



UNIVERSITÄTS-
BIBLIOTHEK
PADERBORN

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

Vorwort.

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

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.

