aber um in den eigenen Paraden nicht so leicht trompirt zu werden, empfiehlt es sich, abwechselungsweise verschiedenerlei Paraden zu gebrauchen. Hiefür ist die Demi-cercle-Parade sehr wichtig, doch ist darauf zu sehen, dass dieselbe nicht allein erlernt wird, sondern dass man auch schnell hinterher quart pariren kann, wenn man fühlt, dass man durch die Demi-cercle-Parade die feindliche Klinge nicht erfasst hat. Eine weitere Aufgabe bildet das Einüben der

zwei Haupt-Contre-Paraden: Der Contre Quart und Contre-Terz-Parade.

Man nimmt Quart-Engagement: Die Fechterin in der Offensive stösst entweder Dégagé, welches die Gegnerin in der Defensive nur durch Contre-Quart zu pariren sucht, oder die angreifende Fechterin stösst Doublé, wovon die letzte Bewegung mit Terz oder Demi-cercle parirt werden kann.

Ein Doublé, zwei in gleicher Richtung ausgeführte Dégagés, kann nur dann angewendet werden, wenn die Gegnerin eine Contre-Parade zur Ausführung bringt. Die zweite Dégagé-Bewegung bildet die Trompirung der Contre-Parade. — Will man diese Uebung aus dem Terz-Engagement ausführen, so ist natürlich die Bestimmung nothwendig, dass die Fechterin in der Defensive Contre-terz und die letzte Bewegung des Doublé mit Quart oder Demi-cercle parirt. Eine Weiterbildung wird durch „Riposten“-Stösse, welche unmittelbar nach einer Parade ausgeführt werden, erreicht.

Zur einfachen oder geraden Riposte wird beispielsweise bestimmt, dass die angreifende Fechterin aus dem Quart-Engagement das Dégagé stösst, welches von der Gegnerin mit Terz parirt wird, und der Parade folgt dann unmittelbar ein Terz-Stoss. Oder: Aus dem Terz-Engagement stösst die Angreifende Dégagé, welches die Gegnerin mit Quart parirt, und der Parade sofort den Quart-Stoss folgen lässt.

Eine solche Riposte muss im richtigen Tempo, d. h. genau mit derselben Schnelligkeit wie die gegnerische Action, ausgeführt werden. Ist diese schnell und besteht aus raschem Ausfall mit darauf folgendem flinken Zurückgehen, so muss naturgemäss die Riposte ebenfalls rasch sein; unpraktisch jedoch wäre es, einer langsam arbeitenden Gegnerin flink ripostiren zu wollen, denn bei zu eilfertigem Ripostiren riskirt man sehr leicht, in die gegnerische Klinge zu laufen oder durch die feindliche Klingenbewegung, welche die Riposte abzuweisen sucht, mit der Spitze in das Gesicht oder auf einen anderen Körpertheil geschlagen zu werden. Erfahrungsgemäss verwundet aber ein Schlag mit der Fleuretspitze (Degenspitze), wenn auch leicht, doch ebenso wie ein Stich und der Fechter muss trachten, sich überhaupt vor jeder Berührung durch die feindliche Klinge zu schützen. Eine im richtigen Tempo angebrachte Riposte ist also in dem Moment auszuführen, in welchem die Gegnerin entweder aus ihrem parirten Angriffe zur en garde-Stellung zurückgeht oder nach ihrem Angriffe ruhig bleibt.

Es empfiehlt sich, die Riposten zuerst stehenden Fusses (ohne Ausfall) zu üben, indem die Angreiferin in ihrem Ausfalle liegen bleibt und sich die Riposte geben, sich treffen lässt. Wird nach der Terz-Parade der Terz-Stich, nach der Quart-Parade der Quart-Stich ausgeführt, so nennt man eine solche Riposte eine gerade.

Damensport.

Geschieht das **gerade Ripostiren** unmittelbar, ohne jeden Zeitverlust nach der Parade, so wird es **tac au tac-Ripostiren** genannt.

Denkende Fechterinnen können die Uebungen selbst leicht erweitern, wie überhaupt Variationen zu denselben nicht allzu schwer zu finden sind. Wird endlich der freie Kampf, das **Assaut**, angestrebt, so ist zur Uebung anfangs die Fechterin zu bestimmen, welche angreift.

Es ist beim Fechten Sitte, dass sowohl beim Beginn, als auch beim Ende eines Kampfspieles eine **Begrüssung** mit der Waffe ausgeführt wird. Diese geschieht in folgender Weise: Die Gegnerinnen stellen sich in einer Entfernung von circa sechs Schritten mit voller Brust in militärischer Haltung, mit geschlossenen Fersen einander gegenüber. Die linke Hand hält die Stärke der Fleuret-**klinge** dicht unter dem Stichblatte, als wäre sie in einer Scheide an der linken Seite.

Gleichzeitig wird der rechte Arm mit einer Vierteldrehung des Körpers nach links grüssend gegen die Gegnerin gehoben; sodann erfasst die rechte Hand den Griff des Fleurets, und während die linke Hand entlang der Klinge gegen die Spitze gleitet, heben beide Arme das Fleuret hoch über den Kopf. Dann wird mit einem hörbaren Appel die **en garde-Stellung** genommen. Unmittelbar darauf werden als Aufforderung zum Kampfe zwei kurze Appels gegeben.

Der rechte Fuss wird an den linken herangezogen, die Beine werden gestreckt und geschlossen, während der rechte Arm in horizontaler Richtung die Spitze der Waffe dem Gesichte der Gegnerin zuwendet. Der linke Arm hängt zwanglos am Körper herab. Diese Stellung bezeichnet die Gefechtslinie, auf welcher der Kampf stattzufinden hat. Hierauf wird die rechte Faust derartig an die rechte Brustseite geführt, dass sich das Fleuret in verticaler Richtung, die Spitze nach aufwärts, befindet. In dieser Haltung wird dann die Klinge zuerst gegen die auf der Brustseite (Quart) sich befindenden Zuschauer gehoben und in die vorige Lage zurückgeführt, darauf werden in gleicher Weise die Anwesenden auf der Rückenseite (Terz) salutirt und schliesslich auch die Gegnerin. Endlich schwingt man die Klinge in einem nach abwärts beginnenden Kreise und nimmt mit einem hörbaren Appel Stellung. Schliesslich ist noch zu bemerken, dass bei den Begrüssungen auch der Kopf nach der betreffenden Richtung zu wenden ist, und dass dieselben von beiden Fechterinnen in den einzelnen Tempos gleichzeitig ausgeführt werden müssen.

#### Das Assaut.

Der Gebrauch des Fleurets gegen eine mit derselben Waffe bewehrte Gegnerin, ohne Commando von Seite einer der Damen oder einer dritten Person, bildet das Assaut.

In einem solchen, welches den herrschenden Schulregeln entspricht, sucht man nur das Plastron der Gegnerin zu treffen und vermeidet die Berührung irgend eines nicht durch dasselbe geschützten Körpertheiles.

Stellen sich zwei Fechterinnen zu einem Assaut en garde, so wird der Kampf so lange fortgesetzt, bis eine der Gegnerinnen getroffen ist; sobald dieser Fall eintritt, wird das Gefecht momentan unterbrochen. Es kann jedoch auch ohne eine Berührung von beiden Fechterinnen eine Unterbrechung des Kampfes veranlasst werden.

Das Gefecht bis zu einem Halt nennt man einen Gang und mehrere Gänge bilden ein Assaut.

Wird in einem schulgerechten Fleuret-Assaut eine der Gegnerinnen an irgend einem anderen als durch das Plastron geschützten Körpertheile getroffen, so haben beide Fechterinnen im Kampfe innezuhalten und jene, welche den schlechten Stoss führte, hat die Pflicht, sich zu entschuldigen. Jede Berührung mit der Spitze des Fleurets, bei welcher anzunehmen ist, dass im Ernstkampf der Degen in den Körper eingedrungen sein würde, hat die Getroffene durch das Wort „Touché!“ zu bekennen.

Trifft die Spitze nur leicht das Plastron und gleitet ab, so bekennet die Getroffene diese Berührung als „Passé!“; ebenso hat sie ein Treffen des Halses, der Maske und der Arme „anzusagen“. Eine hauende Berührung des Körpers durch die feindliche Klinge wird mit „angelegt“ bezeichnet.

Jede Berührung beendet zwar einen Gang, aber nur ein regelrechtes „Touché“ hat Giltigkeit als gelungener Stoss.

Die beim Beginn eines Assaut üblichen Begrüssungen werden auch beim Schluss desselben ausgeführt.

Im Assaut ist die erste Pflicht die eigene Deckung, das Treffen der Gegnerin steht erst in zweiter Linie.

Die Folge des beiderseitigen Bemühens, seine Gegnerin um jeden Preis zu treffen, ist in der Regel das unbedingt zu vermeidende gleichzeitige Treffen Beider, welches als ein „Doublé“ oder ein „Coup fourré“ bezeichnet wird. Nur die vorsichtige Waffenführung und besonders der vorsichtige Angriff können vor einem „Coup fourré“ schützen.

Zu einem vorsichtigen Fechten ist es wichtig, die Mensur bei der en garde-Stellung so weit als thunlich von der Gegnerin zu nehmen, damit nicht etwa gleich ihr erster kräftiger Ausfall vielleicht sogar unversehens zu treffen vermag. Die Mensur muss hiernach eine möglichst „weite“ sein.

Ferner ist die Hand der Gegnerin genau zu beobachten, wenn auch zuweilen die hinfällige Behauptung aufgestellt wird, dass dem Gegner stets ins Auge zu schauen sei. Man muss die feindliche Hand immer im Auge haben, weil durch ihre Stellung und Bewegungen die der eigenen bedingt

werden und eine richtige Fauststellung vornehmlich bei den Paraden von der grössten Wichtigkeit ist. Beispielsweise muss die eigene Hand bei den steilen Paraden unbedingt 2 bis 3 Centimeter tiefer und bei verhängten Paraden in gleichem Verhältniss höher als die gegnerische stehen.

Befindet man sich einer Fechterin gegenüber, mit welcher man noch nicht gefochten, die man vielleicht sogar noch nie auf der Mensur gesehen hat, so gebietet die Vorsicht, vor Allem erst mit der eigenen Klinge ihre Fertigkeit zu prüfen. Zu diesem Zwecke darf man nicht sofort angreifen, sondern man muss die Gegnerin erst durch stichdrohende Bewegungen zur Entfaltung ihrer Gefechtsweise zu bringen trachten. Versucht die Gegnerin, die Stiche regelrecht zu pariren, dann schreitet man zum Angriff, der jedoch nur von Erfolg sein wird, wenn die Angreifende schneller und energischer vorgeht, als die Angegriffene.

Fechterinnen, welche durch Entgegenhalten der Klinge den Angriff abzuhalten suchen, oder durch ein Hineinstossen in den Angriff einen Coup fouré herbeiführen, werden mit dem Ausdrücke „Tempistinnen“ bezeichnet. Geschickte Fechterinnen wissen dem Tempiren dadurch zu begegnen, dass sie Scheinangriffe ausführen, und sobald sie bemerken, dass die Gegnerin stösst, diesen Stoss blitzschnell rompirend pariren, um sodann ohne Zeitverlust sofort zu ripostiren.

Ruhe und Geduld ist einer Tempistin gegenüber nothwendiger als bei allen anderen Fechterinnen. Es ist eine ganz gute Taktik, die Tempistin spielend zu ermüden, sie auf weiter Mensur stets mit Scheinangriffen zu beschäftigen und sobald man bemerkt, dass die Gegnerin im energischen Tempiren nachlässt, mit grösster Energie einen womöglich ripostirenden Ausfall zu wagen, sich nach demselben aber wieder blitzschnell auf die weiteste Mensur zurückzuziehen. Es bleibt jedoch stets eine schwere Aufgabe, ein erfolgreiches Assaut mit einer Tempistin auszuführen. Eine gewandte und entschlossene Fechterin darf aber vor einer solchen Aufgabe nicht zurückschrecken, sondern muss dieselbe mit Zusammennehmen ihrer ganzen Geistes- und Körperkraft glücklich zu lösen suchen.

Anders gestaltet sich ein Assaut mit wirklich schul- und kunstgebildeten Fechterinnen. Eine solche wird nur dann angreifen, wenn die Gegnerin sich keines Angriffes versieht, oder gar einen solchen erwartet.

Glaubt man einen Angriff mit Sicherheit wagen zu können, so hat man verschiedene Dinge, womöglich vom Gegner unbemerkt, auszuführen. Das Wichtigste ist die Verkleinerung der Mensur um so viel, dass man die Gegnerin mit einem mässig grossen Ausfall zu treffen im Stande ist. Zu diesem Zwecke zieht die gute Fechterin, welche

sich in möglichst weiter Mensur befindet, unmittelbar vor dem Ausfalle den linken Fuss unbemerkt an den rechten heran, dirigirt die Spitze des eigenen Fleurets so nahe als möglich an die Trefffläche der Gegnerin und beobachtet genau die Stellung der feindlichen Hand. Steht diese sehr stark in irgend einer Deckung, sei es in Quart oder Terz, so ist das Dégagé in die gebotene Blösse mit einer möglichst geringen Spitzbewegung schnell und energisch hineinzustossen.

Steht die gegnerische Hand aber so ziemlich in der Mitte des Körpers, so muss man sich entweder durch ein kleines kurzes Battement eine Blösse erzwingen, oder nachdem man durch vorhergegangene Scheinangriffe vielleicht erfahren hat, welcher Art von Paraden sich die Gegnerin zu bedienen pflegt, diese zu trompiren suchen. Werden beispielsweise die einfachen Paraden, wie Quart und Terz, bevorzugt, so sind die Finten *une Deux*, oder *une Deux-trois*, welche natürlich in energischer, ausfallender Vorwärtsbewegung ausgeführt werden müssen, am Platze. Schwieriger ist, etwaigen Contre-Paraden der Gegnerin zu begegnen. Gegen Contre-Quart und Contre-Terz sind die entsprechenden *Doublés* nothwendig. *Demi-cercle*- und *Second*-Paraden müssen trompirt werden.

Selbstverständlich wird nicht jeder Angriff gelingen, d. h. es wird nicht jeder versuchte Stoss treffen; überzeugt man sich aber, dass die Gegnerin un-

berechenbar ist, indem sie jeden Augenblick mit den Paraden wechselt, die einfachen, wie die Contre-, Cercle- und Second-Paraden bei ihrer Vertheidigung gleich gut zu verwenden versteht und hat man durch das Gesicht und die Fühlung mit der eigenen Klinge erfahren, dass durch die Anwendung anderer als der erwarteten Paraden die Treffmöglichkeit schwindet, so ist ein Retiriren angezeigt, mit welchem Paraden verbunden sind, um darauf den einfachsten, aber schnellsten Angriff zu versuchen, der gegen solche Fechterinnen noch den meisten Erfolg verspricht.

Man kann auch versuchen, die gewandte Fechterin bei weiter Mensur durch Scheinangriffe in ein Gefecht zu verwickeln. Nach jedem einfachen Scheinangriff geht man, die Riposte der Gegnerin parirend oder erwartend, zurück, um dieses Spiel einigemale zu wiederholen und endlich mit einem plötzlich geführten Stosse zu reussiren.

Ebenso wichtig wie die Angriffsweise, ist auch die Vertheidigungsweise und bei dieser ist ebenfalls die Mensur das Erste und Wichtigste. Zum Pariren darf man keine zu enge Mensur nehmen, denn in der sogenannten engen Mensur lässt sich erfahrungsmässig nicht pariren, und ferner muss man Hand und Körper der Gegnerin genau beobachten, um bei der geringsten Vorwärtsbewegung ihrerseits selbst gleich rompiren zu können.

Die Gegnerin ist stets in mittlerer Mensur zu halten und die Paraden sind möglichst klein und in der Klingenlage immer stichbereit auszuführen, denn das Pariren allein, ohne Riposte, genügt nicht. Da der gelungenen Parade unmittelbar der Nachstoss folgen muss, so darf bei derselben die Spitze der Klinge niemals unverhältnissmässig hoch oder tief stehen, weil sonst die Riposte zu leicht „verworfen“, daneben gestossen, wird.

Viele Fechterinnen retiriren, wenn sie dem Angriffe entgehen wollen, zu weit, so dass ihre etwaige Riposte nicht treffen kann. Allerdings ist das Retiriren, durch Zurücktreten dem Angriff ausweichen, als eine negative Parade zu betrachten, aber retirirt man zu weit, so muss man mit der Riposte zu spät kommen, erreicht den eigentlichen Zweck nicht, und man kommt dabei auch leicht in die Lage, vielleicht durch eine augenblickliche Erschlaffung einmal gar nicht zu pariren und getroffen zu werden.

Beim Ripostiren hat man, wie beim Angriffe, die Stellung der gegnerischen Hand genau zu berücksichtigen.

Eine Riposte darf nur nach einer gut gelungenen Parade ausgeführt werden, denn hat man die feindliche Klinge in Folge eines hohen gegnerischen Stosses nur mit der eigenen Spitze parirt, oder nur mit der Faust, anstatt mit der Klingenstärke pariren können, so wird die Riposte, die dann in

der Regel unsicher ist, entweder leicht verworfen, oder, weil die gegnerische Klinge nicht genügend zur Seite gedrückt wurde, leicht parirt, oder aber man setzt sich der Gefahr aus, in die gegnerische Klinge zu laufen.

Nach einer gelungenen Parade muss man fühlen und sehen, auf welchen Punkt die Riposte zu führen ist. Das Gefühl ist schneller als das Auge. Ist die gegnerische Klinge kräftig zur Seite gebracht, so ist eine gerade Riposte am Platze, d. h. beispielsweise nach der Quart-Parade der Quart-Stoss. Die Höhe des Stosses richtet sich nach der höheren oder tieferen Stellung der gegnerischen Hand. Ob man gerade Ripostiren kann, muss man fühlen; ob man aber hoch oder tief zu stossen hat, muss man sehen. Bei einem von der Gegnerin leicht geführten Stoss fühlt man wenig oder gar keinen Widerstand in der eigenen Parade, und da man sich eine Blösse erzwungen hat, ist eine gerade Riposte möglich. Fühlt man aber in der Parade „Opposition“, einen starken Druck gegen die eigene Klinge, was bei kräftigen, „forcirten“ Stössen gewöhnlich der Fall ist, so muss man von der geraden Riposte Abstand nehmen, und besser Dégagé ripostiren, weil nach einem solchen Stosse die feindliche Klinge auch beim Zurückziehen noch gegen das eigene Fleuret drückt und in Folge dieses Druckes den geraden Stoss parirt.

Das Ripostiren mit Spitzbewegungen, mit une Deux, Doublé und dergleichen, ist nur Fechterinnen

gegenüber zu empfehlen, welche nach einem Ausfalle blitzschnell mit Paraden zurückgehen.

Nicht unwesentlich ist es auch, gegen Linksfechterinnen gerüstet zu sein, wenn der eigentliche Vortheil einer solchen gegen eine Rechtsfechterin auch nur darin besteht, dass sie gewohnt ist, einer Rechtsfechterin gegenüberzustehen, während dieser ein Kampf gegen eine Fechterin mit der Waffe in der linken Hand in der Regel neu ist. Zu fürchten sind am meisten die Quartstösse der Linksfechterin, andererseits ist sie aber auch am leichtesten durch solche zu treffen; ebenso sind Demi-cercle- und Contre-Quart-Paraden, und die aus diesen entstehenden Riposten gegen Linksfechterinnen sehr wirksam.

Schliesslich sei noch bemerkt, dass ein schönes Assaut eine kleine Klingenföhrung haben muss, so dass die Bewegung der Klingenspitze niemals den Umkreis der feindlichen Brust überschreitet. Die Paraden dürfen nicht hiebartig ausgeföhrt werden, sondern die Klingen müssen immer aneinandergleiten.

Wenn bei Beherzigung und richtiger Ausführung der vorstehenden Regeln die Fechterin unter allen Umständen auch Ruhe und Besonnenheit bewahrt, so wird sie den fechterischen Wahlspruch bewahrheiten:

Kunst besiegt die Kraft.

---

DAS BALLSPIEL.

---



## DAS BALLSPIEL.



Im Allgemeinen zählten bis vor Kurzem die Ballspiele in Deutschland nur zu den Belustigungen der männlichen Jugend, erst in neuerer Zeit werden sie nach englischem Vorbilde ebenfalls von Erwachsenen, und sogar auch von Damen als Sport betrieben. Das Ballspiel ist übrigens schon seit Jahrtausenden bekannt; erzählt doch bereits Homer von einem gymnastischen Spiele mit dem Ball, welches Nausikaa, die Tochter des Phäakenkönigs, mit ihren Gefährtinnen ausführte.

Ausser in Sparta, wo sich auch Mädchen am Ballspiele betheiligten, war dasselbe bei den Griechen aber nur eine Beschäftigung für das männliche Geschlecht und bildete einen Theil der Gymnastik. Auch bei den Römern war das Ballspiel eine beliebte Unterhaltung für

Jung und Alt und wurde selbst von Personen höheren Alters als eine angemessene Bewegung angesehen. Im Mittelalter stand das Ballspiel allgemein sogar in so hohem Ansehen, dass in vielen Städten besondere Häuser, unter der Bezeichnung „Ballhäuser“, dazu erbaut und sogenannte „Ballmeister“ besoldet wurden. Eins dieser Ballhäuser, und zwar das Pariser, ist, wenn auch nicht in sportlicher Beziehung, so doch politisch und geschichtlich zu einer Berühmtheit gelangt, indem Bailly am 20. Juni 1789 dorthin den dritten Stand führte, nachdem er das gewöhnliche Local der Nationalversammlung von königlichen Truppen besetzt und die Eingänge durch Wachen gesperrt fand. Dort liess er die Versammlung schwören, sich nicht eher zu trennen, bis die Constitution des Königsreichs auf gediegener Grundlage erbaut und befestigt sei. In diesem Ballhause ist auch der historische Bescheid von Mirabeau an die Abgesandten des Königs ertheilt worden: „Sagt Eurem Herrn, dass wir hier im Namen des Volkes tagen und nur der Gewalt der Bajonette weichen werden.“ Auch in Wien erinnert noch der Name des „Ballplatzes“ mit dem „Ballhause“ an die Beliebtheit der Ballspiele in früherer Zeit. Das Haus hinter der Hofburg war damals zum Ballspiel eingerichtet und auch mit Billards ausgestattet. Während der ersten Zeit der französischen Revolution und den darauf folgenden Napoleonischen Kriegen, welche fast die

ganze Welt in Mitleidenschaft zogen, lag natürlich aller Sport darnieder und auch zum Ballspiel fand Niemand Zeit und Lust. In der Periode des Friedens erwachte der Sport wieder zu neuem Leben, und von England ausgehend, fanden Herren wie Damen immer mehr Geschmack an seinem Betriebe, indem sie das durch denselben gewährte Vergnügen und seinen Nutzen erkannten. Heute werden die Ballspiele nicht allein in England mit grosser Vorliebe betrieben, dieselben haben sich auch von neuem auf dem Continente eingebürgert. In Paris spielt jetzt beispielsweise eine geschlossene Gesellschaft das „*Jeu de longue paume*“ (Lang-Ballspiel) auf einem besonders zu diesem Zweck in dem herrlichen Park des Palais Luxembourg hergerichteten Platze. An diesem Spiele können sich auch Damen betheiligen, jedoch werden von ihnen in der Regel die dazu verwendeten Bälle, wenn sie auch aus Kork hergestellt sind, dennoch für zu schwer befunden.

Von den vielen Variationen der Ballspiele sind aber nur wenige wirklich für Damen geeignet, und das sind solche, bei denen nicht eine besondere Kraft zum Schlagen der Bälle mit einem Ballholze oder zum weiten Werfen derselben erforderlich ist sondern welche vornehmlich auf Geschicklichkeit beruhen. So ist das in England von Jung und Alt so sehr beliebte Fussballspiel, welches schon unter der Regierung Eduard III. mit solcher Leidenschaft

Damensport.

} Arten des  
Ballspiel  
f. Damen

Mann-  
sport

betrieben wurde, dass man sich zu einem königlichen Verbot desselben genöthigt sah, weil man durch dasselbe eine Beeinträchtigung des Bogenschiessens befürchtete, nur ein Sport für das männliche Geschlecht, bei dem es in neuester Zeit auch auf dem Continente Anklang fand. In Folge dessen haben sich in verschiedenen Städten, wie in Frankfurt am Main, Heidelberg, Wiesbaden, Hanau, Offenbach, Darmstadt, Homburg, Kannstadt, Bremen, Braunschweig und noch anderen Orten, meist auf Veranlassung von Engländern, Fussball-Clubs gebildet.

Ungeeignet  
Ballspiel  
f. Dame

Von den in Wien lebenden Engländern und Amerikanern ist vor wenigen Jahren ein ähnlicher Club zum Betriebe des Cricketspiels ins Leben gerufen worden, aber auch dieses Spiel ist ebenso wenig eine Beschäftigung für Damen, wie so manches andere der englischen Ballspiele, als Bowls, Rounders, Base-Ball, Fives, Racquets und Golf, wovon man sich leicht überzeugen kann, wenn man die schlanken Gestalten der Herren in ihren zu diesem Sport bestimmten Anzügen aus weissem Flanell auf der Feuerwerkswiese im Prater mit kräftigem Arm die „Bats“ (Ballholz) schwingen und die Bälle von 20 bis 25 Centimeter Umfang mit solcher Vehemenz werfen sieht, dass die Spieler starke Lederhandschuhe und zum Schutze der Schienbeine Beinschienen anlegen.

Auch die bei der deutschen Jugend so beliebten Carrée- und Parteiball-, sowie alle anderen

Ballspiele, bei welchen es darauf ankommt, den selbst oder von einem Anderen schlagrecht geworfenen Ball mit dem Ballholz oder der Ballkeule so zu treffen, dass derselbe möglichst hoch und weit geschleudert wird, sind kein Sport für Damen, diese müssen sich schon mit dem Croquet, dem *Damen-Ball* *operette*, Lawn Tennis, und Badminton begnügen.

### Lawn Tennis.

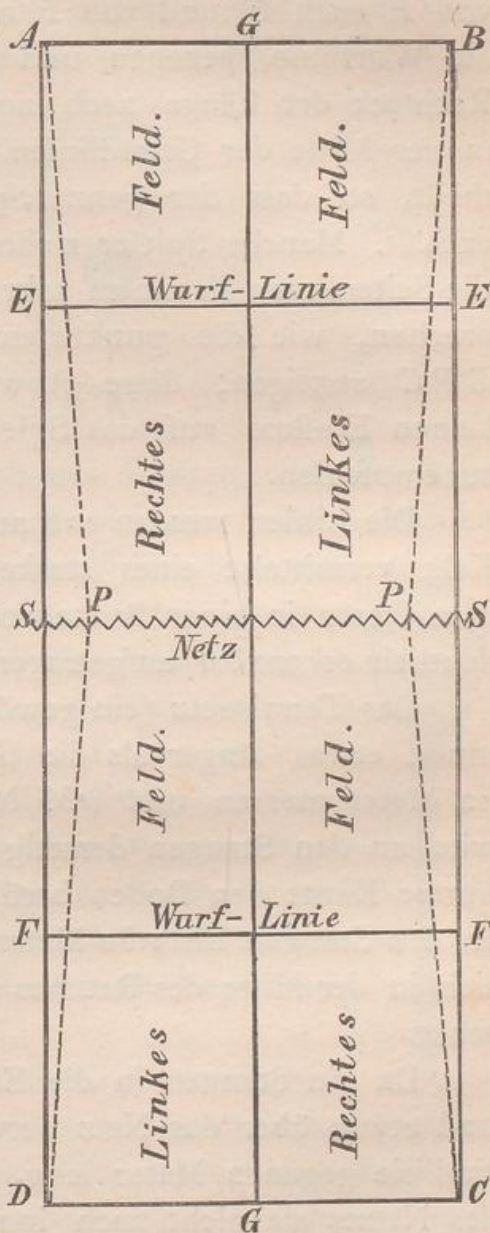
Lawn Tennis, ein Ballspiel, welches heute zu den beliebtesten Sportarten gehört, die von der vornehmen Damenwelt auf dem Lande betrieben werden, hat bis jetzt noch keinen deutschen Namen erhalten, wenn man dasselbe nicht vielleicht mit Netzbball, auf Grund des dabei erforderlichen Netzes, bezeichnen will. Die Engländer haben sich zwar bemüht, seinen Ursprung zu erforschen, sind jedoch zu keinem endgiltig anerkannten Resultat gekommen. Am meisten begründet scheint die Annahme, dass es aus dem alten französischen „Jeu de paume“ hervorgegangen ist. Tennis ist wohl nur eine Verdrehung des französischen Wortes „tenez“, des Zurufes, dessen sich der Spieler im „Jeu de paume“ beim Zuwerfen des Balles bedient, und Lawn bezeichnet den ebenen, gewöhnlich mit Rasen bewachsenen Spielgrund. Manche wollen Lawn Tennis als ein altes deutsches Nationalspiel ansprechen; wenn diese Annahme jedoch richtig wäre, dann würde sich auch wohl der deutsche Name dafür

erhalten haben, oder es würde wenigstens nicht gar zu schwierig sein, denselben zu erforschen. Da wir aber noch keine passende deutsche Bezeichnung für diesen Sport haben, so sind wir vorläufig noch auf die englische „Lawn Tennis“ angewiesen.

Die Erfordernisse zu diesem Spiele sind ein freier ebener Platz, womöglich ein Rasenplatz, ein Netz, zwei Stangen zum Aufhängen desselben, Stricke und einige Zeltpföcke und Leinen, um den Stangen den nöthigen Halt zu geben, ein Hammer, um die Pföcke in die Erde zu treiben; für jede Spielerin ein Ballnetz (Racket) und einige Gummibälle. Die Requisiten sind selbst auf dem Lande nicht schwer zu beschaffen; wenn man eine Ausgabe von 60 bis 70 Gulden nicht scheut, so kann man alle diese Erfordernisse sehr elegant, brauchbar und dauerhaft hergestellt, in allen grösseren Spielwaarenhandlungen, in einer sauberen Kiste verpackt, kaufen. Zu empfehlen, wenn auch nicht unbedingt nothwendig, sind der Spielerin dann auch noch ein Paar Lawn Tennis-Schuhe, in der Regel aus starker Leinwand mit einer Sohle, die auf dem glatten Rasen nicht gleitet.

Der Spielplatz muss möglichst eben und ziemlich fest sein. Einen zu dem Zwecke bestimmten Rasenfleck hält man immer kurz geschoren und fest gewalzt. Die Grösse des Spielraumes ist häufig durch die Verhältnisse bedingt und keine durch das Spiel unbedingt vorgeschriebene. Ist man jedoch

nicht beschränkt, so thut man gut, auch hierin den in England von den Lawn Tennis Representatives aufgestellten Regeln zu folgen, die ein Rechteck mit einer Seitenlänge von 26 zu 10 Meter angeben, wie die Zeichnung ein solches  $A B C D$  darstellt. Die Seiten  $A B$  und  $C D$  heissen die Grundlinien (base lines),  $A D$  und  $B C$  sind die Seitenlinien. Dieses Rechteck wird in der Mitte der Seitenlinien von  $S$  nach  $S$  durch das Netz in zwei gleiche Abschnitte getheilt. Das Netz wird an zwei in den etwas ausserhalb der Seitenlinien angegebenen Punkten  $S S$  eingeschlagenen Stangen befestigt. In einer Entfernung von 7 Meter vom



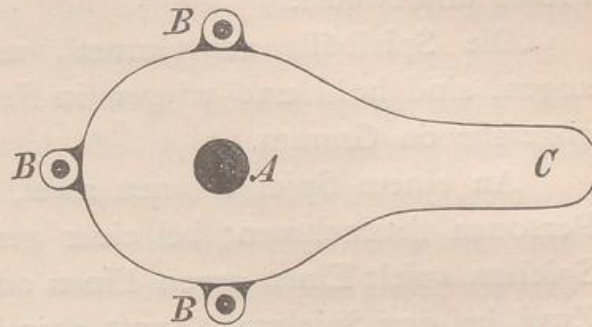
Netze wird auf jeder Seite parallel mit demselben von *E* nach *E* und von *F* nach *F* je eine Linie, die Wurflinie, gezogen und ausserdem wird das Rechteck der Länge nach noch durch eine Linie in der Mitte der Grundlinien von *G* nach *G* getheilt, so dass der ganze Spielraum acht Felder enthält. Manche Spieler ziehen es auch wohl vor, die Seitenlinien in einem sehr stumpfen Winkel zu brechen, wie die punktirten Linien *APD* und *BPC* anzeigen; diese Abweichung hat jedoch keinen Einfluss auf das Spiel und ist auch nicht zu empfehlen.

Die Linien werden mit aufgelöster Kreide oder Kalk vermittelt eines starken Maurerpinsels auf dem Rasen in einer Breite von circa 5 Centimeter deutlich erkennbar aufgetragen.

Das Tennisnetz (ein gewöhnliches Fischernetz) muss, etwas länger als die Grundlinien, beiläufig 12 Meter messen und 1.33 Meter breit sein. Es wird an den Stangen derartig befestigt, dass seine untere Kante den Boden berührt, die obere Kante an den Stangen bis 1.30 Meter in die Höhe reicht, sich in der Mitte des Raumes aber bis auf 1 Meter senkt.

Da die Stangen in die Erde getrieben werden und etwas über das Netz hervorragen müssen, so sind sie gegen 2 Meter lang. Damit die Schwere des Netzes sie nicht nach innen umwerfen kann, müssen sie von ihrer Spitze aus mit je drei Leinen,

die schräg nach auswärts mit Zeltpflocken in der Erde zu verankern sind, aufrecht gehalten werden. Um die Stangen bequem in die Erde treiben zu können, ist ein Erdbohrer in ihrer Stärke den Tennisrequisiten hinzuzufügen.



Will man jedoch den Tennisgrund nicht durch das Bohren von Löchern beschädigen, so kann man sich zum Aufstellen der Stangen auch eiserner Füße bedienen, die mit drei langen, aber dünnen eisernen Pflocken, welche bei *B B B* in die Erde zu schlagen sind, befestigt werden. Der hervorstehende Theil *C* des Fusses ist nach der Seite des Netzes zu stellen.

Mehr des gefälligen Aussehens, als des Nutzens wegen werden zuweilen an den Enden des Netzes, im rechten Winkel zu diesem, je zwei dreieckige Seitennetze aufgespannt.



Die mit Darmsaiten netzartig geflochtenen Ballnetze oder Schläger (Rackets) haben mit dem handlichen Stiel eine Gesamtlänge von beiläufig 70 Centimeter und wiegen etwa 0,33 Kilogramm, so dass jede Dame mit einem

solchen Ballnetz leicht zu hantiren im Stande ist. Damit die Schläger sich nicht werfen, werden sie nach dem Gebrauch in einer dazu bestimmten Presse aufbewahrt.

Die Spielbälle aus Gummi, mit Garn überzogen, sind hohl und wiegen in Folge dessen nur ungefähr 60 Gramm.

An einem Spiel können zwei, drei oder vier Personen theilnehmen; bei einer geraden Zahl von Spielern spielt Einer gegen Einen oder Zwei gegen Zwei, bei drei Spielern kämpft aber der gewandteste gegen die beiden schwächeren. Angenehm, wenn auch nicht unbedingt nothwendig, ist auch ein Schiedsrichter (Umpire), der jedoch an dem Spiele nicht theilnimmt. Seine Entscheidung in streitigen Fällen ist endgiltig, gegen dieselbe giebt es keine Berufung.

Haben sich die Spieler in zwei Parteien getheilt, so wird gelost, wer den Ball zuerst zu werfen hat. Dieses Losen ist insofern wichtig, als nach den Spielregeln die gemachten Points nur immer für denjenigen Spieler, beziehungsweise für diejenige Partei gelten, welche den Ball angeworfen (servirt) hat und es bei guten Spielern vorkommen kann, dass eine Partei das Spiel ohne Fehler beendet, ehe die Gegner zum Zählen kommen.

Die den Ball anwerfende Partei sind die „Spieler“ (Server oder Hand in) und führen diesen Namen so lange, bis bei ihnen ein Fehler gemacht wurde. Die andere Partei sind so lange die „Gegner“

(Striker oder Hand out), bis sie durch einen Fehler der Spieler selbst zu Spielern und jene zu ihren Gegnern werden. Der Ball wird nun von den jetzigen Spielern von neuem „servirt“, d. h. den Gegnern über das Netz zugeworfen.

Die Parteien nehmen je auf einer Seite des Netzes Aufstellung. Die Spieler, denen durch das Los das Recht des Beginnes zugefallen ist, erhalten damit gleichzeitig das Recht der Platzwahl, weil durch den Stand der Sonne und die Luftströmung vielleicht die eine Seite der anderen vorzuziehen sein dürfte. Besteht jede Partei aus vier Spielerinnen, so vertheilen sich diese derartig, dass je eine in einem der vier Felder ihre Aufstellung nimmt; spielen nur zwei Spielerinnen gegeneinander (match), so hat jede die vier Felder ihrer Seite zu beobachten, im Uebrigen können die Theilnehmerinnen nach Belieben ihre Plätze wählen; nur beim Wurf des „ersten Balles“ hat die Werferin (Server) sich an der Wurflinie (service line) ihrer Seite so aufzustellen, dass ein Fuss oberhalb der Wurflinie auf der das Rechteck der Länge nach durchschneidenden Mittellinie, der andere unterhalb der Wurflinie in einem der Felder steht. Befindet sich der eine Fuss der Werferin in ihrem rechten Felde, so muss sie den Ball auch in eines der rechten Felder der Gegner, welches sie vor dem Wurf jedoch bestimmt zu bezeichnen hat, werfen, so dass der „erste Ball“ stets die Mittellinie zu kreuzen hat.

In manchen Lawn Tennis-Clubs in England wird neuerdings der erste Ball nicht von der Wurf-  
linie, sondern von der Grundlinie serviert und in  
diesem Falle hat die Spielerin ganz analog der  
obigen Beschreibung ihre Aufstellung an der Grund-  
linie zu nehmen, wo diese von der Mittellinie  
durchschnitten wird.

Hat die Spielerin auf die vorbeschriebene Art  
ihren Platz eingenommen, so ruft sie beispielsweise  
den Gegnern zu: „Achtung! Feld rechts vorn!“  
wirft darauf den Ball in die Höhe und schleudert  
ihn durch einen Schlag mit dem Ballnetz schräg  
über das Netz. Die Gegner müssen den „ersten  
Ball“ den Boden, jedoch nur einmal, berühren  
lassen und denselben nach dem Aufsprunge von  
der Erde mit dem Racket den Spielern zurück-  
schlagen, die nun ihrerseits den Ball entweder aus  
dem Fluge (volley) oder, wenn sie es vorziehen,  
nach einmaligem Aufschlage in gleicher Weise  
wieder den Spielern zurücksenden. So wird das  
Spiel fortgesetzt, bis ein „Fehler“ vorkommt.

Ebenso wie nur der erste Ball einmal den  
Boden berühren muss und es dann dem Ermessen  
einer jeden Spielerin überlassen bleibt, ob sie ihn  
aus dem Fluge oder nach einmaligem Aufschlagen  
mit dem Ballnetz zurückbefördern will, so ist die  
Spielerin auch nur beim „ersten Ball“ (service ball)  
an den bestimmten Platz und an die Angabe des  
Feldes, wo der Ball niederfallen soll, gebunden.

Jeder fernere Wurf ist gut, wenn der Ball das Netz überfliegt, aber nicht ausserhalb der Umgrenzungslinie *A B C D* niederfällt.

Die nachfolgenden Regeln wurden im December 1884 in England von den Lawn Tennis Representatives aufgestellt und werden dort überall als massgebend und unumstösslich anerkannt.

#### Das Spiel unter Zweien (match).

1. Die Einrichtung des Platzes ist so, wie sie die Zeichnung (Seite 117) und die vorstehende Beschreibung angiebt.

2. Die Bälle dürfen im Durchmesser nicht kleiner als 5 Centimeter, und nicht grösser als 6 Centimeter sein; nicht weniger als 58 Gramm und nicht mehr als 62.50 Gramm wiegen.

3. Der Ausspruch des Unparteiischen ist endgiltig.

4. Die Wahl des Anfanges wird durch das Los bestimmt und der Gegner hat dann die Platzwahl, oder umgekehrt.

5. Die Parteien nehmen auf den entgegengesetzten Seiten des Netzes Aufstellung; der, welcher den ersten Ball schlägt, heisst „Server“, der andere „Striker out“.

6. Nach dem Ende der ersten Serie wird der Server Striker out, und so abwechselnd fort in den aufeinanderfolgenden Serien eines Spieles.

7. Der Server nimmt die im Vorhergehenden beschriebene Aufstellung.

8. Der Ball muss schräg über das Netz innerhalb des vom Spieler bezeichneten Feldes niederfallen.

9. Ein Fehler ist gemacht, wenn der erste Ball aus einem falschen Felde geschleudert wird, oder wenn sich der Server beim Wurf nicht in der vorgeschriebenen Stellung befindet, oder der Ball das Netz nicht überfliegt, oder in einem anderen als dem bezeichneten Felde, oder ausserhalb der Umgrenzungslinie des Spielplatzes niederfällt.

10. Ein Fehler wird nicht als Wurf gezählt.

11. Nach einem Fehler hat der Server wieder von demselben Felde zu serviren, von welchem aus der Fehler gemacht wurde, ausser wenn der Fehler entstand, weil der Ball aus dem falschen Felde servirt wurde.

12. Ein Fehler darf nicht mehr zur Geltung gebracht werden, nachdem bereits von neuem servirt wurde.

13. Der erste Ball darf nicht zurückgeschlagen werden, bevor er nicht einmal den Boden berührt hat.

14. Der Server darf nicht eher serviren, bis der Striker out schlagfertig ist.

15. Ein Wurf oder Fehler, ehe der Striker out fertig ist, wird nicht gerechnet.

16. Der Ball befindet sich im Spiel von dem Augenblick an, wo er ohne Fehler servirt wurde,

wenn er nicht vom Stricker out im Fluge zurückgeschlagen wurde, oder wenn er vor dem Netz oder ausserhalb der Grenzlinie niederfällt, oder wenn er einen der Spieler, seine Bekleidung oder was er trägt, mit Ausnahme des zum Schlage bereitgehaltenen Rackets, berührt, oder wenn er von einem der Spieler mehr als einmal hintereinander mit dem Racket geschlagen wurde, oder wenn er im Fluge geschlagen wurde, ehe er das Netz passiert hat, oder wenn er nicht vor seinem ersten Aufschlag auf die Erde über das Netz geflogen ist, oder wenn er auf einer Seite des Netzes zweimal hintereinander den Boden berührt hat, wenn auch die zweite Berührung der Erde ausser den Grenzen des Spielraumes stattgefunden hat.

17. Wenn ein Ball beim Rückschlage das Netz berührt, so gilt er doch für gut, berührt aber der servierte Ball das Netz und der Wurf ist sonst gut, so zählt er nicht.

18. Der Server gewinnt einen Schlag, wenn der Striker out den servierten Ball im Fluge zurückschlägt, oder wenn er den servierten Ball oder überhaupt den Ball im Spiele nicht trifft, oder wenn er den Ball so zurückschleudert, dass er ausserhalb der seines Gegners Feld begrenzenden Linien niederfällt, und sonst verliert er auch noch einen Schlag in den unter Nr. 20 vorgesehenen Fällen.

19. Der Striker out gewinnt einen Schlag, wenn der Server zwei Fehler hintereinander macht, oder

den im Spiel befindlichen Ball nicht trifft, oder den Ball im Spiel so zurückschleudert, dass er ausserhalb der das Feld des Gegners begrenzenden Linien niederfällt und ausserdem verliert er ebenfalls einen Schlag in den unter Nr. 20 vorgesehenen Fällen.

20. Jeder Spieler verliert einen Schlag, wenn der Spielball ihn selbst oder etwas, was er anhat oder trägt, berührt, mit Ausnahme des zum Schlage bereiten Rackets; oder wenn er den Spielball mehr als einmal hintereinander mit dem Racket schlägt, oder wenn er das Netz berührt, während der Ball im Spiel ist; oder wenn er den Ball im Fluge schlägt, bevor er das Netz passiert hat.

21. Der erste gewonnene Schlag zählt dem Spieler 15, der zweite 30, der dritte 40 und mit dem vierten ist das Spiel gewonnen, mit folgender Ausnahme:

Wenn beide Spieler drei Schläge gewonnen haben, so ist das Spiel Null und der nächste von irgend einem Spieler gewonnene Schlag zählt zu seinen Gunsten, ohne das Spiel zu beenden; erst wenn derselbe Spieler auch den nächsten Schlag gewinnt, so ist er Sieger in diesem Spiele; gewinnt ihn aber sein Gegner, so ist das Spiel wieder Null und so fort, bis einer der Spieler zwei Schläge hintereinander gewinnt.

22. Der Spieler, welcher zuerst sechs Spiele gewinnt, hat die Partie gewonnen mit folgender Ausnahme:

Wenn beide Spieler fünf Spiele gewonnen haben, so ist das Spiel Null und das nächste gewonnene Spiel zählt zu Gunsten des Spielers, ohne die Partie zu beenden, bis nicht einer der Spieler durch zwei hintereinander gewonnene Spiele als Sieger der Partie hervorgeht.

Die Spieler können sich auch dahin einigen, dass Derjenige die Partie gewinnt, welcher zuerst sechs Spiele gewonnen hat, ohne Rücksicht darauf, ob Beide bereits fünf Spiele gewonnen hatten oder nicht.

23. Nach Beendigung jeder Partie wechseln die Spieler die Seiten; aber der vor der Auslosung von beiden Parteien gewählte Schiedsrichter kann auch die Seiten nach Beendigung eines jeden Spieles wechseln lassen, wenn nach seiner Ueberzeugung eine der Seiten sich in Rücksicht auf Sonne, Wind oder eine sonstige zufällige Ursache im Vorthail befindet; wenn die Wahl des Schiedsrichters aber erst nach Beginn der Match stattgefunden hat, so darf er den Wechsel der Seiten nach jedem Spiel erst nach Beendigung der bereits begonnenen Partie eintreten lassen.

24. Wenn eine Reihe von Partien gespielt wird, so tritt derjenige Spieler, welcher im letzten Spiele einer Partie Server war, im ersten Spiele der nächsten Partie als Striker out ein.

## Bei ungleichen Kräften.

25. „Bisque“ heisst ein dem schwächeren Spieler zugestandener Schlag, den er beliebig während der Partie fordern darf, nur ist ein „Bisque“ nicht zulässig, wenn der Service eben abgetreten wurde. Der Server darf auch den Bisque nicht fordern nach einem Fehler, während dem Striker out das Recht zusteht.

26. Ein zweiter Bisque wird zur Vermehrung oder Verminderung anderer Ungleichheiten gewährt.

27. „Halb-Fünfzehn“ heisst ein Schlag, der einem schwächeren Spieler zu Anfang des zweiten und dann bei jedem folgenden zweiten Spiele einer Partie zugestanden wird.

28. „Fünfzehn“ ist der bei Beginn jedes Spieles einer Partie einem Spieler zugestandene Schlag.

29. „Halb-Dreissig“ ist ein Zusatzschlag zu Anfang des ersten Spieles, zwei Zusatzschläge zu Anfang des zweiten Spieles; und so fort wechselnd in allen folgenden Spielen der Partie.

30. „Dreissig“ heissen zwei Zusatzschläge zu Anfang jedes Spieles einer Partie.

31. „Halb-Vierzig“ sind zwei Zusatzschläge zu Anfang des ersten Spieles, drei Zusatzschläge zu Anfang des zweiten Spieles und so fort wechselnd durch alle folgenden Spiele einer Partie.

32. „Vierzig“ sind drei Zusatzschläge zu Anfang eines jeden Spieles einer Partie.

33. „Halb-Feld“: Die Spieler einigen sich über ein Feld, in welchem Derjenige, welcher dem Anderen einen Vorthail gewährt, spielen soll und derselbe verliert jedesmal einen Schlag, wenn der von ihm zurückgeschlagene Ball ausserhalb einer das Feld einschliessenden Grenzlinien niederfällt.

Ein Spiel von drei und mehr Spielern.

34. Die Regeln für zwei Spieler gelten mit nachstehenden Ausnahmen auch für Partien von drei und mehr Spielern.

35. Die Grösse des Spielraumes ist dieselbe wie für zwei Spieler, die Eintheilung ist jedoch die der Seite 130 stehenden Figur. Das Feld misst 12 Meter in der Breite. Innerhalb der Seitenlinien werden in der Entfernung von anderthalb Metern von denselben und parallel mit ihnen die Service-Linien *EJ* und *FH* gezogen, aber nicht über die Punkte *EFHJ* verlängert.

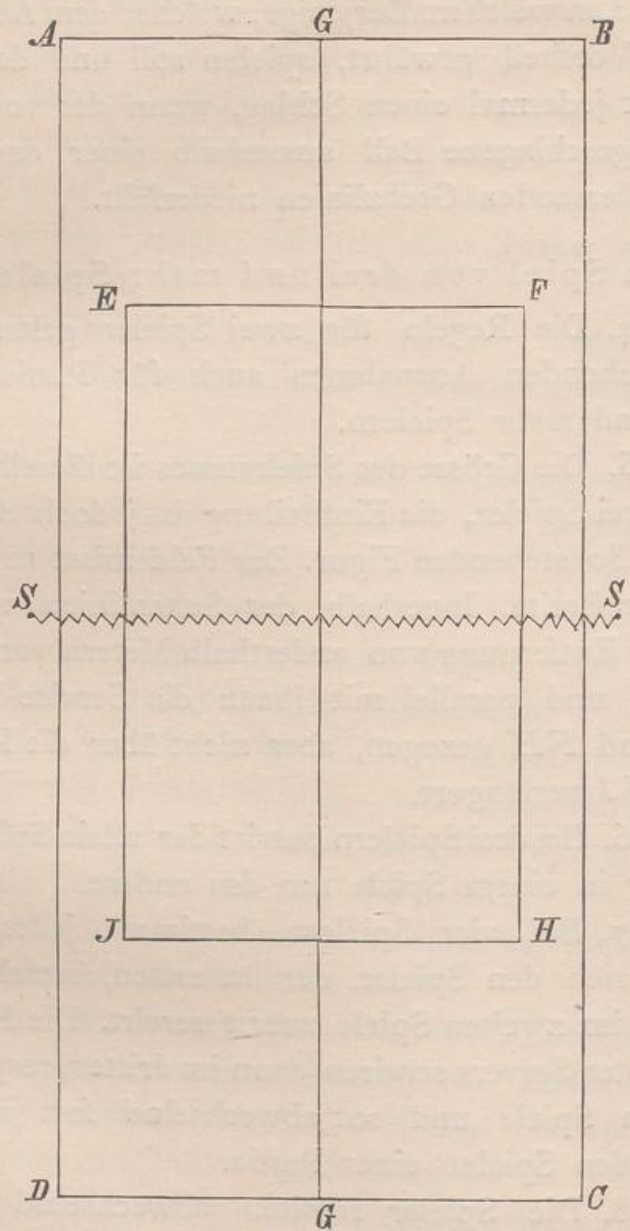
36. Bei drei Spielern servirt der allein Spielende immer in einem Spiele um das andere.

37. Bei vier Spielern bestimmt jedes Paar unter sich den Spieler, der im ersten, beziehungsweise im zweiten Spiele zuerst servirt. Die Partner der ersten Servers serviren dann im dritten, respective vierten Spiele und so abwechselnd fort in den folgenden Spielen einer Partie.

38. Die Spieler serviren abwechselnd durch jedes Spiel; kein Spieler darf den seinem Partner

Damensport.

zugeworfenen ersten Ball zurückschleudern und die



einmal angenommene Reihenfolge der Servers und

Strikers out darf nicht geändert werden, noch dürfen die Striker out die Felder vor Ende der Partie wechseln, um den servirten Ball zu empfangen.

39. Der servirte Ball muss innerhalb der Grenzlinien des vom Server aus in der Diagonale jenseits des Netzes gelegenen Feldes oder auf demselben niederfallen.

40. Fällt der Ball auf einem anderen als in Nr. 39 bezeichneten Punkte nieder, so ist der Wurf ein Fehler.

### Badminton.

Badminton, wofür die deutsche Bezeichnung „Federball“ als ganz passend erscheint, soll im Englischen nach der gleichnamigen Besitzung des Herzogs von Bedford getauft worden sein, weil man behauptet, dass es nach seiner Einführung in das Inselreich dort zuerst gespielt worden sei. Das Spiel selbst ist dem Lawn Tennis sehr ähnlich; der Unterschied zwischen beiden besteht hauptsächlich darin, dass jenes mit Gummibällen, dieses aber mit Federbällen gespielt wird.

Badminton kann man im Freien, wie auch in einem grossen Saale spielen und kann das Spiel von jeder beliebigen Anzahl von Personen, von zweien bis zu achten gleichzeitig ausgeführt werden, aber bei der Theilnahme von zwei, drei oder vier Personen ist das Spiel am interessantesten.

Die Ausführung des Spieles im Freien oder im geschlossenen Raum ist vollkommen dieselbe, wenn man bei letzterem nicht etwa durch den beschränkten Platz zur Einführung von Abweichungen gezwungen ist.

Die Grösse des Spielplatzes mit der Seitenlänge von 10 und 5 Metern bis zu 14 und 7 Metern wird durch den vorhandenen Raum, wie durch die Kräfte und die Geschicklichkeit der Spielerinnen bedingt.

Die Gestalt und die Eintheilung des Spielplatzes ist im verkleinerten Massstabe wie beim Lawn Tennis. Das Netz wird an den Seiten gegen 2 Meter hoch gespannt und senkt sich in der Mitte bis auf anderthalb Meter. Es ist zwar erwünscht, wenn auch beim Federball das Netz bis zur Erde herabreicht, jedoch ist das keine unerlässliche Bedingung. Die Ballnetze sind dieselben wie beim Lawn Tennis, aber an Stelle der Bälle treten hier die Federbälle, welche gewöhnlich 13 bis 15 Centimeter hoch sind und 31 Gramm wiegen. Die in den Läden gekauften Federbälle sind in der Regel nicht zu empfehlen, am besten fertigt man sie zu Hause an aus weissen, nur 8 bis 10 Centimeter langen Federn, die in den aus Kork geschnittenen Ballkörper fest eingeleimt werden. Die Federn werden auf der halben Länge mit einem starken, weissen Faden innerhalb und ausserhalb umschlungen und so zusammengezogen, dass der Durchmesser oben etwa 8 Centimeter beträgt.

Bei windigem Wetter bedient man sich etwas schwererer und in den Federn kürzerer Federbälle.

Federbälle von 24 bis 31 Gramm Schwere sind für die stärksten Ballnetze geeignet.

Beim Spiel gelten genau dieselben Regeln wie beim Lawn Tennis, nur darf der Federball nicht den Boden berühren, sondern muss stets im Fluge „empfangen“ und zurückgeschleudert werden. Fällt der Federball zu Boden, so zählt der Fehler gegen denjenigen Spieler, in dessen Feld er niederfiel.

Das gute Spiel besteht im Badminton nur in dem schnellen und sicheren Ab- und Zurückschleudern der Federbälle.

### Croquet.

Wenn man Croquet auch nicht im eigentlichen Sinne unter die Ballspiele rechnen kann, indem die dabei verwendeten Bälle hölzerne Kugeln sind, so ist es doch immerhin ein mit Holzbällen ausgeführtes Spiel und ein für Damen sehr beliebter Sport, dessen wir an dieser Stelle ebenfalls gleich Erwähnung thun wollen. Dieses Spiel erfordert nicht allein ein gutes Auge, Genauigkeit und Geschicklichkeit, sondern auch schnellen Entschluss und Berechnung der Chancen nach den Gesetzen der Mechanik, die allerdings oft dadurch nicht zur Geltung gelangen, dass die Rasenfläche doch nicht so vollkommen eben ist wie ein Billard, und aus diesem Grunde unterliegt zuweilen das beste Spiel durch einen Zufallsball.

Croquet ist eigentlich das alte französische Spiel „Paille-maille“, welches unter der Regierung Jakob I. nach England eingeführt wurde und nach dem heute noch in London die Strasse Pall Mall, in welcher die vornehmste Welt ihre Clubpaläste hat, ihren Namen führt, weil gerade auf dem dortigen Grund und Boden sich der Spielplatz befand. Schon in dem 1621 erschienenen englischen Buch: „*The French Garden for English Ladies*“ findet sich eine Beschreibung des Spieles, welches unter der Regierung Carl II. allgemein in Aufnahme gekommen war.

In einem alten Buch über französische Sports wird behauptet, dass schon bei den alten Galliern das Spiel allgemein betrieben wurde, und dass damals fast bei jeder Stadt eine ebene Allee zum Zwecke des „Jeu de mail“, bei welchem der Ball durch einen Schlag mit einem hölzernen Hammer durch einen Bogen getrieben wird, unterhalten wurde.

Nach dem Tode Carl II. geht jede Spur von dem Spiele in England verloren, bis etwa vor 30 Jahren in Irland ein Spiel unter dem Namen „Crokei“ auftauchte, welches bald viele Freunde auch unter den Damen fand und dem „Jeu de mail“ sehr ähnlich ist. Dieses Spiel ist mit wenigen Modificationen das heutige Croquet, ein Sport, der von England aus auch bei den Damen des Continents grosse Verbreitung gefunden hat und mit

Vorliebe betrieben wird. Der Name ist wohl französischen Ursprungs, und man dürfte sich kaum täuschen, wenn man ihn von dem Ausdrücke „*croquer le marmot*“ ableitet.

#### Utensilien.

Das erste Erforderniss zu dem Spiel ist der hölzerne Hammer mit einem Stiele von 90 bis 100 Centimeter Länge. Acht Hämmer gehören zu einem Spiel. Am unteren Stielende ist ein farbiger Ring gemalt oder es sind eine Anzahl Ringe eingeschnitten, übereinstimmend mit der Marke auf je einem der Bälle.

Die acht Bälle aus Buchsbaumholz sind von verschiedener Farbe, in der Regel blau, rosa, schwarz, gelb, braun, orange, grün und roth, 8 bis 10 Centimeter im Durchmesser.

Die zehn Bogen aus anderthalb Centimeter starkem Eisen sind etwa 30 Centimeter weit und 45 Centimeter hoch, am besten weiss angestrichen, damit sie sich gut gegen den grünen Rasen abheben.

Zwei Pflöcke, der Wende- und der Standpflock, von 70 bis 80 Centi-



meter Länge, mit einer Spitze an einem Ende zum Einstecken in die Erde. Die obere Hälfte des Pflockes hat acht Ringe in den Farben der Bälle.

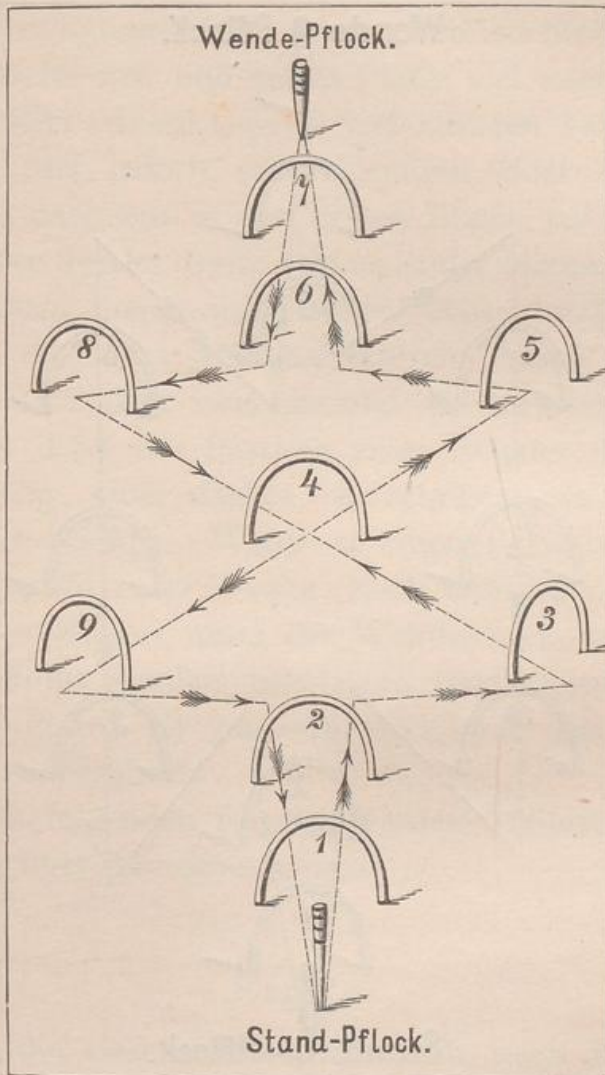


### Das Spiel.

Eine beliebige Anzahl von zwei bis acht Personen können an dem Spiele theilnehmen. Jeder Spieler erhält einen Ball; wenn jedoch nur zwei Personen spielen, so nimmt jede zwei Bälle. Die Spieler theilen sich in zwei Parteien und bei einer ungeraden Zahl nimmt einer derselben entweder zwei Bälle und spielt auf beiden Seiten, oder jeder Spieler spielt für sich gegen die übrigen. Auf einem möglichst ebenen und fest gewalzten Rasenplatz werden die Bogen in beliebigen Entfernungen und je auf einem Ende derselben der Stand- und der Wendepflock aufgestellt. Die Aufstellung geschieht in verschiedenen Figuren, die Abbildungen auf Seite 137 und 138 stellen zwei derselben dar.

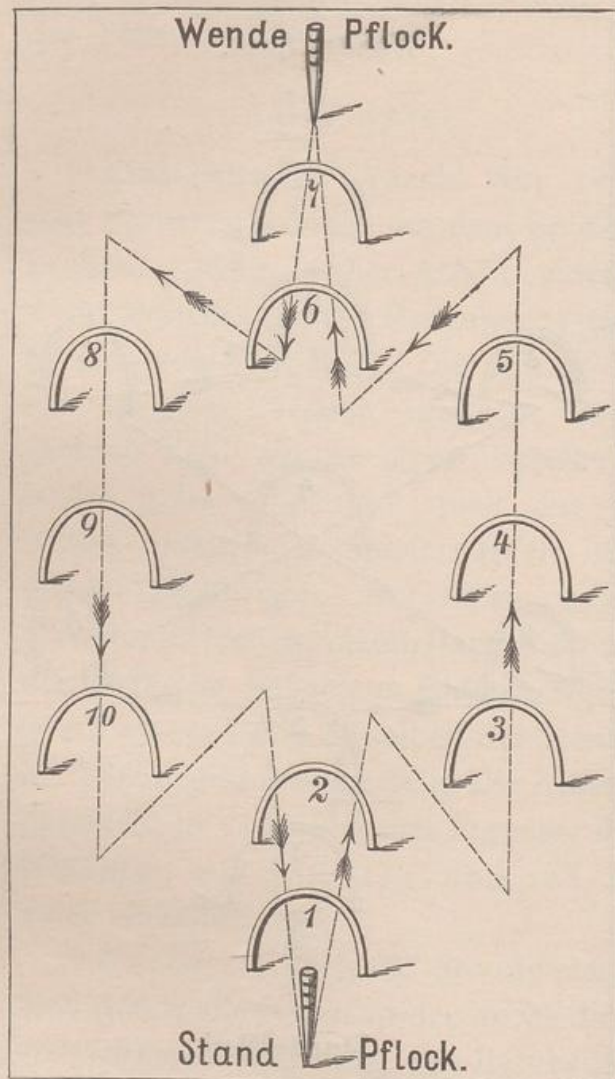
Es ist die Aufgabe des Spielers, den Ball durch alle Bogen in der durch die Pfeile bezeichneten Richtung, mit Berührung der beiden Pflocke vermittelst des Hammers zu treiben. Derjenige Spieler, wenn jeder für sich spielt, oder die Partei, welche die Aufgabe zuerst löst,

bleibt Sieger. Auf diesen allgemeinen Gang des Spieles übt die Function, nach welcher das Spiel



seinen Namen trägt, das Croquet, einen grossen Einfluss aus. Wenn nämlich ein Spieler mit seinem

Ball einen anderen berührt, so hat er das Recht, seinen Ball neben den getroffenen zu legen, den



Fuss darauf zu stellen und durch einen Schlag mit dem Hammer gegen den von ihm mit dem Fuss

gehaltenen Ball den anderen nach einer beliebigen Richtung fortzuschleudern. Da nun der Spieler sowohl die Bälle der Partner wie diejenigen der Gegner croquiren darf, so ist es einleuchtend, dass er einerseits sich und seiner Partei viel nutzen und andererseits seinem Gegner viel schaden kann. Der Spieler darf jedoch erst croquiren oder croquirt werden, nachdem er den ersten Bogen passirt hat. Der erste Spieler treibt seinen in der Hammerlänge vom ersten Bogen aufgestellten Ball durch einen Schlag mit dem Hammer durch diesen Bogen, dann durch den zweiten und so fort, wenn er reussirt, denn das Passiren eines Bogens und die Berührung eines Balles berechtigen zu einem weiteren Schlage. Wenn er einen Fehlschlag gethan hat, folgt der Zweite. Nach dem Passiren des siebenten Bogens muss der Wendepflock mit dem Ball berührt werden und dann trachtet man, die übrigen Bogen zu passiren und auch den Standpflock zu berühren.

Die folgenden Regeln werden weiteren Aufschluss über das Spiel geben.

### Regeln.

1. Die Gesellschaft theilt sich nach Belieben oder nach dem Lose, indem Jeder seinen Ball aus einem Sacke zieht, in zwei Parteien, welche um den Preis kämpfen.

2. Die Bälle spielen in folgender Reihe, welche auch an den Pflöcken angegeben ist:

- |             |            |
|-------------|------------|
| 1. Blau.    | 5. Braun.  |
| 2. Rosa.    | 6. Orange. |
| 3. Schwarz. | 7. Grün.   |
| 4. Gelb.    | 8. Roth.   |

Die eine Partei hat die ungeraden Bälle 1, 3, 5, 7 — die anderen die geraden 2, 4, 6, 8; bei einer ungeraden Zahl von Spielern kann einer zwei Bälle übernehmen, was sich auch empfiehlt, wenn nur zwei Personen spielen.

3. Jeder Spieler nimmt den Hammer, der die Farbe seines Balles trägt.

4. Blau ist der Anführer der einen, Rosa der anderen Partei.

5. Jeder Spieler spielt so lange fort, als er Bögen in der vorgeschriebenen Ordnung passirt. Auch wer nach Vorschrift den Wendepflock trifft, spielt weiter.

6. Jeder Fehlschlag, oder wenn man nur auf Stellung spielt, jeder absichtliche Fehler, setzt das Spiel des Betreffenden ab und der nächste folgt. Kommt daher ein Ball durch einen falschen Schlag aus der Richtung oder durch einen falschen Bogen oder durch den vorgeschriebenen Bogen von der verkehrten Seite, so gilt der Schlag nicht, das Spiel setzt ab und der Spieler muss, wenn er wieder an die Reihe kommt, sich erst wieder zur Stellung hinspielen.

7. Blau fängt also an, indem er seinen Ball eine Hammerlänge vor den Standpflock hinlegt und sich womöglich ohne Fehlschlag bis vor den Bogen 3 hinspielt, wo er absetzt. Dann folgt Rosa. Hat Blau schon beim ersten Schlage Bogen 1 nicht passirt, so geht natürlich sofort das Spiel an Rosa über.

8. Wer ausser der Reihe spielt, dem gilt zwar der Schlag, wenn er nicht vorher verhindert wird, doch wird er zur Strafe das nächstemal übersprungen.

9. Wer einen falschen Ball spielt, muss ihn wieder an die alte Stelle legen und wird einmal übersprungen, wenn der Fehler vor dem nächsten Schlage entdeckt wird.

10. Wenn ein Ball, indem er durch einen Bogen geht, einen anderen trifft, so kann der Spieler entweder auf den nächsten Bogen weiter spielen, oder den getroffenen Ball croquieren, aber er hat deshalb nicht das Recht zu zwei Schlägen.

11. Wenn ein Ball einen anderen trifft und dann den Bogen passirt, so kann der Spieler entweder croquieren oder weiterspielen und braucht, wenn er croquirt, denselben Bogen nicht zum zweitenmale zu passiren.

12. Wenn ein ruhender oder croquirter Ball vom Spielballe durch einen nächsten Bogen getrieben wird, so kommt ihm dies zugute, so auch bei der Berührung des Pflockes.

13. Das Treffen des Wendepflockes, wenn er an der Reihe ist, gilt gleich dem Passiren eines Bogens und berechtigt zum Fortspielen.

14. Wenn der Ball dadurch den Bogen passirt, oder den Pflock trifft, dass er sich vorher am Fusse eines Spielers oder an einem Hammer stösst, so gilt der Schlag nicht.

15. Ein Ball hat nur dann den Bogen giltig passirt, wenn er um die Stärke des Hammerstieles darüber hinaus ist, so dass man den letzteren zwischen Bogen und Ball legen kann, ohne sie zu bewegen.

16. Wenn ein durch den Bogen gespielter Ball sich stösst und durch den Bogen zurückrollt, so gilt der Bogen gleichwohl für passirt; so auch umgekehrt, wenn ein den Bogen in verkehrter Richtung passirender Ball durch diesen zurückrollt, gilt der Bogen für passirt.

17. Ein Ball, der durch Stösse hinter den Standpflock rollt, wird beim nächsten Schlage 1 Schuh vor den Standpflock gelegt.

18. Bälle, die den ersten Bogen noch nicht passirt haben, dürfen nicht croquirt werden. Geschieht es gleichwohl, so sind sie wieder an den ersten Ort zu legen. Ueberhaupt sind Bälle, die gegen die Regel getroffen oder bewegt werden, an ihren Platz zurückzulegen. Die Bewegung gilt nichts.

19. Rollt ein Ball vom Spielplatze weg, so wird er 1 Schuh von der Grenze hingelegt. Werden zwei Bälle so weggeschleudert, so hat Derjenige

davon, der zuerst ans Spiel kommt, das Recht, auf den anderen zu spielen.

### Das Croquiren.

20. Dasselbe wird, wie schon erwähnt, so gemacht, dass der Croqueur seinen Ball hart an den getroffenen fremden legt, den Fuss auf den eigenen setzt und mit dem Hammer so auf denselben schlägt, dass er dadurch den fremden in die gewünschte Richtung treibt, der eigene aber stehen bleibt; rollt er gleichwohl weiter, so muss er durch den nächsten Schlag zurückgetrieben werden.

Ein Spieler erlangt das Recht des Croquirens, wenn sein Ball einen anderen trifft, indess ist er nicht genöthigt zu croquiren, sondern kann dafür auch weiter spielen.

Kein Ball darf croquiren oder croquirt werden, der nicht wenigstens den ersten Bogen passirt hat.

21. Auch kann ein Ball, der schon bis vor den Standpflock durchgespielt ist, falls er durch den Spielball an diesen getrieben wird, nicht mehr croquirt werden, denn der Ball hört auf zu spielen, doch hat der Spielball das Recht, weiter zu spielen.

22. Ein Ball kann durch den eigenen Bogen hindurch croquirt werden. (Natürlich wird man dies nur bei einem Freundesball thun.)

23. Wenn Bälle von einem croquirten Ball durch ihre Bögen getrieben werden, so kommt ihnen dies zugute.

24. Der Spielball kann einen und denselben fremden nicht eher zum zweitenmale croquiren, als bis er (der Spielball) wieder einen Bogen passirt oder den Pflock getroffen hat.

25. Jeder Ball gilt für getroffen und kann daher croquirt werden, der auch nur dadurch vom Spielball gestossen wird, dass letzterer vorher an einen Bogen oder Pflock rollt und werden mehrere Bälle getroffen, so müssen sie in der Reihenfolge, wie sie getroffen werden, auch croquirt und es darf keiner übersprungen werden; doch hat der Spieler gleichwohl nachher nur einmal weiter zu spielen.

26. Wenn beim Croquiren der Spielball fortrollt und Bälle trifft oder Bogen passirt, so gilt dies nichts.

27. Wenn beim Croquiren der zu croquirende Ball nicht wenigstens 6 Zoll weiterrollt, so kann der Schlag wiederholt werden, doch müssen vorher die Bälle an den alten Ort gelegt werden.

28. Jeder Spieler kann jederzeit seine Bahn verlassen und auf das Croquiren ausgehen.

29. Wenn ein croquirter Ball einen anderen trifft, so hat dies keine Folgen.

30. Wenn ein Spieler einen Ball durch einen Bogen trifft und ein Ball selbst mit durchläuft, so spielt er dafür doch nur einfach weiter.

#### Das Schwärmen.

31. Wenn ein Spieler gegen die Regel croquirt, so wird er einmal übersprungen.

32. Wenn ein Spieler seinen Ball durch alle Bögen getrieben hat, so wird er Schwärmer und kann nun mit seinem Balle über den ganzen Spielplatz schwärmen, auf Bälle spielen und Freund wie Feind croquiren, wodurch er seiner Partei grossen Nutzen bringt. Sobald er aber an den Standpflock trifft, tritt er aus. Wer daher die Bahn bis zum Standpflocke durchlaufen hat, muss erst suchen, seiner Partei als Schwärmer zu nützen, ehe er den Standpflock trifft und austritt. Sind daher noch Freunde weit zurück, so muss er suchen, diesen durch Croquiren vorwärts zu helfen, die Gegner aufzuhalten.

33. Der Schwärmer darf, so lange er hintereinander am Schlage ist, einen Ball nur einmal croquiren, widrigenfalls er den nächsten Schlag verwirkt, doch darf er einen Ball wiederholt treffen.

34. Jeder Ball, der alle Bögen passirt und die zwei Pflöcke getroffen hat, hört auf und tritt aus. Der Ball ist todt.

35. Das Spiel ist aus, wenn alle Spieler einer Partei alle Bögen passirt und beide Pflöcke getroffen haben.

36. Eine Partie besteht am besten aus drei Spielen, ein Turnier aus drei Partien.

Bei öfterem Spielen werden die Damen immer mehr Vergnügen an dem Sport finden, indem sie nach

Damensport.

und nach Feinheiten des Spieles kennen lernen, welche durch die Regeln nicht zu beschreiben, sondern erst durch die Praxis zu erkennen sind, wie beispielsweise, ob es vielleicht wichtiger ist, einen feindlichen Ball zu berühren, um denselben aus einer günstigen Position zu vertreiben, oder durch das Passiren des Bogens selbst einen Fortschritt zu machen und manche ähnliche Fälle, auf welche sich eben nur beim Spiele selbst aufmerksam machen lässt.

#### Der Anzug.

Das Wesen der Ballspiele bedingt keine speciellen Costüme für die Damen, nur müssen die Kleider zu allen Bewegungen bequem und nicht zu lang sein, damit sie beispielsweise beim Croquet die am Boden liegenden Kugeln nicht unabsichtlich aus der Lage bringen und beim Fortschlagen derselben nicht hinderlich sind. In England lassen sich die Damen jedoch auch bei den Ballspielen von der Mode beeinflussen, welche jetzt gebieterisch zu dieser Gelegenheit das Anlegen einer besonderen Schürze fordert. Diese Modeschürze für die Ballspiele besteht aus einem seidenen Grunde, auf den die Damen höchst eigenhändig japanesische Figuren in farbiger Seide mit der Nadel sticken. Diese Beschäftigung während der Siesta des sommerlichen Aufenthalts auf den Landsitzen gewährt

ihnen eine angenehme Unterhaltung und lässt sie mit ihren Gedanken bei dem Vergnügen des bevorstehenden Sport verweilen. Ein Gürtel befestigt die Schürze um die Taille. Aus der Tasche des zierlichen Kleidungsstückes ragt, natürlich ganz zufällig, gerade die mit dem Wappen gestickte Ecke des feinen Batisttaschentuches hervor. Diese ziemlich grosse Tasche, mit Verzierungen aus Soutache umnäht, befindet sich vorn. Der mit heraldischen Ornamenten geschmückte Brustlatz muss gut anschliessen. Der Rand der Schürze ist ausgestattet mit komischen Devisen und Sprüchen in beliebiger Stickerei. Dieses mühsam gearbeitete Kleidungsstück der unermüdlichen Croquet- und Ballspielerrinnen ist ebenso elegant und kleidsam als originell. Wenn die Damen aller Länder dieses Garderobestück, in den Farben ihres Hauses gestickt, als obligat bei den ländlichen Spielen einführen wollten, so könnte sich im 19. Jahrhundert vielleicht in umgekehrter Weise ein Verhältniss entwickeln, wie bei den Turnieren des Mittelalters, wo der Ritter die Farbe seiner Dame trug.

Die Engländerinnen stehen übrigens nicht einzelt da in der Wahl eines bestimmten Anzuges zum Ballspiel, denn auch die portugiesischen Damen bringen eine ähnliche Idee zur Ausführung, indem sie sich zu den ländlichen Spielen mit Vorliebe in die sehr kleidsamen Costüme der Bäuerinnen jenes Landes kleiden und dazu den weiblichen Schmuck

der Mauren anlegen, welche in früheren Jahrhunderten die Ufer des Tajo bewohnten.

Ueber ein specielles Costüm der deutschen Damen bei Ausübung der ländlichen Sportzweige können wir leider noch nicht berichten.

---

DAS. SCHIESSEN.

---



## DAS SCHIESSEN.



ine Erörterung über die Vervollkommenung der Schusswaffen im Laufe der Jahrhunderte halten wir an dieser Stelle nicht am Orte, weil uns einerseits der erforderliche Raum nicht zur Verfügung steht, andererseits aber auch, weil dieser Gegenstand schon in so ausgiebiger Weise und vielfach in so gründlich wissenschaftlichen

Werken behandelt wurde, dass wir ihn als allgemein bekannt voraussetzen müssen. Anfangs machten alle Völker Gebrauch von der Schiesswaffe zu Jagd- und Kriegszwecken, sehr bald

wurde das Schiessen aber auch als Sport betrieben. Schon bei den olympischen Spielen der alten Griechen bildete das Bogenschiessen eine der Hauptkünste. Unseren directen Vorfahren, den Germanen des Mittelalters, schreibt man den Fortschritt vom Bogen zur Armbrust und deren Verwendung bei der Jagd zu. Selbst nach der Erfindung des Schiesspulvers blieb die Armbrust noch lange als Jagdwaffe im Gebrauch, weil die ersten Gewehre viel zu schwer waren zu einem handlichen und schnellen Gebrauch, wie ihn die Jagd erfordert, und weil man fürchtete, durch den Lärm des Schusses das Wild zu verscheuchen. Nach und nach machte man jedoch derartige Fortschritte in der Construction der Feuerwaffen, dass es gelang, Gewehre und Pistolen von solcher Leichtigkeit herzustellen, dass die zarteste Damenhand mit denselben zu manipuliren im Stande ist. Selbstverständlich führen unsere heutigen Damen die Schiesswaffe, sei es nun der Bogen oder das Feuegewehr, nur zu Sportzwecken, denn selbst die excentrischesten unter ihnen werden wohl kaum die Neigung verspüren, sich in das Amazonencorps des schwarzen Königs von Dahomey einreihen zu lassen. Das Schiessen als Sport wird aber von vielen Damen mit Vorliebe betrieben; vornehmlich dient ihnen die Scheibe als Ziel, jedoch verschmähen manche auch nicht die active Betheiligung an den Jagden. Am verbreitetsten ist heute der Damenschiesssport mit dem Bogen,

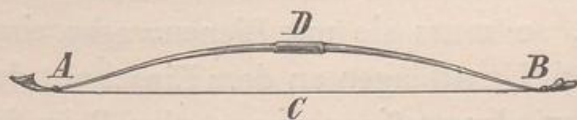
welcher hauptsächlich von zwei sehr bekannten Vereinen, der „Ladies' Archery Society“ in England und vom Damenschützenverein zu New-York in Amerika in ausgiebiger Weise betrieben wird.

### Das Bogenschiessen.

Entschieden ist das Bogenschiessen als ein Sport für Damen weit mehr zu empfehlen als das Schiessen mit dem Feuergewehr, denn der Aufenthalt in der freien Luft und die Uebung des Auges ist wohl bei beiden ziemlich gleich, aber der Gebrauch des Bogens ist gleichzeitig noch eine treffliche Uebung zur Stärkung der Muskeln, der Arme und der Brust.

Zur Ausrüstung der Bogenschützen gehören in erster Linie Bogen und Pfeile, dann ein Köcher, eine Tasche und Gürtel, Wischtuch und Fetttopf, ferner ein Schutzgürtel für den linken Arm und ein Schiesshandschuh und endlich eine Markirkarte und die Scheibe.

Der Bogen ist die wichtigste und gleichzeitig die kostspieligste unter den Requisiten. Er misst in der Regel anderthalb bis zwei Meter in der



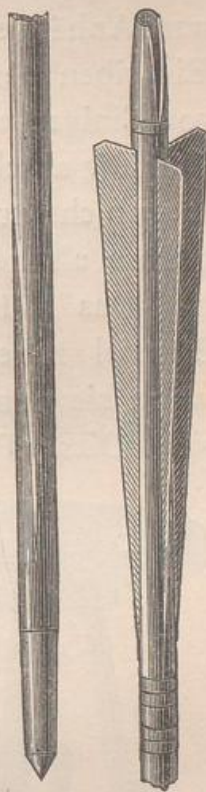
Länge. Er wird entweder in einem Stück aus Taxusholz gefertigt oder aus einer Lage Lanzenholz mit Hickoryholz zusammengeleimt. Die zweite

Gattung ist die für Damen geeignete. An jedem Ende des Bogens ist ein Ansatz von Horn, und zwar am oberen Ende *A* ein stärkerer als am unteren Ende *B*. Die Spannkraft des Bogens wird in Pfunden ausgedrückt; ein Damenbogen hat eine Stärke von 25 bis 40 Pfund. Der Rücken des Bogens ist flach, die andere Seite abgerundet, in der Mitte, bei *D*, ist das Stück, wo er von der Hand umspannt wird, mit Sammt überzogen. In jedem der beiden Hornansätze ist ein Einschnitt zur Befestigung der Sehne.

Die Bogensehne ist aus Flachs oder Hanf gedreht. Letzteres Material ist vorzuziehen, weil die Hanfsehne, wenn sie sich anfänglich auch mehr dehnt als eine Flachssehne, dennoch haltbarer und elastischer zum Abschnellen des Pfeiles ist. Bei einem nicht gespannten Bogen einer Dame beträgt die Entfernung der Sehne vom Höhepunkt des Bogens, zwischen *C* und *D*, 6 bis 7 Centimeter, im gespannten Zustande dagegen 14 bis 16 Centimeter. Die Mitte der Sehne bei *C* ist mit gewichster Seide überzogen, um nicht so leicht vom Pfeil durchgescheuert zu werden. Hat sich die Sehne gezogen, so muss sie mit Bienenwachs eingerieben und durch Umschlagen an dem Einschnitt des Hornansatzes wieder straff gezogen werden. Beim Schiessen wird immer eine neue Sehne in Reserve gehalten.

Der Pfeil muss ganz genau gerade und von einer im Verhältniss zur Spannkraft des Bogens

stehenden Stärke sein, weil ein zu schwacher Pfeil, der sich biegt, niemals in gerader Linie fliegen kann. Eine viereckig abgestumpfte Spitze ist am besten zu empfehlen, obgleich Manche eine scharfe Spitze vorziehen. Das untere Ende des Pfeiles hat einen Ansatz von Horn, um ein Spalten des Holzes zu verhindern; der Einschnitt für die Sehne muss angemessen tief sein. Die Federn müssen in genau gleicher Entfernung voneinander eingelassen, gerade geschnitten und steif sein. Auf die Reinhaltung der Pfeile und auf die Federn ist die grösste Aufmerksamkeit zu verwenden, denn sobald die Federn verbogen sind, kann sich der Pfeil nicht in der geraden Richtung erhalten.



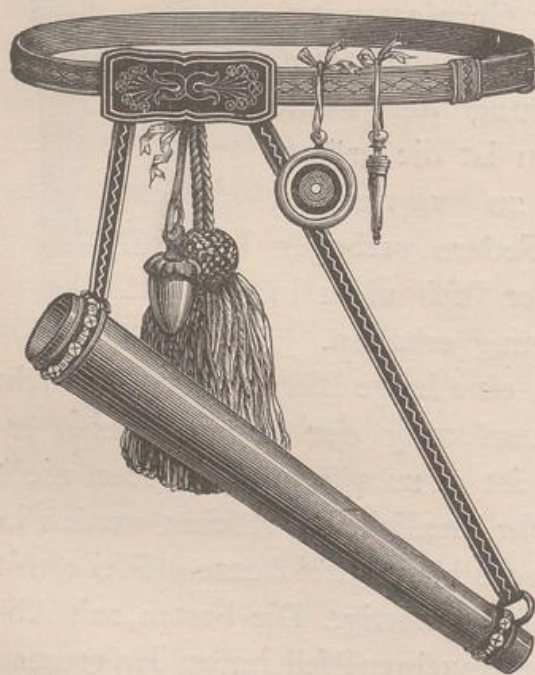
Der **Köcher**, eine lange Blechbüchse, ist nicht unbedingt zur Ausrüstung der Bogenschützen erforderlich, jedoch ist er zum Schutz der eben nicht benutzten Pfeile sehr dienlich. Die Köcher werden in jeder Grösse, für sechs bis zu drei Dutzend Pfeile, mit Deckel und Schloss angefertigt. Die besten, mit Abtheilungen für jeden einzelnen Pfeil, haben den grossen Vortheil, dass sie nicht überfüllt werden können und die Federn vor dem Verbiegen geschützt sind.

Die **Fettbüchse**, bei einer Damenausrüstung in der Regel aus Elfenbein, mit einer Kette versehen zum Anhängen an den Gürtel, enthält das Fett zum Einreiben der Sehne und der Handschuhe, welches von Einigen empfohlen wird, damit der Pfeil ohne Reibung abschnelle. Da zu vieles Einfetten der Sehne aber nicht zuträglich ist, so kann man die Fettbüchse als kein unbedingtes Erforderniss ansehen.

Das **Wischtuch** ist am besten ein grosses Büschel roher Wolle zum Abputzen der Pfeile, wenn sie vom Eindringen in die Erde beschmutzt sind. Dieses Putzbüschel gehört unbedingt zur Aus-

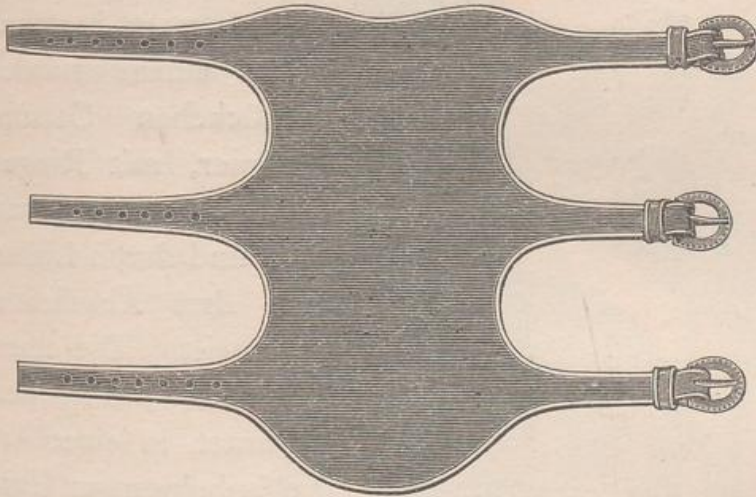
rüstung und kann, wenn kein Gürtel getragen wird, an einer Schnur in ein Knopfloch eingehängt werden.

Der **Gürtel** dient zur Aufbewahrung derothwendigen Utensilien, wird in der Regel aber nur von Damen getragen. Die Zeichnung zeigt einen



solchen mit Köcher, Fettbüchse, Putzbüschel, Markkarte und Stift.

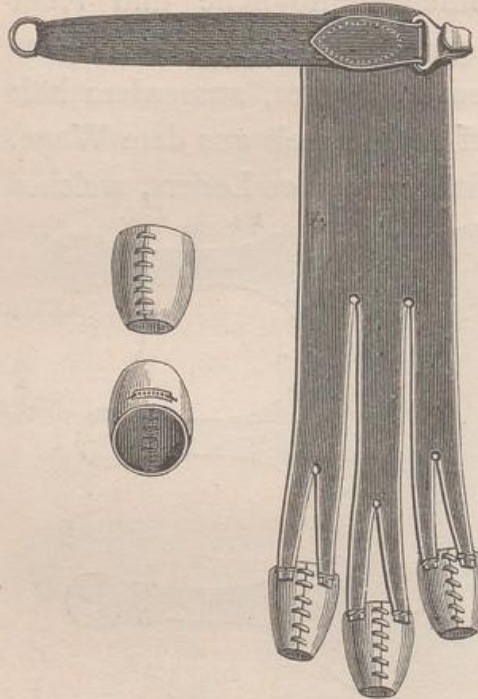
Die **Armschiene** dient zum Schutz des linken Armes gegen eine immerhin mögliche und recht schmerzhaftige Berührung desselben durch die Bogensehne beim Abschnellen des Pfeiles, ausserdem hält sie aber auch den Stoff des Aermels aus dem Wege. Sie besteht aus einem Stück weichen Leders, welches



vermittelst dreier Schnallen um den Arm befestigt wird. Die Schnallen müssen auf der auswendigen Seite des Armes sitzen und die Strippenenden gut versteckt sein, damit sie der Sehne nicht hinderlich werden, weil die geringste Berührung derselben den Pfeil aus der beabsichtigten Flugbahn bringt.

Der **Handschuh** schützt die Finger der rechten Hand gegen das Beschinden durch die Sehne beim Schuss. Er besteht aus drei Fingerkappen mit Lederstrippen, welche, zu einem Stück vereinigt, bis zum Handgelenk reichen, um welches sie mit einem elastischen Gurt befestigt sind. Herren tragen

auch wohl nur Fingerkappen, wie solche die Abbildung zeigt, befestigt durch einen Gummiring.



Die gewöhnlich gebrauchten Markkirkarten bestehen aus einem runden Stückchen Cartonpapier, mit Ringen wie auf einer Scheibe und durch Linien in drei Abschnitte getheilt. Dieselben werden von den Damen in einer Art elfenbeinernem Uhr-

gehäuse getragen. Ein kleiner Elfenbeinstift zum Markiren gehört dazu. (Siehe Seite 159.)

Die Scheiben sind in der Regel mit Leinwand überzogene Strohmatten von 1 Meter bis 1.30 Meter im Durchmesser und mit Ringen bemalt. Das etwa 20 Centimeter im Durchmesser messende Centrum ist golden und heisst auch „das Gold“; der nächste Ring ist roth, dann folgt der innere weisse, auf diesen der schwarze und schliesslich der äussere weisse. (Siehe Seite 160.)

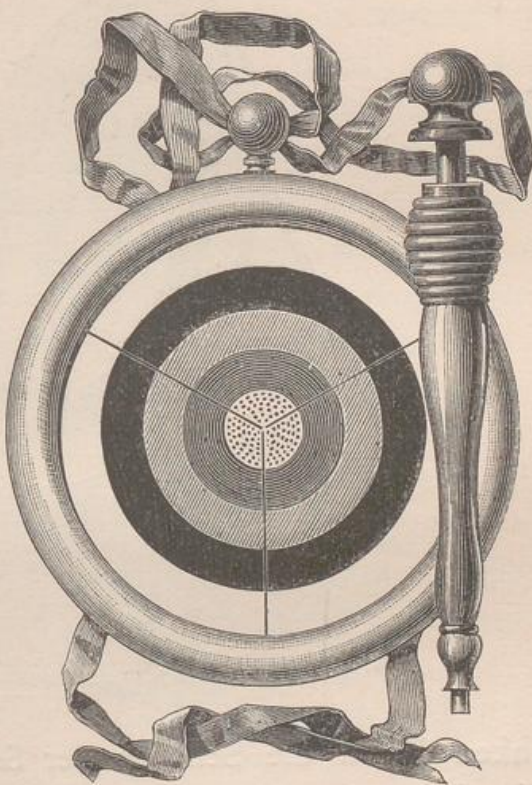
Die Scheiben auf dreieckigen Ständern werden, wenn mehrere gleichzeitig in Gebrauch kommen,

in Entfernungen von 50 bis 100 Meter voneinander aufgestellt. Die gewöhnliche Schussweite ist etwa 60 Meter.

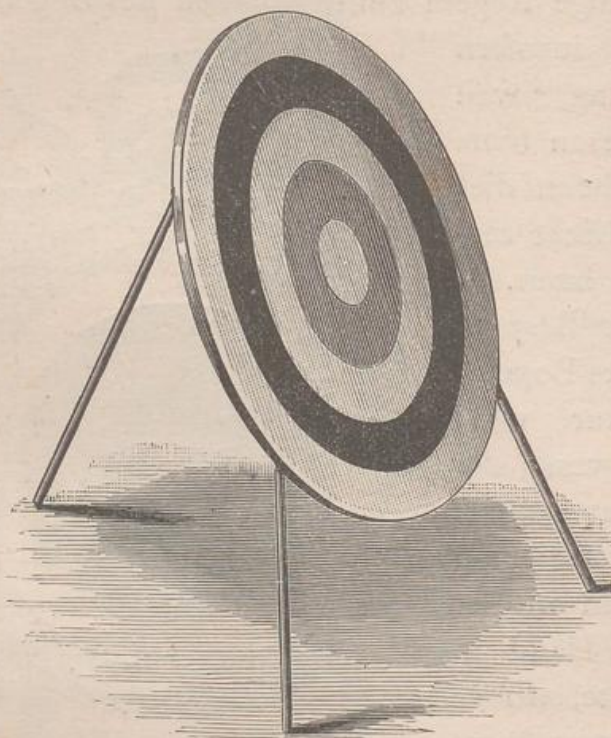
### Der Gebrauch des Bogens.

Einige Regeln zum Gebrauch des Bogens verdienen insofern Beachtung, weil man diesen ohne Rücksicht auf dieselben leicht zerbrechen kann.

Zur Bespannung des Bogens, die zwar wohl selten von der Dame ausgeführt wird, fasst man denselben mit der rechten Hand in der Mitte, wo er mit Sammt überzogen ist, stemmt das untere Ende mit dem kurzen Hornansatz auf die Erde gegen die Hohlung der inneren Seite des rechten Fusses so dass die flache, die Rückseite des Bogens, gegen den Körper gewendet ist; der linke Fuss wird etwas vorgeschoben.



Dann legt man den Ballen der linken Hand gegen den oberen Hornansatz und während sie nun diesen Theil fortdrückt und die rechte Hand die Mitte des Bogens zum Körper heranzieht, streifen der Daumen und die ersten Finger der



linken Hand die Schleife der Sehne bis in den Einschnitt.

Zum Schiessen bei kaltem Wetter muss der Bogen erst am Feuer erwärmt oder mit einem wollenen Tuch warmgerieben werden. War der Bogen längere Zeit ausser Gebrauch, so ist er vor der Benutzung mit gekochtem Leinöl einzureiben.

Zum Abspannen des Bogens wird derselbe in dieselbe Stellung gebracht, wie zur Spannung, und wenn er durch Abdrücken der linken und Anziehen der rechten Hand gebogen ist, so streifen die Finger der linken Hand die Schlinge der Sehne aus dem Einschnitt über den Hornansatz herab.

Zum Schiessen wird der Bogen in senkrechter Stellung gehalten und vor Allem muss man sich überzeugen, ob die Sehne auch genau der Mitte des Bogens gegenüberliegt und sollte dies nicht der Fall sein, so muss sie durch Drehung der Schlingen erst in die richtige Lage gebracht werden, weil nur eine solche die Gewähr für die beabsichtigte Richtung des Pfeiles bietet. Nach Beendigung des Schiessens muss der Bogen jedesmal abgespannt werden.

Man hat nicht ausser Acht zu lassen, dass die Feuchtigkeit dem Bogen schadet und dass lose Fäden an der Sehne das Schiessen beeinträchtigen. Aus diesem Grunde muss der Bogen immer gut lackirt, nach jedem Gebrauch bei feuchtem Wetter sorgfältig abgetrocknet und in einem wasserdichten Kasten aufbewahrt werden. Von der Sehne losgelöste Fäden müssen kurz abgeschnitten werden und das Gespinnst um deren Mitte muss fest anschliessen. Der Bogenkasten muss an einer trockenen Wand und nicht zu nahe am Ofen hängen.

Für Damen ist es sehr wichtig, den Bogen nicht stärker zu wählen, als dass ihn die Eigen-

Damensport.

thümerin in seiner vollen Ausdehnung ohne Zittern der Hand zu spannen im Stande ist, denn es ist leicht begreiflich, dass der mit zitternder Hand abgeschossene Pfeil nicht sicher das Ziel erreichen kann.

Die Pfeile dürfen nicht zu lang sein. Für einen Damenbogen von 1.50 Meter Länge messen die Pfeile etwa 0.66 Meter.

Bei dem zum Schuss senkrecht gehaltenen Bogen gehört der Theil mit dem langen Hornansatz nach oben. Der Bogen kann am leichtesten durch ein Ueberspannen desselben, durch ein Abschnellen der Sehne ohne Pfeil oder durch ein Zerreißen dieser zerbrechen.

Zum Herausziehen des abgeschossenen Pfeiles aus der Scheibe oder aus der Erde muss man ihn möglichst an der Spitze anfassen und ihn in der Richtung seiner Längenchse herausdrehen, um ihn nicht zu verbiegen.

Der Bogen wird zum Einlegen des Pfeiles mit der linken Hand erfasst und in horizontaler Richtung mit der Sehne nach dem Körper zu gehalten, bis der Pfeil unter der Sehne hervor über den Bogen so weit vorgeschoben ist, dass der Einschnitt am Ende in die Mitte der Sehne gelegt werden kann. Bei dieser Manipulation dürfen die Federn aber nicht verbogen werden.

Die Haltung des Körpers muss ebenso zierlich als praktisch sein, im rechten Winkel zu der Scheibe; der Kopf ist jedoch über die linke Schulter

derselben voll zuzuwenden. Die Füsse stehen etwas geöffnet, der linke der Scheibe zugewendet, flach auf der Erde, Kopf und Brust werden ohne Biegung in den Hüften ein wenig vorgeneigt.

Zum Spannen des Bogens wird derselbe in der linken Hand mit gestrecktem Arm gehalten, der in der früher beschriebenen Art aufgelegte Pfeil wird nun mit dem Zeigefinger der rechten Hand auf der einen und dem Daumen auf der anderen Seite der Sehne gehalten und bis in die Höhe der Schulter zurückgezogen. Wenn der Pfeil sich in directer Linie zum Mittelpunkt der Scheibe befindet, so lassen ihn die Finger entgleiten. Damen, welche stark genug sind, den gespannten Bogen ohne Zittern der Muskeln einen Augenblick zu erhalten, können sich die Zeit zum genauen Zielen gestatten. Die sichere und ruhige Haltung der linken Hand bedingt den sicheren Flug des Pfeiles.

Eine gute Schützin muss ihre ganze Aufmerksamkeit dem Ziele zuwenden und darf ihre Augen während des Zielens auf keinen anderen Gegenstand richten.

Beim Zielen sind die Entfernung und die Seitenabweichung zu beachten. Kein Bogen treibt den Pfeil auf eine grössere Distanz in genau gerader Linie. Da er sich durch seine Schwere senkt, so muss man ihm im Verhältniss zur Entfernung eine grössere oder geringere Elevation geben; mit einem schwächeren Bogen und bei einer grossen Entfernung

sogar eine recht beträchtliche. Die Seitenabweichung wird durch den in freier Luft fast stets vorhandenen Luftzug erzeugt und dieser muss deshalb beim Zielen mit in Betracht gezogen werden.



Man richte beide Augen nicht auf den Pfeil, sondern unverwandt auf den Mittelpunkt der Scheibe, dann giebt die Hand ganz instinctiv dem Bogen und dem Pfeil die dem Zweck entsprechende Haltung.

Schnellt ein Pfeil unbeabsichtigt von der Sehne ab und fällt noch in einer mit dem Bogen abzu-

reichenden Entfernung nieder, so zählt das nicht als ein Schuss, sobald er aber nicht mehr mit dem Bogen erreichbar ist, so wird er als abgeschossen angesehen.

Die Scheiben werden in der bestimmten Entfernung, in der Regel 60 Meter, einander gegen-

über aufgestellt. Gewöhnlich werden zehn Pfeile von einem Stande nach der Scheibe geschossen, dann begiebt man sich zu derselben, zieht die Pfeile heraus, beziehungsweise hebt sie auf, nachdem der Anweiser die Resultate notirt hat, und nun schießt man von dort zu der gegenüber aufgestellten Scheibe zurück und so fort, bis die vorher festgesetzte Anzahl von Pfeilen geschossen worden ist.

In den obengenannten Schiessclubs werden häufig Preisschiessen abgehalten mit Preisen für Herren und Damen, in der Regel vier für jede Gattung, für die meiste Zahl von Ringen, für die meisten Treffer, für den besten Schuss im Golde und für die meisten Golds.

Die Damen schiessen bei diesen Gelegenheiten gewöhnlich auf 50 bis 60, 80 und 100 Meter.

Bei dem Hauptschiessen haben die Damen 48 Pfeile auf 60, und 24 auf 50 Meter zu schiessen, und die Herren 72 auf 100, 48 auf 80 und 24 auf 60 Meter.

Die Reihenfolge beim Schiessen ist diejenige, wie die Namen nach den Anmeldungen in die Liste eingetragen sind, und der Schütze, der nicht fertig ist, wenn die Reihe an ihn kommt, wird der letzte. Ausser der Reihenfolge darf Niemand schiessen.

Es darf kein Pfeil bei Verlust der durch ihn erworbenen Kreise aus der Scheibe gezogen werden, bevor er nicht notirt wurde.

Unterhaltung ist während des Schiessens nicht gestattet und nur die jeweiligen Schützen dürfen im Stande vor der Scheibe stehen, alle Uebrigen müssen sich zur Linken dahinter halten.

Nur Mitglieder dürfen um die Clubpreise schießen.

Die Pfeile jedes Schützen müssen durch einen bestimmten farbigen Ring kenntlich sein und werden solche unter dieser Marke in die Bücher der Schützengesellschaft eingetragen.



Die Gesellschaften haben sowohl für die Herren wie für die Damen besondere Schiesscostüme und die Mitglieder sind gehalten, zu den Schiessen auch in diesen Clubanzügen zu erscheinen.

Das Damencostüm ist aus der vorstehenden Zeichnung ersichtlich. In der Regel wird ein grünes, wohl auch ein schwarzes Jaquet über einen weissen Rock getragen.

### Das Schiessen mit der Feuerwaffe.

Unserem Gefühl nach ist die Handhabung des Bogens und des Pfeiles ein für das weibliche Geschlecht angemessenerer Sport als diejenige der Pistole, des Stutzens und der Flinte, denn schliesslich ist das Schiessen nach der Scheibe mit diesen Waffen doch nur eine Vorübung zu deren praktischer Verwendung, die in der Tödtung lebender Wesen besteht, sowohl von Thieren bei der Jagd, als auch von Menschen im ernstesten Kampfe Eines gegen Einen oder der Massen gegeneinander. Der Charakter der Frau soll aber das Princip des Friedens und der Versöhnung repräsentiren, sie bedarf demzufolge keiner Vorbereitung zu einem ernstesten Kampfe mit der gefährlichen Waffe in der zarten Hand, sie lasse sich genügen, mit der Macht ihrer spitzen Zunge, mit welcher die Natur so häufig das weibliche Geschlecht in ausgiebigster Masse ausgestattet hat, und welche Einzelne mit Witz und Geist so geschickt zur Anwendung zu bringen wissen, dass sie zuweilen den unerschrockensten und stärksten Männern die empfindlichsten Niederlagen bereiten. Trotzdem ist aber in neuerer Zeit der Schiesssport mit der Feuerwaffe zu einer Art von Modesache in den Damenkreisen der oberen Zehntausend geworden und deshalb dürfen wir denselben an diesem Orte nicht vollkommen übergehen und wollen seiner auch mit einigen Worten Erwähnung thun.

Dieser Sport kann naturgemäss nur eine beschränkte Verbreitung finden, weil sowohl die Anschaffung der Waffen, als die zum Betriebe, zum Theil aus Rücksichten der gebotenen Vorsicht, erforderlichen Einrichtungen bedeutend grössere Ausgaben veranlassen, als die Ausübung der meisten übrigen Sportarten. Zum Schiessen nach der Scheibe bedarf man ausser der Waffen, Munition und der Scheibe einen derartig angelegten Schiessstand, dass die das Ziel fehlenden oder dasselbe durchschlagenden Projectile den in der Umgebung sich etwa aufhaltenden lebenden Wesen nicht gefährlich werden und leblose Gegenstände nicht beschädigen können. Die treibende Kraft ist eine so grosse, dass die Flugbahn einer durch keinen festen Gegenstand aufgehaltenen Kugel in der Regel eine viel längere ist als man glaubt, und dadurch ist ein sehr ausgedehntes Terrain neben und hinter der Scheibe zu schützen.

Zu diesem Schutze ist in erster Linie ein Kugelfang hinter der Scheibe erforderlich, der entweder in Form eines angemessen hohen und starken Erdwalles oder einer Mauer in den gehörigen Dimensionen herzustellen ist; ferner hat man dafür Sorge zu tragen, dass die Kugeln durch eine stärkere Seitenabweichung nicht beim Kugelfang vorbeifliegen können und zu diesem Zwecke sind die Seiten in der ganzen Länge des Schiessstandes mit Erdaufwürfen zu begrenzen. Durch solche Vorsichts-

massregeln wird allerdings jede in directer Richtung auf die Scheibe abgefeuerte Kugel innerhalb des Schiessstandes erhalten, aber gegen Kugeln, welche zu hoch geschossen oder gegen solche, welche durch Aufschlag auf den Boden ricochettirend in die Höhe geschleudert werden, gewähren auch diese Einrichtungen der Umgebung keinen vollständigen Schutz. Auf ländlichen, nicht in unmittelbarer Nähe von grösseren Städten gelegenen Besitzungen ist die Frequenz selten so gross, dass in dieser Art hergestellte Schiessstände bezüglich der Sicherheit nicht den polizeilichen Vorschriften genügen sollten, aber in unmittelbarer Nähe der Städte oder in sonst stark besuchten Lagen müssen die Schiessstände so construirt werden, dass ein Herausfliegen von Kugeln überhaupt unmöglich gemacht wird und auch das ist, allerdings nicht ohne erhebliche Kosten, zu erreichen. Geschossen wird aus einem gedeckten Raume, vor dem in einer Entfernung von wenigen Schritten eine hohe Mauer aufgeführt ist, welche der Scheibe gegenüber nur eine verhältnissmässig kleine Oeffnung hat und von dieser Mauer etwa zehn Schritt weiter gegen die Scheibe steht eine zweite ganz ähnliche Mauer. Wenn nun einem Schützen das gerade in die Höhe gehaltene Gewehr sich entladet, so wird die Kugel von der Decke des Standes aufgefangen, bei einer geringeren Aufweichung der Schusswaffe von der senkrechten Linie schlägt die Kugel in die erste

Mauer ein, und ist die Pistole oder der Stutzen bereits so weit gesenkt, dass die Kugel die Oeffnung der ersten Mauer, wenn auch immerhin noch mit einer möglichst grossen Seitenabweichung, passirt, so muss sie von der zweiten Mauer aufgefangen werden, und hat die Waffe bei Entsendung der Kugel bereits eine solche Lage, dass dieselbe auch die Oeffnung in der zweiten Mauer passirt, so muss sie den Kugelfang treffen. Derartig angelegte Schiessstände gewähren die vollkommenste Sicherheit gegen Unglücksfälle Unbetheiligter.

Die Länge des Schiessstandes ist bedingt durch die Waffen, aus welchen geschossen wird, denn mit Pistolen schießt man nur auf weit geringere Entfernungen, als mit dem Stutzen.

Die Scheiben sind in verschiedener Grösse entweder aus Eisen, Holz oder mit Papier überzogener Leinwand. An den eisernen Scheiben schlägt sich die Bleikugel breit und nimmt an dem getroffenen Punkte die Farbe fort, die von dem Ansager mit dem Pinsel gleich wieder ersetzt wird. Diese Scheiben haben in der Regel ein bewegliches Centrum, welches, von der Kugel getroffen, entweder gegen ein Zündhütchen oder gegen eine Feder gedrückt wird, so dass sich der Centrumsschuss durch die Detonation eines Schusses oder durch das Hervorspringen einer Figur selbst verkündet.

Holz- und Leinwandscheiben werden von den Kugeln natürlich durchschlagen und der Ansager

verstopft die Kugellöcher durch kleine Holzpflocke, beziehungsweise er klebt sie mit Papierstückchen nach jedem Schusse zu.

Die Scheiben werden in der Regel in 12 von innen nach aussen aufsteigend numerirte Ringe eingetheilt. Zum Pistolenschiessen messen sie gewöhnlich 0.33, zum Schiessen mit dem Stutzen 1 Meter im Durchmesser.

Mit der Pistole wird meistens auf 15, 20 und 25 Schritt geschossen.

Um dem Sport mehr Abwechslung zu geben und denselben unterhaltender zu machen, wählen die geübteren Schützen häufig an Stelle der gewöhnlichen Scheibe kleinere Objecte. Es werden beispielsweise Eier auf Flaschen gestellt, welche natürlich getroffen werden müssen, ohne die Flaschen zu zertrümmern; oder man schießt nach den Augen von Spielkarten. Man hat auch eiserne Platten mit einem Loch in der genauen Grösse der Pistolenkugel. Eine solche Platte wird auf einen Bogen Papier aufgestellt. Die Aufgabe besteht darin, die Kugel genau durch das Loch zu schießen; das die Eisenplatte berührende Blei einer nicht ganz genau in das Loch geschossenen Kugel fällt auf das Papier nieder und derjenige der Schützen ist Sieger, welcher dem Gewichte nach den geringsten Bleirückstand auf dem Papiere hat.

Man stellt auch wohl an der Eisenplatte ein Messer senkrecht mit der Schärfe dem Schützen

zugewendet auf und versucht nun die Kugel auf dem Messer zu halbiren.

Sehr unterhaltend ist auch das Schiessen nach kleinen Münzen und nach Pistolenkugeln, welche man in verschiedenen Entfernungen auf die Erde wirft. Die Schwierigkeit des Treffens wird dadurch erhöht, dass man die Entfernung zuerst genau schätzen muss, weil diese die Art des Zielens bedingt, welches darin besteht, dass man den Einschnitt im Visir, die Höhe des Kornes und das Zielobject in eine gerade Linie bringt. Da nun bei der Flugbahn der Kugel auch deren Schwere in Betracht kommt, so muss man bei weiteren Entfernungen das Sinken derselben mit in Rechnung ziehen. Man sagt deshalb von einer Waffe, dass sie auf die oder die bestimmte Entfernung auf den Punkt eingeschossen ist und das bedeutet, dass die aus der Waffe mit einer gewissen genau abgewogenen Pulvermenge auf diese Entfernung abgeschossene Kugel denjenigen Punkt trifft, auf welchen man zielt, dass also die Schwere der Kugel noch nicht in Betracht kommt. Nun ist jedoch eine solche Bestimmung doch nicht für jede Person gleich zutreffend, denn beim Zielen ist es von sehr bedeutendem Einfluss, wie viel man vom Korn im Einschnitt des Visirs sieht, technisch ausgedrückt, ob man gewohnt ist, mit feinem oder mit grobem Korn zu schiessen und das ist gewöhnlich durch die individuelle Stärke des Auges bedingt.

Von einem Eingehen auf die Construction der Waffen nehmen wir Abstand, weil doch wohl selbst die passionirteste Schützin kaum ein Interesse daran nehmen, noch ein Verständniss dafür haben dürfte, ob ihre Pistole, oder ihre Stutzen flach oder tief eingeschnittene, gerade oder gedrehte Züge im Inneren des Laufes hat, ob ihre Waffe mit einer cylindrischen oder konischen Kammer ausgestattet und nach welcher Methode das Schloss construiert ist und dergleichen mehr. Eins ist jedoch zu erwähnen, ob die Waffe zum Schiessen mit oder ohne Stecher eingerichtet ist, denn diese Vorkehrung ist von grossem Einfluss auf das Abdrücken. Ist nämlich die Pistole oder der Stutzen gestochen, so genügt die leiseste Berührung des Stechers zum Abdrücken, während man beim nicht zum Stechen eingerichteten Schloss an dem Abzuge ganz allmählich nach und nach drücken muss, bis der Schuss losgeht. Zum sicheren Schiessen mit Waffen ohne Stecher gehört demzufolge eine ruhigere Hand. Beide Einrichtungen haben jedoch ihre Vor- und Nachtheile. Auf den meisten Schiessständen in Paris, wo sehr viel mit Pistolen geschossen wird, besteht die Vorschrift, dass nur Pistolen des Schiessstandes, aber niemals eigene benutzt werden dürfen und jene sind stets ohne Stecher.

Sehr schwierig, aber höchst unterhaltend ist das Schiessen mit der Pistole nach beweglichen Gegenständen, wie nach einer Glaskugel auf einer

Fontaine oder nach einem an einem Faden aufgehängten Ei in pendelartiger Bewegung. Die Fontaine ist an ihrem Mundstück mit einem trichterartigen Netz umgeben, in welches man eine hohle und demzufolge leichte, farbige Glaskugel wirft. Diese Kugel rollt dem Strahle zu und hebt und senkt sich mit demselben. Sie steigt und fällt also in senkrechter Richtung. In einer Art von momentaner Ruhe befindet sie sich nur auf dem Höhepunkte, weil sie dort das letzte Stück ihrer Laufbahn hinauf und hinunter zurückzulegen hat, das ist also auch der geeignetste Moment, um nach ihr zu schiessen. Ebenso ist bei einem pendelartig bewegten Ei der äusserste Punkt der Schwingung auf der rechten oder linken Seite der beste Zielpunkt.

Zum Schiessen nach sehr kleinen Objecten ist es rathsam, beim Zielen gerade so viel Korn zu nehmen, dass man den Gegenstand ganz sieht, man muss das Zielobject „aufsitzten“ lassen. Es giebt auch Schützen, welche das Korn so schieben, dass sie entweder rechts oder links unter dem Ziele „abzukommen“ haben, um dasselbe zu treffen, weil es nach ihrer Behauptung auf diese Art besser sichtbar ist. Solche Einrichtungen hängen übrigens von der Gewohnheit und der Uebung des Schützen ab.

Das Schiessen mit der rechten oder linken Hand, das Zielen mit gestrecktem oder gebogenem Arme sind ebenso Gewohnheitssachen; zu empfehlen ist jedoch, das Schiessen mit der Pistole in der

einen wie in der anderen Hand zu üben; zu bemerken ist dabei nur, dass man mit dem Auge der Seite zu zielen hat, in welcher Hand man die Pistole hält. Das Schiessen des anderen Auges ist nicht erforderlich, im Gegentheil wird von vielen guten Schützen anempfohlen, stets beide Augen offen zu behalten.

In neuerer Zeit giebt es auch sogenannte Zimmerpistolen und Zimmerbüchsen, welche nach dem System Flobert construirt, zum Schiessen ohne Pulver, nur mit Kapseln, die eine verhältnissmässig starke Dosis Knallquecksilber enthalten, eingerichtet sind. An dem Zündhütchen ist gleich die für die Pistole, beziehungsweise für die Büchse passende Kugel, in der Regel von der Grösse eines starken Schrotkornes, befestigt und diese Patrone wird von hinten, nachdem der Hahn gespannt ist, in den Lauf eingeführt. Der niederschlagende Hahn bringt das Knallquecksilber zur Explosion, dieses treibt mit ansehnlicher Kraft die kleine Kugel zum Laufe hinaus und beim erneuerten Aufziehen des Hahnes wird die nun leere Hülse der Kapsel ohne eine weitere Manipulation, hinten wieder aus dem Laufe entfernt, so dass er zum sofortigen Einsetzen eines neuen Zündhütchens frei ist.

Die Kraft dieser Flobert-Patronen ist stärker, als man glauben sollte, denn selbst auf 100 Schritt Entfernung bleibt die Pistolenkugel noch im Fichtenholz stecken.

Zum Schiessen für Damen sind diese Zimmergewehre nach dem System Flobert recht eigentlich geeignet, denn sie sind nicht schwer und sehr handlich. Allerdings darf man dieselben genau genommen nicht zu den Feuerwaffen rechnen, da bei ihnen kein Pulver zur Anwendung kommt, in Folge dessen auch das den Anfänger im Moment des Abdrückens oft erschreckende Aufblitzen des Feuers fehlt und sie keinen Rückstoss fühlbar machen, aber für Damen sind sie gerade aus diesem Grunde besonders zum Betriebe des Schiesssports geeignet. Und da ausserdem noch die Detonation beim Explodiren des Zündhütchens eine sehr geringe ist, so kann man sehr wohl im Inneren von Wohnhäusern aus ihnen schiessen, ohne eine Störung und in Folge dessen ohne einen Einspruch der Nachbarn befürchten zu müssen.

Für das Schiessen mit Flobert-Pistolen ist schon die Entfernung durch zwei nicht zu kleine, nebeneinandergelegene Zimmer genügend.

Zum Schutze der Tapeten durch die Kugeln der Fehlschüsse stellt man hinter der Scheibe eine Holzwand von etwa 4 bis 5 Centimeter Stärke auf. Sehr elegante und dem Zwecke vollkommen entsprechende eiserne Scheiben auf einem leichten, etwa anderthalb Meter hohen, ebenfalls eisernen Ständer findet man zu civilen Preisen in den meisten Waffenläden vorrätig. Weitere Vorrichtungen sind nicht erforderlich.

Haben sich mehrere Damen, oder auch Herren und Damen, zu einem gemeinsamen Pistolenschiessen vereinigt, so kann man dem Sport einen grösseren Reiz verleihen, wenn man Preise für die besten Leistungen aussetzt, oder aber um angemessene Einsätze schießt.

Genau ähnlich dem Pistolenschiessen ist das Büchschenschiessen. Der Unterschied liegt eigentlich nur in der weiteren Entfernung, welche die grössere und kräftigere Waffe erfordert und darin, dass die Büchse oder der Stutzen, der grösseren Länge des Laufes und des bedeutenderen Gewichtes wegen, mit beiden Händen gehalten und mit dem der Form nach dazu eingerichteten Kolben an die Backe gelegt und fest gegen die Schulter gedrückt wird. Beim Schiessen aus dem mit Pulver geladenen Stutzen sind die Damen speciell und wiederholt darauf aufmerksam zu machen, dass nur ein festes Andrücken des Kolbens an Schulter und Backe gegen einen immerhin empfindlichen Rückstoss schützt, wohingegen diejenige Dame, welche dem Stosse durch leises Anlegen zu entgehen hofft, nur stärker unter demselben zu leiden hat. Wenn der Jäger und Schütze auch der Ansicht ist, dass Püschbüchse und Scheibenstutzen nichts taugen, wenn sie stossen, so darf diese Aeusserung doch wohl nur auf die stärkere männliche Natur Anwendung finden, eine zarte Dame dürfte aus den meisten Stutzen stets einen gewissen, in dem Druck der

Damensport.

plötzlich entwickelten Pulvergase gegen die Luft begründeten Stoss empfinden. Bei der Flobert-Büchse fällt der Rückstoss allerdings fort, da bei dieser eben kein Pulver zur Anwendung kommt. Es giebt jedoch auch Flobert-Patronen, bei welchen die Kupferhülse ausser dem Knallquecksilber noch etwas Pulver und dann an Stelle der Kugel ganz feinen Schrot enthält zum Schiessen kleiner Vögel. Und gegen die Ausübung der Jagd durch Damen mit diesen Patronen, um die Gemüse im Küchengarten oder die reifenden Früchte vor den räuberischen Ueberfällen der frechen Sperlinge zu schützen, haben wir nichts einzuwenden, aber mit der Ausübung der wirklichen Jagd durch Damen können wir uns nicht einverstanden erklären, denn unserem Gefühle nach ist die Tödtung von Wild als ein Sport mit wahrer Weiblichkeit und mit dem weiblichen Charakter überhaupt nicht recht vereinbar. Gewiss sehr lebenswürdig ist das Erscheinen der Damen an einem schönen Herbst- oder Wintertage beim Jagdfrühstück im Freien. Eine derartige Betheiligung ihrerseits trägt zur Erheiterung der Jagdgesellschaft bei und wird sicher von jedem der Theilnehmer mit Freuden begrüsst. Wenn selbst eine oder die andere der Damen einen der Jäger auf seinen Posten begleitet, um sich auf diese Weise durch eigene Anschauung Einsicht in das Jagdgetriebe und einen besonderen Genuss zu verschaffen, so wird gewiss Niemand dagegen einen Einwand erheben. Sehr begreiflich

ist es auch, dass so manche Dame mit Freuden den Gatten, den Bruder oder einen intimen Bekannten an einem lauen Frühjahrsabend auf den Schnepfenanstand begleitet, um die herrliche Waldesluft zu geniessen und sich an dem Erwachen der Natur nach langem Winterschlaf zu erfreuen. Warum sollte auch eine Dame nicht, ebensogut wie der Herr, einen Hochgenuss an dem Murksen der streichenden Waldschnepfe, an dem zischenden Tone eines vorübersausenden Fluges von Wildenten, an dem Locken der Rebhühner und am Schrecken des Rehbocks empfinden? Wer den wunderbaren Eindruck genossen hat, den diese Laute auf dem Anstande in der Waldeseinsamkeit auf den Anwesenden machen, ruft sich bestimmt dieselben stets mit Vergnügen in die Erinnerung zurück und findet es sicherlich begreiflich, dass auch eine Dame empfänglich für diese Töne ist, welche das Jägerherz in Entzücken versetzen; sie kann deswegen theilnehmen an diesem Sport, aber sie soll ihn nicht persönlich ausüben, soll nicht selbst zur Flinte greifen.

Bezüglich der Führung der Schiessgewehre, wo es auch immer sei, im Jagdfelde oder auf der Schiessstätte, ist allen Schützen, vornehmlich aber den Damen, deren weitere Kleidung zu leicht in eine unbeabsichtigte Berührung mit dem Abzuge der Waffe kommen kann, die allergrösste Vorsicht zu empfehlen und immer in das Gedächtniss zurück-

zu rufen, dass die Schusswaffe stets mit der Mündung nach oben zu tragen, der Hahn erst unmittelbar vor dem Schuss zu spannen ist, und dass man Hinterlader sogar am besten erst in diesem Momente ladet, denn die traurigsten Unglücksfälle sind in der Regel nur die Folge von Unvorsichtigkeit.

---

DAS FISCHEN.

---

DAS FISCHEN.

## DAS FISCHEN.



on den verschiedenen Arten, Fische zu fangen bildet die Netzfischerei hauptsächlich einen Erwerbszweig, während der Fischfang mit der Angel, das Stechen von Fischen mit der Gabel, sowie das Schiessen derselben als Sport anzusehen sind und im Allgemeinen nur als solcher betrieben werden, wobei allerdings zu bemerken ist,

dass in Ausnahmefällen das Angeln, wie beispielsweise beim Forellenfange, auch gewerbsmässig betrieben wird. Die Netzfischerei bildet vornehmlich das Gewerbe der Fischer von Profession, die sich in vielen Gegenden zu einer Fischerzunft oder Fischergilde vereinigt haben und als solche Vereine auch gewisse Vorrechte, „Fischerrechte“, geniessen. Zum Fangen von Fischen ist übrigens, ebenso wie zur Ausübung der Jagd, nicht Jeder berechtigt, sondern zur Befugniss zum Fangen von Fischen in einem bestimmten Wasser ist die Fischereigerechtigkeit in demselben erforderlich, welche durch das Eigenthumsrecht oder durch Pacht erworben wird. In früheren Zeiten war die Fischerei überhaupt frei und erst im Mittelalter wurde das Recht des Fischens in den schiffbaren Flüssen von den Landesherren usurpirt und zu einem Regal gemacht; das Fischen in den Flüssen, soweit sie nicht schiffbar sind, und in den Bächen, Teichen, Seen blieb Privatrecht der Eigenthümer. Auf hoher See ist die Fischerei Gemeingut aller Nationen, aber bis zu einer gewissen Entfernung von der Küste, gewöhnlich auf Kanonenschussweite, die auf drei See-meilen angenommen wird, steht sie den Bewohnern der Uferstaaten allein zu.

Nachdem die Fische als ein allgemeines Nahrungsmittel angesehen werden, haben sich die meisten Staaten zum Erlass von Fischereigesetzen veranlasst gesehen, welche das Verbot des Fangens

der verschiedenen Fischarten zu ihrer Laichzeit enthalten (das Fischschongesetz), sowie zur Bestimmung von Minimalgrössen, unter welchen die einzelnen Fischgattungen nicht feilgeboten werden dürfen, was wieder die Festsetzung einer bestimmten Grösse der Netzmaschen zur Folge hat.

Neben der gewerblichen Fischerei mit Netzen bildet das Angeln den eigentlichen Fischereisport, und dieser ist eine so angenehme und unterhaltende Beschäftigung nicht allein für Herren, sondern auch für Damen, und derselbe bietet in seiner Ausübung so viel Reiz, dass er sogar leichter als manche andere Sportart zu einer förmlichen Leidenschaft werden kann. Die unbeschreibliche Anziehungskraft des Wassers ist allgemein bekannt. Viele Menschen können ebenso stundenlang an der Meeresküste der grösseren oder geringeren Brandung der Wellen zusehen, wie sie in herbst- oder winterlicher Dämmerstunde ohne eine andere Beschäftigung das Flackern des Feuers im Kamin zu beobachten im Stande sind, und in beiden eine volle Befriedigung und eine Beruhigung des Gemüthes finden. Aber wie sich die Gegensätze so oft berühren, so ist auch häufig die bewegungslose Oberfläche von Binnengewässern für Viele ebenso anziehend und fesselnd, wie die ewige Unruhe des Meeres. Es ist also leicht erklärlich, dass es Naturen giebt, die sich unwiderstehlich zum Wasser hingezogen fühlen und schon aus diesem Grunde einen grossen Genuss

am Angeln finden, welches ihnen die Gelegenheit bietet zu einem längeren Aufenthalt am Ufer oder auf einem Boote treibend auf der anmuthigen Fläche eines Gewässers unter gleichzeitiger Ausübung eines angenehmen Sport. Und gerade für den ruhigen Charakter und das beschauliche Gemüth so mancher Dame ist das Angeln eine sehr willkommene Beschäftigung, umsomehr, als dasselbe nicht nur eine Belustigung und ein Vergnügen, sondern eine Kunst ist, die mit Fleiss erlernt und mit Ausdauer betrieben werden muss, wenn man erfolgreiche Resultate erzielen will. Weil aber Fleiss und Ausdauer zur Erlernung und Ausübung des Angelsport gehören, so ist derselbe ebenso wie die anderen Sportgattungen nicht Jedermanns Sache, und vielen Damen, die Lust und Neigung zum Angeln haben, fehlt leider oft die Gelegenheit dazu. Der Landaufenthalt bietet in dieser Beziehung einen entschiedenen Vortheil gegen die grossen Städte. In neuerer Zeit wird das Angeln von den Damen in England mit besonderer Vorliebe betrieben, aber auch unsere Damen werden diesem Sport Geschmack abgewinnen, wenn sie sich nur zuerst etwas eingehender theoretisch über denselben unterrichten wollen. Wir können hier nicht speciell auf die Erfordernisse zum Angelsport und auf seinen Betrieb eingehen, weil die Sportbibliothek, zu welcher dieses Buch den XII. Band bildet, bereits ein Handbuch des Fischereisport von J. Meyer, einem Assistenten

an der kaiserlichen Fischzuchtanstalt bei Hünningen im Elsass, umfasst, in welchem auf die Angelfischerei, als dem eigentlichen Fischereisport, das Hauptgewicht gelegt wurde. Wir verweisen demzufolge die dem Angelsport zugethanen Damen auf dieses für sie werthvolle Buch desselben Verlages, weil wir nicht glauben, auf den uns für denselben Zweck nur wenigen zu Gebote stehenden Seiten ihnen etwas gleich Gutes, geschweige denn etwas Besseres bieten zu können, als sie bereits in jenem Buche über das Angeln finden. Wir bescheiden uns also, die Freundinnen der Angelfischerei nur darauf aufmerksam zu machen, dass sie zu ihrem Sportanzuge keine grellen Farben wählen dürfen, weil sie in einem solchen Gewande zu leicht vom scharfen Auge des Fisches bemerkt werden und in Folge dessen auf kein günstiges Resultat rechnen können. Die Forelle ist sogar so vorsichtig und scheu, dass man beim Angeln den Stand der Sonne in Betracht zu ziehen hat, weil schon der Schatten genügt, um sie pfeilschnell davonschiessen zu machen, wohingegen sie sonst bei ihrer Gier gefrässig auf den Köder zustösst.

Sehr unterhaltend ist auch das Stechen und Schiessen grösserer Fische, entweder wenn sie in der Sonne oder Nachts bei Fackelschein unmittelbar unter der Oberfläche des Wassers ruhig stehen. Zum Fischstechen bedient man sich einer eisernen Gabel an einem ziemlich langen, aber möglichst

leichten hölzernen Stiele. Die Zinken, deren sie in der Regel fünf hat, sind zum Einschrauben und mit Widerhaken, damit sie im Falle des Zerbrechens leichter zu ersetzen sind und damit der getroffene Fisch nicht wieder herabgleiten kann. Man sticht Lachse und Hechte, sowie auch Karpfen und Schleie, im Frühjahr auch wohl Aale. In wasserreichen Bächen kann man stillstehende Fische wohl vom Ufer aus stechen, in Teichen und Seen kann man diesen Sport aber nur von einem Boote aus betreiben, welches langsam und geräuschlos fortbewegt wird. Am lohnendsten ist diese Art des Fischens an dunklen Sommerabenden mit einer Fackel oder einer Kugellaterne an einer langen Stange, mit welcher das Wasser um das Boot erleuchtet wird. Die mit der Gabel im Boote stehende Dame sucht einen grösseren Fisch zu erspähen und dirigirt durch Zeichen das von einer dritten Person ohne Wellenschlag geruderte Boot derart, dass sie sich dem Fische in Stichweite nähert und sucht ihn dann mit ihrer Gabel zu treffen. Bei dem Lichte der Fackel, eines Kienspanes oder einer gut leuchtenden Laterne kann man in klarem Wasser jeden Fisch, der einigermaßen hochsteht, deutlich bemerken, so dass die Dame die Wahl zu einem Stiche treffen kann. Der gestochene Fisch muss natürlich sogleich getödtet werden.

Von allen Fischen ist der Hecht derjenige, welcher am häufigsten ruhig im Wasser steht, und

zwar oft so sorglos, dass man in Ermangelung eines Speeres ihn sogar mit einer Schlinge zu fangen im Stande ist; aber im Frühjahr bei schönem, warmem Sonnenschein, liebt es auch der Aal, zum Theil gedeckt durch das Blatt einer Wasserpflanze, sich unbeweglich an der Oberfläche zu halten und ist dann leicht mit der Gabel zu stechen. Starke Aale muss man übrigens schnell von der Gabel entfernen, da sie sich durch kräftiges Schlagen sonst trotz der Widerhaken wieder von den Zinken befreien. Es wird behauptet, dass der Aal sich in der warmen Frühjahrssonne oft so wohl fühlt, dass auch er mit der Schlinge zu fangen sei. Später im Jahre scheinen ihm die wärmeren Sonnenstrahlen jedoch nicht angenehm zu sein, denn er zeigt sich dann nicht mehr zu längerem Aufenthalt unmittelbar unter dem Wasserspiegel, sondern sucht die Tiefe auf.

Das Schiessen der Fische kann natürlich nur bei Tage ausgeführt werden und es sind ebenfalls auch nur solche zu erlegen, welche nicht zu tief unter der Oberfläche stehen, denn das Wasser beeinträchtigt unglaublich die Kraft des Schrotes und nur dieser, und zwar von mässiger Stärke, ist zu diesem Sport verwendbar. Durch die Strahlenbrechung des Lichtes im Wasser befindet sich der Fisch nicht genau auf der Stelle, auf welcher er dem Schützen zu sein scheint, und aus diesem Grunde wird er nicht immer tödtlich getroffen. Der gefehlte

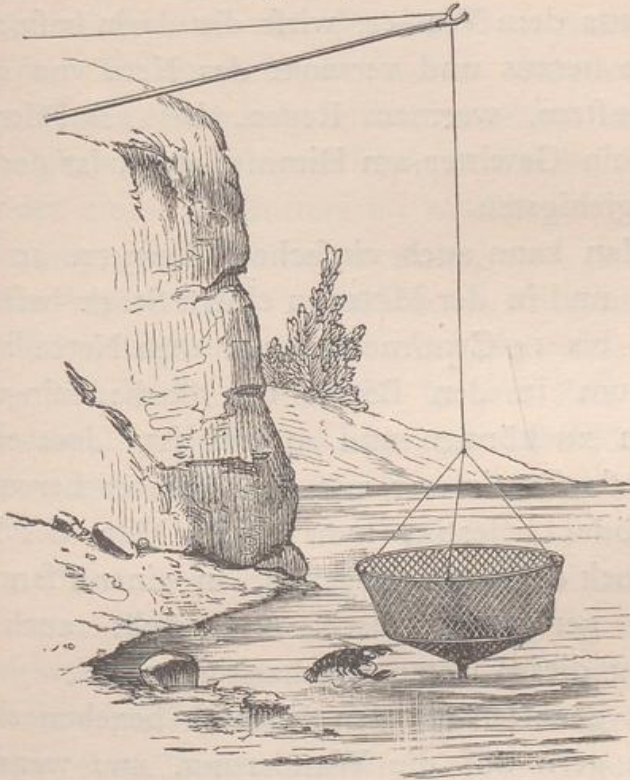
oder verwundete Fisch sucht die Tiefe, der todte Fisch kommt aber sofort an die Oberfläche.

Sehr belustigend ist auch der Krebsfang. Wenn man die ungeschickten Bewegungen der Krebse am Lande beobachtet, so sollte man gar nicht glauben, wie pfeilschnell diese Thiere sich im Wasser bewegen können, und dass diese schwarzen Gesellen im Bache so viel heller aussehen.

Die beste Krebszeit fällt in die Sommermonate ohne 1, Mai, Juni, Juli und August, also zum Betriebe des Fanges als Sport in eine sehr angenehme Saison.

Das Krebsen in einem klaren Bach, in welchem man die Thiere beobachten kann, ist sehr unterhaltend. Der Krebs hält sich am liebsten zwischen Steinen, Wurzeln und in Löchern am Ufer auf. Er ist sehr gefräßig und besonders Fleisch, vornehmlich wenn es schon etwas in Verwesung übergegangen ist und in Folge dessen einen penetranten Geruch verbreitet, erscheint ihm als Leckerbissen und zieht ihn an. Zum Fange eignen sich am besten Tellernetze. Zwei Drahtreifen werden durch ein Netz, wie die Zeichnung (Seite 191) darstellt, verbunden, an drei Schnüren wie eine Wagschale aufgehängt und dann im Wasserversenkt, so dass sie flach am Boden liegen. Zum Anlocken der Krebse wird in der Mitte des Netzes ein Köder aus Fleisch oder Fischen befestigt. Ein sehr wirksamer Köder ist ein tochter Frosch, dem die Haut vollständig

abgezogen wurde, auch gesalzene, zum Genuss für Menschen bereits untaugliche Häringe. Viele verwenden ebenfalls Rinderherz oder Leber und bestreichen die Stücke mit *Asa foetida*, um ihnen eine weitreichende Witterung zu geben. Wenn man etwa



20 dergleichen Tellernetze in angemessenen Entfernungen voneinander versenkt, so kann man den Sport des Fanges fast ununterbrochen fortsetzen, indem man gleich nach dem Versenken des letzten wieder mit dem Heben des ersten Netzes beginnt. Bemerkt man Krebse am Köder, so hebt man das Netz mittelst der Schnur anfangs schnell in die

Höhe, so dass der grössere, etwa 50 Centimeter im Durchmesser haltende Drahtreifen durch das Netz erst einen Rand mit dem etwas kleineren Reifen bildet, damit der vielleicht seitwärts fliehende Krebs nicht entweichen kann und zieht dann das Netz ganz aus dem Wasser, wirft die darin befindlichen Krebse heraus und versenkt das Netz von neuem. Bei sanftem, warmem Regen, bei schwüler Luft, wenn ein Gewitter am Himmel steht, ist der Fang am ergiebigsten.

Man kann auch einfache Tellernetze an einem Reifen und in der Mitte an einem Stock befestigen, der 10 bis 14 Centimeter unter dem Netze hervorragt, um in den Boden des Baches eingesteckt werden zu können und so lang ist, dass er etwa 40 bis 60 Centimeter aus dem Wasser hervorsteht. Als Köder befestigt man in der Mitte des Netzes am Stock einen abgezogenen, in einer Pfanne mit Honig gerösteten Fisch und stellt auch etwa zwanzig dieser Netze gleichzeitig auf.

In gewitterschwülen Nächten begeben sich die Krebse gern auf die Wanderung, und wenn man in solchen mit einem flachen Boote über seichte Stellen eines krebbsreichen Sees oder Flusses fährt und mit einer Fackel oder Laterne das Wasser beleuchtet, so sind die Krebse so geblendet, dass sie ganz still am Boden liegen und man sie einfach mit der Hand greifen kann. Knaben machen sich zuweilen den Scherz, auf eine für sie sehr unter-

haltende, jedoch für Damen nicht geeignete Art, Krebse zu fangen, indem der Eine mit einer Pech- oder Strohfackel am Ufer eines Baches stromaufwärts gehend das Wasser beleuchtet, während der Andere im Bache watet und die vom Lichte geblendeten Krebse mit der Hand herausnimmt. Bei dieser Gelegenheit ist jedoch das Anziehen eines starken Lederhandschuhes immerhin rathsam, um sich gegen den gelegentlichen Biss einer Wasser- ratte oder eines Fischotters zu schützen.

Da man stets trachten muss, das Nützliche mit dem Angenehmen zu verbinden, so muss man auch die gefangenen Krebse aufzubewahren verstehen, und das kann man für längere Zeit nur in sogenannten Fischhältern, Kästen mit durchlöcherten Seitenwänden, in fließendem Wasser. Um sie aber nur für einige Tage lebend zu erhalten, legt man sie gut abgetrocknet schichtenweise in einen Korb mit festem Deckel, thut zwischen jede Schicht Brennesseln und hängt den Korb im Keller auf. Wenn man die Brennesseln täglich erneuert und die doch etwa abgestorbenen Krebse entfernt, so kann man die übrigen mit einem Verlust von beiläufig 5 Stück vom Hundert 4 bis 5 Tage lebendig erhalten.

Nächst dem Genuss am Sport beim Fange der Krebse, ist doch auch derjenige beim Essen derselben nicht zu unterschätzen.



DAS FUSSGEHEN.

---

13\*



2. Sportarten, welche eine Ortsveränderung bedingen.

DAS FUSSGEHEN.



eibesübungen, mit denen jeglicher Sport verbunden ist, und vornehmlich die Bewegung in freier Luft, sind

für die gesammte menschliche Gesellschaft, für die jetzige und für die künftigen Generationen von unberechenbarem Werthe. Durch die Leibesübungen wird das Gleichgewicht zwischen der

Geistesthätigkeit und der nothwendigen körperlichen Bewegung vermittelt. Und da man jede körperliche Uebung, die man in seinen Mussestunden mit Vorliebe betreibt, ohne ein Gewerbe daraus zu machen, als einen Sport ansieht, so hat ein systematisch betriebenes Fussgehen sicher die Berechtigung, als ein Sport zu gelten. Es gehört auch zu denjenigen Leistungen, welche man unter dem englischen Ausdruck „Pedestrianism“ zusammenfasst.

Da nun aber der Pedestrianismus, das Gehen und Laufen einer oder mehrerer Personen gegeneinander oder gegen Zeit und das Springen in die Höhe und in die Weite, sowohl auf der Stelle, wie in Verbindung mit dem Wettlauf, wie derselbe jetzt von Engländern und Amerikanern betrieben wird, nach unseren Begriffen nicht als ein für Damen geeigneter Sport anzusehen ist, so haben wir diesen Abschnitt auch unter die Bezeichnung „Fussgehen“ gestellt und damit von vorneherein ausgedrückt, dass wir Wettlaufen und Wettspringen nicht als Damensport gelten lassen.

Dy. Aber auch unter dem Fussgehen unserer Damen wollen wir nicht das Wettgehen der Engländer auf unglaubliche Entfernungen in enorm kurzer Zeit verstanden wissen, sondern das Zurücklegen angemessen weiter Strecken zur Kräftigung der Gesundheit, was allerdings bis zur Ermüdung gesteigert werden kann, aber niemals bis zur

Uebermüdung getrieben werden darf. Die Bewegung soll eine naturgemässe in einem lebhaften Schritte sein, dessen Tempo und Dauer stets in richtigem Verhältniss zu der mehr oder minder kräftigen Körperconstitution der ausübenden Dame stehen muss.

Da der Körper bei einer gesteigerten Bewegung im Gehen in eine richtige Transpiration geräth, welche naturgemäss zur Ausscheidung krankhafter, etwa im Körper angesammelter Stoffe führt, so erreicht man durch das Gehen auf natürlichem Wege dasjenige, was man durch Dampf- und andere Bäder künstlich und forcirt herzustellen sucht.

Es giebt Störungen im Organismus, für welche sich Landaufenthalt, Bäder und körperliche Bewegung durch den Betrieb verschiedener Sportarten in den meisten Fällen nicht als genügend erweisen, die unbedingt eine andauernde Bewegung in der ozonreichen Luft der Berge verlangen, und derartig leidende Personen können in heutiger Zeit, wo man durch die Eisenbahnen kaum noch Entfernungen kennt, leicht und auf angenehme Weise Linderung ihrer Leiden und Genesung finden. Jede rationelle Bewegung, sei es nun am Meeresstrande oder im Lande, in der Ebene oder in den Bergen, ist an sich schon dem Körper zuträglich; wenn man aber mit der Bewegung das Einathmen der wunderbar stärkenden ozonreichen Luft der Berge verbinden

kann, so erreicht man sicherlich besser und schneller seinen Zweck, und darüber herrscht wohl kein Zweifel, dass Fusstouren in den Bergen unterhaltender sind als im flachen Lande, aber sie sind auch anstrengender. Ferner darf man nicht glauben, dass man einfach sagen kann, morgen will ich eine Reihe von Fusstouren beginnen, und dass man nur nöthig hat, sich auf den Weg zu machen und täglich 8 bis 10 Stunden zu gehen. Zu einem solchen Unternehmen gehört eine Vorbereitung, ein Training, wenn man nicht möglicherweise anstatt des Nutzens Schaden ernten will.

### Der Training.

Zu jeder anstrengenden Leistung, welche ein lebendes Wesen ausführen will oder auszuführen bestimmt ist, gehört eine vernunftgemässe Vorbereitung, damit durch die ungewohnte Anstrengung dem Körper kein Schaden zugefügt werde. Diese Vorbereitung, welche in einer systematisch gesteigerten Uebung der Kräfte im Allgemeinen und der bei dem speciellen Zweck vornehmlich angestregten Muskeln, Sehnen und inneren Organen im Besonderen besteht, nennt man Training. Da nun der Training zu allen körperlichen Uebungen in den allgemeinen Umrissen ziemlich derselbe ist und zu jeder der verschiedenen Sportarten nur zur Ausbildung der durch dieselbe besonders in Anspruch

genommenen Organe eine Modification erleidet, und da das Fussgehen bei jedem Training stets eine grosse und wichtige Rolle spielt, so halten wir diese Stelle für die geeignete, um etwas eingehender über das Thema zu reden.

Niemand wird darüber im Zweifel sein, dass von mehreren Personen, welche gemeinsam die gleiche, die körperlichen Kräfte in Anspruch nehmende Leistung auszuführen unternehmen, diejenige am leichtesten und mit der geringsten Anstrengung die Aufgabe lösen wird, welche in dem Geschäft die meiste Uebung besitzt. Am besten kann man sich bei jeder Bergpartie von der Richtigkeit dieser Behauptung überzeugen, wenn man nur beobachtet, wie der Führer, in der Regel noch mit dem ganzen Gepäck der Reisenden beladen, ohne jede Anstrengung voransteigt, während diese, wenn sie eben nicht zu dem Vorhaben geübt sind, nur mit Mühe hinter ihm herkeuchen. Hierin liegt schon der klare Beweis für die Nothwendigkeit der Uebung, für die Nothwendigkeit des Trainings.

Wer ohne vorhergegangene Uebung eine andauernde Fusstour, vornehmlich im Gebirge unternehmen wollte, würde sehr bald eine Enttäuschung nach der anderen erleben und wahrscheinlich schon nach kurzer Wanderung missmuthig das ganze Unternehmen an den Nagel hängen.

Es ist eine durch die Erfahrung festgestellte Thatsache, dass kein Thier in dem Masse durch

den Training gekräftigt wird, als der Mensch, dass keines eine so lange und so strenge Vorbereitung mit Vortheil auszuhalten im Stande ist, dass sich aber auch bei keinem der Unterschied in den Leistungen eines trainirten und eines untrainirten Individuums in so auffallender Gestalt geltend macht, wie beim Menschen. Er ist nicht allein zur Ausführung der durch den Training bedingten Kraft- und Bewegungsübungen befähigt, sondern dieselben gewähren ihm auch Vergnügen und fördern sein allgemeines Wohlbefinden. Jeder, der die Gesundheit zu schätzen weiss, hat sich stets an den Grundsatz zu halten, niemals ein Unternehmen zu beginnen, zu welchem Kraft und Geschicklichkeit erforderlich sind, bevor er sich durch den Training nicht so gestärkt hat, dass er die Aufgabe ohne irgend nachtheilige Folgen zu lösen im Stande ist. Beispielsweise kann eine Dame in guter Condition eine Turnübung mit Aufbietung der ganzen Kraft bis zur Ermüdung ausführen und nach einigen Momenten der Ruhe ist sie wieder so vollständig erholt, dass sie sich nach einer halben Stunde ohne jeden Schaden derselben Anstrengung noch einmal unterziehen kann, während sie ohne Condition von derselben Uebung bis zur Ohnmacht angegriffen sein würde und zur Wiederbelebung der Kräfte ein stärkendes Mittel zu sich nehmen müsste, ohne dass an eine erneute Anstrengung zu denken wäre.

Um sich des Trainings zu unterziehen, muss man vollkommen gesund sein; Krankheit schliesst jede anstrengende Uebung aus, aber auch eine Person mit gesundem Körper, die sich vielleicht durch eine ungeeignete Lebensweise nicht wohl fühlt, muss vor Beginn des Trainings erst vollkommen hergestellt sein, und das ist häufig eine schwierige Aufgabe, weil dieselbe nicht allein das Geschick erfordert, den Fehler zu erkennen, sondern auch die grosse Selbstüberwindung, das zu unterlassen, was vermieden werden muss. In der Aussicht auf den Genuss des bevorstehenden Sport entschliessen sich in der Regel verständige Damen zum Aufgeben des als schädlich befundenen Lieblingsgenusses und unterziehen sich den Regeln des Trainings mit der Gewissenhaftigkeit eines Einsiedlers.

Für den Damensport ist selbstverständlich kein so strenger Training erforderlich, wie für die Theilnehmer an dem Wettrudern der englischen Universitäten oder ein Wettschwimmen der Miss Beckwith von 8 bis 10 Stunden, aber zur Ausübung eines jeden, wenn auch weniger anstrengenden Sport, ist, wie gesagt, eine rationelle Vorbereitung erforderlich, wenn die betreffende Dame einen angenehmen Genuss von demselben haben und nicht von den Anstrengungen leiden will. Steht beispielsweise eine längere Gebirgstour in Aussicht, bei welcher täglich während 8 bis 10 Stunden zu gehen

ist, so werden die daran theilnehmenden Damen entschieden gut thun, wenn sie sich durch einen gelinden, angemessenen Training für das Unternehmen vorbereiten, und sie werden für die kleinen Entbehrungen und die Anstrengungen, denen sie sich während desselben unterziehen, bei der Fuss-tour selbst reichliche Belohnung finden, indem sie dieselbe ohne jede Anstrengung ausführen und in Folge dessen in jedem Augenblick den sich ihnen bietenden Genuss mit vollen Zügen einschlürfen können, während diejenigen, welche keine Zeit auf die Vorbereitung verwendeten, häufig gezwungen sein werden, sich zurückzuziehen, den Genüssen zu entsagen und vornehmlich des Abends bereits der Ruhe pflegen müssen, wenn die Anderen noch in dem Genusse der herrlichen Abendkühle schwelgen. Zu einem solchen Training gehört die Entfernung des etwa vorhandenen und die Athmungsorgane hindernden Fettes, wozu eine gewisse Diät erforderlich ist, und die Uebung in andauerndem Gehen. Von einem solchen Schwitzen und einer so strengen Diät, wie sich ein Jockey unterziehen muss, um ein Rennpferd mit einem sehr niedrigen Gewicht mit einiger Chance in einem bestimmten Rennen reiten zu können, ist natürlich im Training einer Dame für eine Fusstour nicht die Rede, aber einiger Entbehrungen wird sie sich doch schon unterziehen müssen.

In erster Linie muss die Verdauung eine regelmässige sein, weil von dieser die wichtigen Func-

tionen der Leber abhängig sind. Sobald sich in dieser Beziehung Unregelmässigkeiten zeigen, ist es rathsam, mit Rhabarber in angemessenen Dosen nachzuhelfen. Da ein Wohlbefinden vorausgesetzt wird und der Training die Gesundheit von Tag zu Tag mehr befestigt, so dürften andere Medicamente schwerlich zur Anwendung gelangen.

Eine vorhandene und störende Fettablagerung wird durch Schwitzen entfernt, welches entweder auf natürlichem oder auf künstlichem Wege erzeugt wird.

Zum natürlichen Schwitzen kleidet sich die Dame recht warm, bindet ein wollenes Tuch um den Hals, bedeckt auch die Arme gut und zieht wollene Handschuhe an. In dieser Bekleidung wird ein ziemlich schneller Spaziergang von einigen Kilometern genügen, um eine ausgiebige Transpiration hervorzurufen, welche, nach Hause zurückgekehrt, noch durch Niederlegen auf einem Canapé und festes Zudecken mit Federbetten ein bis anderthalb Stunden unterhalten wird. Nach dieser Zeit wird der Körper entkleidet, gut abgetrocknet, fest frottirt und darauf wieder der gewöhnliche Anzug angelegt.

Ein künstliches Schwitzen wird entweder durch ein Dampfbad oder besser noch durch eine kalte Einwicklung erzeugt. Der entkleidete Körper wird mit den Armen am Leibe bis zum Halse in ein nasses, halb ausgerungenes Leintuch und darüber in wollene Decken gehüllt und bis zum Kinn fest eingedeckt. Nach etwa 15 Minuten tritt eine Re-

action und ausgiebiger Schweiss ein, den man eine bis anderthalb Stunden andauern lässt. Darauf werden Decken und Leintuch entfernt und der Körper wird mit kaltem Wasser begossen, oder man steigt in eine Wanne mit kaltem Wasser; dann lässt man sich trocken reiben und zieht sich an. Bei dieser Art des künstlichen Schwitzens ist man weniger Erkältungen ausgesetzt und dieselbe greift auch den Körper weniger an, als das natürliche Schwitzen. Es erzeugt ebenfalls eine lebhafte Athembewegung und hat den Vorthail, dass man leichter als beim Gehen den Grad des Schwitzens reguliren kann; dahingegen veranlasst es bei häufiger Wiederholung gern die Bildung von Geschwüren; man darf es deshalb nicht öfter als ein- oder höchstens zweimal in der Woche anwenden. Jedenfalls ist das Schwitzen durch eine kalte Einwickelung viel mehr zu empfehlen, als das nächtliche Schwitzen durch Einnehmen von Medicamenten, eine Methode, von der man in neuerer Zeit auch vollständig zurückgekommen ist.

Ausser diesen je nach Erforderniss periodisch zur Anwendung gelangenden Mitteln besteht der Training im täglichen Gehen sich nach und nach immer steigender Entfernungen und im Einhalten einer angemessenen Diät ungefähr in der Art, wie die nachstehende Tageseintheilung angiebt.

Nachdem eine Schale nicht zu starker Thee eingenommen ist, wird ein Spaziergang von einer

halben Stunde gemacht, der zur Verarbeitung der im Körper etwa noch vorhandenen Speisereste und zur Anregung des Appetits zum Frühstück dient. Das Frühstück kann aus einem Stück auf dem Rost gebratenen Rind- oder Schöpsenfleisch und einem Stückchen gerösteten Weizenbrot bestehen. Hierbei möchten wir bemerken, dass die so häufig ertheilte Anweisung, nicht ganz durchgebratenes Fleisch, gemeiniglich unter der Bezeichnung „halb englisch“ bekannt, sei besser als ein vollkommen gebratenes Stück, nicht stichhaltend ist. Beim Braten am scharfen Feuer bildet sich sofort eine Kruste, welche das Ausfliessen des Saftes verhindert. Sobald aber kein Saft verloren geht, dann ist kein Grund vorhanden, warum man das Fleisch auf dem Rost nicht sollte durchbraten lassen, deshalb braucht es noch immer nicht ausgedorrt sein. Viele Personen haben einen solchen Widerwillen gegen Fleisch, welches im Inneren noch rohe Stellen hat, dass sie es unter keinen Umständen geniessen, und bei einer verständigen Zubereitung kann das Fleisch gar und dabei doch saftig sein.

Als Getränk zum Frühstück ist wieder eine Schale nicht zu starker Thee besser als Kaffee, Cacao oder Chocolate. Butter, Saucen und alle Gewürze, mit Ausnahme von Pfeffer und Salz, sind zu meiden.

Nach dem Frühstück bleibt der im Training befindlichen Dame eine Stunde zur Beschäftigung

nach ihrem Belieben überlassen, aber um 11 Uhr muss sie zum Ausgang angezogen sein. Ueber den Anzug selbst ist nichts weiter zu erwähnen, als dass er bequem sein muss. Zur Fussbekleidung eignen sich am besten lederne Schnürstiefel, so weit, dass der Fuss freie Bewegung in denselben hat, mit sehr starken Sohlen und ganz niedrigen, breiten, sogenannten englischen Absätzen. Der Strumpf ist am besten von Wolle. Die ersten Ausgänge beginnen mit einer Stunde und steigern sich täglich, so dass sie sich nach Verlauf von einer Woche schon von 11 bis 2 Uhr Nachmittags ausdehnen. Der Unterhaltung wegen empfiehlt es sich, die Spaziergänge stets in Begleitung zu machen, weil man bei anregender Conversation gar nicht bemerkt, wie schnell die Zeit vergeht.

Das Mittagessen besteht in der Hauptsache wieder aus gebratenem Rind- oder Schöpsenfleisch, zur Abwechslung ist auch wohl ein gedünsteter Schöpsenschlägel gestattet, aber Kalb- und Schweinefleisch, sowie gesalzenes Rindfleisch und Schinken sind ebenso wie Enten und Gänse zu meiden. Dagegen sind gebratene Hühner, Rephühner und Fasanen, sowie alles Wild, wenn es ohne Sauce und süsse Compots genossen wird, eine sehr zu empfehlende Nahrung während der Zeit des Trainings. Die Gemüse, welche die Jahreszeit bietet, sind mit Ausnahme von Gurken und allen Rüben gestattet, jedoch von Erdäpfeln nur einer oder zwei zu jeder

Mahlzeit. Ein Stückchen Brot ist erlaubt und als Getränk etwas Rothwein oder Sherry mit Wasser und nach Tisch ein kleines Glas von diesen Weinsorten oder auch ein Gläschen Portwein. Unterzieht sich eine Dame einem längere Zeit andauernden Training, so muss man trachten, eine möglichst grosse Abwechslung in den Küchenezettel zu bringen, denn *toujours perdrix* wird sehr bald lästig. Bei der geringen Anzahl der erlaubten Speisen ist ein wechselndes Menu nur schwer herzustellen und aus diesem Grunde nimmt man dann seine Zuflucht zu den weniger fetten Seefischen und dann und wann zu einem kleinen Kuchen mit einem Teig aus Brot, Milch und Eiern und einigen eingekochten frischen Früchten. Eine solche Speise darf aber nicht täglich, sondern nur gelegentlich als ein Gaumenreiz genommen werden. Die Hauptbestandtheile der Mahlzeit bleiben immer Rind- und Schöpsenfleisch mit etwas Brot und Suppe und alles Andere gelangt nur zur Anwendung, wenn eine Abwechslung dringend geboten erscheint.

Nach Tische darf man sich eine oder zwei Stunden Ruhe gönnen und sich auch wohl auf das Canapé niederlegen. Erfahrungsgemäss leidet die Schnelligkeit durch ein zu langes Gehen und wer sich zum Wettlauf trainirt, darf seine Ausgänge täglich nicht über drei bis vier Stunden ausdehnen; da es bei dem Training der Damen aber nicht auf Schnelligkeit, sondern auf Dauer ankommt, so ist

Daniensport.

ein nochmaliger Ausgang nach der Nachmittagsruhe angezeigt und hängt dessen Ausdehnung ganz von der Disposition der Dame ab.

Die Stunde des Nachtmahls ist in der Regel 8 Uhr, und dasselbe besteht am besten aus einem Teller Suppe mit einem Stückchen gerösteten Brot. Zarte Naturen bedürfen jedoch zuweilen einer kräftigeren Nahrung und für solche ist wohl etwas kaltes Fleisch oder ein Ei und ein Gläschen Portwein oder Sherry angezeigt, weil zu einer andauernden Leistung in erster Linie auf die möglichste Steigerung der Kräfte Bedacht genommen werden muss.

Unbedingt feststehende Regeln sind übrigens nicht aufzustellen, denn die Einwirkung der einzelnen Speisen ist nach der verschiedenen Individualität stets sehr verschieden und die Hauptaufgabe besteht in der Beobachtung von deren Wirkung in Bezug auf die Steigerung der Kräfte und die Wahl derjenigen, welche am besten anschlagen. Aus diesem Grunde darf das Vorstehende auch nur als ein allgemeiner Umriss der für den Training erforderlichen Lebensweise angesehen werden. Wenn eine Dame durch drei oder vier Wochen vor dem Antritt einer beabsichtigten ausgedehnten Fusstour ins Gebirge ihr Leben möglichst nach den gegebenen Vorschriften einrichtet, so wird sie schon im Laufe dieser Zeit eine Steigerung ihrer Kräfte, sowie des allgemeinen Wohlbefindens bemerken und der

Genuss bei der Fusstour selbst wird ein ungestörter und grosser sein, weil sie sich durch keine der täglichen Anstrengungen ermüdet und angegriffen fühlen wird, und sie alle die sich ihr bietenden Eindrücke in ganzem Umfange zu geniessen im Stande ist.

### Die Gebirgstour.

Auf die angegebene Art vorbereitet, ist auch die Dame aus dem flachen Lande zu jeder Gebirgstour befähigt und wird das Reisen zu Fuss jedem anderen vorziehen, denn das Gehen an sich stärkt Sehnen und Muskeln, es wird ihr Bedürfniss und gewährt ihr in der schönen Gegend und in der gesunden Bergluft ein besonderes Vergnügen.

Obgleich wir das Fussgehen als Sport und nicht die Promenaden der Sommerfrischler im Gebirge im Auge haben, so möchten wir doch für Diejenigen, welche vielleicht ihren Training vor einer grösseren Tour in den Bergen in der Sommerfrische auszuführen gedenken, einige kurze hierauf bezughabende Bemerkungen einfliessen lassen. Vor Allem muss die fashionable Lebensweise der grossen Städte und der besuchten Badeorte, in denen man sich bis tief in die Nacht hinein unterhält, dafür aber auch bis tief in den Tag hinein schläft, aufgegeben werden. Man steht Morgens spätestens um 7 Uhr auf und eilt ins Freie, um die würzige und nervenstärkende Morgenluft zu geniessen. Ist

der Aufenthalt an einem See, so meide man die Nebel, welche in der Frühe immer auf dem Wasser liegen, und wende seinen Morgenspaziergang den Höhen zu. Nach dem Frühstück begeben sich gleich wieder ins Freie und athme bei einer Promenade im Walde bis zu Tische die aromatische harzige Atmosphäre der Nadelbäume ein. Nach abgehaltener Nachmittagsruhe unternehme man frisch gestärkt wieder eine stundenlange Promenade, bei welcher der Körper immerhin in eine ausgiebige und sehr wohlthätige Transpiration gerathen darf, und den Abend verbringt man dann je nach Belieben an dem Ufer des Sees, bis eine wohlthätige körperliche Ermüdung nicht zu spät zur Ruhe einladet. Die Geschäfte der Damen, die in der Regel im Schreiben von Briefen, Lesen von Romanen und in ähnlichen mehr oder weniger wichtigen oder unwichtigen Dingen bestehen, sind kaum so dringend, dass sie nicht auf die unerwünschten, aber unausbleiblichen Regentage verschoben werden könnten.

Wenn eine Dame diese Lebensweise mit einer angemessenen Diät verbindet, stets die Regelmässigkeit der Verdauung im Auge hat und je nach Bedürfniss zuweilen sich eines Schwitzens durch eine kalte Einwickelung unterzieht, wenn die durch die Spaziergänge erzielte Transpiration nicht ausreichen sollte, so ist ein solcher Aufenthalt in einer Sommerfrische gewiss ein vorzüglicher und gleichzeitig sehr

angenehmer Training für eine darangeknüpfte längere Tour im Hochgebirge.

Ein solches Unternehmen ist aber nicht ohne Vorbereitungen auszuführen, und wenn auch nicht anzunehmen ist, dass sich Damen allein, ohne männliche Begleitung auf eine Gebirgstour begeben werden, so erscheinen trotzdem einige Winke auch für sie nicht ungeeignet.

Ein grosser Fehler, der aber von den meisten Anfängern und den im Bergsteigen Unkundigen gemacht wird, ist das Ueberschätzen der Kräfte. Auf dem Papier ist bei Berechnung der Reiseroute ein Tagesmarsch von 8 bis 10 Stunden sehr leicht notirt, in der Wirklichkeit stellen sich dem aber häufig Hindernisse, wie starke Sonnengluth, steile Anstiege, schlechte Wege und Aehnliches, welches in unvorhergesehener Weise die Kräfte in Anspruch nimmt, entgegen, so dass es für Diejenige, welche einen ungetrübten und bleibenden Genuss von der Gebirgswanderung haben will, als Regel gelten muss, nur mässige Tagemärsche zurückzulegen, weil man nur bei solchen sich der herrlichen Scenerien mit Musse erfreuen kann. Wenn man um 5 oder 6 Uhr Früh aufbricht und 5 bis 6 Stunden wandert, so erreicht man seine Mittagsstation noch vor der grossen Hitze, welche in den Bergen in der Regel zwischen 1 und 3 Uhr am drückendsten wird. Man kann sich dann, während für die leibliche Erhaltung Sorge getragen wird, bequem machen, nach Tisch

ruhen und sich Abends auf den wunderbaren Wiesenmatten hingestreckt oder promenirend dem Genuss der köstlichen Gebirgsluft und der herrlichen Aussicht hingeben.

Der wahren Naturfreundin kann nicht daran gelegen sein, in möglichst kurzer Zeit eine grosse Strecke zurückzulegen und die sehenswerthen Punkte nur vorübereilend zu berühren, um erzählen zu können, wo sie überall gewesen ist; sie will die Eindrücke mit Ruhe in sich aufnehmen, ihr sind also entschieden kleine Tagemärsche zu empfehlen, ohne bei denselben Rasttage mit in Rechnung zu bringen, denn solche finden sich von selbst und häufig mehr, als erwünscht sind, durch die unausbleiblichen Regentage.

Die Frage wegen der Aufnahme von Führern oder Trägern ist bei Gebirgstouren mit Damen von vorneherein bejahend zu beantworten, da sie nicht in der Lage sind, auch nur die geringsten Bedürfnisse selbst zu tragen, dieselben aber ebensowenig den sie begleitenden Herren aufbürden können. Von der Individualität des Führers hängt es ab, ob man seine Begleitung als eine Annehmlichkeit ansehen kann oder nicht, aber durch dieselbe ist man immer der Gefahr des Verfehlens der Wege überhoben.

#### Der Anzug.

Wenn auch im Training eine zweckmässige und bequeme Beschuhung genügt und man auf

den übrigen Anzug kein besonderes Gewicht zu legen hat, so ist derselbe doch bei Fusstouren im Hochgebirge von grosser Wichtigkeit.

Bezüglich der Wäsche ist zu bemerken, dass dem Flanell zu Hemden entschieden der Vorzug vor allen übrigen Stoffen zu geben ist. Die in Bergtouren sehr erfahrenen und praktischen Engländerinnen tragen bei Fussreisen im Hochgebirge nur Flanellwäsche, weil diese nicht allein bei dem so häufig und vielfach ganz unerwartet schnell eintretenden Temperaturwechsel gegen Kälte und Wind schützt, sondern auch für die Gesundheit sehr zuträglich ist, weil der Flanell bei starker Transpiration den Schweiss aufsaugt und doch warm bleibt, wenn auch nach der Erhitzung die Haut schon wieder getrocknet ist, wohingegen Leinwand und alle Baumwollstoffe in solchen Fällen empfindlich kälten und leicht die Ursache zu Rheumatismen werden. Sehr zu empfehlen ist die Mitnahme eines seidenen Hemdes zum Wechsel mit dem Flanellhemd nach beendetem Marsche.

Bei der Fussbekleidung gilt der Grundsatz: je dicker und je elastischer der Strumpf, desto weicher ist der Tritt. Der dicke Wollstrumpf macht keine Falten, selbst wenn er nass geworden ist, und er erhält den Fuss warm, was von grossem Werth ist bei längeren Touren im Schnee auf den Gletschern. Von erfahrenen Touristinnen wird für gewöhnliche Touren ein mit der Hand gestrickter

baumwollener Strumpf und darüber ein dicker Wollstrumpf empfohlen; bei längeren Märschen in Schnee und Eis bedienen sie sich aber an Stelle der baumwollenen Strümpfe solcher aus feiner Wolle und ziehen über diese die dicken Wollstrümpfe.

Wie den Herren, so ist auch den Damen zum Schutze des Unterbeines gegen das oft vom Regemantel herablaufende Wasser das Anlegen von Ueberstrümpfen ohne Fuss, die vom Knöchel bis über das Knie reichen, zu empfehlen. Die besten für diesen Zweck sind die Ziegenhaarstrümpfe vom Achensee in Tirol, die man in den verschiedensten Mustern vorrätig findet und je nach Geschmack wählen kann. Am praktischesten ist die graue Farbe, weil diese am wenigsten auffällt und sich weder Schmutz noch Staub besonders bemerkbar darauf macht.

Das wichtigste Bekleidungsstück bleibt immer der Stiefel. Bei dieser Gelegenheit dürfen die Damen kein Gewicht auf die Eleganz legen, sondern sie müssen dem wirklich Praktischen den Vorzug geben, denn durch mangelhafte Beschuhung kann der beste Fussgänger für lange Zeit unfähig zum Gehen gemacht werden. Der Schnürschuh ist zu jedem anstrengenden Marsche, in der Ebene wie im Gebirge, am geeignetsten. Er ist am besten aus russischem Juchtenleder, weil er den Fuss sowohl gegen Nässe, als auch gegen Verletzungen durch scharfe und spitze Steine schützen soll. Die Sohle

muss möglichst dick sein und darf eigentlich gar keinen Absatz haben; wenn ein solcher aber schon sein soll, so muss die Dame sich jedenfalls von dem hohen französischen Stöckel für die Zeit der Bergtour trennen und sich zu dem ganz niedrigen, breiten englischen Absatz bequemen. Die Sohle muss breit sein und seitwärts sogar über das Oberleder hervorstehen, damit die am Rande eingeschlagenen Bergnägel auf der oberen Seite umgebogen werden können. Die breiten Schuhe haben noch den grossen Vorzug, dass man mit ihnen weniger in den Schnee einsinkt, wie mit schmalen, welche sich nächst dem auch noch leicht schief treten, wodurch der Tritt unsicher wird und bei schwierigen Felspartien sogar Unglücksfälle herbeigeführt werden können. Die Touristin muss ferner der Eleganz des hohen Stiefels entsagen, weil ein solcher die Bewegung des Knöchels beeinträchtigt, das Leder sich gern über dem Knöchel fest an den Fuss anlegt, diesen auf der hinteren Seite wund reibt und die Dame invalide macht. Rückwärts muss das Leder glatt in die Höhe gehen und unmittelbar über dem Knöchel abschneiden, so dass der Schnürschuh vom Absatz aus nur beiläufig 12 Centimeter in der Höhe misst. Die rückwärtige senkrechte Naht, welche die meisten gewöhnlichen Stiefel im Hackenleder haben, ist bei Bergschuhen verwerflich, weil sie zu leicht beim Gehen bergab den Fuss scheuert, deshalb muss das Hackenleder aus einem Stück sein.

Um das Leder bei dem häufigen Nasswerden und wieder Trocknen dennoch weich zu erhalten, muss es öfter mit sogenannter gelber Ledersalbe, die man vorsichtigerweise in einer Blechbüchse bei sich führt, eingeschmiert werden. Bei starken Touren ist es auch rathsam, die Füsse mit derselben Salbe mässig einzureiben.

Diese schweren beschlagenen Bergschuhe sind nur für anstrengende Touren im Hochgebirge erforderlich, für kleinere Bergtouren und für Thalwanderungen bedienen sich die Damen des leichteren Schuhwerkes, wie sie es im Training getragen haben.

Wichtig ist schliesslich noch die Bemerkung, dass nasses Schuhwerk immer an der Luft, niemals am Feuer getrocknet werden muss.

Als Stoff zum Kleide empfiehlt sich der leichte steierische Sommerloden; der Schnitt ist natürlich ganz dem Ermessen der Dame überlassen, nur muss das Kleid fussfrei und mit einer Vorrichtung versehen sein, um es gelegentlich auch aufschürzen zu können.

Die Kopfbedeckung bildet ein leichter, gegen die Sonnenstrahlen schützender Hut, der mit einem ziemlich grossen, farbigen, gewöhnlich einem blauen Schleier versehen ist, um Gesicht und Hals vor dem sehr schmerzhaften Sonnenbrand zu bewahren, der so leicht durch die von dem blendenden Schnee reflectirten grellen Sonnenstrahlen erzeugt wird. Der Hut muss fest auf dem Kopfe sitzen, damit er nicht vom Winde davongetragen wird und die

Dame auch nicht genöthigt ist, ihn gelegentlich mit den Händen zu halten, weil diese gerade in solchen Momenten gewöhnlich zu wichtigeren Beschäftigungen in Anspruch genommen sind.

In den hohen Bergen sind ausser der directen Leibesbekleidung auch noch Kleidungsstücke zum Schutz gegen Nässe und die oft schneidend kalte Luft erforderlich. Der sonst so praktische und beliebte Plaid ist seiner Schwere wegen, besonders wenn er schon von Regen getränkt ist, nicht gerade geeignet; ihm vorzuziehen ist im Sommer ein leichter englischer Gummi-Regenmantel mit einer Kapuze. Derselbe hat nur ein minimales Volumen, trocknet nach Aufhören des Regens schnell ab, so dass er wieder in seine Tasche gepackt und umgehängt werden kann, und dient gleichzeitig auf exponirten Punkten, wo man sich der Aussicht wegen länger aufhält, als schützender Ueberwurf gegen die Zugluft, weil der Gummi den Durchzug derselben verhindert. Allerdings hält er auch die Ausdünstung zurück, aber um diesem Nachtheil zu steuern, haben die praktischen Engländer ihm verschiedene Ventilationsöffnungen gegeben, wodurch man im leichten Regenmantel selbst bei mehrstündigem Gehen nicht so sehr von der Hitze zu leiden hat, als unter dem schweren Plaid. Der weitere Vorwurf des Brechens und des zusammenklebens der Gummimäntel ist nur stichhaltend bei denjenigen schlechterer Qualität, aber die guten

englischen aus dem lichtgelben Oriental India-Cloth haben diesen Nachtheil nicht, sie entsprechen vollständig dem Zwecke und sind den Touristinnen angelegentlichst zu empfehlen.

Bei Bergtouren in bereits vorgerückter Herbstzeit ist man öfter schon recht empfindlicher Kälte ausgesetzt, und deshalb bedient man sich bei solchen Gelegenheiten, sowohl für Herren wie für Damen, an Stelle des Gummimantels eines Havelocks mit Kapuze aus braunem Kameelhaarloden, der den Vorzug hat, auch für längere Zeit dem Durchdringen des Regens Widerstand zu leisten. Für Damen wählt man zu einem solchen Mantel natürlich einen nicht zu schweren Stoff.

Wenn wir auch die weiteren Ausrüstungsgegenstände übergehen wollen, weil für diese wohl die an der Partie theilnehmenden Herren ebenso sorgen werden, wie für die etwa erforderliche Proviantirung, so müssen wir doch die Nothwendigkeit eines Alpenstockes erwähnen, der an manchen Stellen als Stütze dringend erforderlich ist. Die Herren ziehen bei Gletscherpartien allerdings dem Bergstock noch den Eispickel vor, weil sie mit diesem ausser der Stütze gleichzeitig das Werkzeug zum Einhauen von Stufen in die glatten Eismassen besitzen. Da aber die Damen sich einer solchen Arbeit doch nicht unterziehen können, so brauchen sie sich auch nicht mit dem immerhin schwereren Eispickel zu belasten.

### Das Gleiten.

Schliesslich möchten wir die Damen noch darauf hinweisen, dass selbst mit einer guten Vorbereitung und mit der besten Ausrüstung noch nicht alles gethan ist, dass das Bergsteigen an sich auch noch gelernt und geübt sein will. In der Ebene ist man beim Gehen nur der Gefahr des Fallens ausgesetzt, auf den glatten und abschüssigen Stellen im Gebirge tritt zu dieser aber noch die Gefahr des Gleitens. Da nun aus Fallen und Gleiten sich die Erscheinungen eines Sturzes zusammensetzen, so besteht die Kunst des Bergsteigens in der Vermeidung dieser bei der Ausführung des Vorwärtstommens. Nach den Principien der Mechanik wird die Gefahr des Sturzes durch die richtige Verlegung des Schwerpunktes und in Folge dessen durch die richtige Haltung und Biegung des Körpers vermieden, und ausserdem muss man den Fuss auf eine geeignete Stelle des Bodens so aufsetzen, dass durch eine hinreichende Reibung die Neigung zum Gleiten verhindert wird. Bezüglich einer Anleitung zu dieser Kunst und eingehenderen Erläuterungen über den Touristensport verweisen wir die gerade diesen Sport bevorzugenden Damen auf das im gleichen Verlage erschienene „Handbuch des Alpinen Sport“ von Julius Meurer.

---

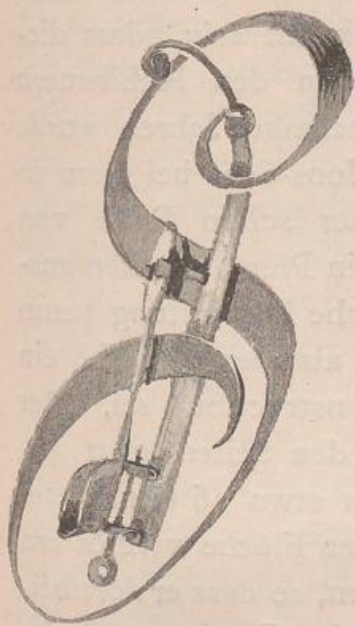


DER EISSPORT.

---

DER ERSTFORT.

## DER EISSPORT.



chlittschuhlauf und Schlittenfahren ist der Sport, auf welchen die Freunde der Bewegung in freier, frischer Winterluft vom Beginne des Monats December an in hiesigen Gegenden, wo der Frost sich nicht immer mit Regelmässigkeit einstellt, mit Sehnsucht harren. In ganz anderer Lage befinden sich die Bewohner des hohen Nordens, welche sich alljährlich monatelang in so tiefem Schnee bewegen müssen, dass sie sich der zu diesem Zwecke besonders geeigneten Schneeschuhe zu bedienen haben, deren Construction sie vor dem Einsinken in die weichen, frischgefallenen Schneemassen schützt. Höchst wahrscheinlich ist aus diesen Schneeschuhen erst der Schritt- oder Schlittschuh entstanden, das unentbehrliche Werkzeug zur Fortbewegung auf der schneefreien Eisdecke der gefrorenen Ge-

Damensport,

wässer. Der Schlittschuhlauf, der in jenen rauhen Gegenden die gebotene Art des Vorwärtskommens ist, wird in den gemässigten Klimaten als Sport betrieben und zu einer Kunst ausgebildet. Wenn nun auch die meisten Schlittschuhläufer wissen, dass ihre Kunst eine sehr alte ist, so dürfte ihnen aber vielleicht doch nicht bekannt sein, dass dieselbe wahrscheinlich schon von den Pfahlbauern betrieben wurde. In den Sechziger-Jahren wurde nämlich an den Ufern des Moos-Sees bei Bern in der Schweiz, wo man früher schon Reste von Pfahlbauten gefunden hatte, ein Pferdeknochen ausgegraben, dessen eigenthümliche Bearbeitung kaum eine andere Deutung zulässt, als dass derselbe ein Schlittschuh primitivster Construction sei. Der Knochen ist unten und an den Seiten glatt geschliffen und von der unteren etwa 26 Centimeter langen und 2 Centimeter breiten Fläche vergrössern sich die Dimensionen nach oben, so dass er dort beiläufig 29 Centimeter Länge bei 4 Centimeter Breite misst. Vorn befindet sich ein Loch und hinten ein Einschnitt, offenbar zur Aufnahme von Riemen bestimmt. Es wurde lange bezweifelt, dass dieser in der Berner Stadtbibliothek aufbewahrte Knochen ein Schlittschuh sei, bis aus Schweden die Nachricht von einem ähnlichen Funde eintraf, und aus „Fitz Stephen's" Beschreibung von London im 17. Jahrhundert bekannt wurde, dass dort damals viele Knaben im Winter auf der Eisfläche des im Norden

der Stadt gelegenen grossen Moors Knochen unter die Füsse banden und sich auf diesen mit Hilfe eines Stockes auf dem Eise bewegten.

Man soll zwar aus vereinzelten Beweisstücken keine allgemeinen Folgerungen ziehen, aber „Joly“, einer der ersten Forscher der Urgeschichte, hält es für erwiesen, dass schon zur Eiszeit der Mensch gleichzeitig mit dem Mammuth, Nashorn und Rennthier das mittlere Europa bewohnte, und dass sich einzelne Pfahlbauten, namentlich in der Westschweiz, wahrscheinlich bis zur historischen Zeit erhalten haben. Wenn nun auch nicht erwiesen ist, dass der gefundene Knochenschlittschuh der prähistorischen Zeit entstammt, so ist er doch jedenfalls sehr alt.

Die alte germanische Mythe schreibt die Erfindung des Schlittschuhes einem Gotte zu, also auch in diesen Gegenden reicht die Kunst des Schlittschuhlaufes bis über die ältesten bekannten geschichtlichen Ereignisse hinaus. Als Heimat des Schlittschuhes werden die Ostseeländer angesehen, in denen er seit den ältesten Zeiten neben dem Schneeschuh in Gebrauch ist, doch dürfte er, wie wir eingangs bereits erwähnten, wohl zweifellos erst aus letzterem entstanden sein.

Der Schneeschuh, der in Skandinavien seit Jahrhunderten dieselbe Form bewahrt hat, besteht aus einer etwa 2 Meter langen, in der Mitte 9 bis 10 Centimeter breiten und nach vorn und nach

hinten zugespitzten Schiene aus Fichten- oder Eschenholz, welche an die Sohle des Fusses vermittelst eines Weidengeflechtes befestigt wird. Die Unterseite der Schiene ist entweder ganz glatt oder zur Verhinderung des Gleitens auch mit einer Rinne versehen. Zum Steuern bedient sich der Schneeschuhläufer einer Stange, am unteren Ende mit einem Knopf oder einem runden Brettchen, damit sich dieselbe nicht in den Schnee einbohre. Derartige Schneeschuhe sind vornehmlich Rutschwerkzeuge zum Herabgleiten von mässig geneigten Abhängen. Um mit ihnen aber auch bergan steigen zu können, ist an der Unterseite ein Stück Fell mit dem Strich der Haare nach rückwärts befestigt, damit diese dem Abwärtsgleiten einen Reibungswiderstand entgegensetzen. Der Schneeschuh ist vorzüglich zum Fortkommen über Flächen frisch gefallenen Schnees geeignet und deshalb in Norwegen bei den dortigen häufigen Niederschlägen allgemein im Gebrauch.

Der eigentliche Schlittschuh des Nordens, die Fortbewegungsmaschine über schneelose Eisflächen, unterscheidet sich der Form nach nicht wesentlich von demjenigen, der in früherer Zeit auch in hiesigen Gegenden allgemein gebräuchlich war. Wie dieser besteht er aus einer auf der Kante stehenden, vorn nach aufwärts gebogenen Eisenschiene, welche, in die Rinne eines Langholzes eingreifend, an diesem mit Schrauben befestigt ist. Verschiedene Oeffnungen durch das Holz dienen zum Durchziehen von

Riemen, mittelst deren der Schlittschuh an dem Fusse befestigt wird.

Die Eisen sind in jenen Gegenden, wo der Schlittschuh von der Bevölkerung als Mittel zu schneller Beförderung benutzt wird, ausserordentlich lang. Namentlich die Holländer besitzen eine grosse Fertigkeit im schnellen Fortkommen auf diesen Schlittschuhen, und dort ist der Eislauf nicht allein ein Sport, sondern geradezu eine Nothwendigkeit für den Winterverkehr auf den zahllosen Wasserläufen und Canälen des Landes. Schnelligkeit der Bewegung ist dort das erste Erforderniss und diese wird durch die Länge der Eisen gefördert. Die Skandinavier, Holländer und die Bewohner der Weichselniederungen glänzen durch Sicherheit und Ausdauer im Schnelllaufe. Die Sicherheit auf dem spiegelglatten Eise erzielen sie durch eine verhältnissmässige Verbreiterung der Eisen und durch deren scharfe Kanten. Zur Erhöhung der Schnelligkeit bedienen sie sich der sogenannten Eispieke, einer Stange von Eschenholz von beiläufig 2 bis  $2\frac{1}{2}$  Meter Länge mit einer eisernen Spitze, welche der Läufer je nach dem Abstosse des Fusses abwechselnd auf der einen oder der anderen Seite zum Vorstosse einsetzt. Gewandte Läufer stossen mit der Eispieke auch wohl regelmässig zwischen den Füßen ab und erreichen mit dieser Hilfe eine unglaubliche Schnelligkeit.

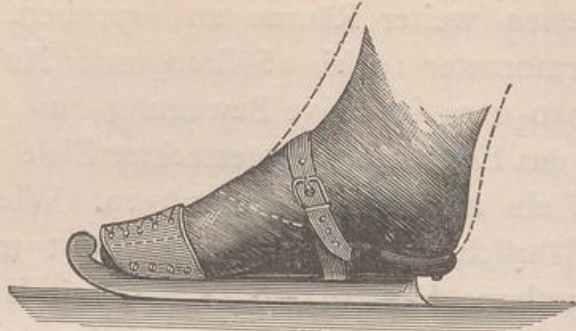
In den Provinzen Gröningen und Friesland gelten Eisfahrten von zehn- bis zwölfstündiger Dauer als durchaus nichts Aussergewöhnliches und werden von den Meisten zurückgelegt, ohne dass die Läufer auch nur ein einzigesmal das Gleichgewicht verlieren. Holländer und Skandinavier legen weniger Werth auf Eleganz der Bewegungen und auf kunstmässiges Laufen, als auf praktisches Vorwärtskommen. Den Holländern namentlich ist Grazie durchaus fremd. Die klimatischen und ethnographischen Verhältnisse tragen entschieden zu dem charakteristischen Gepräge des Eislaufes in verschiedenen Gegenden bei, und aus diesem Grunde darf man auch nicht kurzweg Vergleiche ziehen zwischen dem Treiben auf den gefrorenen holländischen Canälen und demjenigen auf den Eisplätzen grosser Städte. Dort ist der Eislauf eine volkstümliche Uebung, hier ein Sport, der erst seit wenigen Jahren in den vornehmeren Classen der Herren- und Damenwelt Terrain zu gewinnen begonnen hat.

Die norwegischen Fjorde bieten alljährlich Spiegeleisflächen von meilenweiter Ausdehnung. Dort, wie in Dänemark, Holland, Norddeutschland und in den nördlichen Gegenden Russlands herrschen jeden Winter Kälteperioden von langer, fast ununterbrochener Dauer, während welcher nicht allein die Seen und Ströme, sondern auch das Meer an der Küste auf unabsehbare Flächen zufriert.

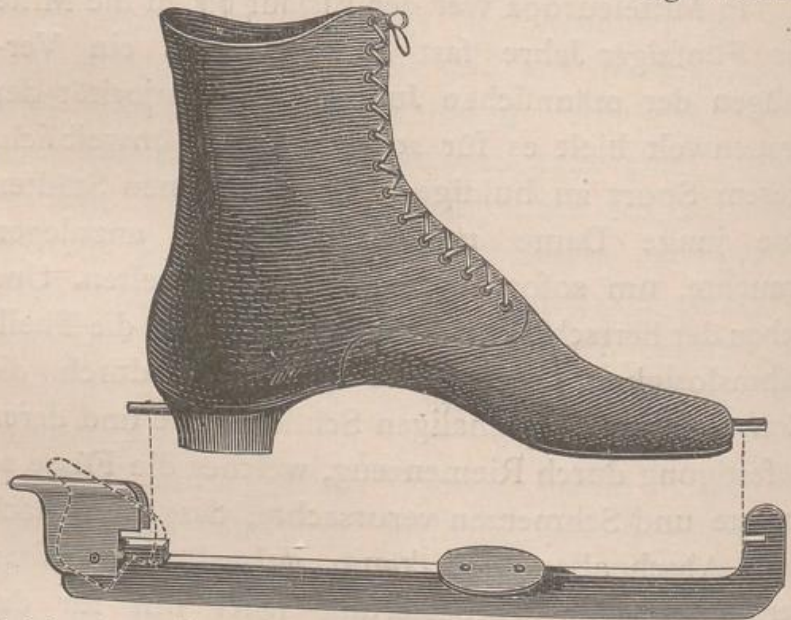
Dort liegt es also den Bewohnern sehr nahe, ihre Ausdauer und Geschicklichkeit auf dem Eise im Durchmessen weiter Räume zu erproben. Wenn das Thermometer 10 bis 15 Grad unter Null zeigt, macht man gern intensive Bewegung und überdies gewährt das Erreichen weitgesteckter Ziele und der Wettlauf ein anziehendes Vergnügen. Wie harren nicht alljährlich zahlreiche dem Eissport mit Vorliebe zugethane Herren und Damen mit Ungeduld des Tages, der von dem Zufrieren der leicht erreichbaren Seen und Wasserläufe Kunde bringt.

In Mitteleuropa war der Eislauf bis in die Mitte der Fünfziger-Jahre fast ausschliesslich ein Vergnügen der männlichen Jugend. Die Majorität der Frauenwelt hielt es für so entschieden unweiblich, diesem Sport zu huldigen, dass in kleinen Städten eine junge Dame nur Schlittschuhe anzulegen brauchte, um sofort für emancipirt zu gelten. Und neben der herrschenden Anschauung wurde die Theilnahmslosigkeit auch noch gesteigert durch die Construction der damaligen Schlittschuhe und deren Befestigung durch Riemenzeug, welches die Füße so presste und Schmerzen verursachte, dass man nach dem Abschnallen sich kaum aufrecht zu halten vermochte. Die Verbesserung jener nur für das schwerste Schuhwerk berechneten Schlittschuhe machte indess schnelle Fortschritte, als die Nachfrage nach diesem Artikel reger wurde. Schon in den Vierziger-Jahren wurden Schlittschuhe con-

struirt, die an der Fussspitze durch eine Lederkappe zum Zueschnüren, am Absatze durch eine diesen



umgebenden Blechkapsel und eine Schraube und über den Rüst durch einen Riemen befestigt wurden.



Bald darauf richtete man auch Stiefel zu den Schlittschuhen passend ein mit einem Stift an der Spitze, wie am Absatze, welche in correspondirende Einschnitte im Schlittschuh eingriffen; aber einen

wirklich praktischen Schlittschuh erfanden erst die Amerikaner im Halifax, dessen Construction durch den berühmten Eislaufkünstler Haynes noch vervollkommnet wurde.

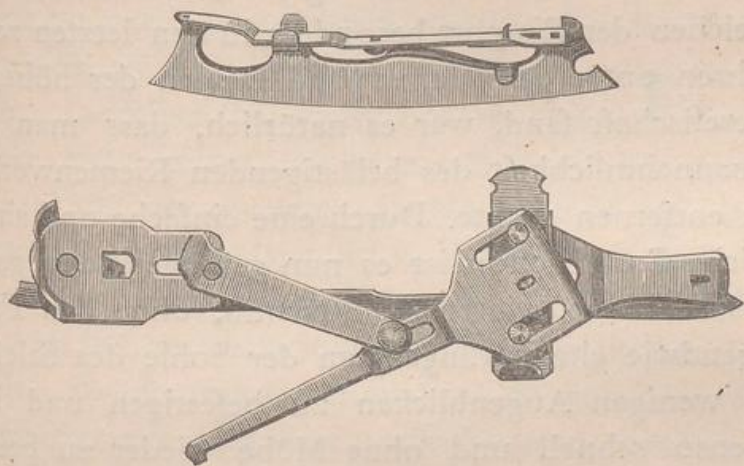
Der Eislauf, welcher zwar neben der berufsmässigen Fortbewegung schon seit längerer Zeit als Sport betrieben wurde, erlangte jedoch in dieser Form erst in den letzten zehn bis zwölf Jahren einen ganz besonderen Aufschwung, seitdem der Amerikaner Haynes das Eislaufen zu einer Kunst ausgebildet hatte, die Welt durchzog, um sowohl seine Geschicklichkeit bewundern zu lassen, als auch aus derselben durch den mit klingender Münze bezahlten Eintritt zu seinen Vorstellungen Capital zu schlagen. Nachdem gemeiniglich zur Aufführung besonderer Leistungen auch besonderes Werkzeug erforderlich ist, so hatte Haynes selbstverständlich sein Augenmerk vor Allem auf die verschiedenen Zwecken am besten dienende Construction der Schlittschuhe gerichtet. Früher kannte man nur zwei Formen. Bei den allgemein im Gebrauch befindlichen Schlittschuhen war auf der unteren Fläche der Eisen eine Rinne eingeschliffen, weil man glaubte, dem Läufer auf diese Art einen sichereren Halt auf der Glätte der Eisfläche geben zu müssen, aber gewandtere Läufer zogen doch das von den Holländern benutzte System der glatten Eisen vor, weil mit diesem der geringeren Reibung wegen nicht allein eine bedeutend grössere Schnellig-

keit zu erreichen, sondern auch in Folge der scharfen Kanten das Ausführen der kleinen Bogen, ein damals sehr bewundertes Kunststück, leichter und sicherer ist. Haynes wollte aber auch Drehungen auf der Stelle machen, welche mit Schlittschuhen, deren Eisen mit einer geraden Fläche auf der Eisdecke ruhen, nicht möglich sind, er construirte deshalb convex gebogene Eisen, die demzufolge nur mit einem Punkte das Eis berühren und dem zwecke entsprechen. Diese Form hat jedoch den Uebelstand, dass dem Eisen rückwärts die scharfe Ecke fehlt, mit welcher man bei den Schlittschuhen des alten Systems durch Heben der Fussspitze das Eis ritzen und auf der Stelle halten konnte. Das Anhalten ist auf Schlittschuhen der neuen Construction schwieriger, indem es durch eine Wendung der Fussspitzen nach inwendig bewerkstelligt werden muss.

Mit der gebogenen Form der Eisen war schon ein grosser Fortschritt erreicht, aber zur Ausführung der immer künstlicher erdachten Figuren, auf welche sich die Liebhaber dieses Sport mit besonderer Vorliebe verlegten, reichte die nur nach unten convexe Form der Eisen noch nicht aus, man machte sie auch nach den Seiten dadurch convex, dass man ihnen in der Mitte eine nicht unbedeutend grössere Stärke gab, als an den beiden Enden. Mit solchen Schlittschuhen berührt nun der Läufer in jedem Augenblicke, ob er sich im Laufe geradeaus

oder im Bogen befindet, stets nur mit einem Punkte des Eisens die Eisfläche und kann jetzt jede nur denkbar mögliche Drehung machen. Nur die Ausführung einer kleinen Schlinge hat mit dieser Art von Schlittschuhen ihre Schwierigkeit.

Die Berührung des Eises mit einem Punkte des Eisens ist selbstverständlich nur eine ideelle, weil zu ihr nicht allein eine Härte des Eises, wie



diejenige des Stahles, sondern auch eine mathematische Fläche erforderlich wäre, welche beide Eigenschaften beim Eise niemals zu finden sind; aber durch die heutige Construction nähert sich die Praxis doch so viel als möglich der Theorie. Je weicher das Eis, desto grösser muss die Berührungsfläche werden, weil die Schwere des Körpers einen tieferen Eindruck verursacht.

Die Sicherheit des Laufens ist nächst der Form der Schlittschuhe von deren Befestigung am Fusse

abhängig. Früher kannte man, wie oben bereits erwähnt, nur die Befestigung durch Riemen, die mit Ringen, Schnallen und Knebeln festgezogen wurden. Durch die damit verbundenen Schmerzen liess sich so Mancher, und vornehmlich Damen, von der angenehmen Unterhaltung und der gesunden, von den Aerzten als der Brust sehr zuträglich erklärten Bewegung in der frischen Winterluft abhalten. Bei dem immer grösseren Aufschwung, welchen der Eissport besonders in den letzten zehn Jahren unter den Herren und Damen der höheren Gesellschaft fand, war es natürlich, dass man die Unannehmlichkeit des belästigenden Riemenwerkes zu entfernen suchte. Durch eine einfache und sinnreiche Construction ist es nun gelungen, den ganz aus Eisen gefertigten Schlittschuh, ohne den Fuss irgendwie einzuzwängen, an der Sohle des Stiefels in wenigen Augenblicken zu befestigen und ihn ebenso schnell und ohne Mühe wieder zu beseitigen. Da zur sicheren Bewegung auf Schlittschuhen immer ein fest anschliessender Stiefel erforderlich ist, so wähle man jetzt, wo keine Riemen zu dieser Befestigung beitragen, den Schnürstiefel zum Schlittschuhlauf.

Zum rationellen Betriebe des Eissport sind zweierlei Schlittschuhe erforderlich, ein Paar mit convex gebogenen und in der Mitte stärkeren Eisen, und ein zweites mit schmalen, geraden und langen Eisen, je nachdem es sich um eine hervorragende

Leistung im Figuren- oder im Schnelllaufen handelt, ebenso wie man zum Rennsport verschiedene Pferde auf flacher Bahn und über Hindernisse braucht.

Als auf dem Continente das Schlittschuhlaufen anfang als Sport behandelt zu werden, gründeten einige Anhänger dieses Vergnügens in verschiedenen Städten Mitteleuropas Eislaufvereine, welche mit dem Eislauf auch Schlittenfahrten verbanden, um auf diese Weise ebenfalls die Damen für den Sport zu gewinnen. Andere als die von der Natur geschaffenen Eisbahnen gab es in jener Zeit noch nicht. In Wien beispielsweise musste man sich, wenn nicht gerade die grosse Donau stellenweise zufror, mit den wenigen glatten Flächen auf dem damals noch nicht regulirten Wienfluss begnügen. Auch der Wiener-Neustädter Canal wurde trotz so mancher zu überwindender Schwierigkeiten zuweilen von ganzen Gesellschaften zu gemeinsamen Ausflügen auf dem Eise nach Neustadt benützt.

Bei diesen „wilden“ Eisbahnen wirkte der menschliche Unternehmungsgeist nur insofern mit, als sich Jemand fand, der eine gewisse Fläche mit Latten einzäunte und schneefrei abkehrte, wogegen er für die Benutzung der von ihm in zweckentsprechendem Zustande unterhaltenen Bahn ein geringes Eintrittsgeld erhob. Diese primitiven „Schleifen“ auf der Wien waren die Wiege des in der österreichischen Metropole sich so glänzend entfaltenden Eissport. Nachdem durch den immer

mehr gesteigerten Bedarf an Eis zur Füllung der Eiskeller für den Sommer die schönsten, am nächsten und bequemsten gelegenen Flächen auf der Donau und dem Wiener-Neustädter Canal alljährlich der Eissäge und der Axt zum Opfer fielen, so wurden der Wienfluss und der Belvedere-Teich die beliebtesten Tummelplätze und gerade der beschränkte Raum ist vielleicht die Ursache, dass die Wiener Herren und Damen sich in so hervorragender Weise im Kunstlaufen ausgebildet haben, indem sie sich mehr auf die Unterhaltung durch diesen, als durch den Wettlauf angewiesen sahen. Das schon früher geltend gewordene Bestreben Einzelner, von dem einfachen Vor- und Rückwärtslaufen zum „Figurenschneiden“ fortzuschreiten, wurde allgemeiner, und wie im Norden auf Schnell- und Dauerlauf, so richtete sich hier die Vorliebe und der Ehrgeiz der Vorgeschritteneren auf das Beschreiben von Bogen, Achten und allen erdenkbaren Kunstfiguren. Die Elemente zur hohen Schule auf dem Eise waren hiermit gegeben und es bedurfte nur der Gründung des Wiener Eislaufvereines 1867 und der Errichtung des eleganten Eislaufplatzes, um sie bei Herren und Damen zur schönsten Blüthe zu entfalten.

Bei Eintritt der ersten Kälte sorgt alljährlich der thätige Vorstand des Wiener Eislaufvereines zuerst für die Füllung des kleinen und dann für diejenige des grossen Bassins, und das sportlustige

Publicum harrt mit Sehnsucht auf die durch Signallampen am hohen Flaggenmast erlassene Einladung zum Besuch des elektrisch erleuchteten Eislaufplatzes.

Der Verein hat es verstanden, in wenigen Jahren den anfangs einer Residenz nicht würdigen Platz nach Ueberwindung aller Schwierigkeiten, die sich bei einem so grossen und aus so verschiedenen Elementen zusammengesetzten Vereine stets bieten, nach und nach durch geschmackvolle Anlagen und dem Zwecke entsprechende Einrichtungen zu einer mustergiltigen Eisbahn umzugestalten. Der umsichtigen Leitung und den massgebenden Personen ist es sogar gelungen, die jungen Damen der im Allgemeinen so exklusiven und jede Berührung mit dem grossen Publicum scheuenden Aristokratie für die Theilnahme an dem Eissport zu gewinnen. Während der kalten Jahreszeit sieht man allabendlich eine Anzahl reizender Comtessen in einfachen, höchst eleganten Costümen und in der anmuthigsten Haltung sich ganz ungezwungen mit ihren Cavalieren in der grossen Menge bewegen. Die Einrichtung des Platzes bietet aber auch alles, was die Ausübung des Eissport bequem und angenehm macht.

Dem Eingange gegenüber sind drei Bauwerke aufgeführt, welche jetzt einem von den ausübenden Musikern, wie von den begleitenden Anverwandten der sich auf dem Eise tummelnden Schönen und

von dem zuschauenden Publicum sonst schmerzlich gefühlten Mangel angenehm abhelfen. Die nach der Eisbahn geöffnete Halle des Musiktempels gewährt den Mitgliedern der Capelle einigen Schutz gegen Wind und Wetter und der auf dem Eise unter den munteren Weisen des Orchesters dahingleitenden Gesellschaft den schönen Anblick des durch Gasflammen an der Front und einem reichen Luster im Inneren hell erleuchteten und geschmackvoll decorirten Raumes. Das geschlossene und erwärmte Erdgeschoss des Pavillons ist zum Aufenthaltsort für die Musiker in den Zwischenpausen, und der untere Raum der Tribünen zu beiden Seiten des Musiktempels zur Aufbewahrung für Schlittschuhe und Utensilien bestimmt.

Wenn die beiden Tribünen auch dem gesammten schaulustigen Publicum nicht hinreichend Sitzplätze bei grossen Eisfesten bieten können, so genügen sie doch vollkommen für den täglichen Besuch. Die ganze Eisfläche wird nicht allein durch Gas, sondern auch durch eine Anzahl elektrischer Flammen tageshell beleuchtet.

Der Wiener Eislaufverein hat sich in der verhältnissmässig kurzen Zeit seines Bestehens sowohl im In- wie im Auslande einen solchen Ruf geschaffen, dass fast alljährlich fremde Schlittschuhläufer von Renommée nach Wien kommen, um sich in friedlichem Wettkampf mit den hiesigen zu messen und gerade die Concurrenz mit den Aus-

ländern hat in mancher Beziehung zur Klärung der Anschauungen beigetragen. Bald nach Gründung des Vereines feierte der Amerikaner Jackson Haynes Triumphe auf der hiesigen Eisbahn, aber was er damals zeigte, das wird heute schon von einheimischen Sportsmen übertroffen. Im Winter von 1882 zu 1883 erschienen Norweger zu den hiesigen Concurrenzen auf dem Eise. Nach der Ausführung der Figuren war bereits auf ihre Schnelligkeit zu schliessen und es zweifelte Niemand an ihrem Siege, aber man hatte eine so grosse Ueberlegenheit doch nicht erwartet. Wenn nun auch die Wiener Matadore auf dem Eise den Skandinaviern im Schnell- und Dauerlauf nicht gewachsen sind, so können sie sich doch im Kunstlaufen den besten Engländern und Amerikanern ohne Ueberhebung an die Seite stellen, und bezüglich der hiesigen Damen glauben wir nicht zu übertreiben, wenn wir sie den Schlittschuhläuferinnen aller übrigen Nationen ohne Ausnahme als Vorbild in graciöser Haltung und Bewegung, sowie in geschickter und präziser Ausführung der schwierigsten Figuren und Kunststücke empfehlen.

Zur Rechtfertigung der oben ausgesprochenen Ansicht über den Ruf des Wiener Eislaufvereines möge nachstehendes Citat aus einem W. A. Stahl gezeichneten Aufsätze in Nr. 2 dieses Jahres der „Deutschen Spiel- und Sportzeitung“ dienen, wo es heisst:

Damensport.

„Für uns stehen Kunst- und Wettlauf auf dem zweiten Platz; wir legen das Hauptgewicht auf das gesellige Moment, welches die gemeinsame Pflege dieser Körper und Geist erfrischenden und stärkenden edlen Körperbewegung mit sich bringt. Die Kaiserstadt an der Donau ist in dieser Richtung ganz Deutschland vorausgeeilt und fordert alle Städte zur Nachahmung heraus. Die von leuchtendem Glanz umgebenen Feste auf der Bahn des „Wiener Eislaufvereines“ sind feenhaft und von bestrickendem Reiz, und es wundert uns nicht, wenn wir darüber Schilderungen begegnen, die sich lesen wie Briefe aus einem Märchenlande voll Lust und Herrlichkeit. Die schwingende, beflügelte Bewegung erhebt den Schlittschuhläufer gewissermassen über den Staub des täglichen Daseins, und es ist ihm vergönnt, einen berausenden Zug aus dem Freudenbecher des Lebens zu thun. Und in der Gemeinschaftlichkeit liegt eine noch weitere Steigerung des Genusses, besonders wenn das schöne Geschlecht, für welches der Eislauf nicht nur als kräftigende, sondern auch als eine geradezu verschönernde Uebung nicht genug empfohlen werden kann, die Bahn belebt. Durch die Betheiligung derselben gestaltet sich das Treiben auf einer Eisbahn zu einem höchst anmuthigen Bilde, und auch ohne den Prunk der Wiener und der Petersburger Eisfeste werden die auf der Bahn verlebten Stunden zu unvergesslichen, wenn dort ein angenehmer geselliger Ton herrscht.“

### Der Anzug zum Eislauf.

Es ist für Jedermann eine Empfehlung, sauber, einfach und elegant gekleidet zu sein; für Damen aber ganz besonders und bei einer Gelegenheit, wo sie wissen, dass aller Augen auf sie gerichtet sind, wird man es natürlich finden, dass sie ihren Anzug mit besonderer Sorgfalt zusammenstellen und dem Zwecke entsprechend herrichten. Die Kleider müssen kurz und selbstverständlich ohne Schleppe sein, Pelze und Mäntel, die natürlich gebotenen Kleidungsstücke für kalte Wintertage, werden von den Schlittschuhläuferinnen vor dem Betreten der Eisbahn abgelegt, weil sie den Lauf nur behindern und der Trägerin bei der schnellen Bewegung lästig werden würden; sie gehören aus diesem Grunde nicht zu der für den Eislauf bestimmten Toilette.

Das kurze Kleid und die Bewegung auf den Schlittschuhen geben die willkommene Gelegenheit, ohne bemerkbare Absicht einen reizenden kleinen Fuss zu zeigen, denselben von den Herren bewundern und von weniger von der Natur in dieser Beziehung bevorzugten Geschlechtsgenossinnen beneiden zu lassen. Die Eitelkeit, wenn man voraussetzen darf, dass sich diese Eigenschaft in vereinzelt Fällen auch bei Damen bemerkbar macht, veranlasst eine oder die andere mit einem kleinen Füßchen begnadigte Dame zum Tragen hoher Spangenschuhe, bei welchen in den Zwischenräumen

von einer Spange zur anderen der feine rothe, blaue oder golddurchwirkte Strumpf sichtbar wird. Manchmal schliesst eine kleine Schnalle diese winzigen Lederstreifen, während das Monogramm der Besitzerin in der Farbe des Strumpfes die Spitze des Miniaturstiefelchens ziert. Im Allgemeinen wird man aber finden, dass die auf diese Art auf dem Eise chausierte Dame keine hervorragende Künstlerin ist und wohl in dem Bewusstsein, dass sie durch ihre Leistungen nicht die Aufmerksamkeit der Zuschauer auf sich ziehen kann, eine Fussbekleidung gewählt hat, welche zwar mehr für das Haus, als für das Freie im Winter passt, aber vielleicht Bewunderung erregt. Einige Damen bevorzugen zum Eislauf den hohen Stiefel und man sieht in Folge dessen zuweilen auch sehr zierliche Wellingtons, die allerdings schon der vorbeschriebenen Fussbekleidung bedeutend vorzuziehen sind, aber immerhin den einfachen Schnürstiefel mit niedrigen englischen Absätzen nicht ersetzen, denn dieser schliesst fest an den Fuss an, erfüllt also die Hauptbedingung für den guten Sitz des Schlittschuhes besser, als jede andere Art von Schuhwerk. Dem Geschmack der Damen bleibt es dann unbenommen, den Schnürstiefel mit Wollstoff füttern, mit Pelz verbrämen oder mit einer farbigen Quaste versehen zu lassen, die bei jeder Bewegung der Trägerin in grössere oder geringere Schwingungen geräth.

Die beliebtesten Stoffe für die Eissporttoiletten sind Atlas, Plüsch und Sammet, und der Schnitt wird von einer gewissen Einmüthigkeit beherrscht. Der ziemlich enge Rock wird bis ans Knie in Falten arrangirt und dort mit einer mehrfach gezogenen Puffe aus dem gleichen Stoffe oder mit einem Streifen Pelz abgegrenzt. Die Taillen sind in der Regel eng anschliessend. Die Toilette wird durch eine der reizenden kleinen Pelzmützen vervollständigt, die man jeden Augenblick abnehmen und wieder aufsetzen kann. Gewöhnlich ziehen die Schlittschuhläuferinnen kleine Kopfbedeckungen vor, jedoch macht zuweilen auch ein „Rubens“ oder „Gainsborough“ eine angenehme und oft recht gut kleidende Abwechslung.

Bezüglich der Farbe ist von der Wahl weisser Costüme abzurathen, weil selbst der vorzüglichste Stoff mit dem Weiss des Schnees nicht zu rivalisiren vermag. Sehr zu empfehlen ist dagegen ein graues Tuchkleid mit Chinchilla garnirt oder auch ein schwarzes Sammetkleid mit Ueberwurf und Garnituren von blauen und braunen Pfauenfedern; auch heben sich Garnirungen und Stickereien in Gold auf schwarzem Grunde sehr vortheilhaft ab. Für junge Damen, welche sich im Lauf graciös zu wiegen verstehen, nimmt sich ein Kleid aus chocoladenfarbenem Sammet, mit braunem Pelz besetzt und lachsfarbene Chrysanthemen auf dem kleinen Hut, sehr geschmackvoll und ungemein lieblich aus.

Im vergangenen Winter machten die Costüme zweier sehr eleganter Damen viel Aufsehen; die eine trug einen Rock aus pflaumenblauem und steinfarbenem Tartan mit einer pflaumenblauen Brocatjacke Louis XV. und eine Kappe in gleicher Farbe, die andere, eine grosse schlanke Figur, einen schwarzseidenen, roth gefütterten „Mother Hubbard-Mantel“ mit einer schwarzseidenen und ebenfalls roth gefütterten Mütze. Diese kleine Kopfbedeckung, welche zu dem Mother Hubbard-Mantel sehr kleidsam war, wurde vielfach nachgeahmt und mit Seidenplüsch oder mit Seehundfell aufgeputzt. Einige Damen trugen sie die Stirn bedeckend, andere wieder mehr auf dem Hinterkopf.

Ein Muff ist für die Damen auf dem Eise ein fast unentbehrliches Kleidungsstück. Derselbe hängt entweder an einer Schnur um den Hals oder er wird mit einer solchen um die Taille befestigt, damit die Dame in jedem Augenblick die Hände frei haben kann, ohne den Muff zu verlieren.

#### Das Schlittschuhlaufen.

Am leichtesten und besten wird das Schlittschuhlaufen von den Kindern gelernt, welche mit den Schlittschuhen an den Füßen ohne weitere Unterweisung einzig und allein nach dem Vorbilde Anderer auf der Eisfläche fortzukommen sich bemühen. Anfangs gleiten die Füße bald hierhin, bald dorthin aus, die Kleinen fallen dabei unzählig

oft nieder, ohne sich erheblich wehe zu thun, in kurzer Zeit haben sie aber erlernt, sich auf den Beinen zu erhalten, und ist dieser Standpunkt erst erreicht, dann machen sie auch unglaublich schnelle Fortschritte im Laufen und in der Sicherheit.

Für Anfänger ist das schneeige und etwas weichere Eis dem ganz harten und spiegelglatten vorzuziehen. Besser als durch einen Eisstock oder einen Stuhlschlitten wird die Anfängerin immer durch einen geübten Schlittschuhläufer unterstützt, der ihr von seitwärts die Hände reicht und ihr so lange vorwärts hilft, bis sie allein fortzukommen im Stande ist. Das unvermeidliche Hinfallen verläuft in der Regel ohne erhebliche Beschädigungen, weil der Körper das Eis in einem Winkel gleitend erreicht, und wenn auch ein härterer Fall vielleicht momentan entmuthigt und alle Anstrengungen des Lernenden anfangs ohne Erfolg zu sein scheinen, so macht sich die heutige Uebung dennoch morgen bemerkbar und dasjenige, was anfänglich unmöglich schien, erlernt sich nach und nach spielend.

Bei den ersten Versuchen auf dem Eise müssen die Füße so nahe als möglich zusammengehalten werden. Beim Versuch zur Fortbewegung mit dem rechten Fusse sind die Füße ziemlich rechtwinkelig gegeneinander zu stellen und das Knie des rechten Fusses ist in dem Augenblick des Vorschiebens zu biegen, während der linke Fuss den Abstoss giebt. Sobald die Läuferin in der Bewegung ist, hat sie

das Knie wieder zu strecken und so lange auf dem rechten Beine fortzugleiten, als die Kraft des Abstosses ausreicht; dann wird der linke Fuss auf das Eis niedergesetzt, der Körper auf demselben im Gleichgewicht gehalten und der Abstoss mit dem nun wieder im rechten Winkel stehenden rechten Fuss gegeben und so fort. Das erforderliche Gleichgewicht zu dem abwechselnden Abstossen sucht die Anfängerin mit den Armen zu gewinnen, mit denen sie in allen Richtungen in der Luft umherfährt, während eine geübte Läuferin die Arme stets ruhig und den Körper gerade und aufrecht hält. Der Abstoss beim gewöhnlichen Lauf erfolgt mit der inwendigen Kante des Eisens und anfänglich findet auch die Fortbewegung auf der gleichen Kante statt, aber die schnellen Läufer in den Niederungsgegenden bewegen sich bei ihren Wettläufen in einem leichten Bogen auf der äusseren Kante des Eisens vorwärts, biegen am Ende eines jeden Stosses den Fuss nach der inwendigen Seite, um den kräftigen Abstoss mit der inneren Kante geben zu können.

Für die einfachen Bewegungen sind einige Winke zu beherzigen:

Die Läuferin darf niemals nach den Füßen sehen, denn um den Blick dorthin zu wenden, muss sie den Körper biegen und kommt in Folge dessen leicht aus dem Gleichgewicht. Sieht sie geradeaus und bringt die Fersen möglichst nahe zusammen, so hält sie auch den Körper ziemlich aufrecht.

Der Körper muss je nach der Richtung des Laufes eine leichte Neigung nach vorwärts, beziehungsweise nach rückwärts erhalten. Wenn Läuferinnen bei den ersten Versuchen zum Rückwärtslaufen den Körper nach vorwärts neigen, so werden sie aus diesem Grunde schon öfter zu Fall kommen, was sie vermeiden könnten, wenn sie mit einigem Geschick das Gleichgewicht auf dem hinteren Theile des Schlittschuhes zu gewinnen suchten.

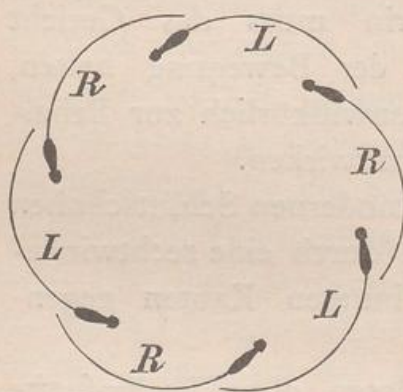
Die Schlittschuhläuferin muss das Gesicht stets nach der Richtung der Bewegung halten, weil dann die Schultern unwillkürlich zur Erhaltung des Gleichgewichtes mitwirken.

Das Anhalten auf den modernen Schlittschuhen mit gebogenem Eisen wird durch eine rechtwinklige Stellung von deren inneren Kanten gegeneinander erzielt.

Alle Bewegungen müssen ohne krampfhaftes Anstrengen ausgeführt werden und das ist nur durch Uebung zu erlernen. Die anscheinend mühelose Ausführung anerkannt schwieriger Figuren ist der Beweis für eine durch regelmässige und systematische Uebung erlangte Fertigkeit.

Es ist viel wichtiger, eine Bewegung gründlich, als zwanzig oberflächlich zu lernen. Anfänglich dürfen die Arme als Balancirstange dienen, nach Erlangung einer gewissen Fertigkeit müssen sie aber ganz ruhig gehalten werden und die Schultern zur Herstellung des Gleichgewichtes ausreichen.

Wenn die Ausführung der schwierigen Figuren auf dem Eise sich auch nicht für Damen eignet, so bieten die einfacheren ihnen doch auch eine grosse Unterhaltung und die Läuferinnen nehmen sich bei den mit einigem Geschick geschrittenen Figuren in der Regel sehr graciös aus. Das ganze Figurenlaufen beruht auf der Vor- und Rückwärtsbewegung auf dem inneren und äusseren Rande des Eisens und auf der Zeichnung einer einfachen Drei.

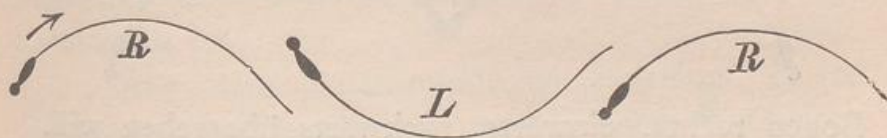


Zum Bogen auf der äusseren Kante des rechten Fusses fange man wie beim Lauf geradeaus an, während der Kopf nach rechts gedreht und die linke Schulter vorgenommen wird, und der Bogen (R) rechts ist erreicht.

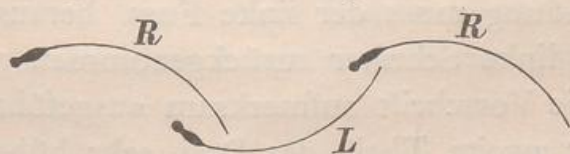
Da diese Bewegung der Anfängerin neu ist, so wird sie dieselbe nicht lange aushalten; zur Fortsetzung des Bogens in derselben Richtung wird dann der linke Fuss vorgesetzt und da die Läuferin nun wie beim Lauf geradeaus auf der inneren Kante des linken Schlittschuhs (L) ruht, wird sie gleich eine Erleichterung fühlen. Folgt dann wieder der rechte Fuss auf der äusseren und der linke auf der inneren Kante, so entsteht der Kreis durch die Bewegung rechts herum. Zum Kreise durch die Bewegung links herum muss der linke Fuss auf der aus-

wendigen Kante ruhen, das Gesicht nach links gewendet und die rechte Schulter vorgenommen werden, während der rechte Fuss sich auf der inneren Kante bewegt.

Sobald das Laufen auf der auswendigen Kante mit beiden Füßen geläufig ist, dann kann das Wechseln zur inwendigen Kante aufhören und von auswendig rechts zu auswendig links und so fort übergegangen werden.



Eine weitere Figur entsteht ferner, wenn die Läuferin am Ende des Bogens mit einem Fuss den anderen auf die auswendige Seite übersetzt und den Bogen von dort beginnt.



Werden auf die eine oder die andere Art die Bogen bis zum Kreise geführt, so entsteht die Acht. In Stelle der Bogen und Kreise kann man auch eine Spirale ziehen, wenn man mit kräftigem Abstoss auf dem anderen Fuss so lange aushält, bis man zum Stehen kommt.

Vor Ausführung der Drei muss die Läuferin erst lernen rückwärts zu laufen. Zu diesem Zwecke drehe sie die Spitzen nach einwärts, drücke auf

die inwendige Kante und schreite abwechselnd aus. Sobald die Bewegung erreicht ist, wird der eine Fuss gehoben und der laufende auf die innere Seite des anderen gebracht und so fort. Um eine Drei auf dem rechten Fuss zu machen, beginne man mit einem Bogen rechts, auswärts, vorwärts, und wenn man zum zweiten Theil mit einem



Bogen rechts, einwärts, rückwärts übergehen will, so drücke man auf die Spitze der Schlittschuhe, bringe mit einem Ruck die linke Schulter vor und ändere auf diese Art die Richtung des Laufes von vorwärts nach rückwärts. Gleich nach Ausführung der Wendung muss der linke Fuss herausgedreht und die linke Schulter zurückgenommen werden. Wenn die Vorschrift aufmerksam ausgeführt wird, kann der zweite Theil der Drei sehr hübsch geformt werden.

Die Schwierigkeit, eine Drei zu zeichnen, liegt mehr in dem Mangel an Geschick der Läuferin, nachdem die Wendung gemacht ist, die innere Kante rückwärts zu halten, als in der Ausführung der Drehung selbst.

Dreien können auf allen Kanten ausgeführt werden, indem man rechts oder links, auswärts oder einwärts, vorwärts oder ebenso rückwärts beginnt.

Die Verschiedenartigkeit der Figuren und Bewegungen auf Schlittschuhen ist unbegrenzt, so dass der hier zur Verfügung stehende Raum nicht einmal zu deren Aufzählung genügen würde. Die passionirte Schlittschuhläuferin, die sich speciell für das Figurenlaufen interessirt, verweisen wir auf das englische Buch „*A System of Figure Skating*“, welches schon in mehreren Auflagen bei Horace Cox in London, Strand 346, erschienen ist.

Aus dem Zusammenfügen einzelner Bogen entstehen natürlich die schwierigsten und verwickeltsten Figuren, die entweder von Einzelnen oder von Mehreren gemeinsam ausgeführt werden. Eine der weniger complicirten, aber dennoch sehr graciösen und hübschen Figuren ist der richtige Walzer, der, von einigen Paaren nach dem Tact der Musik wie im Ballsaale ausgeführt, ein reizendes Bild liefert.

### Das Schlittenfahren.

Die meisten Unternehmer von Eisbahnen bieten dem sportlustigen Publicum auch die Benutzung von Schlitten, so dass die Begleiterinnen der zum Schlittschuhlauferschiedenen Damen, sowie auch wohl diese selbst die Gelegenheit finden, sich von einem oder dem anderen galanten Herrn ihrer Bekanntschaft über die glatte Eisfläche schieben zu lassen. Diese Schlitten sind in der Regel einfache hölzerne

Armsessel, auf mit Eisen beschlagenen hölzernen Schlittenkufen, aber auf eleganteren Bahnen findet man auch dergleichen Stuhlschlitten ganz aus Eisen oder mit bequemen, weichen Polstersesseln. Denjenigen Herren und Damen, welche das Schlittschuhlaufen wirklich als Sport betreiben, sind die Schlitten gewöhnlich ein Dorn im Auge, weil sie oft ihre Bahnen kreuzen und die freie Bewegung beeinträchtigen, andererseits kommt die Benutzung eines Schlittens aber mancher Dame, die nach anstrengender Bewegung gern Erholung durch eine Schlittentour findet, sehr gelegen, umsomehr, wenn der Cavaliere servente ihr nicht ganz gleichgiltig ist, denn die Gelegenheit ist zu verlockend, bei der Stellung hinter dem Schlitten der fahrenden Dame durch süsse Worte die Zeit zu verkürzen.

Noch primitiver als die Stuhlschlitten, sind die sogenannten Pikschlitten, kleine niedrige Holzkasten auf eisernen Kuffen, ebenfalls nur für eine Person, welche diese Zwergschlitten mittelst zweier mit eisernen Spitzen versehenen Piken in Bewegung setzt. Diese Schlitten werden jedoch nur selten von Damen benutzt; bei gemeinsamen Ausflügen über eine weite, glatte Eisdecke sieht man aber häufig in Gesellschaft der Herren und Damen auf Schlittschuhen eine Anzahl von Damen in Stuhlschlitten und auch Herren in Pikschlitten. In der Regel ist der Empfang der Gesellschaft in einem als Endziel auserlesenen Wirthshause vor-

bereitet, dort stärkt und erwärmt man sich, unterhält sich auch wohl mit einem Tanz und kehrt dann wieder auf dem Eise heim.

Aehnliche Ausflüge werden zuweilen auch bei guter Schlittenbahn auf den beschneiten Strassen in grösseren mit Pferden bespannten Schlitten unternommen. In nördlicheren Gegenden, wie in Petersburg und an der Küste der Ostsee, wo im kalten Winter weite Wasserflächen zu so dickem Eise erstarren, dass sie die schwersten Lasten tragen, gehören grosse Schlittenpartien zu den beliebtesten Unterhaltungen der guten Gesellschaft, und in solchen Gegenden, vornehmlich aber auf den ausgedehnten Seen Nordamerikas, bildet denn auch das Segeln auf dem Eise einen sehr gesuchten und häufig ausgeführten Sport. Zu diesem Zwecke wird ein Boot auf Kufen gesetzt und nun mit den Segeln ebenso manipulirt, als wenn die Bewegung anstatt auf der glatten Eisdecke, in den Fluthen des Wassers stattfände. In Amerika werden auf diese Weise Wettsegeln sowohl einzelner Bootschlitten gegeneinander, als auch eines einzelnen Bootes gegen Zeit gemacht. Die Damen sind bei diesem Sport allerdings nur als Zuschauerinnen oder als Begleiterinnen auf dem Bootschlitten betheiligt.

Schliesslich ist noch ein vornehmlich in Russland beliebter Eissport zu erwähnen, zu welchem auf gezimmerten Holzgerüsten durch einen Belag mit Eisstücken eine oder besser noch zwei neben-

einander bergauf und bergab laufende Bahnen angelegt werden. In der Regel besteht eine solche Rutschbahn aus drei in gewissen Entfernungen erbauten Hügeln, von denen der erste der höchste, der dritte der niedrigste ist. Auf einem kleinen, dem Pikschlitten ähnlichen Gefährt nimmt eine Person auf der Höhe des ersten Berges Platz und tritt dann die Reise auf der glatten Bahn an. Der kleine Schlitten kommt auf dem Abhange des ersten Berges so in Schwung, dass er den zweiten in die Höhe getrieben wird, und durch das Herabgleiten von diesem erhält er wieder die Kraft zum Ueberwinden des dritten Berges. Obgleich die Bahn nur sehr schmal ist, so muss der Schlitten dennoch in gerader Richtung und von den Seitenborden entfernt gehalten, also gewissermassen gelenkt werden, was durch Abstoßen der mit starken Handschuhen bewehrten Hände bewirkt wird. Am Fusse oder vielmehr am Ende des Auslaufes hinter dem letzten Berge angelangt, muss der Schlitten dann wieder auf den Gipfel des ersten Berges emporgewunden oder auf der zweiten Bahn emporgezogen werden.

Auf welche Art nun die Bewegung in der frischen Winterluft auch ausgeführt werden mag, sei es auf Schlittschuhen oder in irgend einer Art von Schlitten, so ist sie immer eine sehr gesunde und auch den Damen sehr zuträgliche.

---

DER ROLLSCHUHLAUF.

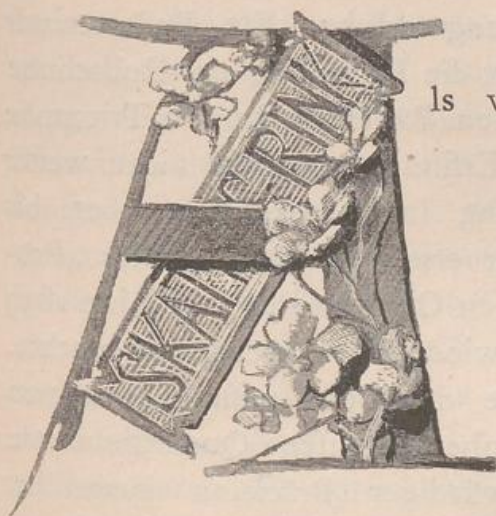
---

Damensport.

17



## DER ROLLSCHUHLAUF.



ls vor einigen sechzig Jahren in London das Schlittschuhlaufen zur Modesache geworden war und man die kurze Dauer der Eisbahnen schmerzlich fühlte, versuchte man einen Ersatz des Eises

auf künstlichem Wege herzustellen. Alle Versuche scheiterten aber an der zu grossen Reibung, welche die künstliche Fläche der Bewegung des Schlittschuhes entgensetzte und in Folge dessen den Läufer übermässig anstrengte. Jetzt wendete sich der erfinderische Geist auf einen Ersatz für den Schlittschuh, und ein Mr. R. F. Tyers kam 1823 auf die Idee, das Eisen des Schlittschuhes durch Rollen zu ersetzen, durch welche die Reibung auf der künstlich hergestellten Bahn allerdings auf ein Minimum reducirt wurde. Diese Rollschuhe, welche

damals patentirt wurden, hatten fünf Rollen verschiedener Grösse derartig in eine Linie gestellt, dass die grösste in der Mitte stand. Ziemlich gleichzeitig mit dieser Erfindung kam auch der Rollschuh in Frankreich in Anwendung, indem in einem Ballet zu Bordeaux auf der Bühne der Schlittschuhlauf eine Nachahmung erfuhr. Ein Balletmeister Robillon hatte dort die Erfindung der Rollschuhe gemacht und mit seinem Ballet zwar grosse Triumphe erzielt, aber seine Erfindung wurde nicht weiter ausgebeutet und ging in Vergessenheit über, bis Meyerbeer bei der ersten Vorstellung des „Propheten“ in der Grossen Oper zu Paris im Jahre 1849 das Rollschuhlaufen wieder zur Anschauung brachte. Die im dritten Acte der Oper anfangs nur von Kindern auf Rollschuhen gelaufene Quadrille wurde mit bewunderungswürdiger Präcision ausgeführt und vom Publicum mit so vielem Beifall aufgenommen, dass man die Productionen auf der nachgeahmten Eisfläche bald weiter ausdehnte und sich bei den Vorstellungen nicht allein einzelne Tänzer in höchst anerkennenswerthen Leistungen zeigten, sondern auch ähnliche Scenen auf Rollschuhen in verschiedenen Theaterstücken Verwendung fanden und passionirte Schlittschuhläufer sich sogar ausser der Bühne auf Rollschuhen versuchten.

Die anfänglich sehr primitive Construction der Rollschuhe erfuhr zwar im Laufe der Zeit wesent-

liche Verbesserungen in England und Amerika, wo dieser Sport sich einer schnellen Aufnahme erfreute, aber mit allen Systemen konnte man nur mit grossem Kraftaufwande die von den Schlittschuhläufern so beliebten Bogen und Figuren ausführen. Erst im Jahre 1865 gelang es dem Amerikaner James L. Plimpton, durch die paarweise Aufstellung von vier Rollen und durch die Anwendung von Gummiunterlagen für deren Achsen einen Rollschuh herzustellen, mit welchem man alle Linien und Figuren auf der künstlichen Bahn ebenso auszuführen im Stande ist, wie mit dem Schlittschuh auf dem Eise. Mr. Plimpton errichtete 1867 den ersten Skating-Rink in Cincinnati. 1870 wurden ähnliche Etablissements auch in Europa eröffnet, eines in Liverpool und ein zweites durch die amerikanische Colonie in Paris, welches letztere, mit einem Orchester ausgestattet, hinreichend gross für 600 bis 800 Läufer, schnell der Sammelplatz der vornehmen Welt wurde.

Vielfach zweifelte man noch immer an der Möglichkeit, Aehnliches auf Rollschuhen wie auf Schlittschuhen zu leisten, während doch die Amerikaner in Paris den schlagendsten Beweis dafür lieferten und sich täglich mehr in der Kunst vervollkommneten. In England folgte der Eröffnung der Rollschuhbahnen in Liverpool und Brighton bald die Gründung gleicher Etablissements in vielen anderen Städten und auch Frankreich blieb in der

Pflege und Verbreitung dieses Sports nicht zurück. Im Jahre 1883 gab es in Paris schon 15, in London sogar 17 und in Berlin 2 Skating-Rinks, welche sich stets eines recht zahlreichen Besuches zu erfreuen haben.

Da die Einführung neuer Sportzweige und die Einrichtung der zu denselben erforderlichen Räumlichkeiten in Wien stets auf Schwierigkeiten stösst, so ist man hier bisher auch nur zu **einer** solchen Rollschuhbahn gelangt und deshalb ist auch die Ausdauer und Energie der Leitung des hiesigen Rollschuh-Clubs umsomehr anzuerkennen und zu bewundern, dass es möglich war, den Verein in verhältnissmässig so kurzer Zeit auf den Standpunkt der heutigen Blüthe zu führen. Seine Mitglieder haben es im Rollschuhlauf, dieser Erfindung der Neuzeit, mit Ausdauer und Geschicklichkeit jetzt schon so weit gebracht, dass sie die kunstvollsten Figuren der gewandtesten Eisläufer auf der Cementbahn nachahmen und sich auf derselben mit den Rollen ebenso sicher und graciös bewegen, wie jene mit dem glatten Stahl auf dem Eise.

Der Vorstand des Wiener Rollschuh-Vereines sorgt aber nicht allein in liebenswürdigster und ausgiebigster Weise für die Unterhaltung der Mitglieder sowie der Zuschauer, sondern er versteht es auch, mit vielem Geschick die Gesellschaft von solchen Elementen frei zu halten, welche nicht in dieselbe hineinpassen und diese Sorge hat nicht

wenig dazu beigetragen, dass der Rollschuhlauf auch in Wien zu einer fashionablen Unterhaltung für Herren und Damen der besseren Gesellschaftskreise geworden ist.

Für die Damen ist das Laufen auf Rollschuhen leichter zu erlernen als das Schlittschuhlaufen, weil es das Knöchelgelenk des Fusses weniger anstrengt und dazu bietet es noch den Vortheil, dass die graciösen Bewegungen und die anmuthige Haltung einer eleganten Dame auf Rollschuhen fast noch mehr zur Geltung gelangen als auf Schlittschuhen.

Wie jeder Handwerker zur Anfertigung einer guten Arbeit das beste Handwerkzeug haben muss und der Schlittschuhläufer wirklich hervorragende Leistungen nur auf hart gefrorenem und spiegelglattem Eise mit Schlittschuhen der besten Construction auszuführen im Stande ist, so bedarf auch die Rollschuhläuferin einer zweckentsprechenden guten Bahn und guter, passender Rollschuhe. Die Herstellung der Bahn ist eine schwierige, weil sie eben und glatt, in gewissem Masse elastisch sein muss und durch den Wechsel der Temperatur und der Witterungsverhältnisse womöglich keiner Veränderung unterworfen sein darf. Zu den Vorstellungen im Theater wird das Podium für die vorkommenden Rollschuhscenen mit einem Leinwandteppich überspannt und den Läufern bietet sich dort noch eine ganz specielle Schwierigkeit, weil sie ihre Productionen nicht auf einer horizon-

talen, sondern gegen den Zuschauerraum geneigten Fläche auszuführen haben. Bei den ersten Skating-Rinks hat man den Fussboden aus Holz, welches mit einem mehrfachen Anstrich überzogen wurde, herzustellen versucht. Man kam jedoch von der Anwendung dieses Materials bald zurück, weil es keine genügende Gleichförmigkeit bietet und sich wegen der grossen Reibung auf demselben Figuren nur schwer ausführen lassen. Später hat man die Bahnen aus Schiefer, Marmor, Asphalt und Cement gemacht. Der Schiefer wird aber mit der Zeit uneben, weil er zu weich ist und blättert; der Marmor hat zwar die genügende Härte, unter einer Bedachung ist er aber nicht elastisch genug und in freier Luft verändert sich die Substanz durch die feuchten Niederschläge. Asphalt ist wieder sehr glatt und ändert seine Festigkeit durch Wärme und Kälte. Macht man den Asphalt durch die Beimischung eines sehr geringen Quantums von Bitumen so fest, dass die Bahn auch in heissem Sommer brauchbar bleibt, dann springt sie im Winter, und verhindert man das Springen und Reissen im Winter durch eine grössere Anwendung von Bitumen, so wird sie im Sommer zu weich und die Reibung zu gross. Mit Asphalt hergestellte Bahnen sucht man im Sommer durch tägliche Waschungen mit Wasser hart zu erhalten. Der Rink im *Cercle de la méditerranée* in Nizza ist so eingerichtet, dass er während der heissen Stunden

des Tages vollständig unter Wasser gesetzt werden kann. Bis jetzt hat sich Cement immer noch am meisten bewährt, denn dieser ist unempfindlich gegen die Witterung, aber er staubt. Dem letzteren Uebelstand wird man vielleicht durch einen Anstrich mit einer Masse, welche man auch zur Conservirung der Steine verwendet, abhelfen können, jedoch haben die darauf gerichteten Versuche noch zu keinem endgiltig als praktisch anerkannten Resultat geführt.

Nächst der Bahn sind es die Rollschuhe, durch deren mehr oder weniger gute Construction die Sicherheit des Laufes bedingt wird. Die besten sind die früher schon erwähnten des Amerikaners James L. Plimpton mit vier Rollen, ein Paar unter der Fussspitze, das andere unter der Ferse. Da die Lager der Achsen durch Gummiunterlagen elastisch gemacht sind, so genügt eine Neigung des Oberkörpers nach einer Seite und das Aufheben des entgegengesetzten Fusses zur Ausführung eines Bogens, dessen Durchmesser je nach dem stärkeren oder geringeren Druck in Folge des Ausmasses der Neigung des Körpers kleiner oder grösser wird.

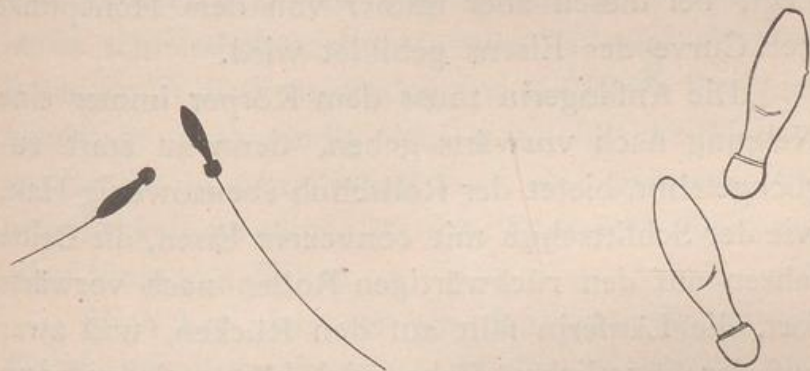
Plimpton hat auch Rollschuhe mit drei Rädern construirt, jedoch scheint dieses System sich doch nicht vollkommen zu bewähren oder es ist hier noch nicht bekannt genug. Bei den dreirädrigen Rollschuhen stehen die aus Stahl mit schmalen Reifen gefertigten Rollen in einer Linie hintereinander, so dass sie dem Boden eine mög-

lichst geringe Reibefläche bieten. Um ein Drehen auf der Stelle zu ermöglichen, bei welchem wie beim Schlittschuh die Berührung der Bahn nur auf einem Punkte stattfinden darf, ist das mittlere Rad etwas stärker als die beiden anderen, wodurch auch gleichzeitig das Ausbiegen erleichtert wird, je nachdem man vorn oder hinten den Druck verstärkt. Durch die Gummipolsterung der Achsenlager können sich die schmalen, scharfkantigen Räder ein Geringes nach der Seite neigen und die Läuferin kann einen kräftigeren Abstoss geben.

Wenn sich auch eine sichere und gewandte Schlittschuhläuferin nicht ohneweiters auf Rollschuhen zu Hause fühlt, so wird sie sich doch sehr bald auf denselben einrichten und mit einiger Uebung bald eine grosse Geschicklichkeit erreichen, und umgekehrt ist auch wieder einer guten Rollschuhläuferin ihre Kunst eine grosse Unterstützung zum Erlernen des Eislaufes.

Da alle Anfänger die Neigung haben, die Knöchelgelenke nach einwärts zu biegen und der Rollschuh stets nach der Seite des Druckes hin einen Bogen beschreibt, so haben alle Rollschuhläufer immer im Beginn gegen das unwillkürliche Einwärtsbiegen der Fussspitzen zu kämpfen. Aus diesem Grunde muss man zum Erlernen des Rollschuhlaufes mit dem einfachen Gehen auf denselben beginnen, wobei die Füße in einem halben rechten Winkel zueinander zu stellen sind.

Beim Vorschreiten hat man darauf zu achten, dass man die Spitze des rückwärtigen Fusses unmittelbar an der Ferse des vorderen vorbeiführt. Wenn man eine kurze Strecke auf diese Art gegangen ist, so versuche man, anstatt die Füße zu heben, dieselben schleifend vorzuschieben und vergrößere die Schritte nach und nach immer mehr, bis man endlich zu einem ebenso langen Ausgreifen wie auf dem Eise kommt. Denjenigen Anfänge-



rinnen, denen es schwer fällt, das Einwärtsbiegen der Fussspitzen zu überwinden, ist die Uebung des Uebertretens sehr zu empfehlen.

An der Hand eines sicheren Läufers muss die Anfängerin am Ende des Vorstosses mit einem Fuss vor dessen Spitze und über denselben hinweg den anderen einwärts gewendet niedersetzen und dann ihre Schwere im Gleichgewicht auf ihn übertragen. Auf diese Weise wird das Gewicht auf die auswärtigen Rollen gebracht, daraus gehen von selbst die Bogen nach auswärts hervor und mit

einiger Uebung ist dieses Uebersetzen unschwer zu erlernen.

Kann sich die Rollschuhläuferin erst im Gleichgewicht erhalten, so gehört zwar nur Uebung zur Erlangung einer gewissen Geschicklichkeit, aber demungeachtet ist die Ausführung aller Wendungen und Figuren doch schwieriger auf Rollschuhen, als auf Schlittschuhen, weil bei jenen der Drehpunkt entweder unter der Fussspitze oder unter der Ferse liegt, bei diesen aber immer von dem Höhepunkt der Curve des Eisens gebildet wird.

Die Anfängerin muss dem Körper immer eine Neigung nach vorwärts geben, denn zu stark zurückgelehnt, bietet der Rollschuh ebensowenig Halt, wie der Schlittschuh mit convexem Eisen, die Beine fahren auf den rückwärtigen Rollen nach vorwärts fort, die Läuferin fällt auf den Rücken, und zwar auf der künstlichen Bahn viel härter als auf dem Eise, weil dort die Wucht des Falles nicht durch ein Fortgleiten des Körpers gemildert wird.

Das Rollschuhlaufen nahm seinerzeit in England einen so rapiden Aufschwung, dass man ihm keine lange Dauer prophezeite, weil man die aufblühende Leidenschaft für dasselbe für ein Strohfeuer hielt, welches, wie man glaubte, ebenso schnell wie es angefacht wurde, auch wieder veraschen würde. Man hat sich jedoch in dieser Beziehung vollkommen getäuscht, denn das Rollschuhlaufen nimmt jetzt nicht allein dort eine

ebenbürtige Stellung unter den übrigen Zweigen des Sport ein, sondern es hat sich auch in allen anderen Ländern eingebürgert und scheint sich eine dauernde Existenz gegründet zu haben. Das Rollschuhlaufen hat gegen die meisten anderen Sportzweige noch den grossen Vortheil, dass die Ausübenden an keine Jahreszeit gebunden sind, dass ihnen keine Witterungsverhältnisse hinderlich in den Weg treten können und dass der Einzelne ganz unabhängig von Anderen ist, weil zum Genuss des Rollschuhlaufes schliesslich nicht wie zum Ballspiel und ähnlichen Sport die Vereinigung von mehreren Personen unbedingt nothwendig ist, wenn für die Meisten das Laufen in Gesellschaft auch eine grössere Annehmlichkeit gewährt, als das Tummeln allein auf einer einsamen Bahn.

Wien hat sich als ein dankbarer Boden zur Erziehung dieser Sportart gezeigt, vielleicht nur, weil die richtigen und geeigneten Persönlichkeiten sich der Leitung annahmen. Es ist sehr erfreulich, welche grosse Anzahl von Damen der verschiedensten Altersclassen gerade aus den Kreisen der besseren Gesellschaft eine Vorliebe für den Rollschuhsport gefasst haben und es ist ganz auffallend, welche Fortschritte von den männlichen wie von den weiblichen Mitgliedern des Wiener Rollschuh-Vereines in den letzten Jahren in der Freiheit und Sicherheit der Bewegung, in der Eleganz der Haltung und in der Fertigkeit im Kunst- und Figurenlaufen auf

Rollschuhen gemacht wurden. Man begegnet heute auf der Wiener Cementbahn einer grösseren Geschicklichkeit von verhältnissmässig mehr Herren und Damen, als auf der Eisbahn, und dazu geniessen die Mitglieder des Vereines noch den nicht zu unterschätzenden Vortheil, dass sie sich in einer höchst anständigen, geschlossenen Gesellschaft bewegen, in welche allen zweideutigen und unlauteren Elementen der Eintritt verwehrt wird.

Den activen Theilnehmern des Rollschuhsport, sowie dessen Freunden werden ausser den gewöhnlichen geselligen Vereinigungen noch alljährlich wiederholt Festlichkeiten geboten, was besondere Anerkennung findet, weil es wohl nur selten einen Ort giebt, wo die Neigung zum Vergnügen in allen Kreisen der Gesellschaft in so hohem Grade zum Ausdruck gelangt, als in Wien. Hier zieht auch der Sport sein Faschingsgewand an. Der Eislaufverein veranstaltet alljährlich ein glänzendes Costümfest auf dem Eise und der Rollschuh-Club in der Regel sogar deren zwei in den Räumen seiner Cementbahn. Das Clublocal wird mit Fahnen und Guirlanden festlich geschmückt, durch Gasflammen und elektrisches Licht taghell beleuchtet und auf den Cementboden, der sich zwar stets in vorzüglicher Verfassung befindet, wird für diesen Tag noch eine ganz besondere Aufmerksamkeit gerichtet.

Gegen 8 Uhr Abends beginnt sich die Bahn mit costümirten Theilnehmern in den buntesten

Farben, und in den Sitzplätzen auf der Estrade und an den beiden Endseiten des Saales mit zuschauenden Herren und Damen zu füllen. Trotz der verschiedenen Feste an jedem Faschingsabend findet sich im Rollschuh-Club doch stets eine so zahlreiche Gesellschaft ein, dass ein Mehr sogar die freie Bewegung der Betheiligten beeinträchtigen würde. Der allgemeine Anblick des bunten Gewoges ist ein wirklich anziehender, ein hübsches, munteres, belebtes Bild, und die harmlose Bewegung dieser untereinander mehr oder weniger gut bekannten Gesellschaft junger Damen und Herren machen auf den Zuschauer einen wohlthuenden Eindruck.

Bei einem der letzten Feste fesselte gleich anfangs eine junge hübsche Dame die Aufmerksamkeit sowohl durch die geschmackvolle Einfachheit ihres Costümes: weisser Rock unter dem hellblauen Waffenrock und der Officiermütze des oldenburgischen Dragoner-Regiments, als auch durch die elegante, schlanke Gestalt und eine ausnehmend graciöse Haltung. Die zierliche jüngere Schwester als „Marie, die Tochter des Regiments“ stand ihr kaum nach. Es erschienen ferner Spanier und Spanierinnen in den buntesten Farben, Ungarn, altfranzösische Trachten, unter diesen auch ein genau gleich gekleidetes Doppel-Exemplar der Jungfrau von Orléans, obgleich die Geschichte nur von einer solchen zu berichten weiss; mehr oder

weniger naturgetreue Nachbildungen der Nationaltrachten aller Herren Länder und Phantasie-Costüme jeder Art. Zu den geschmackvollsten gehörten zwei reizende junge Mousquetaires in Blau mit Gold, ein weiblicher schwarzer Husar mit umgehängtem weissen Pelz und eine ganze Familie, Brüder und Schwestern, in langen weissen Mänteln und Kapuzen, von oben bis unten mit dem vollen Inhalt verschiedener Journale und deren Annoncen bedruckt, welche sich später, diese Ueberkleider abwerfend, als höchst elegante neapolitanische Fischer und Fischerinnen entpuppten, die in ihren ganz gleichen Costümen in blauem, gelbem und rothem Atlas und ihren goldenen Fischernetzen, von den Damen um die Taille geschürzt, von den Herren von der rechten Schulter nach der linken Hüfte en écharpe getragen, sowohl reizend aussahen, als auch sämmtlich höchst graciös liefen. Unter den Phantasiecostümen fiel der Anzug einer jungen Dame in rothem Atlas, schwarzem Sammetbesatz, reich mit Gold gestickt, einem viereckigen Halsausschnitt mit Schwan eingefasst und mit feinen Goldfäden im Haar, als äusserst geschmackvoll vortheilhaft ins Auge.

Bei diesen Festen wird dann das gemeinsame Laufen zeitweise zu speciellen Productionen unterbrochen. Es gelangen mit vieler Genauigkeit einstudirte Quadrillen oft mit recht schwierigen Figuren zur Aufführung, ferner zeigen sich vier

bis acht Paare in reizendem Figurenlaufen, bei denen die Damen in Grazie der Haltung und Bewegung, sowie in der Geschicklichkeit, mit welcher sie die verschlungensten Touren ausführen, den Herren wahrlich nicht nachstehen, und endlich werden von den geschicktesten Läufern Vorstellungen im wirklichen Kunstlaufen und auch Productionen scherzhafter Art veranstaltet, wie beispielsweise ein Elephant auf Rollschuhen und Aehnliches mehr. Häufig messen sich die vorzüglichsten Rollschuhläufer auch im Figuren-Preislaufen. Nach Beendigung dieser höchst sehenswerthen Vorstellungen wird dann das gemeinschaftliche Laufen mit Musik fortgesetzt, bis zum Souper die Rollschuhe abgeschnallt werden und von Mitternacht ab das Fest schliesslich mit einem Tanzkränzchen endet, an welchem sich nicht allein die früheren Rollschuhläufer im Costüm, sondern auch die eingeladenen Zuschauer theiligen.

Vom Standpunkte des Sport ist noch zu bemerken, dass Wien sowohl im Schlittschuh- wie im Rollschuhlaufen, und zwar ganz besonders bezüglich der weiblichen Künstlerinnen in diesen Sportzweigen, eine hervorragende Stellung einnimmt. Man wird nicht leicht irgendwo wieder eine so künstlerisch geschickte und elegante Ausführung finden. Hierin ist auch der Grund zu suchen, dass beim Laufen auf Rollschuhen selbst in der zahlreichen

Damensport.

Gesellschaft nur verhältnissmässig selten ein Zusammenstoss oder ein Fall vorkommt.

Bezüglich des Anzuges zum Rollschuhlaufen sind auch die beim Eislauf gemachten Bemerkungen zutreffend, nur können die Damen etwas leichter gekleidet sein, weil sie sich, wenn auch gewöhnlich in einem ungeheizten, so doch immer in einem geschlossenen Raume und nicht in der freien, kalten Winterluft bewegen. Als Fussbekleidung ist der Schnürstiefel massgebend, denn auch der Rollschuh muss ebenso wie der Schlittschuh fest am Fusse sitzen.

Den Damen, welche den Rollschuhsport betreiben, kann die Vorsicht gegen Erkältungen beim Verlassen des Skating-Rink nicht angelegentlich genug empfohlen werden, denn Schlittschuhlauf wie Rollschuhlauf verursachen eine starke Transpiration, und wenn der Weg von der Thür des Locales bis zum Wagenschlag auch nicht weit ist, so ist die Entfernung doch immer gross genug, um einer erhitzten und nicht genügend eingehüllten zarten Dame eine Erkältung mit deren unberechenbaren Folgen zuzuziehen, und jeder Sport darf die Gesundheit nicht gefährden, sondern soll dieselbe fördern.

---

# DAS SCHWIMMEN.

---

18\*



## DAS SCHWIMMEN.



bgleich schon die alten Römer das Schwimmen für eine wichtige Leibesübung für beide Geschlechter ansahen und unsere directen Vorfahren, die alten Deutschen, durch ihre Fertigkeit im Schwimmen sogar bei den Römern Erstaunen

erregten, das Schwimmen auch im Mittelalter in ausgedehntem Massstabe als eine vortreffliche körperliche Uebung betrieben wurde, so gerieth es doch, vornehmlich in Deutschland, durch die Einführung warmer Bäder im Laufe des sechzehnten Jahrhunderts immer mehr in Abnahme, ja es kam so weit, dass

einige Pädagogen es ihren Schülern als unanständig verboten, dass Aerzte sich in ihren Schriften dagegen aussprachen und die Geistlichkeit es von den Kanzeln herunter verdammt. Erst die französischen Philanthropen des vorigen Jahrhunderts brachen wieder eine Lanze für das Schwimmen, als eine die Gesundheit und die Ausbildung des Körpers fördernde Uebung; der Italiener „Oronzio di Bernardi“ und die Deutschen „Vieth“ und „Guts-muths“ brachten es wieder zu Ehren und wirkten für seine Verbreitung. Einen ganz wesentlichen Aufschwung gewann die Schwimmkunst jedoch durch die Einrichtung von Schwimmanstalten, von denen eine 1811 in Berlin in der unteren Spree und eine zweite, die Militärschwimmschule, durch den General „v. Pfuel“ oberhalb der Stadt angelegt wurde. Diese letztere ist das Vorbild für die später errichteten Schwimmschulen geblieben, ebenso wie die Pfuel'sche Methode, das Schwimmen nach Art der Frösche, als Grundlage für alle weiteren Bestrebungen auf dem Gebiete der Schwimmkunst gedient hat. Nach und nach hat das Schwimmen Aufnahme in den Lehrplan verschiedener Schulen und Erziehungsanstalten gefunden, jetzt bemüht man sich dasselbe ebenso wie das Turnen obligatorisch für alle deutschen Knabenschulen zu machen; zu einem allgemeineren Schwimmunterricht für Mädchen hat man sich jedoch erst in allerneuester Zeit entschliessen können. Das kalte Baden und

Schwimmen wurde zwar schon seit längerer Zeit auch den Damen als sehr gesund und stärkend empfohlen, aber erst nach schweren Kämpfen hat sich dasselbe als Sport eine weitere Verbreitung beim schönen Geschlecht erringen können. Vielleicht war ein ungerechtfertigtes Schamgefühl zu überwinden, indem die erwachsenen Damen sich in dem leichten Badecostüm nur mit grosser Ueberwindung, viele sogar gar nicht, zu dem Unterricht bei den Schwimmmeistern entschliessen konnten. Nachdem aber in verschiedenen Seebädern, sowie auch in den Bassins einzelner Mineralbäder die Damen in ihrer oft reizenden Badetoilette mit den Herren, welche dort allerdings auch in einem bestimmten Costümerscheinen, gemeinschaftlich baden, ist die Scheu vor dem Unterricht bei männlichen Schwimmlehrern nicht recht verständlich und gewiss auch keine berechtigte. Da man aber den Schwimmunterricht jetzt schon bei den Kindern von 9 bis 10 Jahren beginnen lässt und man das einmal gelernte Schwimmen nie wieder verlernt, weil es hauptsächlich auf dem Vertrauen zum Wasser beruht, so ist damit dieser Stein des Anstosses für die erwachsene Dame von selbst aus dem Wege geräumt.

Die Bade-, beziehungsweise Schwimmanzüge der Damen sind übrigens so decent und dabei in der Regel so kleidend, dass die Schwimmerin sich durchaus nicht den Augen der Männer zu entziehen

nöthig hat. Auf dem Balle zeigt die Tänzerin ebenfalls den entblössten Hals und die Arme und bei der Schwimmerin treten hierzu nur noch die nackten Füße, die, wenn klein und schön geformt, gerade unbekleidet mehr ein Gegenstand der berechtigten Bewunderung sind, als eingepresst in einen engen, wenn auch noch so kunstvoll gearbeiteten eleganten Stiefel aus Atlas oder lackirtem Leder. Allerdings hängt beim Badecostüm sehr viel von dem Stoff ab, aus welchem dasselbe gefertigt ist, denn nasse Baumwolle oder Leinwand schmiegt sich so fest an den Körper an, dass seine Formen deutlicher erkennbar sind, als es der Anstand gestattet und es den meisten Damen erwünscht ist, ganz abgesehen davon, dass solche Stoffe in Weiss, vom Wasser durchzogen, sehr transparent sind. Wenn Badeanzüge aus Leinwand oder Baumwolle zur Anwendung gelangen, wählt man aus diesem letzteren Grunde in der Regel rothe oder tiefblaue, theils einfarbige, theils gemusterte Stoffe. Als Schwimmcostüme haben sie, in welcher Farbe sie auch immer sein mögen, noch den Nachtheil, dass sie durch das feste Ankleben an den Körper die so dringend nothwendige freie Bewegung der Glieder beeinträchtigen. Alle diese Inconvenienzen werden aber durch die Wahl der allerdings um ein Geringes theureren feinen Wollstoffe vermieden und diese bieten ausserdem noch den grossen Vortheil, dass Damen, welche unter allen Um-

ständen und bei allen Gelegenheiten, ob sie allein sind oder von Anderen gesehen werden, stets reizend und geschmackvoll gekleidet sein wollen, nicht an bestimmte Farben gebunden sind, sondern in dieser Beziehung die freie Wahl haben und ihrem Geschmack ungebunden können die Zügel schiessen lassen.

Bezüglich der Form giebt es im Allgemeinen nur zwei Abweichungen, entweder ist das Beinkleid mit einer Blouse zu einem Kleidungsstück vereinigt, oder aber beide sind getrennt, und in diesem Falle wird die Blouse gewöhnlich etwas länger gemacht, so dass sie gleichzeitig über das Beinkleid wie ein kurzer Rock fällt. Zum Schwimmen werden jedoch Anzüge in einem Stücke meistens vorgezogen, weil diese, mit einem Gürtel in der Taille gehalten, die freie Beweglichkeit weniger beeinträchtigen, als die anderen. Ueber Schnitt und Ausschmückung des Anzuges enthalten wir uns jeder Anweisung und bitten die geneigten Leserinnen, sich diesbezüglich, sofern sie ihrem eigenen Geschmack nicht hinreichend vertrauen zu können glauben, aus den grossen Modezeitungen Rath zu schöpfen, welche alljährlich nicht verabsäumen, rechtzeitig vor Beginn der Saison auch in dieser Richtung in ausgiebigem Masse Anleitungen zu geben und ihrem Leserkreise in Schrift und Bild dasjenige zu offenbaren, was die massgebenden Kreise der Mode gebieterisch als das Eleganteste

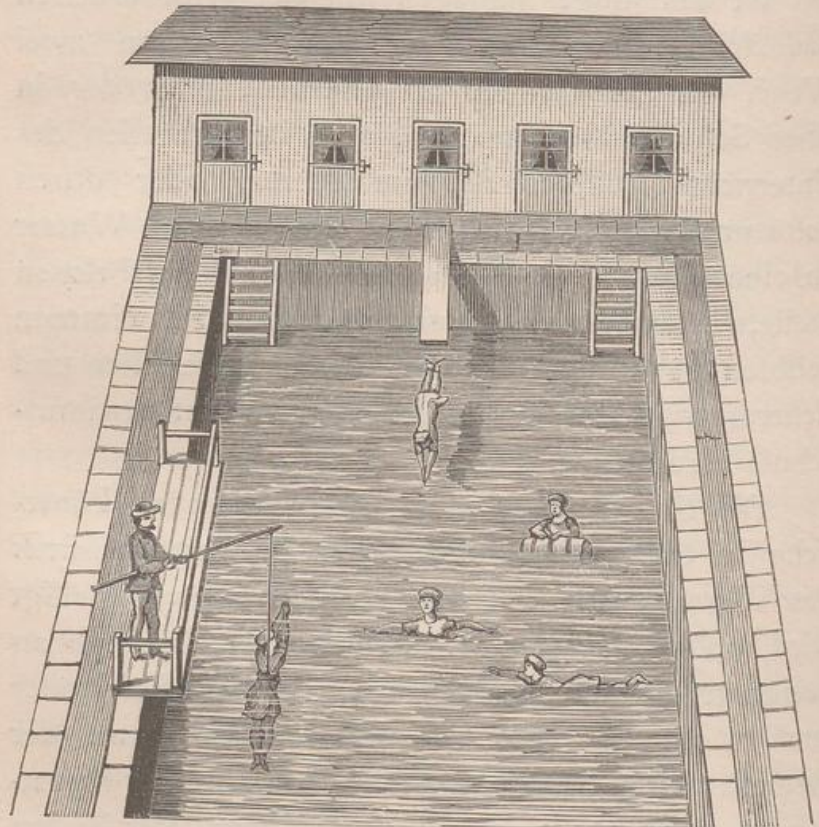
und Fashionabelste für die nächste Zeit hinstellen. Wer Gelegenheit und Sinn für das Studium der weiblichen Badecostüme in den französischen Mode-Seebädern, wie Biaritz, Trouville, Dauville, Boulogne-sur-mer u. s. w. hat, kann sich leicht die Ueberzeugung verschaffen, dass der Geist der eleganten Modedame auch in diesem Zweige unermüdlich und unerschöpflich ist in der Erfindung neuer Formen und neuer Ausschmückungen, die häufig höchst elegant und kleidsam erscheinen, wenn sich auch über den ästhetischen Werth von Einigen nicht ganz unberechtigte Zweifel geltend machen. Auf den Kostenpunkt wird allerdings dort oft keine erhebliche Rücksicht genommen. Wenn die Erscheinung nur Bewunderung und Aufsehen erregt, so ist in der Regel der Zweck erreicht. Die Bezahlung der Schneiderrechnung, auf deren Höhe die Kleinigkeit einiger Badecostüme, welche im Verhältniss zur sonstigen Eleganz der betreffenden Dame stehen, kaum von einem erheblichen Einfluss sein kann, bleibt dann später dem Herrn Gemahl überlassen oder aber es werden auch in vielen Fällen einer oder beziehungsweise mehrere intime Freunde zur Begleichung derselben in Contribution gesetzt. Ein so tiefer Einblick in die internen Angelegenheiten der Damen ist übrigens hier nicht am Orte, möge sich eine Jede nach ihrem Ermessen und nach ihren Verhältnissen einrichten. Wenn sich auch nur selten etwas Gutes ohne einen gewissen

Aufwand von Geld herstellen lässt, so ist denn doch das Kostspielige nicht immer das Beste und das dem Zweck am meisten Entsprechende, und gerade Schwimmcostüme können praktisch und geschmackvoll ohne grosse Kosten hergestellt werden.

Ist das junge Mädchen mit der erforderlichen Badekleidung versehen, so giebt es dann zwei Wege, das Schwimmen zu erlernen, entweder in einer Schwimmschule bei einem im Ertheilen des Unterrichts geübten Schwimmlehrer, oder durch Selbstunterricht in möglichst stromfreiem Wasser an einer zum Baden geeigneten und gefahrlosen Stelle, vielleicht mit Hilfe einer bereits im Schwimmen geübten Freundin oder Verwandten. Schneller und sicherer wird das Ziel entschieden in der Schwimmschule erreicht.

Die Schwimmanstalten sind entweder künstliche in Bassins, in denen der Zu- und Abfluss des Wassers durch Leitungsröhren bewerkstelligt wird, oder natürliche, d. h. solche, welche man an geeigneten Punkten in Flüssen, Teichen, Seen oder auch wohl an einer geschützten Stelle an der Meeresküste angelegt hat. Die Anstalten mit Kunstbassins findet man in grossen Städten. Der Boden des rechteckigen Bassins ist in der Regel asphaltirt, am besten schräg gelegt, so dass der Wasserstand an der einen Seite mit  $1\frac{1}{2}$  bis 2 Meter beginnt, und an der entgegengesetzten Seite eine Tiefe von 3 bis 5 Meter erreicht. Die Grösse wird durch die

örtlichen Raumverhältnisse bedingt, jedoch dürfte sich das kleinste Flächenmass auf etwa 24 bis 28 Quadratmeter bemessen. Das Bassin ist mit einer etwa einen Meter hohen Barrière umgeben, welche sowohl Schutz gegen Hineinfallen gewährt,



als auch den Schwimmlehrern zum Auflegen der beim Unterricht benutzten Stangen dient. In den Ecken führen Stiegen in das Wasser hinab. Auf der kurzen Seite, wo das Wasser am tiefsten ist, befinden sich gewöhnlich die Einrichtungen zum

Springen, ein Gerüst, um das Springen von der Höhe herab zu ermöglichen und ein Sprungbrett.

In den künstlichen Bassins ist das Wasser aus Rücksichten der Reinlichkeit womöglich täglich zu erneuern. Bei den natürlichen Anstalten genügt ein am Ufer entlang auf Pfählen angelegter Perron mit zwei an den Endpunkten desselben rechtwinkelig ins Wasser hineinreichenden und den Abschluss der Anstalt bildenden Vorsprüngen, oft werden aber auch durch auf Tonnen, Kähnen oder Flößen ruhende Brücken, ähnlich wie in den Kunstanstalten, Bassins hergestellt, welche man dann mit Aus- und Ankleidecabinen umgiebt, die gleichzeitig den Einblick neugieriger Zuschauer verhindern. Die schwimmenden Anstalten stehen gewöhnlich durch einen Steg mit dem Ufer in Verbindung.

In den künstlichen Bassins mit schrägem Boden und in den an einem sanft abfallenden Ufer angelegten Anstalten ist bezüglich der Tiefe der für die Badenden bestimmte Raum durch einen Strick oder eine Stange bezeichnet.

Da das gleichzeitige Baden und Schwimmen beider Geschlechter in demselben Bassin nicht gestattet ist, das abwechselnde Benutzen desselben mit einer bestimmten Stundeneintheilung aber viele Unbequemlichkeiten für den einen oder den anderen Theil mit sich bringt, so sind in den besseren Anstalten besondere, ausschliesslich für Mädchen und Frauen bestimmte Bassins eingerichtet.

Die mehr oder weniger elegante Ausstattung der Anstalt mit Berücksichtigung der Bequemlichkeit und des Comforts hängt hauptsächlich von den durch die Verhältnisse bedingten Anforderungen des besuchenden Publicums ab.

Die zum Schwimmen im Freien geeignete Jahreszeit ist durch die örtliche Temperatur und die Witterungsverhältnisse bedingt. In südlicheren Gegenden ist ihre Dauer natürlich eine längere als in den nördlicheren, aber selbst auch in den künstlichen Bassins bleibt das Schwimmen im Allgemeinen immer ein Sommersport, denn nur wenige Anstalten haben die erforderlichen Einrichtungen, um das Wasser im Bassin zu der für das Baden angenehmen Temperatur von etwa 16 Grad Réaumur zu erwärmen, und der Besuch solcher Anstalten ist in den kälteren Jahreszeiten kein so zahlreicher, dass der Unternehmer auf die Deckung seiner immerhin nicht unerheblichen Kosten rechnen könnte.

Was nun die Wahl der Tageszeit zum Bade anbetrifft, so sind die Morgenstunden die am besten geeignete Zeit, ohne dass jedoch das Schwimmen am Nachmittage oder Abend irgendwie der Gesundheit schädlich wäre; nur ist unbedingt zu berücksichtigen, dass man niemals ohne Gefahr mit vollem Magen ins kalte Wasser gehen darf. Damen von zarter Körperconstitution dürfen nicht zu früh am Morgen baden, und wenn auch die Vorschrift ge-

bietet, nicht unmittelbar nach eingenommener Mahlzeit zu schwimmen, so ist es andererseits aber auch angezeigt, nicht ganz nüchtern ins Wasser zu gehen. Aehnlich verhält es sich mit der Abkühlung des Körpers vor dem Bade. Erhitzt darf man niemals einen Sprung ins Wasser wagen, jedoch ebensowenig, wenn man ein Frösteln fühlt. Das Beste ist ein langsamer Spaziergang von einem bis anderthalb Kilometer unmittelbar vor dem Bade, durch welchen der Körper angenehm erwärmt wird, sich nach demselben schnell entkleiden und ins Wasser springen. Schädlich ist es, sich durch schnelles Gehen zu erhitzen, sich dann sitzend abzukühlen und ins Wasser zu gehen. Ebenfalls ist das Schwimmen während des Regens nicht zu empfehlen.

Zum Erlernen des Schwimmens durch einen Lehrer ist das sogenannte preussische System des General v. Pfuel am besten geeignet. Mit dieser Methode kann der Lernende in sehr kurzer Zeit zu einem guten Schwimmer ausgebildet werden. Der erforderliche Apparat besteht in einem handbreiten hanfenen Gurt, welcher, unter den Armen um die Brust gelegt, am Rücken mit einem eisernen Ringe geschlossen ist; an diesem Ringe ist eine Leine von etwa 12 Meter Länge befestigt, welche um eine gegen 3 Meter lange Stange so kurz geschlungen wird, dass der Schwimmer sich, wenn die Stange auf der das Bassin umgebenden Barrière aufliegt, in der richtigen Lage im Wasser befindet.

Die Schülerin stellt sich an die Barrière und lässt ihre Hände auf derselben ruhen, während der Schwimmmeister ihr zuerst die Bewegungen zeigt, welche sie dann mit den Beinen im Wasser auszuführen hat, indem er das eine Bein führt, während die Schülerin unterdessen auf dem anderen steht. Hierauf wird der Gürtel um die Brust gelegt, wie vorher angedeutet, mit dem Ringe auf dem Rücken, jedoch nicht zu eng. Der Schwimmlehrer ergreift dann die Leine und ertheilt die Anleitung zum Sprunge ins Wasser, der entweder mit den Füßen oder mit dem Kopf zuerst ausgeführt werden kann. Bei beiden Arten müssen die Füße geschlossen und gestreckt sein. Soll die Schülerin mit den Füßen zuerst ins Wasser springen, so muss sie die Hände an dem Körper anliegend herabhängen lassen; zum Sprunge mit dem Kopf zuerst werden dieselben jedoch in die Höhe gestreckt, so dass die Hände, mit den Daumen sich berührend, flach nebeneinanderliegen. Der Körper wird nun mit zurückgebogenen Knieen in den Hüften nach vorn abwärts geneigt, bis die Schülerin das Gleichgewicht verliert und mit den Fingerspitzen zuerst das Wasser berührt. Der Schwimmlehrer wird gut thun, anfangs eine Hand vor die Kniee zu halten, um auf diese Art zu verhindern, dass die Schwimmerin auf den Leib fällt, weil man von ihr einen Abstoss mit den Füßen noch nicht erwarten kann; ferner muss er die Schülerin sofort mit dem Strick an die Ober-

fläche heraufziehen, damit sie nicht etwa Wasser schluckt und abgeschreckt wird. Auch hat er sie anzuweisen, dass sie, sobald sie den Kopf wieder über dem Wasser hat, zuerst den Athem durch die Nase ausstösst und dann erst wieder Luft schöpft, weil ihr andernfalls Wasser in die Kehle kommen kann, was ein unangenehmes Gefühl, zuweilen auch Kopfschmerzen verursacht. Das zuerst Ausathmen wird den Schwimmern sehr bald zur anderen Natur.

Wenn sich die Schülerin gleich beim erstenmale zu einem Kopfsprunge entschliessen kann, so ist damit ein grosser Vortheil erreicht, denn schnell heraufgezogen, überzeugt sie sich, dass sie durchaus keine Gefahr läuft, und sie beginnt damit Vertrauen zum Wasser zu gewinnen, worin das Haupterforderniss zum Schwimmen besteht.

Vielfach wird empfohlen, vor dem Sprunge ins Wasser sich erst Gesicht und Brust zu befeuchten, was Manchem keine angenehme Empfindung verursacht; beim Kopfsprung kommt von selbst zuerst das Gesicht, die Brust und dann erst der Leib und die Füsse ins Wasser, ein vorhergehendes Anfeuchten ist also nicht erforderlich. Durch den Kopfsprung wird entschieden das beklemmende Gefühl vermieden, welches wohl fast ein Jeder empfindet, der mit den Füßen zuerst langsam ins Wasser steigt, und die Erfahrung lehrt, dass die Meisten, welche sich nur erst zum Kopf-

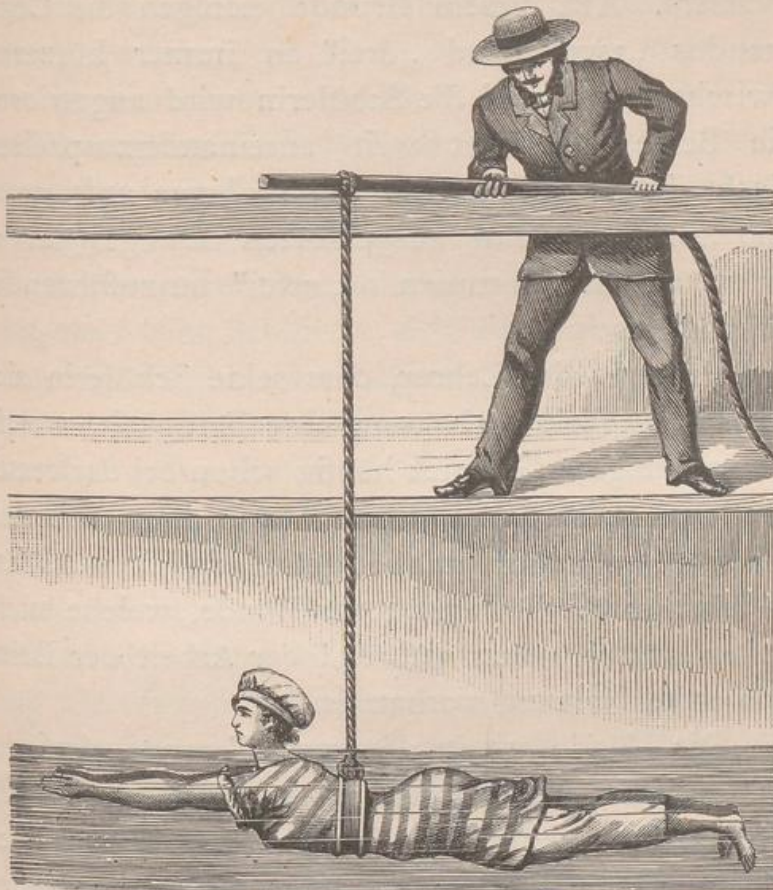
Damensport.

sprunge entschlossen haben, dann fast nie mehr anders ins Wasser gehen.

Hat die Anfängerin sich auf der Stiege stehend erst von dem Schrecken erholt, den gewöhnlich der erste Sprung in ein für sie grundloses Wasser erklärlicherweise hervorbringt, so wird die Leine durch eine Schlinge in der erforderlichen Länge an dem einem Ende der Stange befestigt, welche auf der Barrière Auflage findet, und die Schülerin streckt sich nun, an der Leine hängend, horizontal im Wasser aus. Die Arme werden vorgestreckt, die Hände flach gegeneinander gelegt, die Daumen nach oben, die kleinen Finger nach unten, das Kinn berührt das Wasser; ebenso werden die Beine gestreckt, die Fersen geschlossen, die Füße auswärts und die Zehen angezogen. Diese angespannt gestreckte Haltung ist wesentlich und muss ganz correct ausgeführt werden; kein Glied darf ohne Anspannung bleiben.

Die Unterweisung in der Bewegung der Gliedmassen beginnt mit den Beinen. Auf das langgezogene Commando des Lehrers: „eins“ werden dieselben langsam unter den Leib gezogen; während die Fersen geschlossen und die Füße auswärts bleiben, müssen die Kniee möglichst weit auseinandergespreizt und der Rücken abwärts gebogen werden. Auf das kurz hervorgestossene Commando: „zwei“ werden die Beine ziemlich schnell weit gespreizt ausgestreckt und auf das

unmittelbar darauffolgende: „drei“ müssen die gestreckten Beine wieder die ursprüngliche Stellung mit geschlossenen Knien annehmen.



Der Verbindungsmoment der auf „zwei“ und „drei“ auszuführenden Bewegungen ist von der grössten Wichtigkeit, weil durch die Verdrängung der zwischen den geöffneten Beinen befindlichen Wassermasse die Vorwärtsbeförderung des Körpers

19\*

bewirkt wird. Beim gewöhnlichen Schwimmen dienen die Hände nicht zur Fortbewegung, sondern zur Erhaltung des Körpers an der Oberfläche des Wassers. Aus diesem Grunde erfolgen die Commandos „zwei“ und „drei“ in immer kürzerem Zwischenraum und die Schülerin wird angewiesen, die Beine möglichst weit auseinanderzuspreizen. Nach einiger Zeit werden die so lange auf „zwei“ und „drei“ getrennt ausgeführten Bewegungen zu einem auf das Commando „zwei“ auszuführenden Tempo vereinigt.

Bemerkt der Lehrer, dass seine Schülerin sich mit Leichtigkeit vorbewegt, eine Fertigkeit, welche sie bei einigem Geschick häufig schon bei der ersten Lection erwirbt, und dass sie die dazu erforderlichen Bewegungen mit Regelmässigkeit ausführt, so lehrt er die Bewegung der Hände, welche nicht sinken dürfen, wozu während der Arbeit der Beine eine stete Neigung vorhanden ist.

Die Hände arbeiten in zwei Tempos. Auf das Commando „eins“ werden die geschlossenen Hände geöffnet, drei bis fünf Centimeter unter Wasser flach gelegt und die gestreckten Arme bis zur geraden Linie in der Schulterhöhe zurückgeführt, dann werden die Ellbogen gekrümmt, und indem die Hände einen Bogen abwärts und aufwärts beschrieben haben, werden sie geschlossen gegen das Kinn geführt, so dass der untere Theil der Daumen dasselbe berührt. Auf das Commando „zwei“ werden die Arme

wieder zu der ursprünglichen Lage gestreckt. Während der Bewegung der Hände bleiben die Beine geschlossen ausgestreckt. Erst wenn die Schülerin auch die Bewegungen der Hände correct auszuführen vermag, werden die Arm- und Beinbewegungen derartig gemeinsam ausgeführt, dass auf „eins“ die erste Bewegung der Beine und der Arme, auf „zwei“ die zweite und dritte Bewegung der Beine und die zweite der Arme gemacht werden.

In demselben Masse als der Schwimmmeister fühlt, dass seine Schülerin sich allein zu tragen beginnt, lässt er die Leine lockerer, zieht sie aber sofort wieder straff, sobald die Anfängerin zu sinken scheint.

Wenn die Schülerin zehn aufeinanderfolgende Stösse regelrecht auszuführen vermag, wird die Leine, welche der Schwimmlehrer jedoch immer noch in der Hand behält, von der Stange gelöst; kann sie etwa 50 regelrechte Stösse machen, dann darf die Leine ganz entfernt werden, der Lehrer hält der Schwimmerin aber eine lange dünne Stange in erreichbarer Entfernung vom Kopfe, damit sie dieselbe ergreifen kann, wenn sie etwa die Kräfte verlassen sollten. Ist die Schülerin endlich im Stande, 150 Stösse ohne Unterbrechung auszuführen, dann darf sie frei unter Aufsicht des Lehrers im Bassin schwimmen, der ihr sofort die Stange entgegenreicht, wenn sie sinken sollte. Erst nachdem die Schülerin eine halbe Stunde ununterbrochen ohne

Hilfe im Bassin geschwommen hat, wird sie als ausgelernnte Schwimmerin angesehen.

Wo sich die Gelegenheit zu einem regelrechten Schwimmunterricht in einer Schwimmschule nicht bietet, wie das auf dem Lande in der Regel der Fall sein wird, brauchen die jungen Damen deshalb noch nicht auf den Genuss verzichten, das Schwimmen zu erlernen, wenn sie nur die Energie und die Ausdauer besitzen, den nachfolgenden Anweisungen genau Folge zu leisten. Vor Allem ist zu diesem Zwecke ein geeignetes Wasser erforderlich, und gerade auf dem Lande finden sich fast überall Flüsse, Seen oder Teiche, in denen nur die passenden Stellen aufgesucht und ausgewählt werden müssen. Der beste Platz ist ein allmählich abfallendes sandiges Ufer, an welchem das Wasser nach und nach an Tiefe zunimmt und wo keine zu grosse Strömung vorhanden ist. Der Grund muss ziemlich eben und frei von Löchern, Wurzeln und Steinen sein. Sumpfiger Boden ist natürlich nicht brauchbar. Ist ein solcher Platz von einigen grossen Bäumen beschattet und befindet sich in seiner unmittelbaren Nähe ein Rasenplatz zur freien Bewegung nach dem Bade, so steigert das noch seinen Werth. Allerdings wird man bei einer solchen Gelegenheit auf die Annehmlichkeit des Sprunges ins Wasser fast immer verzichten müssen, was in dem Falle, wo die Anfängerin auf sich selbst angewiesen ist und sie eben keinen Lehrer zur Verfügung hat, der sie

an die Leine nehmen kann, jedoch ohne Belang ist.

Bezüglich der Abkühlung und des Anzuges gilt selbstverständlich auch hier das in dieser Beziehung bereits früher Gesagte. Hat sich die junge Dame in einem zu diesem Zwecke hergerichteten Schirm, Zelt oder Häuschen zum Bade fertig gemacht, so watet sie schnell an der ausgewählten Stelle bis zur Brusttiefe ins Wasser, dreht das Gesicht dem Ufer zu und taucht den Kopf unter. Erscheint ihr ein so entschiedenes Vorgehen anfangs zu kühn, so kann sie auch mit den Füßen im Wasser stehend erst Kopf und Brust befeuchten, langsam tiefer hineingehen und den Sturz und das schnelle Untertauchen verschieben, bis sie erst vertrauter mit dem nassen Element geworden ist; zu schwimmen darf sie aber nicht früher versuchen, bis sie sich ohne Furcht schnell bis zur Schultertiefe ins Wasser stürzen und ohne Scheu untertauchen kann. Sehr empfehlenswerth ist, ein Ei mit ins Bad zu nehmen, dasselbe, wenn man das Gesicht dem Ufer zugewendet hat, fallen zu lassen und es tauchend am Boden zu suchen. Das weisse Ei ist besonders bei Sonnenschein gut sichtbar. Die junge Dame ist zur Lösung dieser Aufgabe gezwungen, unter Wasser die Augen zu öffnen; sie wird sich bald überzeugen, dass ein Offenhalten der Augen durchaus keine Schwierigkeit ist, und dass auch im Tauchen keine Gefahr liegt, weil sie ganz

nach ihrem Belieben jeden Augenblick durch Ausstrecken der Beine den Kopf wieder über die Oberfläche bringen kann.

Beim Tauchen setzt die Anfänger am meisten der Widerstand des Wassers in Erstaunen, den sie beim Aufheben des Eies zu überwinden haben, und gerade hierin beruht der Werth dieses Experiments, denn die Anfängerin bekommt einen Begriff von der Tragfähigkeit des Wassers und gewinnt damit Vertrauen zu demselben. Diese Tragfähigkeit macht sich übrigens bei vielen Gelegenheiten bemerkbar. Den sichersten Beweis kann man sich von derselben dadurch verschaffen, dass man einen schweren Stein, den man am Lande kaum bewegen kann, im Wasser zu tragen im Stande ist. Auf der Kenntniss dieser Tragfähigkeit beruht das ganze Schwimmen oder der Selbstschutz vor dem Ertrinken. Der menschliche Körper ist nur sehr wenig schwerer, als die von ihm verdrängte Wassermasse, deshalb kann man sich mit einer geringen Bewegung der Hände unter Wasser sehr leicht schwimmend an seiner Oberfläche erhalten. Saugt man die Lungen voll Luft, so ist der Körper sogar leichter als Flusswasser, geschweige denn als das mit Salz getränkte an sich viel schwerere Seewasser; wenn man also dann nur Mund und Nase über der Oberfläche hält, so geht man nicht unter. Wenn Jemand ohne schwimmen zu können in der Gefahr des Ertrinkens so viel Geistesgegenwart und Ruhe

behält, dass er sich auf den Rücken legt und möglichst viel Luft einathmet, so wird allerdings nur das Gesicht aus dem Wasser hervorragen, aber er wird nicht untergehen. Die Erhaltung an der Oberfläche allein genügt uns jedoch nicht, man will sich auch fortbewegen können, und hierzu ist das Erlernen des Schwimmens erforderlich.

Man hat die verschiedenartigsten Hilfsmittel, wie Gürtel aus Kork, um den Leib befestigte Blassen u. s. w. angewendet, um Anfängern das Schwimmen zu ermöglichen. Solche Hilfsmittel veranlassen dieselben häufig, sich im Vertrauen auf die durch sie gewährte Sicherheit in tieferes Wasser zu wagen; wenn sich der Apparat aber durch irgend einen unglücklichen Zufall verschiebt, oder aus der Blase die Luft entweicht, dann ist die betreffende Person ohne fremde Hilfe unrettbar verloren. Besser als alle diese Hilfsmittel ist für eine junge Schwimmerin eine erfahrene Freundin oder Verwandte, welche gut schwimmen kann, und welche neben ihr im Wasser mit einem Finger unter der Kinnspitze ihr den Kopf in die Höhe hält, während sie die Bewegungen macht. Die Anfängerin begeben sich also bis zur Schultertiefe ins Wasser und versuche gegen das Ufer zu die Bewegungen der Arme und Beine, wie sie im Vorhergehenden beschrieben wurden, zu erlernen. Mit einiger Ausdauer wird sie bald dahin gelangen,

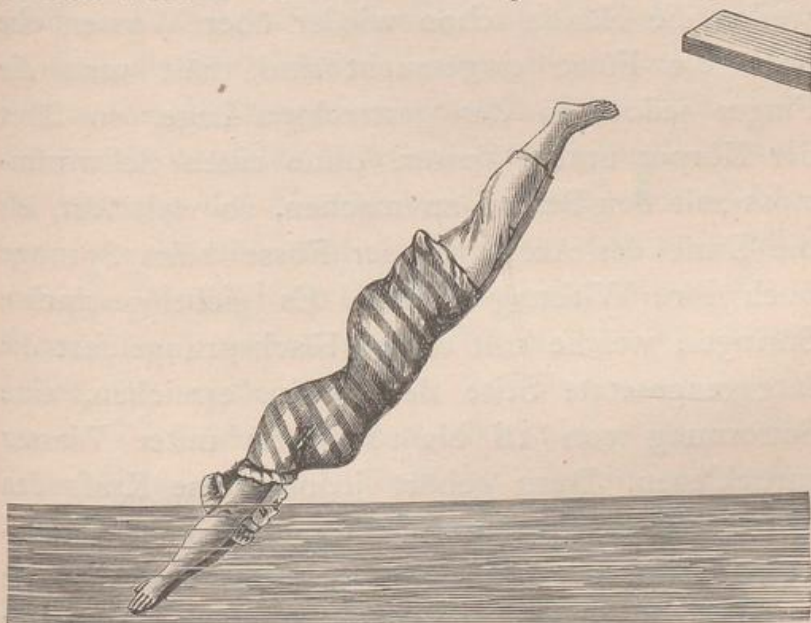
dass sie schwimmt und sich auch fortbewegt, und das junge Mädchen wird dann eine ähnliche Freude empfinden, wie ein Kind bei seiner ersten Promenade von einem Sessel zum anderen.

Um eine gewisse Uebung zu erlangen, empfiehlt es sich für eine Anfängerin wohl, die Bewegungen der Arme und Beine zuerst am Lande zu studiren. Im Wasser hat sie darauf zu achten, dass sie in dem Augenblick Athem schöpft, wo der Kopf durch das Niederdrücken der Hände über die Oberfläche gehoben wird, und dass sie die Luft ausstösst, wenn der Körper durch das Strecken und Zusammenschliessen der Beine vorgetrieben wird.

Diejenigen Damen, welche die Gelegenheit haben, das Schwimmen in einer Anstalt zu erlernen, werden gewiss schneller und sicherer zum Ziele gelangen, im Allgemeinen auch bessere Schwimmerinnen werden; wenn man aber das Beste nicht haben kann, dann muss man sich auch schon mit dem Guten begnügen. Hat nun die junge Dame das gewöhnliche Schwimmen auf die eine oder die andere Art erlernt und auch eine gewisse Fertigkeit erlangt, dann erst beginnt der eigentliche Genuss, dann erst kann sie es als Sport betreiben, die verschiedenen Arten des Schwimmens und kleine Kunststücke und Unterhaltungen im Wasser erlernen.

Springen und Tauchen gehören zu den angenehmsten Vergnügen für den Schwimmer. Gelegentlich des ersten Unterrichts in der Schwimm-

schule wurde bereits des Fuss- und des Kopfsprunges erwähnt. Von letzterem sind wieder zwei Arten, der Flach- und der Tiefsprung zu unterscheiden. Zum Kopfsprung gehört Kraft und Geschick, wenn der Körper nicht wie ein Ball ins Wasser fallen, sondern gestreckt wie ein Pfeil in dasselbe geschneit werden soll. Zu einem guten Flachsprunge



muss die Brücke etwa einen Meter über der Wasseroberfläche liegen. Die Körperhaltung muss eine ganz gerade sein, mit vollkommen gestreckten und geschlossenen Beinen. Alle Muskeln sind zu einer grossen Anstrengung gespannt; die Arme werden etwa ein- oder zweimal neben den Beinen vor und zurück geschwungen, der Oberkörper — aber nicht die Beine — gegen das Wasser geneigt und dann wird der Sprung mit ganz gestrecktem Körper,

die Arme voran, durch einen Abstoss der Füße mit voller Kraft ausgeführt. Bei einem gelungenen Kopfsprunge darf ein Aufspritzen des Wassers nicht vorkommen. Von der Haltung der Hände hängt es ab, wie lange der Körper unter Wasser verbleibt. Biegt man nämlich sofort unter der Oberfläche die Fingerspitzen in die Höhe, so sind zuweilen die Hände schon wieder über Wasser, ehe noch die Füße eingetaucht sind, hält man die Finger jedoch in der gestreckten Lage, so fährt der Körper unter Wasser, ohne einen Schwimmstoss mit den Beinen zu machen, so weit fort, als die Kraft des Abstosses der Füße beim Sprunge noch ihre Wirkung ausübt. Es giebt geschickte Springer, welche mit einem Flachsprunge fast die entgegengesetzte Seite des Bassins erreichen, eine Entfernung von 16 bis 18 Meter unter Wasser zurücklegen. Dazu gehört jedoch eine Kraft des Abstosses, welche man bei Damen nicht voraussetzen kann.

Der Tiefsprung wird in der Regel von der Höhe herab gemacht. Der Körper wird zu einem solchen mit vorgestreckten Armen abwärts geneigt in der Art, wie es beim Kopfsprung der Anfängerin erläutert wurde, und in dem Augenblick, wo die Schwimmerin das Gleichgewicht verliert, giebt sie sich einen kräftigen Abstoss vorwärts nach einem gewissen Punkt, den sie auf dem Wasserspiegel ins Auge fasst. Auch hierbei muss der Körper von

den Fingerspitzen bis zu den Fusszehen wie ein Pfeil gestreckt sein. Ein Aufspritzen des Wassers darf auch bei diesem Sprunge nicht vorkommen. Bei einem Sprunge aus einer einigermaßen beträchtlichen Höhe schliesst man instinctiv die Augen bei Berührung des Wassers, was auch nothwendig ist, weil der plötzliche Druck auf die Pupille des geöffneten Auges demselben gefährlich werden könnte; die Schwimmerin muss unter dem Wasser aber sofort die Augen wieder öffnen, um die Tiefe, welche sie erreicht, beurtheilen zu können. Durch die Haltung der Hände, welche als Steuer wirken, kann die Schwimmerin je nach Belieben tiefer oder weniger tief unter die Oberfläche hinabfahren. Wenn Damen auch an solchen Sprüngen ein Vergnügen finden, so werden sie doch kaum je einen besonderen Werth darauf legen, von sehr grosser Höhe einen Sprung in die Tiefe zu wagen; sie finden auch nur selten in den Schwimmanstalten Gerüste zu Springzwecken, welche die Höhe von etwa 6 Meter übersteigen.

Der Kopfsprung mit Anlauf wird entweder von der Brücke oder vom Schwungbrett aus gemacht. Man nimmt einen Anlauf von 8 bis 10 Meter und muss die Schritte so eintheilen, dass der Sprung mit dem letzten gemacht wird. Beim Schwungbrett ist darauf Bedacht zu nehmen, dass dasselbe zwischen seiner Auflage und dem Endpunkt nur einmal, das ist zum Absprunge berührt werden darf, weil man

anderenfalls einen Gegenschwung erzeugt, durch den der Sprung verunglückt. Beim Sprunge mit Anlauf muss man sich bemühen, einen möglichst grossen Raum zu durchfliegen, ehe man mit den Fingerspitzen das Wasser berührt. Selbstverständlich muss auch hierbei wieder der Körper vollkommen gestreckt und die Beine müssen geschlossen sein.

Von einer Erläuterung der verschiedenen anderweitigen Sprünge nehmen wir Abstand, weil einerseits der uns hier zu Gebote stehende Raum zu beschränkt anderseitig aber auch mit der theoretischen Erklärung kaum annähernd ein anschauliches Bild zu geben möglich ist, wo hingegen die meisten mit einer Unterweisung an Ort und Stelle ohne grosse Mühe zu erlernen sind, wenn sie praktisch gezeigt werden.

Hat die junge Dame das Schwimmen auf der Brust erst bis zu einer gewissen Fertigkeit erlernt, hat sie sich zum Tauchen und zum Springen entschlossen, so hat sie damit ein vollkommenes Vertrauen zum Wasser gewonnen und kann dann alle übrigen Arten des Schwimmens und die weiteren Unterhaltungen und Scherze, die im Wasser auszuführen sind, mit Leichtigkeit erlernen. Zum Schwimmen unter Wasser, was natürlich nur so lange der Athem reicht auszuführen ist, sind weiter keine Anleitungen zu geben, denn die Bewegungen der Arme und Beine sind genau dieselben, als wenn der Kopf über der Oberfläche gehalten wird,

und dasselbe steht in so enger Verbindung mit dem Tauchen und Springen, dass die Schwimmerin es bei diesen Uebungen schon von selbst ausgeführt hat.

Beim Schwimmen auf dem Rücken hält man sich bei ausgestrecktem Körper durch eine kreisförmige Bewegung mit den flachen Händen ohne jede Anstrengung an der Oberfläche und will man sich fortbewegen, so hat man mit den Beinen die Schwimmstösse wie in der Brustlage auszuführen und kann mit Hilfe der Hände die Schnelligkeit bedeutend steigern, wenn man die Arme über den



Kopf horizontal ausstreckt und dieselben als Ruder benutzt, indem man mit ihnen Halbkreise bis gegen die Hüften beschreibt.

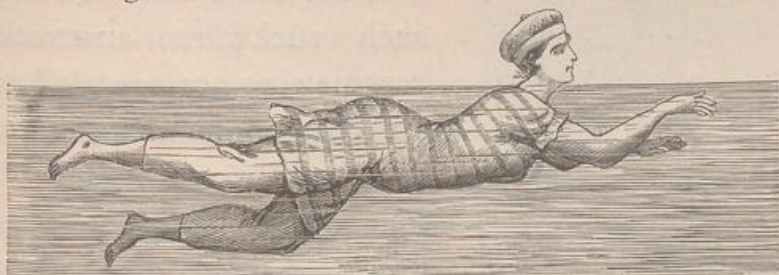
Legt man sich mit über den Kopf ausgestreckten Armen und geschlossenen Beinen flach auf den Rücken, hält den im Genick zurückgebogenen Kopf so tief ins Wasser, dass nur das Gesicht über der Oberfläche bleibt und zieht so viel als möglich Luft in die Lungen, so erhält sich der Körper ohne zu sinken in dieser Lage. Will man sich längere Zeit auf diese Weise auf dem Wasser treiben lassen, so hat man nur nöthig, den Athem schnell auszustossen und ebenso schnell wieder

reichlich Luft einzuziehen, denn solange die Lungen mit Luft gefüllt sind, ist der Körper leichter als die von ihm verdrängte Wassermasse und er wird in Folge dessen ohne jede Bewegung getragen.

Das Wassertreten ist von grosser Wichtigkeit, wenn man eine Person vom Ertrinken retten will, weil man zu demselben der Hände nicht bedarf. Die Schwimmerin hält den Körper senkrecht im Wasser, macht nur mit den Beinen die gewöhnlichen Schwimmstösse nach unten und kann die Arme nach Belieben verwenden. Man kann also mit einer Hand einen Gegenstand ergreifen und den anderen Arm zur Fortbewegung benutzen.

Zum Schwimmen auf der Seite legt sich die Schwimmerin nach Belieben auf die rechte oder linke Seite und macht mit den Füßen die gewöhnlichen Schwimmstösse, während der Arm der unteren Schulter mehr tragend als forttreibend, der andere jedoch nur forttreibend wirkt. Da der Körper beim Schwimmen auf der Seite dem Wasser eine geringere Widerstandsfläche bietet als in der Brustlage, so kann man auf der Seite mit derselben Kraftanstrengung eine grössere Schnelligkeit entwickeln. Ähnlich wie beim Schwimmen auf der Seite, kann man die Arme auch in der Brustlage wirken lassen, wodurch der Oberkörper auffallend aus dem Wasser gehoben wird. Mit dieser Art zu schwimmen, erreicht man eine grosse Schnelligkeit, aber sie ist anstrengend.

Pudeln nennt man in der Regel das Schwimmen nach Art der Hunde, wobei jeder Arm und jedes Bein wechselseitig wirkt. Ein Arm nach dem anderen wird gebogen, mit der Hand bis gegen das Kinn geführt, dann vorgestreckt, mit flacher Hand und geschlossenen Fingern nach unten und rückwärts bis gegen die Hüfte gedrückt und von dort von neuem wieder gegen das Kinn gebracht. Die Beine werden ebenso eins nach dem anderen unter den Leib gezogen und dann mit einem gewissen Ruck ausgestossen. Diese Art zu schwimmen bietet

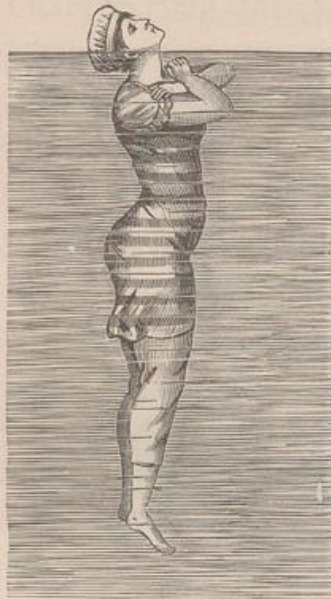


zuweilen bei Zurücklegung einer grösseren Distanz eine Erholung.

Man kann auch abwechselnd immer einen Arm nach dem anderen aus dem Wasser heben, über den Kopf vorstrecken, sich etwas auf die Seite neigen, ihn nun mit dem correspondirenden Bein gemeinsam wirken lassen und dann mit dem anderen Paare das Gleiche machen. Auch auf diese Art wird eine ziemlich grosse Schnelligkeit erreicht.

Je mehr die Schwimmerin Vertrauen zum Wasser gewinnt, desto leichter wird es ihr werden, Sachen auszuführen, die sie früher vielleicht für

unmöglich gehalten hat. Hierzu gehört unter Anderem die Wage. Wenn in tiefem Wasser die Schwimmerin mit untergeschlagenen Armen den Kopf so weit nach hinten biegt und die Füße



sinken lässt, dass eine Linie vom Kinn durch den Körper bis zu den Zehen eine Senkrechte bildet, so kann sie sich bewegungslos in dieser Stellung erhalten; wenn sie dann aber die Arme über den Kopf nach rückwärts ausstreckt, dass sie eine horizontale Lage im Wasser annehmen, so werden die Füße langsam aufsteigen, bis der ganze gestreckte Körper die horizontale Lage angenommen hat,

und die Schwimmerin wird auch in dieser Stellung,



ohne eine Bewegung machen zu müssen, auf dem Wasser treiben.

Einen sehr unterhaltenden Sport gewähren die verschiedenen Scherze, die entweder allein oder gemeinsam mit Anderen im Bassin ausgeführt werden, wie das Reiten auf einer schwimmenden

Tonne, das Sitzen auf einem runden Balken, der von einer anderen Schwimmerin gedreht wird, der Ueberschlag, der vor- und rückwärts ausgeführt werden kann. Zum Ueberschlagen nach vorwärts legt man die Arme ausgestreckt an den Leib, hebt die Kniee zur Brust und taucht mit dem Kopf nach unten ins Wasser. Diese Bewegungen müssen gleichzeitig und schnell ausgeführt werden, wenn der Ueberschlag ohne Nachhilfe mit den Händen gelingen soll. Der Ueberschlag rückwärts wird auf ganz ähnliche Art aus der Rückenlage ausgeführt. Dergleichen Belustigungen giebt es noch verschiedene; sie werden am besten den älteren Schwimmerinnen abgesehen und nachzumachen versucht.

Der grösste Feind der Schwimmer ist der Krampf, der zuweilen aus einem schlechten Zustand des Magens, zuweilen auch von dem Einfluss herührt, den das kalte Wasser bei Manchen auf das Muskelsystem ausübt. Solche Personen, bei welchen sich bei geringen Veranlassungen Krampferscheinungen zeigen, sollten sich vorsichtigerweise nicht tiefer ins Wasser wagen, als sie den Grund unter den Füßen fühlen. In den Schwimmanstalten ist niemals eine Gefahr, weil jeden Augenblick hilfreiche Hände vorhanden sind; aber auch in freiem Wasser hat eine nur einigermaßen gute Schwimmerin den Krampf nicht zu fürchten, wenn sie nur die Geistesgegenwart behält. Fühlt sie einen Krampf im Fuss oder im Bein, so hat sie das-

selbe nur auszustrecken, die Ferse nach unten zu drücken und die Fusszehen mit aller Kraft in der Richtung gegen das Schienbein zu heben; sie darf dabei aber einen kleinen Schmerz nicht achten, denn sie hat keine Muskel- oder Sehnenzerreissung zu fürchten. Wird durch das Strecken des Beines der Krampf nicht überwunden, dann muss sie sich auf den Rücken legen und mit den Händen langsam dem Ufer zusteuern, oder sie muss mit den Händen wie ein Hund pudeln, um nur den Kopf über Wasser zu halten, bis Hilfe kommt.

Die schönste Genugthuung für einen guten Schwimmer ist gewiss die Rettung einer Person aus der Gefahr des Ertrinkens. Da der Ertrinkende sich aber in seiner Todesangst in der Regel an alles krampfhaft anklammert, was er nur erreichen kann, so darf sich der Schwimmer ihm niemals von vorn nähern, um nicht erfasst und ein Opfer seiner guten Absicht zu werden. Man muss ihn von hinten fassen und ihn dem Ufer zuschieben, ihn jedoch sofort loslassen, sobald er sich umdreht.

So edel und schön immerhin eine Lebensrettung auch ist, so werden Damen doch nur selten die Gelegenheit dazu finden, und die eigene Lebensgefahr ist dabei stets eine so grosse, der Anblick des mit dem Tode Ringenden ein so erschütternder, dass allen Schwimmerinnen vom Herzen zu wünschen ist, niemals in eine solche Lage zu kommen.

---

DAS BOOTFAHREN.

---



## DAS BOOTFAHREN



rsprünglich war das Ruder die alleinige treibende Kraft, durch welche die Aegypter, das älteste Culturvolk, von dem uns geschicht-

liche Nachrichten aufbehalten sind, und die bereits Schiffe erbauten, diese in Bewegung setzen konnten. Trotzdem ist der Rudersport, oder das Rudern zum Zwecke des Vergnügens und der Körperstärkung, doch erst ein Kind der Neuzeit, welches sich bezüglich der Herren aber überraschend schnell ausgebildet und gekräftigt hat, dessen Lebensfähigkeit als Sport der Damen jedoch als sehr problematisch angesehen werden muss. Wirft man einen Blick zurück auf die Entwicklung des Ruderns, so findet man, dass alle Völker, welche Boote, beziehungsweise Schiffe, zur Vermittelung des Verkehrs benutzten, nur auf das Befahren der Flüsse, Seen und der Meeres-

küste beschränkt waren, bis die Erfindung des Compasses im Anfange des 14. Jahrhunderts eine weitere Entfernung vom Lande und das Durchkreuzen des Oceans ermöglichte. Solange bediente man sich der flachen, zur Küstenschiffahrt geeigneten Galeere, welche je nach der Grösse mit einer angemessenen Anzahl von Rudern versehen war. Schon zur Zeit Alexander des Grossen baute man Schiffe mit 10 bis 20 Ruderreihen an jedem Bord, und das grösste derartige bekannte Fahrzeug liess Ptolemäus Philopator mit vierzig Reihen zu 100 Rudern an jeder Seite erbauen. Die Arbeit an den Rudern wurde im Alterthum allein von Sklaven verrichtet und in keinem der alten Schriftsteller ist auch nur eine Erwähnung zu finden, welche darauf hindeutete, dass jemals das Rudern von den Freien zum Vergnügen, zum Wettkampfe oder als eine körperliche Uebung betrieben worden sei. Selbst in der Schilderung, die Virgil in seiner „Aeneide“ über ein Wettrudern bringt, welches er seinen Helden aus Troja zur Verherrlichung des Festes veranstalten lässt, ist wohl der Enthusiasmus des anwesenden Volkes sehr lebhaft geschildert, aber die Ruderer gehörten nicht den bevorzugten Classen an. Das Rudern war auch zur Zeit der Römer nur eine Arbeit der Sklaven und wurde niemals wie das Fechten, Reiten, Fahren zu einer noblen Leibesübung der Vornehmen, oder gar der Damen gemacht. Auch im Mittelalter mussten noch Kriegs-

gefangene und Verbrecher die Ruder der Galeeren führen, welche die Reichthümer der italienischen Handelsrepubliken in die Häfen des Mittelmeeres brachten. Die Sitten und Gebräuche sind eben in den verschiedenen Zeiten und bei den verschiedenen Völkern ganz andere und voneinander abweichende; können doch Morgenländer heute noch nicht begreifen, dass die abendländischen Herren und Damen den Tanz als eine Unterhaltung selbst ausführen, während sie denselben nur für eine Arbeit halten, welcher sie, wenn sie von Sklavinnen gegen Bezahlung ausgeführt wird, mit Vergnügen zuschauen.

Zur Zeit der Blüthe Venedigs als Seemacht wurden dort im Beginne des 14. Jahrhunderts zuerst Regatten abgehalten, welche vom hohen Rath zu dem wichtigen Zwecke in Scene gesetzt wurden, um die Jugend zur Seetüchtigkeit anzu-spornen. Diese venetianischen Wettkämpfe in den Ruderbooten gestalteten sich zwar zu Nationalfesten, aber an der activen Ausübung betheiligte sich nicht etwa die vornehme Jugend, sondern nur Fischer und Schiffer, und der Adel begnügte sich mit einer Beisteuer zu den auszusetzenden Preisen.

Im 16. Jahrhundert wurden in der damals mächtigen Reichsstadt Nürnberg alljährlich sogenannte Fischerstechen auf der Pegnitz abgehalten, welche stets mit einem Wettrudern, jedoch nur der Handwerksgesellen, verbunden waren.

Selbst in England, der Mutterstätte aller Sports, waren die ersten Wettkämpfe in Ruderbooten im Anfange des 18. Jahrhunderts allein für Schiffsleute, und zwar mit der Beschränkung bestimmt, dass dieselben nur im ersten Jahre nach ihrer gewerblichen Freisprechung daran theilnehmen durften. Ein Schauspieler Thomas Doggett setzte als Preis zu dem ersten dieser Wettkämpfe im Jahre 1715 einen rothen Rock aus, welcher zum Andenken an die Vereinigung des Hauses Braunschweig mit der englischen Dynastie ein silbernes Abzeichen mit dem weissen Pferde von Hannover trug. Dieses Rennen, welches das Sculler-race um Doggett's Coat and Badge genannt wurde, hat sich seit seiner Gründung bis auf den heutigen Tag, also nun bereits länger als anderthalb Jahrhunderte erhalten und wird alljährlich am 1. August heute noch, wie damals, unter der Leitung der Genossenschaft der Londoner Fischhändler auf der Themse von der London Bridge aus in Scene gesetzt.

Einen besonderen Werth scheint man diesem Wettrudern jedoch nicht beigelegt zu haben, denn aus den ersten 75 Jahren seines Bestehens fehlen alle Nachrichten über dasselbe.

Der erste darauf bezügliche Bericht datirt aus dem Jahre 1791 und aus diesem geht hervor, dass dieser Wettkampf keine offene Concurrenz nach den heutigen Begriffen war. Da nämlich nach den Bestimmungen trotz der in grosser Zahl alljährlich

einlaufenden Anmeldungen nur sechs Personen um den Preis rudern dürfen, so wurden diese aus Gerechtigkeitsrücksichten durch das Los bestimmt. Auf diese Art verfuhr man zwar sehr gerecht, aber man erreichte nur nicht den Zweck, den besten Ruderer zu ermitteln — wenn man überhaupt damals schon den Zweck einer Prüfung der körperlichen Kraft und Geschicklichkeit im Auge hatte — indem die Ausgelosten sehr wohl von sehr untergeordneter Leistungsfähigkeit sein konnten. Zu bewundern ist aber, dass die sonst so praktischen Engländer selbst später, wo man sicher den Zweck verfolgte, dennoch den alten Modus bis 1873 beibehielten, vielleicht aus conservativen Rücksichten und aus Pietät gegen die von den Gründern getroffenen Bestimmungen. Seit zwölf Jahren werden aber durch öffentliche Vorprüfungen im Rudern in Abtheilungen die sechs besten von den zur Theilnahme Angemeldeten ermittelt, und unter diesen Sechs wird dann ganz nach den alten Bestimmungen in breiten Booten der Kampf um den Preis ausgefochten und für jeden der sechs Theilnehmer ist ausserdem noch ein kleinerer Preis als Andenken bestimmt.

Wie der Engländer überhaupt an jedem neu auftauchenden Sport, wenn er erst Grund und Boden gefasst hat, leicht Geschmack findet, so hatte sich das Rudern aus der Concurrenz der jungen Watermen schon zu Ende des vorigen Jahrhunderts

zu einem fashionablen Amateur-Sport emporgeschwungen und vollkommen eingebürgert, aber trotzdem sind uns aus jener Zeit nur sehr spärliche Nachrichten und fast gar keine auf das Rudern als Sport bezügliche positive Daten aufbehalten worden. Man kennt wohl aus der Mitte des vorigen Jahrhunderts die Namen einiger Ruder-Clubs, man weiss auch, dass 1775 eine grosse Regatta auf der Themse abgehalten wurde, aber man hat weder bestimmte Angaben über die Leistungen, noch eine ausführliche Beschreibung dieses Wettruderns aufzufinden vermocht.

Seit dem Jahre 1813 erscheint in Westminster das Journal „Water Ledger“, welches das Rudern und den Wassersport im Allgemeinen behandelt, und seit dieser Zeit hat man auch genaue Berichte über die Wettfahrten in Booten, über alle neuen Erfindungen, welche im Gebiete des Wassersport gemacht werden und überhaupt über alles, was von Interesse für die Ruderer sein kann.

Bald darauf begannen auch die Ruderwettkämpfe der englischen Schulen untereinander und dieser Sport erlangte solche Popularität, dass er von der englischen Jugend der besseren Classen allgemein betrieben wurde und sich die ganze Nation männlichen und weiblichen Geschlechts für die verschiedenen Clubs und deren Leistungen interessirte. 1829 fand das erste Bootrennen zwischen den Besuchern der Universitäten Oxford und

Cambridge statt. Nach den von den Theilnehmern gewählten Farben, Oxford dunkelblau und Cambridge hellblau, erhielten sie im Volksmunde die Bezeichnung der „Dark blues“ und der „Light blues“, welche sich bis auf den heutigen Tag erhalten hat. Dieser Ruderkampf der Universitäten hat sich im Laufe der Zeit zu einem allgemeinen Festtage in England gestaltet, an welchem in ähnlicher Weise wie zu dem nationalen Wettrennen der dreijährigen Vollblutpferde, dem Derby zu Epsom, ganz London auf den Beinen ist. Ob die Dark oder die Light blues die Meisterschaft im Rudern erringen werden, ist für die Engländer, vornehm und gering, ein Ereigniss von eben solcher Bedeutung wie die Frage, ob „Melton“ oder „Paradox“ das Derby gewinnen wird. Der eventuelle Ausgang dieser Wettkämpfe wird schon wochenlang vorher discutirt und zur Bekräftigung der verschiedenen Ansichten werden Hunderttausende in Wetten angelegt.

So phlegmatisch der Engländer im Allgemeinen auch ist, so giebt es doch gewisse Sachen, für welche sich das ganze Volk erwärmt; zu diesen gehört der Sport, und zwar in erster Linie der Renn- und Rudersport. Die Behauptung, dass jeder Engländer und jede Engländerin den Namen des Pferdes, welches das Derby gewann und die Farbe der Mannschaft, die aus dem Universitäts-Bootsrennen als Sieger hervorging, in jedem Jahre genau kennt, ist nicht übertrieben, und bei einer in dieser

Art ausgeprägten Leidenschaft für den Sport ist es auch kein Wunder, dass sich dort mehr Damen mit der activen Ausübung verschiedener Sportzweige befassen als auf dem Continente, wo man erst in der neuesten Zeit den günstigen Einfluss des Sport auf die Gesundheit des Leibes und der Seele für das männliche wie für das weibliche Geschlecht erkannt hat. Wenn das Rudern in Deutschland und Oesterreich auch nicht in gleichem Masse an Ausdehnung gewonnen hat wie in England seit Einführung der Wettkämpfe der Universitäten, so ist der Aufschwung, den dieser Sport im letzten Decennium nahm, doch immerhin ein sehr erfreulicher und es ist zu hoffen, dass sich auch die hiesigen Damen nach und nach in ähnlicher Weise für das Rudern erwärmen werden, wie es die Engländerinnen bereits gethan haben. Gerade das Rudern wird von den Aerzten als eine sehr gesunde und stärkende Körperübung für die Ausbildung der Brust empfohlen. Nicht allein in England selbst, sondern auch in denjenigen Gegenden des Continents, die mit Vorliebe von den Engländern bereist werden, wie der Rhein und die Schweiz, sieht man häufig englische Damen persönlich die Ruder führen.

Wenn die Damen bei den öffentlichen Regatten die nervigen Arme der Ruderer und deren sonnegebräunten Nacken, Gesichter und Hände betrachten, so darf man sich eigentlich nicht wundern, dass

diese Sachen, die wohl als eine Zierde für den kräftigen Mann anzusehen sind, aber nicht als ein Schmuck für zarte Damen gelten, diese nicht gerade zum Betriebe eines Sportzweiges reizen, bei welchem sie kaum vermeidlich sind. Allerdings ist dabei im Auge zu behalten, dass die Ruderer, welche sich zur Theilnahme an Regatten vorbereiten, sich einer so andauernden Arbeit in der auf dem Wasserspiegel besonders brennenden Sonne unterziehen und ihre Armkräfte zu den an sie gestellten Anforderungen auf das höchste ausbilden müssen, wie es Damen nie aushalten würden, und dass diese Art von Training selbst für solche Damen, welche dem Rudersport mit besonderer Vorliebe zugethan sind, doch ganz zwecklos wäre, da sie sich wohl niemals zu einem Ruderkampf vorzubereiten beabsichtigen. Der Rudersport hat für Damen eben ein anderes Ziel und einen anderen Zweck als für Herren. Für das weibliche Geschlecht soll er zwar auch stärkend und die Gesundheit fördernd sein, es sollen aber nicht die Muskeln und Sehnen auf das äusserste angespannt und zum Kampfe ausgebildet werden, sondern die rudernden Damen suchen in diesem Sport nur eine den Grenzen der Kräfte ihres Geschlechtes angemessene und ihrer persönlichen Neigung angepasste, sehr gesunde und kräftigende körperliche Uebung in freier Luft.

Bei einer solchen Uebung kann aber sehr wohl der weisse Arm durch einen leichten, weiten Aermel,

die zarte Hand durch einen bequemen dünnen Handschuh und das reizende Gesicht durch einen angemessen grossen Hut und eventuell auch durch einen farbigen Schleier gegen die brennenden Sonnenstrahlen geschützt werden. An der Meeres-



küste findet man junge Mädchen in reizenden Ruderco-stümen, welche dem Zwecke vollkommen entsprechen. Sie tragen glatte, weite Röcke aus Zephyr und Satinette in Roth und Marineblau; Matrosenblousen mit umgeschlagenem Kragen und faltigen, losen Aermeln, die im Gelenk mit einer Manchette zusammengehalten werden.

Man garnirt diese Anzüge je nach der Farbe mit weissen und rothen Mohairborten; um die Taille schlingt sich lose eine breite Echarpe aus Kaschmir, mit den Gallons übereinstimmend; in den Ecken des Matrosenkragens und auf dem rechten Oberärmel werden Anker in erhabener Arbeit eingestickt. Den Kopf bedeckt eine allerliebste kleine Mütze aus

rothem Zephyr oder Tricot, die mit vielem Chic arrangirt, an der Seite einen Anker aus Metall aufweist und junge Gesichter reizend kleidet, oder sie tragen auch wohl breite, gegen die Sonne schützende Strohhüte mit wallendem Schleier.

Eine Vorbedingung für jede Dame, welche beabsichtigt, sich in einem Boote auf das Wasser zu begeben, ist unbedingt die vorhergehende Erlernung des Schwimmens, denn ein Umwerfen des Bootes, ein Kentern, liegt immerhin in der Möglichkeit, und in einem solchen Unglücksfalle ist die Lebensgefahr für eine des Schwimmens kundige Dame unleugbar eine geringere als für diejenige, welche diese Kunst nicht erlernt hat. Wenn auch die Kleidung unter allen Umständen ein grosses Hinderniss für die Schwimmerin bildet, so wird es ihr in den meisten Fällen doch gelingen, sich bis zur Ankunft hilfreicher Hände über Wasser zu halten, umsomehr, als eine Schwimmerin nicht leicht die Geistesgegenwart durch einen unfreiwilligen und unvorhergesehenen Sturz ins Wasser verliert und weit eher das umgestürzte Boot als eine willkommene und hilfreiche Stütze benutzen wird, als diejenige Dame, welche, des Schwimmens unkundig, in der Gefahr des Ertrinkens sich gar nicht im Wasser zu benehmen weiss. Die österreichischen und die deutschen Ruder-Vereine nehmen statutenmässig gar keinen Herrn als Mitglied auf, welcher nicht ein ausgebildeter Schwimmer ist, und

diese Bestimmung in den Statuten, die von erfahrenen und besonnenen Ruderern verfasst und von den Behörden begutachtet und genehmigt sind, müsste schon ein unbedingt zu beachtender Wink für jede Dame sein, welche den Rudersport auszuüben gedenkt.

Nachdem oben bereits angedeutet wurde, dass die eigentliche und schwere Arbeit im Ruderboot, welche zur Betheiligung an den Regatten ein unerlässliches Erforderniss ist, nicht als Rudersport für Damen angesehen werden kann, weil diese Ausdauer und Kräfte bedingt, welchen das weibliche Geschlecht nicht gewachsen ist, so bleibt die Frage nach der Art und Weise des Ruderns für Damen eine sehr natürliche, deren Beantwortung wir dahin geben möchten, dass wir für eine Dame, welche allein zu rudern beabsichtigt, das Canoe für besonders geeignet erachten, und dass wir bei einem gemeinschaftlichen Rudern von zwei oder mehreren stets eine Begleitung von Herren empfehlen.

Das Canoe ist das leichte, von den Eskimos und den Bewohnern des amerikanischen Nordens aus einem Baumstamme oder aus Rinde und Thierhaut hergestellte Fahrzeug, welches entweder mit einer Canoepaddel, einem leichten Ruder mit einer Schaufel an jedem Ende, oder auch durch ein Segel bewegt wird.

Die Canoes, welche jetzt nicht mehr in der rohen Weise hergestellt werden, wie von den Völ-

kern im Naturzustande, die sich ihrer zum Fischfang und zur Jagd auf mit Schilf und Rohr bedeckten Wasserflächen bedienen, sind die zierlichsten der Ruderfahrzeuge und haben mit geringen Abweichungen die Form der Original-Canoes der Wilden beibehalten. Durch Aufsetzen von Seitenplanken haben die russischen Lootsen der Ostsee aus ihnen ein sicheres und für den kurzen Seegang jener Gewässer sehr geeignetes Boot herzustellen verstanden.

Da nun das Canoe von grosser Leichtigkeit und ganz flach ist, demungeachtet aber den Wellenschlag sehr gut verträgt, indem es wie eine Nusschale über die Wogen fortgleitet, und da ausserdem die Handhabung der Paddel leicht zu erlernen und nur wenig anstrengend ist, so eignet sich diese Art von Boot sowohl an der Meeresküste, wie auf Binnengewässern ganz besonders für den Rudersport der Damen.

Wenn die Ruderer das Canoe auch nicht für gleichberechtigt mit dem Rennboote halten, so hat sich dasselbe doch grosser Beliebtheit sowohl in England wie in Amerika, also gerade bei diesen beiden seefahrenden Nationen par excellence, zu erfreuen, und Sportsmen beider Länder haben schon sehr bedeutende Strecken auf Binnengewässern und zur See mit solchen Fahrzeugen zurückgelegt.

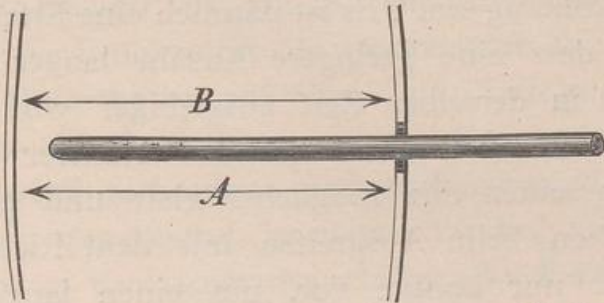
Die Dame hat, wie schon wiederholt erwähnt, nicht die höchstmögliche Leistung in der Kraft-

entwicklung und Schnelligkeit zu erlangen, sie muss in erster Linie die ästhetische Seite des Ruderns, den Stil, im Auge haben, umsomehr, als bei der correcten Ausführung der Ruderbewegungen die Arm-, Brust-, Rücken- und Beinmuskeln in Thätigkeit kommen, mit deren Entwicklung die Kräftigung des Herzens und der Lunge in enger Verbindung steht.

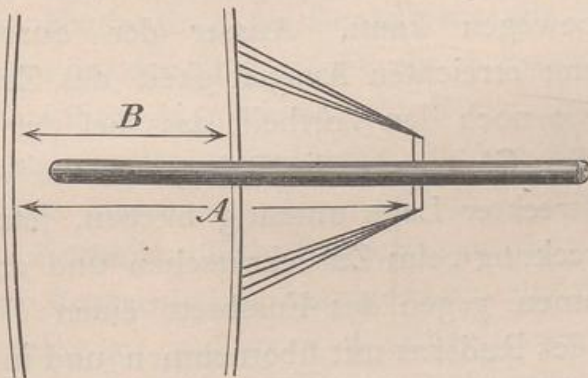
Wenn der Rudersport der Damen sich auch nicht auf die Arbeit im Rennboote erstreckt, so dürften einige kurze erläuternde Bemerkungen über dieses so recht eigentliche Handwerkzeug der Ruderer Denjenigen nicht unwillkommen sein, welche sich speciell für diesen Sport interessiren, ohne dass sie bei dem beschränkten Raum eine erschöpfende Behandlung des Themas erwarten können.

Die ersten Sportboote waren so breit, als es die Länge des Innenhebels des Ruders oder Riemens, dessen Stützpunkt auf der Bordwand lag, und welche im richtigen Verhältniss zur Länge des ganzen Ruders stehen musste, verlangte; erst die im Jahre 1830 gemachte Erfindung des „Outriggers“ (Aussenträgers), eines eisernen Gestelles, durch welches das Ruder seinen Stützpunkt ausserhalb des Bootes erhält, machte die Breite des Bootes unabhängig von der Länge des Innenhebels des Riemens. Wenn die Länge des Innenhebels  $A$  auch dieselbe blieb, so konnte die Breite des Bootes  $B$  jedoch so schmal gemacht werden, dass sie eben

nur zum Sitz des Ruderers genügte. In Folge dessen konnte man leichtere und hinsichtlich der Schnelligkeit leistungsfähigere Boote bauen. Die Leichtigkeit wurde noch erhöht, indem man die Boote anstatt „geklinkert“, aus übereinandergreifenden Planken,



aus gebogenen dünnen Fournieren von Cedern- und Mahagoniholz, in neuester Zeit sogar aus Papier



herstellte, und dieses letztere Material, welches jetzt in Amerika ausschliesslich für Rennboote verwendet wird, hat ausser der grösseren Billigkeit noch den Vortheil, dass Boote aus Papier nicht durch den Temperaturwechsel und durch die Einwirkungen von Sonne und Wasser leiden, dass sie keine Risse bekommen, mehr Festigkeit als Boote aus Holz

besitzen und im Falle von Beschädigungen leichter zu repariren sind.

Eine weitere und wichtige Neuerung im Bootbau und im Rudern war die 1857 von einem Amerikaner gemachte Erfindung des beweglichen Sitzes „Sliding seat“. Es ist nämlich eine Erfahrungssache, dass eine geringere Anzahl langer Ruderschläge in derselben Zeit ausgiebiger wirken, als eine grössere Zahl kurzer. Der Ruderer machte deshalb seinen Sitz möglichst glatt und glitt auf demselben beim Ausgreifen mit dem Riemen so weit er nur konnte vor, um einen langen Zug machen zu können. Der „Sliding seat“ ist nun eine Sitzbank, welche sich in geölten Nuten vor- und zurückbewegen kann. Ausser der durch diese Erfindung erreichten Ausgiebigkeit des Zuges gewährt sie noch den Vortheil, dass bei der Anwendung des Gleitsitzes die Beine, welche sonst in fast gestreckter Lage unthätig blieben, jetzt durch ihre Streckung beim Zurückrutschen und durch ihr Anstemmen gegen das Fussbrett einen Theil der Arbeit des Ruderns mit übernehmen und in diesem Masse die anderen Muskeln entlasten.

Durch die Erfindung der Steuereinrichtung ohne einen besonderen Steuermann, das „Non coxwain-System“, indem einer der Ruderer vermittelst der Füsse das Steuer führt, war es wiederum möglich, die mehrrudrigen Boote von dem Gewicht der einen überflüssig gewordenen Person zu befreien.

Weitere Verbesserungen bestehen in der Einführung der drehbaren Gabeln zum Einlegen der Ruder, „Swivel Rowlocks“, welche ein sicheres Auflegen für die Riemen gewähren und beim langen Ausgreifen für dieselben nicht so viel Spielraum haben müssen als die festen Rowlocks; ferner durch die Einführung des sogenannten Windsegels, einer Holzscheibe auf dem Bug, welche das Abtreiben des Bootes aus seinem Course durch den Seitenwind verhindert, und schliesslich durch die Stellung des Blattes in einem Winkel zur Ruderstange, so dass trotz der schrägen Lage des Ruders die obere Kante des Blattes doch mit der Oberfläche des Wassers parallel läuft.

Die Eintheilung der Boote geht aus dem Vorstehenden in der Hauptsache schon hervor, indem man dieselben, je nachdem die Ruder ihren Stützpunkt auf der Bordwand oder auf dem Eisengestell ausserhalb finden, in „inrigged“- und „outrigged“-Boote eintheilt. Für Rennzwecke ist nur die letztere Kategorie in Verwendung, als Uebungsboote und zu grösseren Ausflügen, vornehmlich mit Damen, bedient man sich der ersten Art.

Bei beiden Bootarten unterscheidet man ferner nach der Anzahl der Ruder: Achtriemer, Sechstriemer, Vierriemer und Zweiriemer und in diesen Booten führt jeder Ruderer nur einen Riemen; ein Boot, in welchem ein Ruderer mit zwei Riemen arbeitet, heisst ein Scullerboot, der Ruderer ist der „Sculler“

und die Ruder sind die „Sculls“. Ausnahmsweise giebt es auch Double- und Triple-Scullerboote, in denen beziehungsweise zwei oder drei Herren mit je zwei Riemen rudern.

Ferner hat man auch noch „Gigs“ und diese unterscheiden sich von den Rennboten, dass sie hinten ein stumpfes Querholz, senkrechte Wände und einen senkrechten „Vordersteven“ haben. Es giebt Outrigged- und Irrigged-Gigs und auch diese unterscheiden sich wieder nach der Zahl ihrer Ruder. Endlich hat man noch offene und gedeckte Outriggers, bei letzteren lässt man den Rand, um sie so leicht als möglich herstellen zu können, nur sehr wenig über das Wasser hervorragen, deckt den vorderen und hinteren Theil zum Schutz gegen hineinschlagende Wellen mit Wachseleinwand ein und dem mittleren Theil, in welchem der Ruderer sitzt, giebt man einen höheren Rand, den sogenannten „Wash-Board“.

Der vordere Theil des Bootes heisst „Bug“, der hintere „Stern“ und der mittlere, in welchem die Ruderer und der Steuermann ihre Plätze haben, heisst „Midships“. Sieht man nach dem Bug, so hat man rechts den Steuerbord und links den Backbord.

Die Construction der Boote dürfen wir in einem für Damen bestimmten Buche wohl füglich übergehen, denn bis zum Bootbau wird sich doch kaum die Vorliebe für den Rudersport bei einer derselben ausdehnen.

## Das Rudern.

Ein richtiger Sitz im Boote ist die erste und unerlässliche Bedingung für ein correctes Rudern und bietet gleichzeitig die möglichste Erleichterung bei einer Anstrengung zu einer grossen Leistung. Die Anfängerin lässt man das Rudern, nachdem sie sich die richtige Haltung auf einem Sessel ohne Lehne am Lande angeeignet hat, in einem Boote mit festem Sitz erlernen, und glauben wir beim Rudern der Damen vom Sliding seat überhaupt



Abstand nehmen zu können, weil diese Erfindung eigentlich nur zur Erzielung der grössten Schnelligkeit im Ruderwettkampf dient, an welchem sich das schöne Geschlecht doch nicht persönlich mitwirkend betheiligt.

Die Dame nimmt in aufrechter Haltung bequem auf dem Rudersitz Platz, so dass beide Schultern in gerader Linie stehen und keine derselben hervorragt. Die Füsse werden mit geschlossenen Fersen, während die Kniee möglichst weit geöffnet und

leicht gebogen sind, mit sonst gestreckten Beinen gegen das Fussbrett gestemmt. Brust und Leib sind vorzustrecken, dagegen das Kreuz einzuziehen. Nur in dieser Stellung ist eine gleichmässige Anspannung der Muskeln und ein regelmässiges Functioniren von Herz und Lunge zu erreichen.

Das Ruder wird mit der Aussenhand am äussersten Ende, jedoch ohne dass ein Theil der Hand über dasselbe hinausragt, und mit der anderen in angemessener Entfernung ergriffen, so dass bei der Streckung die Arme in gerader Linie vom Körper abstehen. Die vier Finger jeder Hand ruhen fest auf dem Ruder, die Daumen umfassen dasselbe auf der unteren Seite. Beim Beginn des Zuges müssen die ausgestreckten Arme ohne eine Krümmung des Ellbogen- oder Handgelenkes wie eine Zugstange wirken, damit die Gelenke so wenig wie möglich angestrengt werden.

Die Bewegung des Ruders besteht im Ausgreifen und im Zuge. Die dazu nothwendige Bewegung des Oberkörpers, das Schwingen, muss so regelmässig sein, wie der Gang des Pendels an der Uhr. Nirgends darf es einen Ruhepunkt geben; in dem Moment, wo die Vorwärtsbewegung beendet ist, beginnt auch schon der Zug, und umgekehrt mit der Vollendung des Zuges das Vorwärtsschwingen. Das Vorgreifen hat ohne Krümmung des Oberkörpers langsam und gleichmässig zu geschehen, indem dieser sich so weit als möglich

nach vorwärts zwischen die geöffneten Kniee neigt. Beim Ende des Zuges darf der Oberkörper nur wenig über die Senkrechte nach rückwärts gebracht werden. Das Vor- und Rückwärtsschwingen des Körpers muss unabhängig von der bogenförmigen Bewegung der Hände in einer parallelen Linie zur Längsachse des Bootes ausgeführt werden, weil ein Abweichen von dieser Richtung ein Rollen des Bootes verursachen muss. Die Hände müssen dagegen einen Bogen beschreiben, weil sie das Ruder umfasst halten, welches sich um den festen Auflagepunkt im Rowlock dreht. Vor Beginn des Zuges müssen die Arme vollkommen gestreckt sein. Bei Beginn des Zuges, sobald sich das Blatt ins Wasser senkt, werden die Füße fest gegen das Trittbrett gestemmt, der Körper leicht vom Sitz gehoben und mit seiner ganzen Schwere in das Ruder gelegt, welches mit seinem Blatt den erforderlichen Widerstand im Wasser findet, um das Boot vorwärts zu bewegen. Dieses Zurückschwingen des Körpers muss möglichst schnell, jedoch ohne Ruck geschehen.

Rudern zwei oder mehrere Personen in einem Boote zusammen, so beruht die Hauptsache darin, dass alle Bewegungen gleichmässig und genau gleichzeitig ausgeführt werden; wenn von Einem eine Verzögerung auch nur von einem Bruchtheil einer Secunde stattfindet, so hat das schon ein Seitwärtsneigen des Bootes und eine empfindliche

Beeinträchtigung der Schnelligkeit zur Folge. Durch den ersten Theil des Zuges erhält das Boot seine Vorwärtsbewegung, im zweiten Theile wird das Ruder aus dem Wasser gehoben und der nächste Zug vorbereitet. Die Ruder werden genau senkrecht und gleichzeitig mit der ganzen Blattfläche ins Wasser getaucht, jedoch nur so tief, dass der obere Rand mit der Oberfläche des Wassers abschneidet. Nach dem vollendeten Zuge werden die Ellbogen an den Oberleib herangezogen, ohne diesen etwa vorzubeugen, gleichzeitig werden die Hände niedergedrückt und dadurch das Ruder aus dem Wasser gehoben und durch ein Abbiegen des Handgelenkes wird das Blatt aus der senkrechten Lage in eine horizontale gebracht, weil es in dieser beim Vorgreifen die Luft und eventuell die Wellen leichter durchschneidet.

Alle diese Bewegungen des Ruders müssen in einem Flusse ohne jede Pause ausgeführt werden, denn die Stetigkeit der ganzen Bewegung ist ein Haupterforderniss zur Erzeugung einer gleichmässigen Geschwindigkeit, und jeder Ruck ist zu vermeiden, weil er ein Rollen des Bootes verursacht, welches seinerseits wieder die Schnelligkeit beeinträchtigt.

Anfänger kommen dadurch leicht in Verlegenheit, dass sie nach Beendigung des Zuges das Blatt nicht schnell genug aus dem Wasser heben, oder das Drehen des Ruders bereits beginnen, während

sich das Blatt noch im Wasser befindet. Dieser Fehler wird ein „Krebsfang“ genannt. Bei einer grossen Fahrgeschwindigkeit kann der betreffende Ruderer durch einen Krebsfang über Bord geworfen werden, oder es kann etwas zerbrechen; ist aber die Schnelligkeit der Fahrt nicht so gross, so wird durch das zurückgehaltene Ruder das Boot doch immer ins Schwanken und aus seinem Curs gebracht. Die einzige Hilfe bei einem Krebsfang ist, das Ruder schnell aus dem Rowlock zu heben, aus dem Wasser zu ziehen und von neuem wieder einzulegen.

Will man das Boot rückwärts bewegen, so werden die Ruderbewegungen genau in derselben Weise, aber in umgekehrter Reihenfolge ausgeführt und diese Manipulation nennt man „Streichen“. Zu kurzen Wendungen lässt man das, beziehungsweise die Ruder der einen Seite „streichen“, während die der anderen rudern. Die Wendung geschieht dann so, dass die Rudernden die auswendige Seite des zu beschreibenden Kreises bilden.

Die schwierigste Art des Ruderns ist die Führung des Bootes durch eine Person mit zwei Rudern, das „Sculling“; aber dieses sowohl, wie das Steuern eines mit mehreren Personen bemannten Bootes, welches eine genaue Kenntniss des Fahrwassers, grosse Ruhe und eine sichere Uebersicht und schnelle Beurtheilung der Verhältnisse voraussetzt, dürfte kaum von Damen ausgeführt werden.

## Segeln.

Der Mangel an der physischen Kraft, welche dazu gehört, schon bei mässigem Winde mit dem Segel zu manipuliren, verbietet es den Damen, sich in einem kleinen Boote allein an das Steuer zu setzen und das Segel zu richten. Für einen kräftigen und des Segelns kundigen Herrn ist dieser Sport oft von grossem Interesse, Damen müssen aus dem vorangeführten Grunde aber darauf verzichten, und wenn sie eine Neigung für den Segelsport haben, sich damit begnügen, in Gemeinschaft mit Herren in einem Boote unter Segel die Fläche eines grösseren Landsees oder die Wellen des Meeres zu durchkreuzen. Die amerikanischen Damen begnügen sich nun zwar nicht damit, als Zuschauerinnen vom Lande aus oder auch auf den Yachten den Regatten beizuwohnen, sondern sie betheiligen sich sogar thatsächlich an der Führung und Bedienung der Fahrzeuge. Fast jeder der überseeischen Segelclubs veranstaltet jährlich ein oder zwei „Damentage“. Die Besatzung der Yachten ist dann eine derartig gemischte, dass sie zur Hälfte aus Damen, zur anderen Hälfte aus Herren besteht. Wer aber bei plötzlichem Einsetzen einer starken Brise das nothwendig gewordene eilige Reffen eines Segels mit angesehen oder gar bei einem solchen persönlich mitgewirkt hat, muss die Ueberzeugung gewonnen haben, dass zu einem solchen Geschäfte physische Kräfte erforderlich sind, über welche Damen nicht

gebieten, und dass die liebenswürdigen Begleiterinnen, wenn sie in einem solchen Momente, wo allerdings alle an Bord befindlichen Kräfte in Anspruch genommen werden, mit anfassen wollten, mehr im Wege sein, als nützen würden, da man nicht immer die ihnen schuldigen Rücksichten auf sie nehmen könnte, ohne das Fahrzeug vielleicht in ernste Gefahr zu bringen.

In Amerika sind vor einem solchen Ladies-Tage Putzmacherinnen, Schneider und Schneiderinnen in angestrengtester Thätigkeit, weil die Damen einen ausserordentlichen Werth darauf legen, sich bei dieser Gelegenheit in einer allerdings auch praktischen, aber hauptsächlich hübschen Kleidung in dem geschmackvollen Marineblau mit allen möglichen maritimen Abzeichen zu zeigen. Wenn nun auch nach Ansicht der amerikanischen Herren die Mitwirkung der Damen volle Anerkennung verdient, da sie in Kühnheit und Geschick mit dem stärkeren Geschlecht rivalisiren, so kann ihre Thätigkeit doch immer nur eine durch ihre geringeren Kräfte beschränkte sein, und es kommt ihnen im Ernst wohl weniger auf den Sieg ihres Fahrzeuges, wie auf denjenigen ihrer Toilette an.

Demungeachtet ist aber durchaus kein Grund vorhanden gegen eine Betheiligung der Damen am Segelsport, nur sollen sie nicht persönlich mit Hand anlegen bei dem Setzen und Reffen der Segel und ähnlichen Manipulationen, welche schon die

Kräfte der Männer voll in Anspruch nehmen. Unter dieser Voraussetzung braucht ein für Damen bestimmtes Buch nicht näher auf die Details des Segelns einzugehen, die ausserdem auch einen weit grösseren Raum in Anspruch nehmen würden, als in einem Handbuche des Damensport im Allgemeinen einem einzelnen Sportzweige eingeräumt werden kann.

Um den Damen einen Begriff zu geben, welche Unterhaltungen mit dem Rudern und Segeln, ausser dem Genusse an der Ausübung des Sport selbst, verbunden sind, wollen wir in aller Kürze noch eines Wassercorsos Erwähnung thun, der im Juli 1884 auf der Oberspree bei Berlin zur Ausführung gelangte und der eine Zuschauermenge am Ufer heranzog, dass im wahren Sinne des Wortes kein Apfel zur Erde konnte. Die Wasserfläche der Spree bot ein überaus farbenprächtiges Bild. An der Treptower Insel war die mit Flaggen und farbigen Lampions geschmückte Flottille der Berliner Segler vor Anker gegangen; inmitten des Wassers war eine schwimmende Bühne für die geplanten Aufführungen hergerichtet, und diese umkreisten weit über hundert Ruderboote, zumeist mit Guirlanden und Flaggen geschmückt und mit costümirten Ruderern bemannt. Während des von zwei Militärcapellen ausgeführten Concertes belustigten sich die Theilnehmer am Corso in fröhlichster Weise mit Blumenwerfen und kleinen improvisirten Scherzen, bis kurz

nach 6 Uhr die Aufführungen selbst ihren Anfang nahmen. Zu den auf der Bühne versammelten Ruderern und Seglern stieg die Spree, von der Dahme, Panke, Müggel und anderen Wassergeistern begleitet, dann erschien auch Neptun als Zuschauer des munteren Treibens. Während die ihn begleitenden Götter und Halbgötter, sämmtlich Mitglieder des Berliner Schwimm-Vereines, einen Reigen schwammen und Proben ihrer Kunstfertigkeit im Springen und Tauchen ablegten, vereinigten sich die beiden Rudervereine zu einer Bootparade, welche den Meeresgott so entzückte, dass er als Zeichen seiner Huld einen grossen Wallfisch spendete. Von allen Seiten eilten nun Eskimos in schlanken Skiffs und Wallfischjäger herbei, deren Speerwürfen das gewaltige Thier — ein als Wallfisch montirtes Boot — bald erlag. Stürmischen Beifall erntete ein kleiner Eskimo, der als moderner Jonas einer dem Thiere beigebrachten tödtlichen Wunde entstieg.

Die zweite Abtheilung war der Weltgeschichte um ein oder einige Jahrzehnte vorausgeeilt und zeigte Angra Pequeña bereits zu einer blühenden Colonie entfaltet. Unter Theilnahme von Eingeborenen und Fremden aller Art wurde eben ein Volksfest auf dem Marktplatz gefeiert. Plötzlich brach eine Corsarenhorde herein und überwältigte nach kurzem Kampfe die Einwohner. Im letzten Augenblick erscheint jedoch ein deutscher Kriegsdampfer, welcher die Piraten in die Flucht schlägt,

die Einwohner befreit und unter allseitigem Jubel die deutsche Flagge aufpflanzt.

Inzwischen war der Abend hereingebrochen und auf allen Barken und Yachten wurden nunmehr Lampions und bengalische Feuer entzündet. Auch das Ufer der Insel und die Kirche erglänzten in prächtiger bengalischer Beleuchtung. Den Schluss und den Glanzpunkt des Festes bildete inmitten der strahlenden Umgebung ein lebendes Bild der Germania, welcher die verschiedenen Stände des Volkes ihre Huldigung darbringen.

Das sind Freuden und Genüsse, an denen sich Segler und Ruderer beiderlei Geschlechts theils als Zuschauer, theils als Mitwirkende betheiligen.

---

DAS DREIRAD.

---

22 \*



## DAS DREIRAD.



it dem Wachsen der geschäftlichen Thätigkeit hat das Bestreben nach Vervollkommnung der bereits vorhandenen Verkehrs- und Beförderungsmittel und das Bemühen um die Erfindung neuer,

gleichen Schritt gehalten. Für die Massenbeförderung sind die Eisenbahnen und für die möglichst leichte und billige Fortbewegung Einzelner die Bicycles und Tricycles in diesem Jahrhundert ins Leben gerufen worden, und gerade das Radfahren nimmt vornehmlich in grossen Städten in neuester Zeit einen sehr rapiden Aufschwung.

Das Princip der Fortbewegung eines Gestelles auf Rädern vermittelt der Hände und Füsse ohne Anwendung von Zugthieren ist übrigens bereits vor

verhältnissmässig langer Zeit zur Anwendung gebracht. In einer wissenschaftlichen Abhandlung wird einer solchen Maschine schon aus dem 16. Jahrhundert Erwähnung gethan und zu Anfang des 18. Jahrhunderts spricht „François le Coigneux de Bachaumont“ von ähnlichen vierrädrigen Wagen. Diese Fahrzeuge sind vervollkommenet heute noch unter dem Namen „Draisinen“ auf vielen Eisenbahnstationen zum lokalen Dienst des Personals in Verwendung. Den vierrädrigen folgten später die dreirädrigen Maschinen, welche für Damen und weniger geübte Fahrer heute in grosser Vollendung gebaut werden und zu Spazierfahrten auf ebenen, guten Strassen und auf den Wegen der Parks häufige Anwendung finden. Da beim Dreirade der Fahrende zwischen den Rädern sitzt, so muss diese Maschine immerhin eine ansehnliche Breite haben und verlangt einen dieser angemessenen breiten Weg, wodurch ihre Benutzung eine gewisse Beschränkung erleidet. Diesem Uebelstande abzuhelpen, construirte man das „Bicycle“, zu dessen Fortbewegung allerdings dadurch, dass seine beiden Räder genau hintereinander laufen, nur ein Streifen von wenigen Centimetern Breite erforderlich ist, und welches ausserdem zu seiner Bewegung nur eines geringeren Quantum von Kraft beansprucht, weil die Räder einen bedeutend grösseren Durchmesser haben und die zu überwindende Reibung eine geringere ist.

Die Bezeichnung Velocipède wurde ursprünglich nur für das Dreirad benutzt, erst später auch dem Zweirade beigelegt, welches jetzt jedoch allgemein Bicycle genannt wird. Unter den Zweirädern hat man Bicycles und Draisinen zu unterscheiden, welche letzteren wegen der gefahrloseren Erlernung ihrer Handhabung und wegen der leichteren Erhaltung der Balance sich schnell Freunde erworben hatten, ihre Stellung gegen das für den Gebrauch praktischere Bicycle jedoch nicht behaupten konnten. Die beiden Maschinen sind bei oberflächlicher Betrachtung einander sehr ähnlich, denn beide haben ein grosses und ein kleines Rad in einer Linie hintereinander, über denen der Sitz des Reiters angebracht ist; beide müssen in der Balance erhalten und durch Treten der Füsse in Bewegung gesetzt werden, aber dennoch besteht ein bedeutender Unterschied zwischen ihnen darin, dass der Reiter des Bicycle über dem grossen Rade sitzt, welches er direct durch seine Beine in Bewegung setzt, während er bei der Draisine seinen Sitz in der Höhe des kleinen Rades hat und von dort aus das grosse Rad erst mittelbar durch zwei vom kleinen Rade ausgehende Triebstangen bewegt. Beim Bicycle hat der Reiter mit den Füssen stets einen Kreis zu beschreiben und wenn er die Balance verliert, so kommt er von seinem hohen Sitz in der Regel zu Fall, während er bei der Draisine die Räder nur durch die Vor- und Rückwärts-

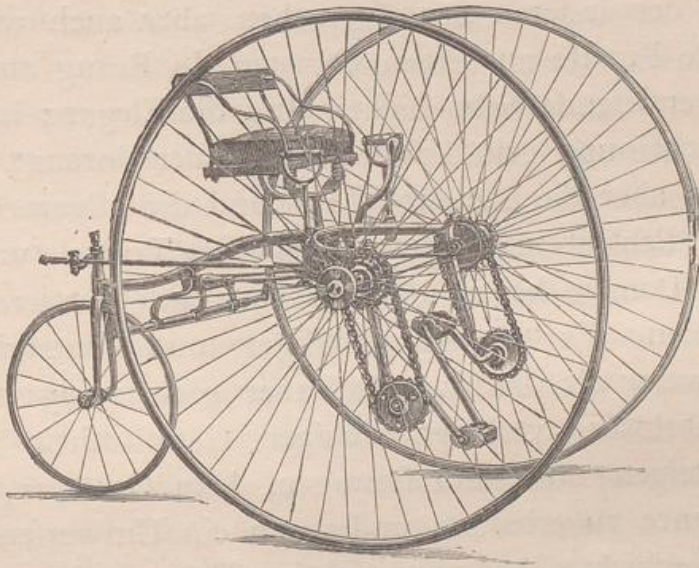
bewegung der Füße in Schwung bringt und bei Verlust des Gleichgewichtes ohne jede Gefahr auf seinen Beinen steht.

Wenn sich auch einzelne emancipirte Damen zur Benutzung des Zweirades entschlossen haben, so ist im Allgemeinen dem weiblichen Geschlecht doch nur das Dreirad zu Sportzwecken zu empfehlen, denn auch das Besteigen der zweirädrigen Draisine, die noch eher als das Bicycle für Damen geeignet erscheint, bleibt immer undecent. Das Dreirad bietet den Damen aber eine angenehme Unterhaltung. Die Handhabung desselben ist eine sehr einfache und ohne besondere Mühe zu erlernen. Obgleich der praktische Werth des Dreirades entschieden demjenigen des Bicycle nachsteht, da jenes gute und ebene Strassen von gewisser Breite beansprucht und dieses sich auf den schmalsten Fusssteigen mit Sicherheit und Schnelligkeit fortbewegen kann, so ist das Dreirad doch allein für den Damensport geeignet und schliesslich sind auch grosse Entfernungen mit demselben zurückzulegen, wie erst kürzlich eine englische Dame, Mrs. Allen aus Birmingham, bewiesen hat, indem sie eine Strecke von 200 englischen Meilen oder 322 Kilometern innerhalb 24 Stunden mit dem Dreirade fuhr.

Das sich bisher zu den verschiedensten Gebrauchszwecken am praktischesten bewiesene Tricycle ist das von der Coventry Machinist's Company gefertigte „Cheylesmore“, welches nebenstehende

Abbildung zeigt, und stets wie alle Erzeugnisse der genannten englischen Fabrik in der Niederlage von Albert H. Curjel, Wien, I. Elisabethstrasse 5, vorrätig ist.

Nur ein Blick auf das Dreirad neuester Construction in allen seinen verschiedenen Gestalten, aus dem besten Stahl und Gummi, muss zu der



Ueberzeugung seiner Dauerhaftigkeit und seiner Leistungsfähigkeit führen, und einen Begriff von seiner Verbreitung erhält man durch die That-  
sache, dass sich in Coventry allein fünf grosse Fabriken ausschliesslich mit der Anfertigung ähnlicher Maschinen beschäftigen. Das Dreirad war eine zeitlang durch seinen Kameraden, das Zweirad, in den Hintergrund gedrängt worden, neuerdings hat man aber eine besondere Aufmerksamkeit auf

seine Formen und seine Anfertigung verwendet und stellt diese Bewegungsmaschine jetzt in einer solchen Vollkommenheit her, dass sie ausser zu Sportzwecken auch in verschiedenen Geschäftszweigen zur Anwendung gelangt.

Beim Vergleich mit dem Zweirade machen sich beim Dreirade allerdings einige Nachtheile geltend, auf der anderen Seite sprechen aber auch wieder viele Punkte zu seinen Gunsten. In Bezug auf die zu erzielende Schnelligkeit und die Eleganz in der Erscheinung gebührt dem Bicycle der Vorzug; fasst man aber die Bequemlichkeit und die allgemeinere Nützlichkeit ins Auge, so steht das Tricycle voran; die Damen haben deshalb stets das letztere zu wählen. Es ist schwerfälliger und thatsächlich schwerer als das Zweirad, aber gleichzeitig ist es gefahrloser, verlangt weniger Gewandtheit zum Besteigen und zum Bewegen, kein Geschick, die Balance zu erhalten, und wenn ein Umwerfen bei ungeschickter und unvorsichtiger Führung immerhin auch möglich ist, so steht es doch von selbst, während die zweirädrige Maschine nur durch die Geschicklichkeit des Reiters überhaupt stehend zu erhalten ist.

Die Schwerfälligkeit ist allerdings ein grosser Nachtheil des Dreirades, weil dieselbe seine Fortschaffung, sowie seine Unterbringung an Ort und Stelle erschwert, indem es häufig schon breiter ist als Thüren, durch welche es befördert werden

muss, während der Bicyclist sein Räderross zu Fusse gehend leicht neben sich herrollt, jeden Eingang, selbst den schmalsten, mit ihm passiren und es schliesslich, ohne den Raum wesentlich zu verstellen, in seinem Zimmer unterbringen kann. Das Tricycle verlangt immer einen besonderen Unterkunftsraum, denn selbst in einer geräumigen Vorhalle aufgestellt, wird es leicht im Wege sein und wollte man es weniger raumeinnehmend herstellen, so würde es an Stabilität und allgemeiner Sicherheit verlieren. Um dem erwähnten Uebelstande abzuhelpen, hat man auch versucht, die Maschine zum Auseinandernehmen einzurichten, aber das Zusammenstellen derselben zum Gebrauch ist immer zu zeitraubend und für Damen ohne männliche Hilfe nicht ausführbar. Man hat sich zwar bemüht, die erforderlichen Einrichtungen so handlich und einfach als möglich zu machen, aber die bestehende Unbequemlichkeit ist damit nicht weggeschafft.

An Schnelligkeit ist das Zweirad unzweifelhaft dem Dreirade überlegen, aber demungeachtet kann man auf einer dreirädrigen Maschine guter Construction immerhin recht schnell vorwärts kommen und bei einiger Uebung wird man nur wenig hinter einem Bicyclisten zurückbleiben, der mit Annehmlichkeit seinen Weg zurücklegt und man geniesst bei längeren Touren den nicht zu unterschätzenden Vortheil, dass man den grössten Theil der Erschütterung, welche das Zweirad auf nicht

ganz ebenen Wegen verursacht, nicht zu erdulden hat. Allerdings kann man nicht allen etwa im Wege liegenden kleinen Hindernissen ausweichen, denn man hat auf die Spur dreier nicht in einer Linie laufenden Räder achtzugeben, aber die solidere Construction und besonders die Breite des Tricycle gestatten die Anbringung von Federn, durch welche eine Elasticität erzeugt wird, die mehr oder weniger unmöglich beim Zweirad erlangt werden kann, und welche die von den Hindernissen erzeugten Stöße in bewundernswerther Weise vermindert. Dieser Erfolg wird zum Theil auch durch den Sitz auf dem Tricycle hervor gebracht, indem das Gewicht nicht wie beim Bicycle unmittelbar über einem Rade, sondern zwischen den drei Rädern ruht, von denen jedes einen Theil zu tragen hat, und in Folge dieser Stellung machen sich die durch die Unebenheiten verursachten Stöße mehr als Schwingungen fühlbar und sind weniger unangenehm und angreifend.

Zum Gebrauche auf sehr belebten Strassen ist das Dreirad dem Zweirade entschieden vorzuziehen, denn nur sehr wenige Radreiter sind so geschickt, um sich auf dem Bicycle zu erhalten, wenn sie die Bewegung fast bis zum Stillstehen verkürzen müssen, wozu sie der Verkehr auf frequenten Wegen häufig gebieterisch zwingt, während man das Tricycle jeden Augenblick ohne Schwierigkeit nur ganz langsam fortbewegen, oder auch voll-

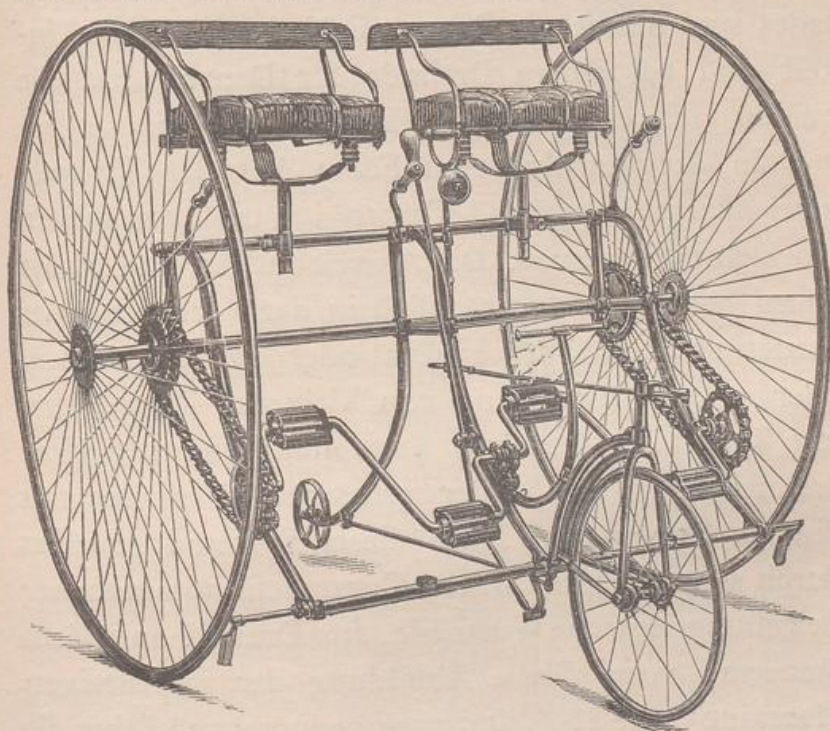
ständig anhalten und wieder in Bewegung setzen kann, so dass man in der Lage ist, allen Stockungen einer belebten Strasse mit Ruhe entgegenzusehen; ausserdem kann der Dreiradfahrer auch ganz nach Belieben anhalten und ruhig sitzend sich mit Jemandem unterhalten, kann seine Maschine auf abschüssigem Wege, ohne abzustiegen, zum Stehen bringen, kann von seinem Sitze aus Vorstellungen mit ansehen, zu deren Besuch er das Räderross benutzte, kurz er kann Hunderte von Vortheilen geniessen, die ein beweglicher und sicherer Sitz bietet, während bei allen diesen Gelegenheiten der Bicyclist zum Abspringen gezwungen ist, weil er sich auf dem Zweirade wohl fortbewegen, aber nicht stillhalten kann.

Es gehört sicher zu den grossen Vorzügen des Dreirades, dass zu seiner Handhabung gar kein Studium erforderlich ist, denn zur Bewegung der Maschine gehört weder Geschick noch Uebung, jedes Kind kann gleich das erstemal mit demselben fahren, aber man befindet sich dennoch in einem grossen Irrthum, wenn man glaubt, dass die Anschaffung eines Dreirades auch sofort zur Zurücklegung einer Entfernung von 20 bis 30 Kilometer ohne Anstrengung genüge. Uebung, ein gewisser Training ist immerhin erforderlich. Der Sitz auf der Maschine und deren Fortbewegung sind zwar einfach genug; da diese aber die Anstrengung anderer Muskeln als der beim Gehen in Thätigkeit

gesetzten, bedingt, so ist doch eine gewisse Uebungszeit nothwendig, um dieselben nach und nach an die für sie neue Arbeit zu gewöhnen und sie so zu kräftigen, dass man die Zurücklegung einer bestimmten Entfernung mit möglichst geringer Anstrengung auszuführen im Stande ist. Also auch zum Dreiradfahren ist, wie zu jedem anderen Sport, ein Training nicht zu umgehen. Man muss ferner auch die Eigenthümlichkeiten der Maschine kennen lernen, Auge und Hand an die Ausführung grösserer und kleinerer Wendungen gewöhnen, denn beispielsweise kann man sehr leicht zu Fall kommen, wenn man eine kurze Wendung in vollem Lauf macht, ohne das Körpergewicht in richtigem Verhältniss zur Schnelligkeit und zur Grösse des beabsichtigten Bogens nach der inneren Seite zu legen.

Ein weiterer Vortheil des Dreirades besteht in der Beförderungsfähigkeit von Gepäck, die vollkommen ausreichend ist selbst bei ziemlich weitgehenden Ansprüchen für eine grössere Tour. Natürlich verursacht die grössere Belastung auch einen grösseren Kraftaufwand zur Bewegung, aber die Beförderung einer irgend erwünschten Menge von Sachen ist immerhin möglich, während das Bicycle gerade dieser Anforderung nur in sehr beschränkter Masse entspricht. Die Tragfähigkeit des Dreirades ist sogar so bedeutend, dass dieselbe Maschine für zwei Personen einzurichten ist.

Endlich ist das Dreirad, wenn auch seine Construction nicht so einfach ist, wie diejenige des Zweirades, doch weniger der Unbrauchbarkeit in Folge kleiner Beschädigungen oder Zufälligkeiten ausgesetzt, denn die Lockerung einer Schraube oder eines anderen Theiles ist nicht unmittelbar



von einem so nachtheiligen Einfluss, wie beim Bicycle, bei welchem sie Gefahr verursacht, beziehungsweise die Maschine momentan unbrauchbar macht.

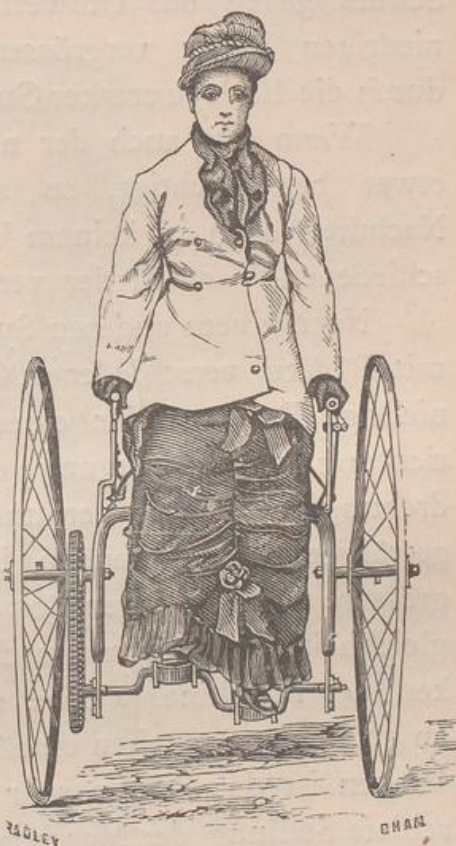
Es giebt Tricycles in verschiedenen Formen. Je nach dem Hauptzweck, zu dessen Ausführung sie bestimmt sind, und je nach dem Zweck, den

der Käufer beim Ankaufe der Maschine im Auge hat, muss er auch seine Wahl treffen, denn ein Dreirad zum Wettlauf auf der ebenen Rennbahn ist selbstverständlich anders gebaut, wie ein solches zu Reisezwecken auf der Landstrasse.

Die drei Haupteigenschaften eines guten Dreirades sind Sicherheit, Bequemlichkeit und Schnelligkeit und bei einem Dreirade für Damen sind die beiden ersteren wichtiger als die letzteren.

In der gewöhnlichen Form hat das Tricycle zwei grosse Fahr- und Trageräder und vor diesen ein kleines Steuerrad. Die Abweichungen von dieser Form bestehen hauptsächlich in der Verlegung des Steuerrades nach rückwärts oder an eine Seite, oder in der Anwendung von kleineren Tragrädern mit Transmissionen zur Vervielfältigung der Umdrehungen in Stelle der grösseren Tragräder mit directer Bewegung. Jedes dieser Systeme gewährt durch seine eigenthümliche Construction in mancher Beziehung gewisse Vorthteile. Im Dreirad mit dem Steuerrad vorn (Siehe Abbildung der zweisitzigen Maschine Seite 351) sitzt man bequem und führt die Maschine sicherer, nicht allein weil man das Rad sieht und deshalb leichter lenkt, als auch weil man mehr Gewicht auf das Rad legen kann, wodurch man leichter und schneller steuert. Der Hauptvorthteil der Maschinen mit dem Steuerrad rückwärts liegt wohl in der freien Front, so dass nichts den Füßen der Dame im Wege steht und sie bei der

Gefahr des Umwerfens oder eines Zusammenstosses leicht nach vorn herabspringen und der Maschine seitwärts aus dem Wege treten kann, ohne Furcht, mit dem Kleide an dem Rade hängen zu bleiben, und in der leichteren Fortschaffung von Gepäck an der längeren Verbindungsstange zum Steuerrade. Diese beiden Vortheile sind sehr erwünscht und bieten ein gewisses Gegengewicht gegen den Nachtheil, dass bei den neuesten Constructionen in der Regel das Steuerrad nur sehr wenig belastet ist, sich besonders auf einem geneigten Wege, wo das Gewicht der fahrenden Person mehr auf den Fusstritten ruht, leicht vom Boden hebt, wodurch die Möglichkeit des Steuerns verloren geht, was allerdings nicht ganz gefahrlos ist.



Die Einführung niedriger Räder, verbunden mit einer Transmissionseinrichtung, durch welche eine schnellere Drehung der Räder erzielt und demzufolge die Schnelligkeit nicht vermindert wird,

Daniensport.

gewährt den Vortheil einer grösseren Sicherheit dieser Maschinen, indem der Schwerpunkt niedriger liegt als bei hohen Rädern, ohne die Breite des Dreirades zu vermindern, was allerdings ein grosser Schutz gegen das Umwerfen ist. Die durch die niedrigen Räder vergrösserte Erschütterung wird durch die Einlage starker Gummipolster aufgehoben.

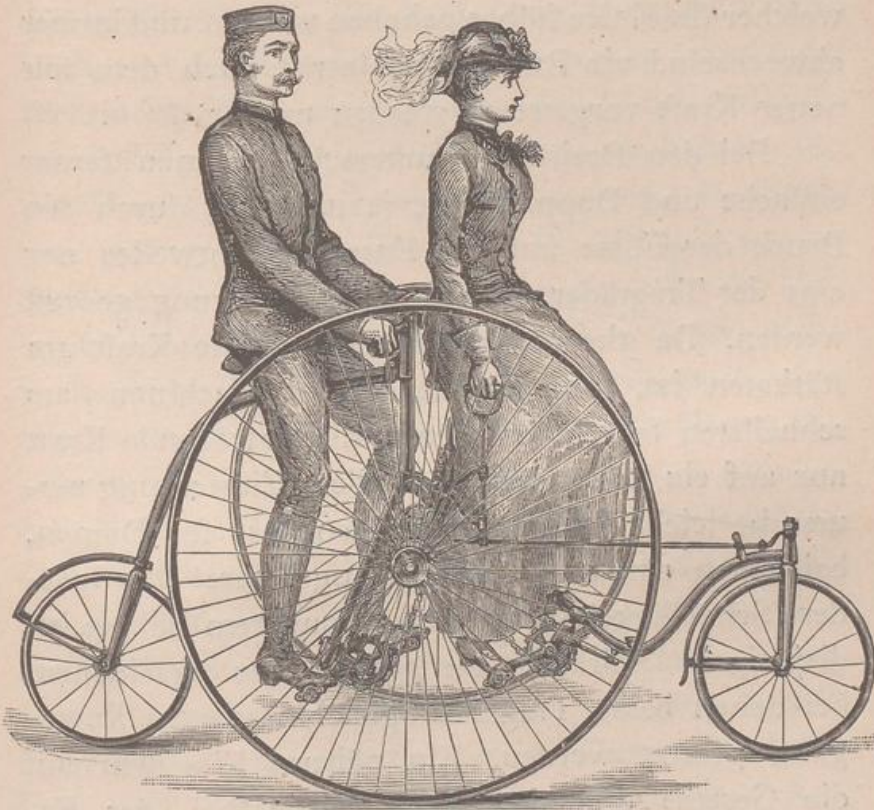
Wenn nun auch der niedere Sitz das Ansehen etwas beeinträchtigt, so steht dieser äusserliche Nachtheil doch in keinem Verhältniss zu dem entschiedenen Vortheil der vermehrten Sicherheit.

Nach einem anderen System wird die Maschine mit Rädern verschiedener Grösse gebaut und das niedrige Rad auf der einen Seite mit einer Einrichtung zur Erzeugung einer schnelleren Umdrehung desselben verbunden. Solche Dreiräder gewähren der fahrenden Person allerdings eine grössere Freiheit ihrer Bewegungen, aber die Ungleichheit der Räder verursacht ein gewisses Schwan-ken der Maschine, welche auch an Stabilität und an gefälligem Aussehen einbüsst, und auf ungleichen Wegen ist das Fahren sehr unangenehm, weil die schiefe Stellung der Maschine in hohem Grade vermehrt wird, sobald sich das niedrige Seitenrad auf dem abschüssigen Theil des Weges befindet.

Um eine grössere Schnelligkeit zu erzielen, hat man auch Dreiräder construirt, welche in Form und Aussehen dem Zweirade sehr ähnlich sind, die zwar allein stehen, aber wegen ihrer geringen Breite

bedeutend an Sicherheit verlieren und da der Reiter wie beim Bicycle auf einem Sattel über dem grossen Rade sitzt, nicht für den Gebrauch von Damen geeignet erscheinen.

In anderer Form hat man auch Maschinen



construirt, bei welchen zwei Personen hintereinander sitzen und diesen Fahrzeugen hat man, wie aus der Zeichnung ersichtlich, zwei Steuerräder gegeben, das eine vorn, das andere hinten.

Die Kraft der Fortbewegung der Maschine wird etweder durch eine kreisförmige Bewegung

der Fusstritte oder vermittelst Hebel durch Vor- und Zurückbewegung derselben erzeugt. Da bei der ersteren Art die Beine stets in ununterbrochener Bewegung bleiben, so scheint sie auf die Dauer weniger anstrengend zu sein, als die zweite, bei welcher die Kniee höher gehoben werden und immer abwechselnd ein Ruhepunkt eintritt, nach dem mit neuer Kraft vorgetreten werden muss.

Bei den Dreirädern unterscheidet man ferner einfache und Doppelfahrer, je nachdem durch den Druck der Füße auf die Fusstritte entweder nur eins der Tragräder oder beide in Bewegung gesetzt werden. Da theoretisch die centralisirte Kraft am stärksten ist, so müssten die Maschinen am schnellsten fahren, bei denen die bewegende Kraft nur auf ein Rad wirkt, aber diese Einrichtung verursacht leicht Schwankungen, so dass für Damen, bei denen eine um ein Geringes grössere oder mindere Schnelligkeit nicht von besonderem Belang ist, diejenigen Dreiräder am geeignetsten erscheinen, bei denen beide Tragräder gleichmässig in Bewegung gesetzt werden. Ein näheres Eingehen auf die Gesetze der Mechanik, welche bei der Erzeugung der bewegenden Kraft zur Anwendung kommen, werden uns die geehrten Damen wohl erlassen, da sie sich kaum so eingehend mit den Details der Fabrication der von ihnen benutzten Maschinen zu befassen, und wir kein Lehrbuch der Mechanik zu schreiben beabsichtigen.

Schliesslich bleibt uns noch übrig, einige Worte über die Art des Steuerns der Maschine zu sagen. Zu diesem Zweck ist eine Querstange mit einem Handgriff auf jeder Seite und einer Einrichtung vorhanden, durch welche eine Drehung dieser Querstange gleichzeitig in demselben Verhältniss eine Drehung des Steuerrades nach rechts oder links verursacht. Die Dame gewinnt durch das Erfassen der Handgriffe auch eine erhöhte Sicherheit für ihre Person und das Lenken selbst erlernt sie durch eine geringe Uebung sehr schnell. Wichtig ist die Stellung der Handgriffe, welche sich, damit die Maschine für die Dame passt, je nach ihrer Grösse nicht zu hoch, nicht zu niedrig, nicht zu weit nach vorn oder nach rückwärts befinden dürfen. Die Handgriffe müssen genau in gleicher Höhe mit den Händen der fahrenden Dame stehen, wenn diese aufrecht sitzt und etwa 8 Centimeter vor und ausserhalb des Mittelpunktes der Tretvorrichtung, jedoch nicht so weit voneinander entfernt, dass die Arme nach auswärts gestreckt werden müssten und auch wieder nicht so nahe zusammen, dass die Dame sich beim Ein- und Aussteigen hindurchzudrängen hat. Am wichtigsten ist die Höhe der Handgriffe, denn sind sie zu niedrig, so müssen die Schultern nach vorwärts gesenkt werden, was eine sehr hässliche Haltung verursacht und die Fahrerin unnöthig anstrengt, und stehen sie zu hoch, so müssen die Arme gebogen werden, es ist kein directer Anzug

zu machen, die Muskeln der Arme und Schultern werden auf die Dauer über Gebühr angestrengt, was einen nutzlosen Aufwand von Kraft verursacht. Da nun je nach der Grösse der Dame und nach der Länge ihrer Arme die Stellung der Handgriffe für verschiedene Personen eine verschiedene sein muss, so werden die Handgriffe verstellbar eingerichtet.

---

DAS REITEN.

---

DAS REICH

## DAS REITEN.



u welcher Zeit die Damen begonnen haben, das edle Ross zu besteigen, ist vollkommen unnachweisbar, denn es fehlen aus jener Periode alle Nachrichten und Ueberlieferungen. Nach den ältesten vorgefundenen Abbildungen sassen die Reiterinnen anfangs nach Art der Herren zu Pferde und ihre Bekleidung war eine so einfache, dass selbst die extravagantesten Damen heutiger Zeit nicht in einer solchen zu erscheinen wagen dürften. Schon sehr

früh wurde der Quersitz als schicklich für die Damen anerkannt und fand allgemeine Verbreitung, so dass Reiterinnen im Herrensitz zu den Ausnahmen gehörten, wenn es auch heute noch einige giebt, welche diesen Sitz dem allgemein üblichen vorziehen. Da der Sitz und die Art des Reitens die Form des Reitkleides bedingen, so muss man in dieser Hinsicht noch einen Blick in die Vergangenheit werfen. Die Literatur des Alterthums berichtet nichts über das Reiten der Damen, über ihre Sättel und ihren Anzug, nur Abbildungen geben einigen Aufschluss.

Aus diesen weiss man, dass die Damen der Vorzeit auf einfachen Kissen seitwärts auf dem Pferde sassen. Im Mittelalter wurde das Kissen mit einer Rücklehne und einem hängenden Fusstritt versehen, so dass die Damen auch auf dem Pferde wie auf einem Sessel platznahmen und demzufolge keines besonderen Reitcostümes bedurften. Die Chroniken berichten zwar, dass die Damen Karl's des Grossen an seinen Jagden zu Pferde theilnahmen, sie sprechen sich aber nicht näher über ihren Sitz aus. Die berühmte Dame zu Pferde von Albrecht Dürer ist das erste Bild, auf welchem die Reiterin die Front mehr dem Pferdekopf zuwendet, und aus der höheren Haltung des einen Kniees darf man auf ein Horn am Sattel schliessen, um welches sich das Bein schmiegt. Zu welcher Zeit wirkliche Damensättel eingeführt wurden, hat man noch nicht fest-

stellen können. Von Beginn des 16. Jahrhunderts werden die reitenden Damen aber immer mehr in einem dem heutigen ähnlichen Sitze gezeichnet, so dass man annehmen darf, dass aus jener Periode sich nach und nach der Sattel mit einer Gabel herausgebildet hat. Die Reiterinnen älterer Zeit findet man stets mit sehr weiten und langen Kleidern abgebildet. Der Mann von Fach kann aus diesem Umstande den Schluss ziehen, dass sie damals nicht sehr schnell geritten sein können, denn die Erfahrung lehrt, dass ein langer und weiter Rock für eine in starkem Galopp sich bewegende Dame nicht gerade decent ist, indem er, vom Winde erfasst, sich dem Pferde über den Rücken legt und die Füße der Reiterin bis ans Knie entblösst. Alle dagegen angewendeten Mittel, wie das Beschweren des unteren Kleiderrandes durch Schrot, das Befestigen des Rockes am Bügel u. s. w. haben sich als vollständig erfolglos erwiesen, weil die lange und weite Amazone bei Wind und scharfer Gangart niemals herunterhängen bleibt. Viele Damen gefallen sich aber im langen Reitkleide so sehr, dass sie sich nicht davon trennen können, beweisen damit jedoch allen Kennern, dass sie auf wirkliches Reiten verzichten und sich eben nur in langsamen Gängen auf der Promenade zu Pferde spazieren tragen lassen.

Als in den Dreissiger-Jahren die Damen in England anfangen, sich an den Jagden zu bethei-

ligen und gleichzeitig „Baucher“ in Paris Pferde zu Productionen im Circus dressirte, bei denen Reiterinnen wie „Pauline Cuzent“, „Caroline Loyeau“ und „Marie d'Embrun“ vom Publicum für angeschnallt gehalten wurden, brachte man an den Damensätteln ein drittes Horn an, gegen welches das linke Bein oberhalb des Knies eine Anlehnung findet und wodurch die Reiterin eine solche Festigkeit im Sattel erhält, dass sie zur Ausführung eines jeden Sprunges in der schnellsten Gangart befähigt ist.

#### Das Reitcostüm.

Bei einem Reiten in vorbeschriebener Art war es natürlich geboten, für die Amazone einen Schnitt zu erdenken, durch welchen sie auch in einer decenten Lage erhalten wird. Diese Aufgabe wurde gelöst durch einen ganz engen Rock, der für das hochliegende rechte Knie ähnlich geschnitten wird, wie der Aermel für den Ellbogen. Die zu grosse Länge des Rockes verbietet sich für eine Reiterin, die möglicherweise Hochsprünge über Zäune und Dornenhecken auszuführen hat, ganz von selbst, denn der unter dem Pferdeleibe hervorragende Stoff könnte leicht am Hindernisse hängen bleiben und in Fetzen zerreißen.

Wenn auch von Vielen behauptet wird, dass gerade das elegante Wogen eines faltenreichen Reitcostümes einen unbeschreiblichen Reiz verleiht,

so sind andererseits doch die Vorzüge eines engen, faltenlosen Rockes, der die Formen eines schönen weiblichen Körpers zur vollen Geltung gelangen lässt, nicht zu verkennen.

Der Anzug der Reiterin muss originell, elegant und einfach sein; Alles, was einen männlichen Anstrich verleiht, ist ebenso zu vermeiden, wie alle grellen Farben. Schwarz, dunkelblau und dunkelstahlgrün eignen sich am besten für die Amazone. Manche schlank gewachsene Blondine macht in einem solchen Reitcostüm mehr Eindruck, wie in der glänzendsten Balltoilette. Auf die Façon des Reitkleides muss mehr Aufmerksamkeit verwendet werden, als dies gewöhnlich geschieht, und besonders darf man nichts verabsäumen, was dem Costüm Leichtigkeit und Anmuth verleiht. Eine schlanke Dame muss eine eng anschliessende glatte Taille tragen, die jedoch die Brust und deren Ausdehnung bei den Bewegungen zu Pferde nicht beengen darf; um den Hals muss sie hinlänglich ausgeschnitten sein, weil jede Spannung den Bewegungen des Kopfes die Freiheit und Grazie raubt. Die Taille der Amazone muss etwas kürzer sein als bei gewöhnlichen Kleidern, weil die fortwährende Bewegung des Körpers in sitzender Stellung sonst hässliche Falten verursacht. Die Aermel müssen zwar anschliessen, jedoch dürfen sie nicht zu eng sein, um die Beweglichkeit der Arme nicht zu beeinträchtigen.

Nach einer wohl zu beachtenden Regel ist alles im Winde Flatternde bei einem Reitcostüme zu vermeiden; aber dennoch wird eine corpulente Dame gut thun, von einer eng anliegenden Taille Abstand zu nehmen und statt deren lieber ein nicht zu weites Jaquette zu wählen.

Tuch ist der geeignetste Stoff zum Reitkleide, weil es durch seine Schwere dem Rocke den angemessenen Fall giebt; wählt man für den Sommer vielleicht ein leichteres Gewebe, so muss der untere Saum der erforderlichen Schwere wegen recht breit gemacht werden.

Die Taille der Amazone kann je nach dem Geschmack der Dame einfach oder verziert, bis oben geschlossen oder auch offen getragen werden. Für die geschlossene Amazone passt ein einfacher Stehkragen aus weisser Leinwand, für die offene ein glatter Umschlagkragen. Zu eng anschliessenden Aermeln gehören glatte Manchetten, zu weiteren Aermeln bauschige Unterärmel.

Jeder Reiterin, auch der sparsamsten, ist zur Anfertigung der Amazone der beste Schneider zu empfehlen, der den erforderlichen Schnitt genau kennt, und deren giebt es nur sehr wenige. Nirgends rächt sich eine unzeitige Sparsamkeit so sehr wie beim Reitcostüm.

Mieder sind womöglich ganz zu vermeiden, und wenn sich die Dame durchaus nicht von einem solchen trennen kann, so muss es wenigstens auf

den Hüften elastisch und nur mit Fischbein ohne stählernes Blanchette ausgestattet sein.

Die besten Reitbeinkleider sind aus Rehleder, aber bis zum Knie von demselben Stoff der Amazone entweder unten eng anschliessend für den Husarenstiefel oder, wie jedes Herrenbeinkleid, über den Stiefel fallend mit Trittriemen. Hohe Absätze an den Stiefeln sind ebenso zu vermeiden wie Knöpfe, am besten sind Halbstiefel zum Schnüren.

Alle Unterröcke sind verpönt, denn sie legen sich in der Gabel nur in Falten und drücken, beim schnellen Reiten schieben sie sich in die Höhe und verunstalten die eleganten Formen der Reiterin.

Den Hut wählt die Dame ganz nach ihrem Geschmack; zu einer einfachen dunkeln Amazone ist jedoch der Herrencylinder stets am kleidsamsten und er hat den grossen Vorthail, dass er, nach dem Kopf gearbeitet, wenn die Reiterin glatt frisirt die Haare im Netz trägt, von allen Kopfbedeckungen am festesten sitzt.

Die Handschuhe werden nach Belieben kurz oder lang getragen.

Bezüglich der Wäsche ist noch zu erwähnen, dass die Dame zu Pferde immer ein einfaches feines, leinenes Taschentuch führt; zu Ritten am Morgen, besonders zu einer nicht geschlossenen Taille, sind bunte Herrenhemden sehr elegant.

Schmuck wird natürlich zu Pferde niemals getragen, seine Stelle vertritt eine einzelne frische

Blume an der Brust, die sich mit einer lebhaft farbigen Cravattenschleife auf dem dunkeln Grunde sehr vortheilhaft abhebt.

Für Damen, welche sich an Parforcejagden zu betheiligen gedenken, ist noch zu bemerken, dass bei den meisten Jagdgesellschaften für die Herren ein bestimmtes Costüm üblich ist, und dass die Damen, sobald sie mit Privatmeuten reiten, in der Regel ihren Anzug analog den bei der Gesellschaft üblichen Abzeichen einrichten, so dass sie, wenn von den Herren etwa ein farbiger Rockkragen getragen wird, an der Amazone auch Kragen und Aufschläge in gleicher Farbe und blanke Knöpfe, aus Courtoisie für die Frau des Hauses, mit deren Namenschiffre anbringen.

#### Zu Pferde.

Ein gewisser Grad von Reitfertigkeit wird hier bereits vorausgesetzt, aber diejenigen Damen, welche das Reiten erst erlernen wollen, werden für den theoretischen Theil auf die beiden Bücher desselben Verfassers: „Handbuch des Reitsport“ und „Die Amazone“, Einführung in das Gebiet der edlen Reitkunst für Damen, für die Praxis jedoch auf einen erfahrenen Lehrer verwiesen, denn aus Büchern allein hat noch Niemand das Reiten erlernt. Der Genuss am Reiten, der eigentliche Reitsport, beginnt auch erst, wenn die Dame schon zur Reiterin ausgebildet ist. Die Reitkunst umfasst ein

so ausgedehntes Gebiet, dass die Reiterin ihr Vergnügen in verschiedenen Feldern suchen kann, entweder mit der Dressur von Pferden in der Reitschule, mit den Promenaden im Freien auf gebahnten Wegen oder mit der Jagd querfeld hinter den Hunden.

### In der Reitschule.

Die Dressur des Pferdes besteht in seiner Unterweisung zur Ausführung gewisser Biegungen und Bewegungen in Folge bestimmter Andeutungen. Diese Andeutungen, in der Reitersprache Hilfen genannt, werden dem Pferde sowohl durch die Hände vermittelt der Zügel als Druck auf die Kinnladen, wie durch die Schenkel und Sporen an den Rippen mitgetheilt. Ein auf diese Art zu einem gewissen Zweck abgerichtetes Pferd nennt man zugeritten. Der Reiter muss aber auch dem zugerittenen Pferde seine Wünsche und seinen Willen je nach Umständen auf einer Seite oder auf beiden Seiten gleichzeitig zu erkennen geben.

Die Herren können sich bei ihrem Sitze zu den Hilfen beider Schenkel bedienen, die Damen haben bei dem allgemein üblichen Sitz auf einer, und zwar in der Regel auf der linken Seite, auch nur auf dieser den Schenkel und sind gezwungen, denselben auf der rechten durch die Anwendung der Peitsche zu ersetzen. Jedem erfahrenen Reiter ist zwar bekannt, mit welcher Geschicklichkeit die

Damensport.

wirklich gute Reiterin die fehlenden Schenkelhilfen durch die Peitsche zu ersetzen, sich dem Pferde verständlich zu machen und ihren Willen durchzusetzen versteht; er erkennt sogar an, dass die geschickte Amazone häufig sehr gewandte Reiter in der Reitkunst übertrifft, aber dennoch ist es der Dame nicht möglich, mit dem rechten Zügel und der Peitsche, welche sie beide in derselben Hand zu führen genöthigt ist, gleichzeitig zu wirken. Diesen Mangel hat der intelligente Bereiter der Kaiserin, G. Hüttemann, durch einen künstlichen Schenkel auf mechanischem Wege und später durch die Anwendung der Elektrizität zu ersetzen versucht. Es ist ihm gelungen, an dem Sattel einen elektrischen Apparat kaum bemerkbar anzubringen, durch welchen die Hilfen als Ersatz des rechten Schenkels ausgeführt werden, ohne die Hand in ihren anderen Functionen zu beeinträchtigen. Auf der linken Seite wird in der Ecke, welche das Sattelblatt mit dem Sitzkissen bildet, ein Kästchen von dem Umfange einer grossen Schnupftabaksdose befestigt. Das Reitkleid verdeckt dasselbe vollkommen. In diesem Kästchen befindet sich in zwei kleinen Behältern aus Kautschukmasse die elektrische Batterie und eine Vorrichtung, durch welche man die Intensität des Stromes bestimmen kann. Vom positiven wie vom negativen Pole der elektrischen Batterie führt je ein Draht an je einem der Sattelgurte entlang. Das eine Ende der Drähte

wird mit dem Handgriffe der Peitsche, beziehungsweise des Reitstockes, welche zu diesem Zwecke besonders eingerichtet sind, verbunden, das andere Ende hängt mit einem dünnen, am Gurte so befestigten Stahlbügel, dem künstlichen Schenkel, zusammen, dass die beiden, an seinem Ende befindlichen kleinen stumpfen Drahtpinsel genau auf dem Punkte das Pferd berühren, wo der Herr regelrecht die Hilfe mit dem Sporn geben soll.

Die innere mechanische Einrichtung des Reitstockes oder der Reitpeitsche ist äusserlich nur durch zwei kleine Elfenbeinknöpfe erkennbar. Durch einen Druck mit dem Finger auf einen dieser Knöpfe wird die Batterie geschlossen und der elektrische Strom in den künstlichen Schenkel geleitet, wo er, dem Drahtpinsel entströmend, seine Wirkung ausübt. Die Berührung des einen Knopfes macht die Elektrizität langsam dauernd entströmen und ersetzt den Schenkeldruck, die Berührung des zweiten Knopfes erzeugt einen scharfen, dem Spornstich ähnlich wirkenden elektrischen Schlag.

Wie man durch diesen Apparat einen künstlichen Schenkel beim Damenpferde herstellt, so kann man auch zu der von allen Kunstreitern mit Vorliebe gezeigten sogenannten Fahrschule an dem ohne Reiter vorn gehenden Pferde beide Schenkel nachahmen und dadurch dem Reiter des Hinterpferdes die Möglichkeit schaffen, durch die Anwendung der Elektrizität das Thier zur exacten

Ausführung der von ihm verlangten Tritte und Bewegungen zu zwingen.

Ein Urtheil darüber, ob diese Erfindung wirklich von grossem praktischen Werth für die Reiterin bei der Dressur ihrer Pferde ist, müssen wir der Erfahrung kompetenter Damen anheimstellen. Allgemein bekannt sind die vorzüglichen und tadellos correcten Productionen in der höheren Reitkunst von bekannt guten Reiterinnen auch ohne Elektricität, wir erinnern nur an die Vorstellungen einer „Elise Pezold“, welche den Meisten wohl aus dem Circus Renz noch im Gedächtniss sein werden.

Ob nun mit oder ohne Anwendung von Elektricität, gewährt der Reitsport solchen Damen, welche die Reitkunst so weit erlernt haben, dass sie selbst Pferde zu dressiren im Stande sind, ein grosses Vergnügen auch in der Reitschule und sie geniessen den Vorzug, den Sport, dem sie mit Vorliebe zugethan sind, jederzeit ohne Rücksicht auf Wetter und Jahreszeit ausüben zu können, während die Natur denjenigen Damen, welche lieber ihre Pferde im Freien tummeln, der Ausübung ihres Lieblingssport oft Hindernisse in den Weg legt. Allerdings sind die Zweige der Reiterei nicht so scharf voneinander getrennt, dass eine Dame, wenn sie auch einem den Vorzug giebt, den anderen nicht ebenfalls betreiben könnte, aber im Allgemeinen finden Reiterinnen, welche sich gern im Terrain bewegen, keine grosse Unterhaltung am

Reiten im geschlossenen Raum, wenn nicht vielleicht besondere Gelegenheiten, wie das Einstudiren und die Production von Quadrillen, einen zufälligen Reiz bieten. Der Ausführung von Quadrillen stellen sich in der Regel aber viele Schwierigkeiten entgegen. Vor Allem gehört dazu eine Anzahl von 4 bis 8 Damen ziemlich gleicher Reitfertigkeit, ebensoviel Herren und für Alle zusammen die erforderliche Anzahl für den Zweck geschulter Pferde, ferner eine Persönlichkeit, welche die Quadrille der Leistungsfähigkeit der Reiter und Reiterinnen angemessen componirt, arrangirt und einstudirt, und endlich müssen sich alle diese Personen allwöchentlich einigemale zu den Proben pünktlich zusammenfinden. Hierdurch werden oft grosse Schwierigkeiten erzeugt, denn das Ausbleiben eines Reiters, einer Reiterin oder eines der Pferde, was durch ein Unwohlsein so leicht herbeigeführt werden kann, veranlasst sofort eine sehr schwer zu überwindende Störung. Ausserdem fällt noch ein Punkt sehr gewichtig in die Wagschale, das ist die Einigung über die Costümfrage, denn soll eine Quadrille von durchschlagender Wirkung sein, so muss sie nicht allein exact, sondern auch in schönen und kleidsamen Costümen in verschiedenen Farben geritten werden, und welche Bedenken in diesem Punkte von der einen oder der anderen Theilnehmerin zu überwinden sind, werden die Damen wohl selbst am besten zu beurtheilen verstehen.

Wenn unglücklicherweise zwei Reiterinnen glauben, dass ihnen gerade die eine Farbe besonders kleid-sam ist, dieselbe jedoch nur von einer der Damen getragen werden darf, so kann dieser Zwischenfall, wenn auch nicht immer zu einer Feindschaft zeit-lebens, so doch zu dem Verzicht einer der Be-theiligten an der Mitwirkung bei der Quadrille führen, welches möglicherweise nach allen Mühen des Einstudirens die ganze Vorstellung im letzten Moment noch in Frage stellt. Es ist sicherlich sehr passend, einen Winterreitkurs, der eine bekannte Gesellschaft monatelang zu gemeinsamer Unter-haltung zusammengeführt hat, mit einer eque-strischen Vorstellung vor geladenen Gästen oder zu einem wohlthätigen Zwecke zu beschliessen, oder eine solche zu einer festlichen Gelegenheit zu arrangiren, aber die Schwierigkeiten, welche sich einem solchen Unternehmen entgegenstellen, sind, wie aus dem Vorhergehenden ersichtlich, sehr grosse. Häufig scheitert auch das Zustandekommen an dem Mangel einer Persönlichkeit, welche zur Leitung geeignet ist und die erforderliche Autorität ver-bunden mit dem gehörigen Tact und hinreichende Energie besitzt.

#### Im Freien.

Zu dem Reiten auf gebahnten Wegen im Freien bleibt kaum noch etwas Anderes hinzuzu-fügen, als dass Damen niemals allein reiten sollen.

Wenn sie keinen Herrn zu ihrer Begleitung haben, so müssen sie wenigstens einen Reitknecht mitnehmen, der ihnen in angemessener Entfernung folgt, denn sie können zu leicht in Lagen gerathen, wo sie ohne männlichen Beistand vollkommen hilflos dastehen, wie beispielsweise, wenn eine Lockerung der Sattelgurte ein Nachgurt erforderlich macht, oder sie aus irgend einem anderen Grunde abzustiegen genöthigt sind. Schliesslich ist auch eine unwillkürliche Trennung vom Pferde nicht unbedingt ausgeschlossen und bei allen diesen Gelegenheiten bedarf die Dame eines Mannes, der sie wieder in den Sattel hebt.

Reitet die Dame ohne Begleitung eines Herrn nur mit dem Reitknecht, so hat dieser in angemessener Entfernung von wenigstens 50 Schritten zu folgen, denn bei einer solchen Reiterin muss man schon eine so hinreichende Reitfertigkeit voraussetzen, dass sie einer Aufsicht und eines Beistandes nicht bedarf, und der Diener in unmittelbarer Nähe macht immer den Eindruck der Unsicherheit. Der eine Dame zu Pferde begleitende Cavalier hat ausser den derselben schuldigen Formen auch noch specielle Pflichten zu erfüllen. Vor dem Aufsteigen hat er die Adjustirung des Pferdes zu revidiren, die Dame dann aus der Hand in den Sattel zu heben, ihr den Bügel auf den Fuss zu geben und das Kleid zu ordnen. Das Aufsteigen der Dame vermittelt eines Sessels oder Trittes

sollte stets vermieden werden, weil ein nothwendiges Ab- und Aufsteigen im Freien, wo man solche Hilfsgegenstände nicht zur Hand hat, den Herrn wie die Dame, wenn sie des Aufsteigens aus der Hand nicht kundig sind, leicht in Verlegenheit bringen können. Der Cavalier steigt erst zu Pferde, nachdem er die Dame in den Sattel gehoben hat und begiebt sich dann neben sie auf die Seite, auf welcher sie ihre Füße nicht hat, das ist gewöhnlich die rechte, da die Damen in der Regel auf der linken Seite des Pferdes sitzen und heutzutage der Sitz auf der entgegengesetzten Seite zu den Ausnahmen gehört. Für den Platz zur Rechten der Dame sprechen ganz gewichtige Gründe. Würde der Herr nämlich auf der linken Seite reiten und böte sich die Gelegenheit, wo er helfend dem Damenpferde in die Zügel greifen müsste, so könnte er eine Berührung der Füße der Reiterin kaum vermeiden. Einerseits läge hierin eine Verletzung des Anstandes, andererseits beeinträchtigte er aber auch die Sicherheit der Amazone gerade in einem Augenblicke, in welchem sie einer besonderen Festigkeit im Sattel bedarf, denn er greift ihrem Pferde ja nur in die Zügel, wenn sie demselben nicht mehr allein Herr zu werden im Stande ist, also in einem Moment, wo sie die ganze Sicherheit des Sitzes unbedingt benöthigt. Allerdings steht dem rechtsreitenden Herrn bei einer solchen Gelegenheit nur die linke Hand zu Gebote, aber der

gewandte Reiter versteht sein Pferd ebenso sicher mit der rechten, wie mit der linken Hand zu führen, und auf der rechten Seite des Damenpferdes kann er sich diesem unbehindert vollkommen nähern. Eine wirklich erfolgreiche Hilfeleistung des Cavaliers bei Verlegenheiten während des Reitens ist übrigens nur in den seltensten Fällen möglich und sollte eigentlich auch niemals nöthig werden, denn man darf in erster Linie eine Dame nicht auf ein Pferd setzen, welches sich seinen Eigenschaften nach nicht zu einem Damenpferde eignet und ferner darf man der Amazone beim Reiten im Freien die Führung ihres Pferdes nicht eher selbstständig überlassen, bevor sie nicht die erforderliche Sicherheit und Reitfertigkeit erlangt hat.

Nach dem Ritte gehört das Herabheben der Dame vom Pferde zu den Pflichten des Cavaliers und der Reiterin ist bei dieser Gelegenheit ans Herz zu legen, nicht vom Pferde herabzuspringen, sondern sich wie beim Aufsteigen der Hilfe des Herrn zu bedienen und sich, sobald sie in seinen Händen steht, erst einen Moment kerzengerade aufzurichten und dann erst niederzutreten, denn ein degagirtes Absteigen in dieser Weise nimmt sich immer sehr graciös aus und die Dame macht dabei auf den Zuschauer den Eindruck einer sicheren und gewandten Reiterin.

## Auf der Jagd.

Je sicherer sich die Dame im Sattel fühlt, desto mehr wird sie sich darnach sehnen, die ebenen Strassen zu verlassen, um sich auch über Hindernisse im Terrain zu bewegen. Wenn auch die Damensättel neuerer Construction sämmtlich mit dem sogenannten Jagdhorn versehen sind, so giebt es doch immer noch Persönlichkeiten, welche die Benutzung dieser Einrichtung für gefährlich halten. Wir müssen jedoch die Damen darauf aufmerksam machen, dass sie sich nicht auf einem anderen Sattel als auf einem solchen mit Jagdhorn ins Terrain wagen, denn nur diese Einrichtung gewährt Sicherheit im Sitz, vornehmlich beim Sprunge über Hindernisse von einiger Bedeutung. Die meisten Geschichten vom Hängenbleiben des Reitkleides an der Gabel des Sattels und vom Geschleiftwerden sind Märchen, denn der Stoff der Amazone ist nicht so fest, dass er nicht zerreißen würde, wenn ein Centner — und so viel wiegt wohl jede Dame — hineinfällt; Unglücksfälle können überall vorkommen und kommen auch vor, aber nur nicht gerade in besonders grosser Zahl beim Reiten auf dem Damensattel mit Jagdhorn. In Folge dieser unvergleichlichen Erfindung und des durch dieselbe erlangten ruhigen und festen Sitzes reiten Damen häufig Pferde, die nur von wenigen Herren zu meistern sind, und solche Damen, welche sich nicht nur vom Pferde spazieren tragen lassen, sondern wirklich reiten können,

erlangen nicht selten eine Kunstfertigkeit, wie man sie nur bei den besten Reitern findet. Wenn man unter diesen Verhältnissen auch keine besondere Kategorie von Pferden ausschliesslich als Damenpferde bezeichnen kann, so giebt es aber doch Eigenschaften, welche ein Thier mehr oder weniger geeignet machen für den Gebrauch unter dem Damensattel. Ein gutes Damenpferd muss den leichteren Schlägen angehören, muss sich von Natur im Gleichgewicht tragen, muss sicher auf den Beinen sein, ein lebhaftes Temperament haben ohne heftig zu werden, muss eine gleichmässige und bestimmte, aber leichte Anlehnung an die Hand nehmen, es darf aber nicht scheu sein, denn ein kurzes Umkehren und unerwartete heftige Seitensprünge können auch eine Reiterin auf einem Satte mit Jagdhorn aus dem Sitz bringen.

Obgleich im Eingange schon von dem Anzuge der reitenden Dame die Rede war, so nehmen wir doch an dieser Stelle, wo beim Reiten im Terrain auch das Ueberwinden von Hindernissen zur Geltung kommt, Gelegenheit, noch einmal speciell auf die Kopfbedeckung zurückzukommen, weil diese unter den vehementen Bewegungen am meisten zu leiden hat, deshalb ganz besonders fest auf dem Kopfe sitzen muss. Eine galoppirende Dame mit verschobenem oder hinten herabhängendem Hut ist immer, selbst im elegantesten Anzuge und auf dem schönsten Pferde, eine lächerliche Erschei-

nung, welche dem Publicum Veranlassung zu spöttischen Bemerkungen giebt. Der Hut kann nur wirklich fest sitzen, wenn er sich genau an die Form des Kopfes anschliesst, und um diese Bedingung zu ermöglichen, muss die Reiterin das Haar entweder in einem Netz oder in einem kurzen Zopf unter dem Hut herabhängend tragen. Am besten schliesst der viel angegriffene Cylinder an die Kopfform an, wenn er nach Mass gearbeitet ist; deshalb wählen die meisten Jagdreiter und Jagdreiterinnen, weil sie voraussichtlich heftigen Bewegungen ausgesetzt sind, doch immer den verpönten Cylinder als Kopfbedeckung. Nebenher passt auch gar keine andere Hutform so gut zur einfachen, dunklen Amazone. Vielleicht spricht sich in dieser Ansicht ein durch die Gewohnheit verdorbener Geschmack aus, derselbe muss aber in den weitesten Kreisen Verbreitung gefunden haben und fest eingewurzelt sein, denn trotz aller Anfeindungen ist es immer noch nicht gelungen, den Cylinder selbst von seiner Höhe auf den Herrenköpfen zu stürzen.

Nächst der cylindrischen Form ist der niedrige runde Hut mit steifem Rande zum Reiten der geeignetste, weil auch er, nach dem Kopfe gearbeitet, festsitzt. Die Amazone ziert beide Hutformen mit einem Schleier, den niedrigen Hut auch wohl mit einer Feder. Ein elegantes Barett ist allenfalls noch anwendbar, besonders auf dem Kopfe

einer hübschen, jungen Dame, aber alle anderen Formen, welche nur künstlich mit Nadeln und Gummischnüren auf der Frisur erhalten werden, sind ganz untauglich für solche Damen, die sich nicht nur in den ruhigsten Gangarten auf geebneten Strassen bewegen wollen, um sich bewundern zu lassen, sondern ihren Genuss hinter den Hunden im Terrain suchen. Man wird es gewiss keiner Dame, also auch keiner Reiterin übel nehmen, wenn sie trachtet, sich möglichst geschmackvoll zu kleiden, aber man kann von ihr nicht verlangen, dass sie eine zweckmässige Kopfbedeckung meidet, weil diese nicht das Glück hat, allgemein zu gefallen. Ehe nicht ein Hut erfunden ist, welcher durch praktischen, festen Sitz und elegante Form den Cylinder übertrifft, wird man diesem seine Herrschaft auf dem Kopfe der Jagdreiterin nicht rauben können.

Gebietet die Dame über die nöthige Reitfertigkeit und folgt den vorstehend gegebenen Winken, so kann sie ohne Gefahr sich den Genuss des Reitens im Terrain gestatten. Da hier auf dem Continent jedoch nur wenigen Damen die Gelegenheit zur Theilnahme an den Parforcejagden, dem Verfolgen eines Stückes Wild durch Hunde auf seiner Fährte, denen sich die Reiter anschliessen, geboten ist, so müssen sich die meisten, welche dem Vergnügen nicht ganz entsagen wollen, mit der Betheiligung an Schnitzeljagden und Schleppjagden

begnügen, die ohne grosse Vorbereitungen fast überall zu veranstalten sind. Bei der Schnitzeljagd übernimmt ein Reiter die Stelle des Fuchses, reitet nach seinem Ermessen durch das Terrain und streut während dem aus einem Sack Papierschnitzel. Zwei andere Herren übernehmen die Stelle der Meute, indem sie, nachdem man dem Fuchs einen angemessenen Vorsprung gelassen hat, demselben auf dem durch die Papierschnitzel bezeichneten Wege zu folgen und ihn schliesslich einzuholen suchen, und diesen beiden Herren schliesst sich die Jagdgesellschaft an. Bekommt man endlich den Fuchs in Sicht, so trachtet man ihn zu fangen, d. h. ihm den an der Schulter angesteckten Fuchsschwanz zu entreissen, womit der Ritt seinen Abschluss gefunden hat.

Ungleich interessanter und der wirklichen Parforcejagd viel ähnlicher ist die Schleppjagd. Bei dieser ist das verfolgte Wild ein fingirtes, seine Witterung und die Richtung seines Laufes werden künstlich hergestellt, indem ein Mann zu Fuss oder zu Pferde an einer Schnur ein Stück Fleisch oder einen mit Anisöl betropften Hasenbalg über die zum Ritte ausersehene Strecke schleift. Dem auf dem Boden in den Grashalmen zurückbleibenden Geruch folgen die Hunde ebenso wie der Fährte des Wildes, nur mit dem Unterschied, dass sie auf der Schleppe in der Regel stumm jagen, während sie auf der Fährte des Wildes „Hals geben“.

Ist die Schleppe auf eine geschickte und sachkundige Weise gezogen und wurde zum Schluss auf irgend eine Art ein Stück lebendes Wild bereit gehalten, um dasselbe von den Hunden fangen zu lassen, so muss jeder Unbefangene der Ueberzeugung sein, dass er von Anbeginn dieses Wild gejagt habe. Mit einer gut eingejagten Schleppmeute hat man es in der Hand, jede Art von Parforcejagd genau nach den Eigenthümlichkeiten der verschiedenen Wildarten nachzuahmen.

Da der Geruch des Pferdehufes ein sehr penetranter ist, so erleichtert man den Hunden ihr Geschäft, wenn man die Schleppe von einem oder besser noch von mehreren Fussgängern ziehen lässt. Soll der Ritt von grösserer Ausdehnung sein, so empfiehlt es sich, einige Leute von verschiedenen Punkten aus gleichzeitig, von Jedem derselben einen Theil der Strecke mit der Schleppe abgehen zu lassen, weil ein einzelner Mann so lange Zeit zum Zurücklegen der ganzen Entfernung brauchen würde, dass der Geruch sich am Anfang schon wieder verflüchtigte, ehe der Fussgänger das Ende erreicht hätte, und früher kann der Ritt nicht beginnen, weil man sonst bei dem schnellen Galopp den Schleppenzieher einholen würde.

Man unternimmt das Reiten auf der Schleppe aus verschiedenen Gründen: entweder wenn man nicht über das zur Parforcejagd erforderliche Terrain gebietet; wenn so viel Wild vorhanden ist, dass

man nicht einem bestimmten Stücke folgen kann, ohne andere derselben Gattung aufzujagen; wenn man gezwungen ist, die Berührung gewisser Feldmarken zu vermeiden, oder wenn es in der Gegend an natürlichen Hindernissen fehlt, die Jagdgesellschaft aber ihr Vergnügen an einem Ritte hinter den Hunden über eine Anzahl von Gräben, Hecken und anderen Hindernissen findet. In der Regel wird man die Jagd auf lebendes Wild, wenn sich in gutem Jagdterrain die Gelegenheit dazu findet, der Schleppe vorziehen, denn wenn auch beide während des Rittes in ihrer Erscheinung äusserst ähnlich sind, so bietet die Parforcejagd dennoch von Anfang bis zum Ende eine grössere Spannung. Niemand kennt den Weg, den das flüchtige Wild genommen hat, man weiss nicht, ob die Hunde auf der richtigen Fährte sind und bleiben werden, ob ihnen, falls sie dieselbe verlieren, das Wiederfinden gelingen wird. Das Halali steht immer in Frage. Und zu allen diesen Möglichkeiten gesellt sich noch die tief im Herzen Vieler begründete Lust an der Verfolgung; bei der Parforcejagd wird also nicht allein dem Vergnügen des Reitens, sondern auch der Leidenschaft des Jägers Genüge gethan.

Da die Jagd zu Pferde unbestreitbar die beste Gelegenheit zur Ausbildung im praktischen Reiten bietet, diese Gelegenheit aber in Oesterreich-Ungarn und in Deutschland nur in einzelnen Fällen zu finden ist, so sieht man sich dort, wo man auf

das Reiten hinter den Hunden nicht verzichten will, zur Schleppjagd gezwungen. Für eine junge Reiterin kann diese sogar eine bessere Schule als die Parforcejagd sein, sobald die Leitung sich in der Hand eines Mannes befindet, der aus diesem Sport einen systematischen Unterricht im Terrainreiten zu machen versteht. Man kann mit einem leichten Terrain beginnen, anfangs nur wenige, nicht schwierige Hindernisse und Wendungen in die Bahn legen; je sicherer Reiter und Hunde werden, desto schwieriger wird der Ritt, desto grösser wird die Distanz gemacht.

Ein recht gutes englisches Werk: „The Book of the Horse“ von Sidney spricht sich auch über diese Art des Reitens aus. Der Verfasser sagt unter Anderem: „Die Schleppjagd macht jungen Reitern Herz. Sie lehrt den Kopf des Pferdes festhalten und in vollem Galopp in demselben Augenblick, wo man in eine Einzäunung hineinspringt, sich entschliessen, auf welcher Stelle man wieder hinauspringen will. Eine nicht zu schnell gerittene Schleppjagd ist auch eine sehr gute Schule für junge Pferde. Dieselben werden im Springen geübt und an die Hunde gewöhnt. Es gehört aber Ruhe und ein kalter Kopf dazu, um einem Vierjährigen nicht zu viel zuzumuthen, wenn man sich mit ihm auf einem guten Platz in der vorderen Reihe befindet. Meuten zu Schleppjagden müssten in denjenigen Gegenden des Continents eingeführt werden, wo das

Vorurtheil der Grundbesitzer und die Gesetze gegen Feldbeschädigung die wirkliche Jagd unmöglich machen."

Diese von dem erfahrenen Engländer ausgesprochenen Ansichten sind sehr wichtig; sie zeugen von der genauen Kenntniss der Sportverhältnisse auf dem Continent, und es wäre zu wünschen, dass sie allgemeine Verbreitung und Anerkennung fänden.

Die Schleppjagd ist übrigens durchaus keine Erfindung der Neuzeit. Englische Schriften erwähnen ihrer schon unter der Regierung der Königin Anna, in den ersten Jahren des 18. Jahrhunderts; in neuerer Zeit sind sie in England selbst und in den englischen Colonien nur wieder mehr in Aufnahme gekommen, und zwar liegt dort der Grund zum Betriebe derselben allein in dem Vergnügen, welches der Engländer an dem Ueberwinden vieler Hindernisse bei einem Ritte hinter den Hunden findet.

Hier und in Deutschland verbindet man mit der Schleppjagd zuweilen auch eine Prüfung der Jagdpferde, indem man sie am Schlusse zu einem freien Rennen werden lässt. Der theilnehmenden Gesellschaft wird vor dem Abritte das Ziel gezeigt. Die Reiter folgen dann dem Master hinter den Hunden, bis dieser an einer ihm allein bekannten Stelle die Hunde seitwärts von der Linie abbiegen lässt und gleichzeitig ein Zeichen giebt, nach welchem die Theilnehmer auf einer wie zur Steeple-

Chase durch Flaggen bezeichneten Bahn dem Ziele zueilen. Ein solches Schleppjagdrennen wurde vor einigen Jahren von der Budapester Parforcejagd-Gesellschaft bei Gödöllö geritten, an welchem sich auch die Kaiserin betheiligte und schliesslich als Erste das Ziel passirte.

Passionirte Reiterinnen, welchen die Gelegenheit geboten ist, den Hunden hinter dem Wilde folgen zu können, werden sich diesen Genuss bestimmt nicht entgehen lassen und sie haben dazu keine anderen Vorbereitungen wie zu den Schleppjagden zu treffen.

Schliesslich haben wir noch eines Reitsport Erwähnung zu thun, an welchem sich in früheren Zeiten die vornehmen Damen mit Vorliebe betheiligten, das ist die Falkenbeize. Heute ist allerdings zur Betheiligung an diesem Sport noch weniger Gelegenheit als zur Parforcejagd, denn ausser einigen wenigen Orten im südlichen Frankreich, Loo, einem Privatbesitz des Königs von Holland, und den Besitzungen des Herzogs von Bedford und des Bord Barnars in England ist uns kein Platz in Europa bekannt, an welchem die Falkenjagd betrieben wird. Sie ist der Hetze mit Windhunden sehr ähnlich, denn wie bei dieser der Hund das gehetzte Stück Wild, sei es nun ein Hase oder ein Fuchs, im Auge behält, demselben auf der Erde folgt und es zu fangen sucht, so fliegt der Falke in der Luft hinter dem Reiher oder dem ihm zum

Fange gezeigten Vogel, bis er ihn erreicht, tötet, verwundet oder ermüdet zu Fall bringt; die Reiter folgen hier wie dort der Jagd zu Pferde.

Wie die Fuchsjagd die beliebteste unter den Parforcejagden, so ist die Reiherbeize die nobelste Jagd mit den Falken. Wurde der Reiher nicht getötet, sondern nur verwundet aus der Luft zur Erde niedergebracht, so trachtet man ihn zu curiren, und nachdem ihm ein silberner Ring mit dem Ort, Datum und Namen des Beizherrs um die Wurzel eines Ständers gelegt ist, setzt man ihn wieder in Freiheit. Es ist bekannt, dass solche wieder losgelassene Reiher zum zweitenmale in weit entfernten Ländern wieder gefangen oder auch wohl geschossen wurden.

Ausser dem Reiher sind früher Trappen, Enten, Repphühner, Raben, Krähen, Elstern und sogar auch vierfüssige Thiere gebeizt worden. Die Falkerei stand in vergangenen Jahrhunderten in so hohem Ansehen, dass unter Anderem Karl V. zu Anfang des 16. Jahrhunderts die Insel Malta den Johannitern für die jährliche Lieferung eines weissen Falken zu Lehn gab, und in Deutschland errichtete der Hochmeister des deutschen Ritterordens „Konradin von Jungingen“ am Ende des 14. Jahrhunderts eine eigene Falkenschule beim Ordenshause. Aber diese Zeiten der Blüthe liegen eben in fernen Jahrhunderten.

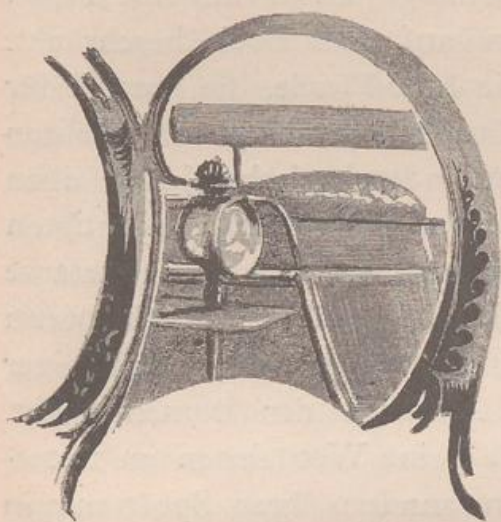
---

DAS FAHREN.

---



## DAS FAHREN.



aturgemäss kann sich der Fahrsport der Damen nur in sehr engen Grenzen bewegen, weil nur verhältnissmässig wenige vom Schicksal mit so viel Mitteln gesegnet sind, als zur Beschaffung und zur Unterhaltung alles dessen erforderlich ist, was zur Ausübung dieses Sport vorhanden sein muss, und diejenigen, welche sich in dieser glücklichen Lage befinden, sind trotzdem noch durch andere Umstände an dem selbständigen Genusse ihres Vergnügens behindert, denn man kann wohl schwerlich bei Damen die nothwendigen Kenntnisse zur Beurtheilung der anzukaufenden Pferde, zu deren Zusammenstellung, zum Einfahren der Thiere, zur Wahl der richtigen Wagen, zum Einspannen und

noch zu vielem Anderen voraussetzen, was als Vorbedingung zur Ausübung des Fahrspport unbedingt angesehen werden muss. Alle diese Sachen, welche von grossem Interesse für den Herrn sind und zum Fahrspport gehören, entbehrt die Dame, deren Vergnügen sich demzufolge allein auf die Functionen des Kutschers auf dem Bock beschränkt, vorausgesetzt, dass sie über Pferde, die speciell für die Damenhand geschult sind, verfügt. Das Fahren verlangt nicht unbedeutende physische Kräfte, denn den Pferden muss, besonders bei der beabsichtigten Zurücklegung einer grösseren Strecke, eine starke Anlehnung an das Gebiss gewährt werden, wenn man sie nicht vorzeitig ermüden will, und zu einer solchen genügt die Armkraft der Damen nicht. Allerdings werden sie keine Wettfahrten zu unternehmen beabsichtigen, sondern ihren Sport nur in dem Lenken der eigenen Gespanne bei Fahrten von kürzerer Dauer suchen.

Damen, welche sich über die Entstehung der Wagen, über deren Bau und über das Fahren im Allgemeinen eingehender unterrichten wollen, werden auf das von demselben Verfasser in demselben Verlage erschienene „Handbuch des Fahrspport“ verwiesen; an dieser Stelle sollen nur noch einige kurze, ausschliesslich auf das Fahren der Damen bezügliche Winke gegeben werden.

Die beliebteste Form für Damenwagen ist der Park-Phaëton, der ebenso elegant für Ponies, wie

für grössere Pferde gebaut werden kann, jedoch dürfen diese die Grösse von 1.57 Meter nicht überschreiten, denn einerseits passen zu hohe Pferde nicht für diese Wagengattung und andererseits ist es auch kein hübsches Bild, wenn eine Dame sehr grosse Pferde selbst führt.

Der Park-Phaëton ist für die Stadt, wie für das Land geeignet. Bei den Rendez-vous zu den Parforcejagden in den Graslandschaften Englands sieht man diese Wagen in tadelloser Ausstattung und Bespannung von reizenden Damen gelenkt ebenso häufig, wie im Hyde-Park in London. Sie sind mit einem Verdeck versehen, welches aufgeschlagen dem weiblichen Kutscher und seiner Begleiterin Schutz gegen schlechtes Wetter gewährt, mit Ausnahme der gerade von vorn entgegengepeitschten Regenschauer.

Ein eleganter Damen-Phaëton darf keine Laternen haben, weil man annimmt, dass eine Dame bei einer Fahrt im Dunkeln sich weder eines solchen Wagens bedient, noch die Zügel selbst führt. Er sieht zwar leicht aus, fährt sich aber trotzdem schwer und hat gar keinen Raum für irgend welches Gepäck. Zur Begleitung gehört entweder ein hübscher junger Bube oder ein kleiner alter Mann, der seinen Platz auf einem rückwärts angebrachten Miniaturesitz hat, oder bei festlichen Gelegenheiten zwei Grooms zu Pferde, selbstverständlich in tadelloser Kleidung. In früheren Zeiten gehörte es zur

Etikette, dass die vornehmen Damen im Park-Phaëton von zwei berittenen Grooms auf Ponies von genau gleicher Farbe und gleichem Schnitt, wie diejenigen vor dem Wagen, begleitet wurden; aber heutzutage ist eine derartige Ausstattung so selten geworden, dass, wenn eine Dame sich einmal in einer solchen im Hyde-Park zeigt, sie selbst dort Aufsehen erregt.

Eine solche Equipage muss von der ausgesuchtesten Eleganz sowohl in Betreff des Wagens und der Geschirre, wie der Pferde sein, so dass sie zu einem der kostspieligsten Luxusgegenstände wird und sogar höher zu stehen kommt, als eine zweispännige Victoria, aber dafür ist sie auch wahrhaft reizend. Wenn auch der behäbige Kutscher und der begleitende Diener Beide durch einen einfachen Groom ersetzt werden, so sind die Kosten dennoch gross, weil die Pferde oder Ponies sehr theuer zu stehen kommen, denn sie müssen das Beste sein, was überhaupt zu beschaffen ist. Ohne Rücksicht auf die Grösse wird von ihnen Blut, Action und Schönheit in Form und Haltung verlangt, sie müssen tadellose Köpfe, Hälse und Schweife haben, mit einem Wort, die idealen Formen des Arabers müssen sich mit einem hohen und praktischen Gange verbinden. Die beiden Pferde müssen in der Farbe, Grösse, Gestalt und in den Bewegungen genau zusammenpassen, lebhaftes Temperament haben und vorzüglich eingefahren

sein. Sie müssen das Ansehen wilder Tiger haben, sich aber so sanft und gehorsam wie ein Soldatenpferd betragen; und wenn sie im Gange auch die Kniee bis zum Gebiss heben, als wenn sie davon stürmen möchten, so dürfen sie doch niemals eine zu feste Anlehnung an die Hand nehmen.

Die Dame führt die lange Peitsche mit dem Sonnenschirm mehr zur Zierde, als zum Gebrauch, denn es ist schwer zu sagen, was hässlicher ist, wenn die Pferde zum Gehen mit der Peitsche angetrieben werden müssen, oder wenn sie so ins Zeug gehen, dass sie die Dame vom Sitz emporziehen. Letztere Art kann vorzüglich sein als Gespann vor einem Herren-Phaëton, aber sie ist ganz ungeeignet für eine Damenhand.

In der Regel führt die Dame im Park-Phaëton ein Ponygespann, ein solches ist aber durchaus nicht eine nothwendige Bedingung für diesen Wagen, der ebenso elegant mit einem Paar grösserer schöner Pferde bespannt sein kann; auch ist die Dame nicht an den Park-Phaëton gebunden, sie kann ebenso gut auf einem Wagen anderer Form die Zügel persönlich ergreifen, wenn nur die Pferde elegant und sehr sicher für eine Damenhand eingefahren sind.

Mehr Vergnügen als das Führen eines Zweigespannes gewährt noch das Fahren eines Viererzuges. Man spannt nicht immer wegen der Schwere der fortzubewegenden Last vier Pferde vor einen

Wagen, sondern häufig ist es nur eine Anforderung des Luxus, dass man vier edle Rosse zu einem ganz leichten eleganten Gefährt benutzt und nur von einem solchen Viererzuge kann beim Damensport die Rede sein.

Vier paarweise vor einander gespannte Pferde werden entweder mit zwei Paar Leitseilen, einem für die Hinter- oder Stangenpferde und einem zweiten für die Vorder- oder Spitzpferde, vom Bock aus geführt, oder ein Kutscher leitet nur die Hinterpferde vom Bock und ein Reiter, „Postillon“, führt die Vorderpferde, auf dem linksseitigen, dem vorderen Sattel- oder Riemenpferde reitend; oder aber die vier Pferde werden ohne Kutscher von zwei Postillonen gelenkt, von denen einer, auf dem hinteren Sattelpferde sitzend, die Stangenpferde, der andere, auf dem Riempferde, die Spitzpferde führt. Für diese drei Arten der Anspannung hat man verschiedene Bezeichnungen. Die beiden Arten mit einem und zwei Postillonen, „demi d'Aumont“, beziehungsweise „double d'Aumont“, sind höchst elegant für vornehme Damen, ebenso wie ein einzelnes von einem Reiter geführtes Paar, „à la d'Aumont“, aber sie sind kein Damensport; als solchen kann man nur vier vom Bock von der Dame geführte Pferde, „four-in-hand“, ansehen und wenn die Pferde kurz gespannt und gut gezäumt, die Vorderpferde ruhig, aber fleissig, die Hinterpferde stark und zuverlässig sind, so gewährt ein solcher Zug

selbst in der Hand einer mit dem Fahren vertrauten Dame vollkommene Sicherheit.

Gewöhnlich spannt man die grösseren und stärkeren Thiere als Stängenpferde und die kleineren und leichteren als Spitzpferde an, jedoch ist man in manchen, allerdings ganz ebenen Gegenden Englands auch nach einem direct entgegengesetzten System verfahren. Man spannte dort nämlich die grossen und starken Pferde voran, weil man behauptete, dass durch die lange und elastische Verbindung der Vorderpferde mit dem Wagen deren Zugkraft bedeutend vermindert und in Folge dessen ihre Leistungsfähigkeit sehr in Anspruch genommen werde, und dass ferner bei kleinen Vorauspferden deren Stränge nicht die erforderliche ansteigende Richtung haben können, was bei leichten Thieren, die mehr mit der Musculatur als durch die Schwere wirken, besonders in Betracht gezogen werden müsse. In bergigen Gegenden unterliegt es keinem Zweifel, dass die stärkeren Pferde an die Deichsel gehören, weil ihnen das trotz Radschuh und Sperre immerhin noch schwierige Geschäft des Aufhaltens obliegt. Bezüglich der Anpannung, um die sich selbst die passionirte Fahrerin doch nur selten bekümmern dürfte, verweisen wir auf das „Handbuch des Fahr-sport“ und wollen hier nur noch einige Winke für die Dame als „Four-in-hand-Kutscher“ hinzufügen.

Es ist nicht leicht, einen Viererzug elegant und sicher zu führen und für eine Dame müssen

die Pferde sehr gut eingefahren sein, denn bei einigermaßen lebhaftem Temperament derselben gehört auch eine gewisse körperliche Kraft dazu, die man bei dem schönen Geschlecht nicht voraussetzen kann. Das Führen eines Viererzuges ist unzweifelhaft für den Fahrer wie für die Fahrerin der grösste Genuss, aber die Zusammenstellung und die Leitung des Zuges ist eine schwierigere Aufgabe, als es für den Laien den Anschein hat. Man kann guten Reitern und Kutschern wohl so Manches durch aufmerksame Beobachtung absehen, aber das Zusammenstellen von vier in jeder Beziehung zu einem Zuge passenden Pferden und das elegante und correcte Führen derselben verlangt sehr viel Pferdekenntniss, ein gesundes Urtheil und die Unterweisung durch einen wirklich erfahrenen und gewiegten Kutscher, dessen Beispiel sowohl nachzuahmen, als auch dessen Vorschriften zu befolgen unerlässlich ist.

Eine Dame kann es wohl dahin bringen, einen gut eingefahrenen Viererzug unter nicht besonders schwierigen Verhältnissen zu führen, aber sie wird niemals den Anspruch erheben können, ein vorzüglicher Kutscher zu sein, denn zu einem solchen gehört nicht allein Muth, Entschlossenheit, ein gutes Auge und eine ruhige und leichte Hand, sondern auch ein stärkerer Arm, ein festerer Rücken und ein grösseres Körpergewicht, als man bei Damen voraussetzen darf.

Auch eine Dame, welche schon zwei Pferde in einem leichten Wagen zu fahren versteht, muss, bevor sie vier Pferde in die Hand bekommt, erst mit einem Paar grosser Pferde vor einem schweren Wagen sicher zu manipuliren und denselben vollkommen in der Gewalt zu haben lernen.

Vier temperamentvolle Pferde zu zügeln, verlangt eine ziemlich bedeutende physische Kraft, so dass selbst Herren, welche ihre Muskeln nicht durch Turnen, Rudern oder ähnliche gymnastische Uebungen gestählt haben, leicht schon in der ersten Viertelstunde der linke Arm ermüden dürfte, vornehmlich solchen, welche nicht in der Lage sind, durch einen grossen und musculösen Körperbau ein ansehnliches Gewicht in die Leinen zu legen. Daraus geht hervor, dass die Leitung solcher Pferde überhaupt nicht für Damen geeignet ist.

Die Haltung der die Zügel führenden Person auf dem Bock ist bei einem Viererzuge von bedeutend grösserem Einflusse als bei jedem anderen Gespanne, denn die vier Pferde sind nicht allein im Auge zu behalten und ihr Gang ist untereinander zu regeln, sondern man muss auch unter allen Umständen in jedem Augenblick bereit sein, bei einem etwaigen Stolpern eines Pferdes oder bei einem heftigen Inszeuggehen einzelner Thiere oder des ganzen Zuges helfend eintreten zu können, und das ist man nur bei einem sicheren Sitz im Stande. Zu diesem Zwecke darf die Dame nicht nach

heutiger unpraktischer Mode nur aufrecht stehend gegen ein schräges Kissen gelehnt sein, sondern sie muss mit den Füßen fest angestemmt bequem sitzen.

Zum Fahren mit Vieren ist auch der Gebrauch der Peitsche von grosser Wichtigkeit. Die Handhabung der langen Schnur ist aber sehr schwierig und deshalb muss die Führung der grossen Peitsche, welche man für Damen möglichst leicht herzustellen trachtet, zuerst ohne Pferde von einem hohen bockartigen Sitze vollkommen sicher erlernt werden. Jeder Theil der Peitsche vom Handgriff bis zum Schmitz verlangt eine sorgfältige Behandlung. Die Dame muss, wie überhaupt jeder Kutscher eines Viererzuges, ohne ein anderes Pferd zu berühren, mit offener Peitschenschnur jeden Punkt der Vorderpferde treffen, wie auch mit halb zusammengeschlagener Peitsche jedes der Hinterpferde strafen, oder sie mit ganz aufgewickelter Schnur nur leicht aufmuntern können. Die Peitsche spielt eine so grosse Rolle beim Fahren mit Vieren, dass Niemand als ein vollendeter Kutscher anzusehen ist, der dieselbe nicht ohne Ueberlegen ganz nach Belieben schnell wie der Blitz auf- und abrollen kann und sich in ihrem Gebrauch vollkommen sicher fühlt. Da zu diesem Geschäft aber nicht allein Geschicklichkeit, sondern immerhin auch eine gewisse Armkraft erforderlich ist, so muss das Führen der Peitsche für eine Dame doch mit grossen Schwierigkeiten verbunden sein.

Ein grosser Fehler ist das Spielen mit der Peitsche und ihr Gebrauch in auffallender Weise. Dazu gehört das oft wiederholte Auf- und Abrollen der Peitschenschnur, das unzeitige Antreiben der Vorderpferde, wodurch sie in der Regel zu viel thun, leicht aus der Hand gehen und sich unnöthig schnell ermüden; ferner das Stören der Stangenpferde in ihrer Arbeit mit halb umgeschlagener Schnur ohne besondere Veranlassung, nur um die Peitsche zu gebrauchen, und ähnliche unnöthige Manipulationen, durch welche die Ruhe und der Gang der Pferde nur zwecklos gestört wird.

Geduld ist für die Anfängerin eine grosse Hauptsache. Während der ersten Lectionen muss sie neben dem Lehrer auf dem Bocke sitzen, ohne die Leitseile in die Hand zu nehmen, muss aber auf jede seiner Bewegungen achtgeben und sich seine Anleitungen genau einprägen. Für die sich zum Fahren ausbildenden Damen sind die Schmeichler sehr gefährlich, weil diese sie an eine noch nicht vorhandene Geschicklichkeit glauben machen, wodurch sie die Geduld verlieren und voreilig weitere Fortbildung begehren, ehe sie wirklich die erforderliche Sicherheit in der Ausführung des bis dahin Gezeigten erlangt haben. Führt die Anfängerin die Leitseile erst selbst, so sollte sie nicht aus falscher Scham versuchen, weiter zu fahren, sobald ihr etwa der linke Arm ermüdet, sondern lieber die Pferde in den Schritt fallen lassen und zur

eigenen Erholung eine Pause eintreten lassen, denn sie macht durch eine Reihenfolge kurzer Lektionen, bei denen sie frisch bleibt, entschieden mehr Fortschritte, als durch einige lange Uebungen, bei denen ihre Armmuskeln ermüden und sie Schmerzen erduldet anstatt Vergnügen zu genießen.

Den Stangenpferden hat die Fahrende die meiste Aufmerksamkeit zuzuwenden, denn sie haben die Hauptarbeit zu verrichten. Das Anziehen und Aufhalten des Wagens, sowie das Wenden desselben ist ihre Aufgabe, und bei diesen Gelegenheiten ruhen die Vorderpferde, sie gehen mit lockeren Strängen. Steht der Zug zum Fahren bereit und hat die Controle stattgefunden, dass jedes Pferd richtig geschirrt und gezäumt ist, so besteigt die Dame den Bock und die Grooms bleiben noch so lange vor den Pferden stehen, bis sie ihre Kleider geordnet, sich in die gehörige Position gesetzt, die Leinen derart gerichtet hat, dass die Vorderpferde beim Antreten frei vor den Ortscheiten stehen, ohne in den Kummeten zu liegen, und sie das Zeichen zum Anfahren giebt. Gerade dieser Punkt wird häufig vernachlässigt, obgleich er höchst wichtig ist, sowohl für einen vom Gentleman, wie für einen von einer Dame geführten Viererzug, und aus diesem Grunde sollte man ein besonderes Gewicht auf seine genaue Ausführung legen.

Die Leitseile müssen während der ganzen Fahrt so in der Hand der Dame liegen bleiben, wie sie

dieselben beim Anfahren gerichtet hat. Die rechte Hand wird in Bereitschaft gehalten, um in jedem Augenblicke von oben vor der Linken in die Leinen greifen und den Zug zum Stehen bringen zu können. Auf diese Art hat die Dame einen für sie eingefahrenen Zug stets vollkommen in der Hand. Der Prüfstein für die Geschicklichkeit einer jungen Fahrerinnen ist das Anhalten auf Commando in einem Augenblicke, wo sie es am wenigsten erwartet.

Die ersten Fahrlektionen, das Anfahren, Halten und Wenden nach allen Seiten, müssen so lange fortgesetzt werden, bis die Anfängerin mechanisch und instinctmässig alle Anforderungen ohne Fehler ausführt. Zum Beginn des Unterrichts wählt man natürlich einen Zug alter, eingefahrener Pferde, welche ihr Geschäft genau verstehen und dem leisesten Winke Folge leisten.

Wenn die Dame nun auch diesen Zug zu führen im Stande ist, so darf sie sich doch nicht eher als ausgebildet betrachten, bis sie nicht einen Zug jüngerer, frischer, allerdings auch bereits eingefahrener Pferde sicher zu leiten vermag. Anfangs wählt man ebene und möglichst verkehrsfreie Strassen, erst wenn die Dame die Pferde in allen Lagen sicher in der Hand hat, darf sie sich in belebte Orte wagen. Wenn erfahrungsmässig auch das Publicum zu Fuss und zu Wagen in der Regel einem Viererzuge und vornehmlich einem solchen, der von einer Dame geführt wird, bereitwillig aus-

weicht, so darf sich dieselbe doch nicht auf dergleichen Gefälligkeiten verlassen. Ebenso darf sich die Anfängerin erst in hügeliges Terrain begeben, nachdem sie vollkommene Sicherheit beim Fahren in der Ebene erlangt hat.

Bezüglich der Behandlung der Vorderpferde lässt sich wohl als feststehende Regel aufstellen, dass sie beim Antreten weder ziehen, noch ihnen die Ortscheite an die Beine schlagen dürfen; wie aber die Stangenpferde bergab zu führen sind, wann sie den Wagen aufzuhalten haben, wann die Hemmschraube in Thätigkeit zu setzen und wie die Schnelligkeit des Ganges zu regeln ist — über alle diese sehr wesentlichen Punkte lassen sich keine allgemein und überall massgebenden Bestimmungen aufstellen, ihre Behandlung ist nur durch lange Uebung an der Seite eines erfahrenen und vorurtheilsfreien Lehrers zu erlernen.

Schliesslich ist noch zu erwähnen, dass der geübte und perfecte Kutscher die vier Leinen einzeln in der Hand führt, dass es für die Dame jedoch geeigneter erscheint, wenn jeder Zügel der Vorderpferde in der entsprechenden Länge unmittelbar an der Hand mit dem correspondirenden Zügel der Hinterpferde durch sogenannte „Frösche“, kurze Schnallstücke, zusammengeschnallt wird, so dass die zarte Damenhand auf diese Weise eigentlich nur zwei Zügel zu führen hat.

---

# INHALT.

	Seite
Vorwort . . . . .	V
Einleitung . . . . .	1
1. Sportarten, welche auf der Stelle betrieben werden.	
Die Gymnastik . . . . .	35
Der Turnunterricht . . . . .	69
Das Fechten (von Jean Hartl) . . . . .	79
Das Assaut . . . . .	99
Das Ballspiel . . . . .	111
Lawn Tennis . . . . .	115
Das Spiel unter Zweien . . . . .	123
Bei ungleichen Kräften . . . . .	128
Ein Spiel von drei und mehr Spielern . . . . .	129
Badminton . . . . .	131
Croquet . . . . .	133
Utensilien . . . . .	135
Das Spiel . . . . .	136
Regeln . . . . .	139
Das Croquieren . . . . .	143
Das Schwärmen . . . . .	144
Der Anzug . . . . .	146
Das Schiessen . . . . .	152
Das Bogenschiessen . . . . .	153
Der Gebrauch des Bogens . . . . .	159
Das Schiessen mit der Feuerwaffe . . . . .	167
Das Fischen . . . . .	183

## 2. Sportarten, welche eine Ortsveränderung bedingen.

	Seite
Das Fussgehen . . . . .	197
Der Training . . . . .	200
Die Gebirgstour . . . . .	211
Der Anzug . . . . .	214
Das Gleiten . . . . .	221
Der Eissport . . . . .	225
Der Anzug zum Eislauf . . . . .	234
Das Schlittschuhlaufen . . . . .	246
Das Schlittenfahren . . . . .	253
Der Rollschuhlauf . . . . .	259
Das Schwimmen . . . . .	277
Das Bootfahren . . . . .	311
Das Rudern . . . . .	329
Segeln . . . . .	334
Das Dreirad . . . . .	341
Das Reiten . . . . .	361
Das Reitcostüm . . . . .	364
Zu Pferde . . . . .	368
In der Reitschule . . . . .	369
Im Freien . . . . .	374
Auf der Jagd . . . . .	378
Das Fahren . . . . .	391

---

## ILLUSTRATIONEN.

	Seite
1. Initiale <i>W</i> . . . . .	1
2. Initiale <i>D</i> . . . . .	35
3. Ansicht einer Turnhalle . . . . .	57
4. Grundriss der Turnhalle . . . . .	57
5. Ein Schaukelring . . . . .	61
6. Der Rundlauf . . . . .	62
7. Neuere Einrichtung des Rundlaufseiles . . . . .	62
8. Die Hang- und Stützschaukel . . . . .	65
9. Der Ballkorb . . . . .	66
10. Initiale <i>F</i> . . . . .	79
11. Dame im Fechtcostüm . . . . .	81
12. Ein Fleuret . . . . .	82
13. Die en garde-Stellung . . . . .	84
14. Initiale <i>I</i> . . . . .	111
15. Der Lawn Tennis-Spielplatz . . . . .	117
16. Ein eiserner Fuss für die Netzstangen . . . . .	119
17. Ein Ballnetz (Racket) . . . . .	119
18. Spielplatz für drei und mehr Lawn Tennis-Spieler . . . . .	130
19. Croquethammer . . . . .	135
20. Ein Croquetpflock . . . . .	136
21. Die Einrichtung des Croquetplatzes . . . . .	137
22. " " " . . . . .	138
23. Initiale <i>E</i> . . . . .	152
24. Ein Bogen . . . . .	153
25. Ein Pfeil . . . . .	155
26. Ein Gürtel . . . . .	156
27. Eine Armschiene . . . . .	157
28. Ein Handschuh . . . . .	158
29. Eine Markirkarte . . . . .	159
30. Eine Scheibe . . . . .	160
31. Eine Dame zielend . . . . .	164
32. Eine Dame im Schiesscostüm . . . . .	166

	Seite
33. Initiale V . . . . .	183
34. Ein Tellernetz . . . . .	191
35. Initiale L . . . . .	107
36. Initiale S . . . . .	225
37. Schlittschuh mit Lederkappe . . . . .	232
38. Stiefel mit Befestigungsstiften . . . . .	232
39. Halifax-Schlittschuh . . . . .	235
40. Bogen auf der rechten auswendigen, linken inwendigen Kante . . . . .	250
41. Bogen rechts und links auswendig . . . . .	251
42. Uebersetzen . . . . .	251
43. Die Drei . . . . .	252
44. Initiale A . . . . .	259
45. Stellung der Füße . . . . .	267
46. Uebertreten . . . . .	267
47. Initiale O . . . . .	277
48. Ein Schwimmbassin . . . . .	284
49. Anfängerin an der Angel . . . . .	291
50. Der Kopfsprung . . . . .	299
51. Eine Schwimmerin auf dem Rücken . . . . .	303
52. Eine Schwimmerin pudelnd . . . . .	305
53. Senkrechte Stellung zur Wage . . . . .	306
54. Horizontale Lage in der Wage . . . . .	306
55. Initiale U . . . . .	311
56. Eine Dame im Rudercostüm . . . . .	320
57. Der Inrigger . . . . .	325
58. Der Outrigger . . . . .	325
59. Eine Dame im correcten Rudersitz . . . . .	321
60. Initiale M . . . . .	349
61. Ein Cheylesmore Tricycle . . . . .	345
62. Ein doppelsitziges Dreirad . . . . .	351
63. Eine Dame auf dem Dreirad . . . . .	353
64. Zwei Personen hintereinander auf dem Dreirad mit zwei Steuerrädern . . . . .	355
65. Initiale Z . . . . .	361
66. Initiale N . . . . .	391









P  
06

*Heydebrand, Sammen-S*

KOS  
1703