**Zeitschrift:** Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

**Herausgeber:** Sauter'sches Institut Genf

**Band:** 15 (1905)

**Heft:** 12

**Artikel:** Ueber Spiele im Freien [Fortsetzung und Schluss]

Autor: [s.n.]

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-1038384

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 01.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

gangen, und nicht sie sind es, die Euch zu dem gemacht haben, was Ihr Kinder Europas, heute seid. Der größte Teil unserer Industrien, wenn sie auch von uns in vieler Beziehung Beränderungen ersahren haben, versdanken wir den alten Griechen und Kömern. Sie haben uns die Art und Weise uns zu kleiden gelehrt, unsere Wohnungen zu bauen, uns zu ernähren und zu verteidigen, und leider auch, uns unter Brüdern der gleichen Menschheit zu bekriegen.

Sie sind es, die alten Griechen und Römer, die uns viele unserer jetzt noch bestehenden moralischen und intellektuellen Auffassungen und Begriffe überliefert haben. Die Grundbegriffe der Gerechtigkeit, die Baterlandsliebe, die Familiengesetze, mehrere unserer politischen Institutionen, die Künste und die Literatur, sie sind von ihnen auf uns übergegangen.

Aber auf einmal hat ein Sturmwind über alle diese kostbaren Güter geweht und gedroht alles hinwegzusegen und alles zu vernichten. Das unwissende und abergläubische Mittelalter ist gekommen und es wurde für lange Zeit Nacht in unserer Geschichte. Die Zukunft der Menschheit wurde damals wieder in Frage gestellt. Das Elend war schrecklich, die Pest und die Hungersnot wüteten und forderten ihre Opfer unter den christlichen Völkern, die über dies unter dem Schrecken und Greuel der Invasion der Horden der Barbaren zu leben hatten. Die Ueberlieferungen der Industrie, der Lites ratur und der Künste schienen gänzlich verloren gehen zu müssen.

Die Menschen gruppierten sich unter einen Führer, der unter dem Vorwande sie zu besschützen, sie nur zu gegenseitigem Krieg führte. Der Bauer ward durch die Feudalherrschaft zum Knecht, zum Stlaven des Bodens, den er zu befruchten hatte. Das Leben und die Freisheit des Menschen waren unabläßig bedroht.

Er ernährte sich eben so schlecht wie in den ersten Tagen seiner Geschichte. Während mehseren Jahrhunderten trat ein Stillstand ein in der Zivilisation, welche für immer wieder zu verschwinden drohte.

Aber die Widerstandskraft des Menschen ist groß. Er nimmt sich wieder zusammen und nimmt von Neuem die unterbrochene Arbeit wieder auf. Die Werkstätten und die Schulen öffnen sich wieder. Gewisse, von den Städten erlangte Freiheiten erlauben nach und nach wieder die unabhängige und fruchtbringende Arbeit. Von einem Ende von Europa zum andern zeigen sich Symptome einer Wiedergeburt des Geistes und eines Wiederauslebens der Arbeit. Die Buchdruckerkunst ist ersunden und die Bücher bringen bis in die sernsten Dörfer den befruchtenden Samen des Gebankens.

Alles was verloren gegangen war findet sich wieder, Neues wird hervorgebracht; im Stillen bereitet sich eine soziale Revolution vor, welche endlich losbricht und überlebte Institutionen wegräumt, welche die Verbreitung des Fortschrittes hinderten. Leider hat dieselbe in blinder Buth zu viele unschuldige Opfer gessordert.

Von da an nehmen die Entdeckungen und Erfindungen in riesigem Maßstabe zu. Alles, was Euch, Kinder, heute die Freude und das Wohlbehagen Eueres Lebens macht, ist das Werk des vorigen neunzehnten Jahrhunderts.

(Schluß folgt.)

# Neber Spiele im Freien

(Fortsetzung und Schluß)

Motto: Mens sana in corpore sano.

Auf deutschen Universitäten ist der größte Stolz ihrer verschiedenen Studenten-Berbindunsgen, die besten Schläger und Raufer zu be-

süge des Fechtens auch ganz gut zu schätzen, aber der Ehrgeiz geht dort weiter. Eine Hochsichtlich will die andre an Geschicklichkeit überstreffen, und es finden daher alle Jahre große Wettspiele zwischen ihnen statt. Weltbekannt ist das Achterrennen auf der Themse zwischen den beiden Rivalinnen Oxford und Cambridge, ebenso die Fußballs und Cricketmatches dieser beiden Pflanzstätten der Wissenschaft und des Sports. Alle größeren Tageszeitungen bringen jedesmal spaltenlange Berichte über den Berslauf derselben.

Bum Glück hat sich auch bei uns schon vieles zum Besseren gewendet, und seit vielen Jahren bestehen in sehr vielen deutschen Unipersitätsstädten akademische Turnvereine, welche unablässig zur Verbreitung der Turnkunst tätig sind. Man werse mir in dieser Hinsicht nicht den Philister vor, der jedes seuchtfröhliche Treiben eines flotten Burschen benörgelt, im Gegenteil, ich gönne ihm von ganzem Herzen die goldene, blühende Zeit der Jugend; der Zweck dieser Abhandlung soll eben sein, mehr auf Spielbank "schwitzen" statt auf der Biersbank "sitzen", drum: "Burschen heraus!"

Man wird vielleicht fagen, das fei alles recht schon und gut, aber auf deutsche Berhältniffe nicht anzuwenden. Dieser Ginwurf mag wohl eine gewisse Berechtigung haben, inwieweit, wird fich bald zeigen. Englands ge= mäßigtes feuchtes Klima ift allerdings gang besonders für diese Spiele geeignet; besitzen wir aber diesseits des Ranals nicht die gleichen gunftigen Bedingungen, fo ift dies doch gewiß fein Grund, wie schon vielfach behauptet morben ift, daß deshalb ihre Ginführung in Deutschland eine Unmöglichkeit mare. Sim Gegenteil hat Deutschland wiederholt bewiesen, baß es bei einigem Gifer feinen angelfächfischen Bettern gang gut die Stange halten fann.

Die Jugend ift auf ber gangen Welt bie gleiche, beshalb haben auch die englischen Rafenspiele in der jungften Zeit so große Fortschritte in Deutschland, Defterreich und Frankreich gemacht. Man hat endlich eingesehen, daß ben Schülern nicht blog Lernen, fondern auch Bewegung nötig ift, weshalb es ber Schulleitung Braunschweigs, welche in diefer Richtung bahnbrechend gewirft hat, nicht hoch genug angerechnet werden fann, daß fie die erste war, die den Bersuch magte. Dieser selbst hat sich seit wohl zwei Dezennien glänzend bewährt, und Braunschweig genießt die Ehre, ein Zentralpunkt für die Bflege biefer Spiele gu fein; aber auch an anderen Orten haben fich einsichtsvolle Schulleitungen dem als notwendig erfannten Bedürfniffe nicht verschloffen und find ihren Böglingen mit Rat und Tat beigeftanden.

Es gewährt doch gewiß einen schönen Ansblick, wenn z. B. der Turnverein mit seinen Schülern sich auf dem Spielselbe vergnügt; ihr träftiges, fröhliches hipp, hipp, hurra! tönt gewiß weit lieblicher in den Ohren als das Singen und Johlen in den Wirtschaften, dem ein großer Teil unserer reiseren Jugend huldigt. Aber nicht bloß ihr, sondern auch allen denen, die tagsüber in die Schreibstuben, in die Fabriklokale gebannt sind, seien die engelischen Spiele warm empfohlen.

Den Turnern werden dieselben bald eine beliebte Erweiterung ihres Programms bedeuten. Speziell Fußball und Lawn-Tennis haben unter den Turnvereinen Norddeutschlands schon eine große Verbreitung gefunden, gewiß ein sehr erfreuliches Zeichen. Es sinden jetzt auch in Deutschland und in der Schweiz Sportwettspiele zwischen ausgewählten Mannschaften verschiedener Städte statt. Wer dabei gewinnt oder verliert, das ist von keinem großen Belang, die Hauptsache ist, daß das Spiel von jeder Seite mit Liebe und Begeisterung betrieben wird.

In Deutschland gibt es jett mehrere hundert Fußball= und Lawn=Tennis=Klubs, und die Rabl berfelben ift immer noch im Steigen begriffen. Bor Jahren bilbeten fich fogar zwei große Bereinigungen, der Bund Deutscher Fußballspieler und der Deutsche Fußball- und Cricketbund. Ersterer ging jedoch wieder in die Brüche. Gin Sauptgrund feiner Auflösung ift wohl barin zu suchen, bag er im blinden Batriotismus die englischen Regeln gewaltsam in beutsche Formen zu zwingen versuchte. Der beutsche Fußball- und Ericketbund dagegen hatte mit richtigem Blick berausgefunden, daß nur bann ein Gebeihen zu erwarten fein burfte, wenn die englischen Regeln, die in ter gangen übrigen Welt Gültigfeit haben, beibehalten murben. Er täuschte sich in feiner Boraussetzung nicht, indem der Bund von Tag zu Tag einen erfreulichen Aufschwung nahm und auch unter feiner Aufficht eine Fachzeitung berausgegeben hat, die fehr viel zur Berbreitung des englischen Sports beigetragen hat. Wenn es in biefem Berhältnis fortgeht, hat gewiß bald jede größere beutsche Stadt ihren Klub, was nur mit Freuben zu begrüßen wäre.

Der Fußball- und Cricketsport sind so unichisldige Bergnügungen, daß man in der Tat nicht begreifen fann, warum ihnen fo viele Vorurteile entgegengebracht werden. Das gleiche Schickfal haben auch andere Rafenspiele, hauptfächlich Lawn-Tennis. Unsere heutige junge Damenwelt bedarf der Bewegung im Freien ebensogut wie die Anaben und Jünglinge, ja noch viel mehr; es ist daher wirklich nichts Unstößiges babei, wenn auch sie für ihre Gesundheit sorgen will. Es wird wohl auch hier gehen wie beim Schwimmen und Wettlaufen, bas einst als ureigene Domane ber Mannerwelt galt, jett aber von dem schönen Geschlecht ebenso eifrig geübt wird wie von den Berren ber Schöpfung. Lawn-Tennis besonders gestattet trotz seiner Einfachheit eine so vielseitige Bewegung, wie außerdem vielleicht nur noch das
Fechten, in dem es ja auch manche Frauen zu
hoher Bervollkommung gebracht haben, so daß
sich selbst gute Schläger vor ihnen in Acht
nehmen müssen. Was der inännlichen Jugend
in dieser Hinsicht zu gute kommt, soll auch dem
weiblichen Geschlecht nicht vorenthalten werden;
es wäre doch ungerecht und grausam, diesem
etwa aus übertriebenem Anstands- und Schicklichkeitsgesühl jede Gelegenheit zur Kräftigung
und Ausbildung seines Körpers entziehen zu
wollen. Es hieße sonst auch "auf halbem Wege
stehen bleiben!"

Möge benn bas Ibeal ber Jugend nicht, wie es jett so vielfach der Fall ift, darin befteben, möglichst bald für einen Erwachsenen gu gelten, wodurch doch nur die Rarrifatur eines solchen erreicht wird, sondern im schönen Wettfampf zur Betätigung ber Ausbauer und Beschidlichkeit gefunden werden. Fürmahr, die Jugend fonnte nur gewinnen, wenn fie wenigstens in diesem Buntte ins graue Altertum guruckgreifen wollte, in welchem alle gebildeten Bölfer Biel einen gesunden fräftigen höchstes Rörper und frischen Geift ansahen. Nicht umfonst wurden von Lykurg Spartas Jünglinge und Jungfrauen jo ftreng erzogen, nicht umfonft hielt Griechenland feine olympischen Tefte ab, Rom feine Wechterspiele, Germanien feine Schwertertänze und Waffenringfampfe, das Mittelalter seine Turniere. Und nicht umsonft hat die neue Zeit ihre vielen Schwächlinge! Die gange Weltgeschichte - jenes fogenannte Weltgericht - zeigt uns mit ehernem Griffel bas uralte Wort: "In ber Jugend liegt die Bufunft eines Bolfes!" Sat fich Diese Bahrheit Sahrtausende hindurch bewährt, so muß man sich ihr nicht entgegenstemmen wollen, sondern die Jugend in ihren Bestrebungen möglichst zu unterstüten suchen. Zeigt sich ber

Erfolg auch nicht sogleich, so wird er doch nicht ausbleiben, und man hat einstweilen das Bewußtsein, einer edlen Sache gedient zu haben.

Der Deutsche geht zwar langsam, aber besharrlich vor und wird es im Laufe der Zeit gewiß fertig bringen, daß sich die gemeinsamen Spiele wieder wie in früheren Jahrhunderten einbürgern. Er wird bald genug einsehen, daß das, was sür den Körper gut ist, auch zum Gedeihen des Geistes beiträgt. Nicht in dumpfen Stuben hinter Büchern vergraben wird der Knabe zum frischen Jüngling, der Jüngling zum tatkräftigen Mann, sondern durch wohlberechnete Abwechslung von Arbeit und Bewegung, dadurch, daß er nach des Tages Mühen sich im Freien erholt.

Sagt doch Schiller: "Gönne dem Anaben zu spielen, in wilder Begierde zu toben, nur die gesättigte Kraft kehrf zur Annut zurück!"

## Die Bewegung u. ihre Gefdywindigkeiten.

(Ed. Lullin.)

(Aus bem Frangöfischen übersett von Dr. Imfeld.)

Ueberall in der Schöpfung sind wir vom Element der Bewegung umgeben. Freilich nehmen wir mit unseren Augen die Bewegung nur bei den lebenden Wesen, von den großen Vierfüßlern dis zur winzigen Eintagssliege, in auffallender Weise wahr, dennoch äußert sie sich aber auch im Reiche der Pflanzen, wo deren Lebenssaft sich fortwährend in mehr oder weniger Tätigkeit befindet; ja selbst während des Winterfrostes, wo die Bäume nichts anders als undewegliche Skelette zu sein scheinen, würde man, wenn man die harte Erde aufbrechen wollte, den Lebenssaft sich in den Wurzeln beswegen sehen und wahrnehmen, wie er sich dazu

vorbereitet, späterhin in aufsteigender Richtung ben ganzen Baum zu durchfließen und ihm neues Leben zu bringen.

Ja, noch mehr! Wenn auch für unsere Sinne nicht mahrnehmbar, so besteht die Bewegung felbst im Mineralreiche und in ben Stoffen, die uns am unbeweglichsten erscheinen. Als Beifpiel wollen wir nur die mächtigen Gifenbalten anführen, welche zum Bau der Säufer bienen und im Gebalfe ber Bebaube eine fo große Rolle fpielen. Diese Gifenbalten erscheinen unseren Angen als das Urbild nicht nur eines festen Widerstandes, sondern auch der absoluten Unbeweglichkeit, und bennoch ift in Wirklichkeit jeder berfelben nichts anders als eine Bereinigung metallischer Molefule, die sich gegenseitig nicht berühren, die sich unter ber Wirfung ber Wärme weiter von einander entfernen, um sich bei der Rälte wieder einander zu nähern, und die sich fortwährend in schwingender Bewegung befinden.

Unser eigener Rörper befindet sich ebenfalls in einem Buftande fortwährender Bewegung, und zwar felbst bann, wenn er, im tiefen Schlaf, uns vollständig unbeweglich erscheint. Unser Blut, das ungefähr den zwölften Teil unseres Körpergewichts ausmacht, wird bei jedem Bulsichlag bes Herzens im Berhältnis vom Gewicht von 200 g in den Körper hineingetrieben, mas bei 70 Pulsschlägen pro Minute ein tägliches Gewicht von 23 520 kg ausmacht, welches durch unsern Körper sich fortbewegt. Vom Augenblicke unserer Geburt bis zu bemjenigen unseres Todes ist fortwährende lebendige Bewegung in unseren Arterien, in unseren Benen, in unserem Fleisch und in unserem Gehirn, ohne Unterbruch, ohne Raft und ohne Ruh'; diese Bewegung ift das Leben.

\* \* \*

Die stärkere oder geringere Geschwindigkeit der Bewegungen ist seit einigen Jahren zu