

**Zeitschrift:** FRAZ : Frauenzeitung

**Band:** - (1996-1997)

**Heft:** 3

**Artikel:** "Gesunde Mütter, gesundes Volk" : Körperideologie im Nationalsozialismus

**Autor:** Pfister, Gertrud

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1053732>

#### **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:** 27.01.2026

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

# «Gesunde Mütter, gesundes Volk»

Körperideologie im Nationalsozialismus

In den Diskursen über die «Leibesübungen» der Mädchen und Frauen standen seit je her der Körper sowie seine Fähigkeiten, Fertigkeiten und «Eigenheiten» ebenso wie die über den Körper definierten Aufgaben und die «Natur» der Frau im Mittelpunkt. Gertrud Pfister zeigt am Beispiel des Nationalsozialismus die Wechselwirkungen zwischen den «Leibesübungen» der Frauen, dem Denken und Wissen über den weiblichen Körper und der Körper- und Frauenpolitik auf.

Von Gertrud Pfister\*

Im Nationalsozialismus spielte biologistisches und eugenisches Denken in Form der Rassenideologie und Rassenhygiene eine zentrale Rolle. Nach 1933 wurde das rassenhygienische Projekt zum staatstragenden Deutungsmuster und zur politischen Leitlinie in Deutschland. Entscheidend waren die Erbanlagen, auf die sowohl rassische Vorzüge als auch Krankheit und abweichendes Verhalten zurückgeführt wurden. Unmittelbar nach der Machtübernahme begannen die Nationalsozialisten, ihre Vorstellungen in bezug auf die «Gesundung des Volkskörpers» umzusetzen, wobei auch die Leibesübungen mit der nationalsozialistischen Politik verflochten wurde. Durch verschiedene Massnahmen sollte die Gleichschaltung und die politische Vereinigung des Sports garantiert werden.

## Die Leibeserziehung der Frauen und Mädchen

Wesentlich weniger intensiv als die nationalsozialistische Leibeserziehung an Jungschulen ist bis jetzt der Frauensport im «Dritten Reich» erforscht. Die wenigen dazu vorliegenden Studien machen jedoch deutlich, dass sich Ziele, Inhalte und Begründungsmuster des Sports grundsätzlich an der Ideologie der Geschlechterpolarität orientierten. Die Leibeserziehung sollte beide Geschlechter auf ihre «arteigenen Aufgaben», den Mann auf den Kampf, die Frau auf die Mutterschaft, vorbereiten. So galt bei der Frau als Dogma das Hitlerwort: «Das Ziel der weiblichen Erziehung hat unverrückbar die kommende Mutter zu sein» (Hitler 1934).

Grosse Bedeutung sollte den Leibesübungen der Frauen und Mädchen auch im Hinblick auf die «Rassenpflege» zukommen. Da Frauen als «Trägerinnen der Rasse galten» und die «Schändung» oder «Entehrung» der «arischen» Frau in der Phantasie der Nationalsozialisten eine wichtige Rolle spielte, kam den Leibesübungen die Aufgabe zu, insbesondere den Frauen «gesunde Anschauungen von leiblicher Schönheit, Gesundheit und Leistungsfähigkeit» zu vermitteln, auf denen sich «das Bewusstsein vom Wert der eigenen Rasse und das Verantwortungsgefühl für die Erhaltung des eigenen Volkstums aufbaut» (Richtlinien 1941).

## Frauenkörper und Frauensport im medizinischen Diskurs

Ihre wissenschaftliche Untermauerung erhielten Ideologien, Strategien und auch die Praxis des Mädchen- und Frauensports durch die Wissenschaft, vor allem die Medizin, die sich als die Wissenschaft vom Körper und daher auch als Ansprechpartnerin verstand, wenn es um Fragen des weiblichen Körpers und des Frauensports ging.

Im Mittelpunkt des Diskurses über den Mädchen- und Frauensport stand die Gesundheit. Die Sorge um die Gesundheit des weiblichen Geschlechts war aber nicht die Sorge um das individuelle Wohlbefinden der Mädchen und Frauen, sondern die Sorge um die Volksgesundheit, als deren Garantin die Frau im rassenhygienischen Denken galt. Die Devise war: «Gesunde Mütter, gesundes Volk.» Dabei wurde die Gesundheit der Frau für wesentlich wichtiger gehalten als die des Mannes. So meinte beispielsweise der Arzt Schlüter (1938): «Das Ziel der Leibeserziehung der Frau ist Gesundheit. Dieses Ziel ist in der Leibeserziehung des Mannes Nebenprodukt. Erst die gesunde Frau kann ihre Aufgabe für das Volk ganz erfüllen.» Nebenbei erwies sich der Gesundheitsbegriff aus verschiedenen Gründen als äußerst geschickter Ansatzpunkt der Frauensportwerbung, unter anderem weil sich mit diesem Begriff vielfältige, durchaus auch ganz egoistische Assoziationen verbinden liessen. Die Konzentration beziehungsweise Reduktion des Frauensports auf das Ziel Gesundheit rechtfertigte es, bei einer Analyse des Frauensports den medizinischen Diskurs besonders zu berücksichtigen.

Voraussetzung für alle Urteile und Ratschläge war die Kenntnis des weiblichen Körpers und der Leistungsfähigkeit der Frauen. Hierzu lagen bereits 1933 zahlreiche Untersuchungen und Daten vor, die, obwohl sie der Frau sportliche Leistungsfähigkeit nicht absprachen, den Mythos der weiblichen Schwäche zu untermauern schienen. Gerade die Integration in den Leistungssport, die die Annahme eines androzentrischen Normensystems voraussetzte, hatte den scheinbar unwiderlegbaren Beweis für die Unterlegenheit des weiblichen Geschlechts geliefert. Allerdings wurde im Nationalsozialismus stärker als beispielsweise noch in der Weimarer Repu-



Sportfest des «BDM» (Bund Deutscher Mädel) in Frankfurt, 1938.

blik die Abweichung der Frau von der männlichen Norm als normal und erwünscht betrachtet; sie galt in der NS-Terminologie als «arteigen». Die weibliche Anatomie und Physiologie sowie die körperlichen Prozesse von Menstruation und Schwangerschaft wurden von der Mehrheit der Mediziner nicht mehr als krankhaft, sondern als natürlich und gesund angesehen: «Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett sind... wertvollste Arbeit im Dienste des allgemeinen Volkswohls.»

In den Diskussionen über die potentiellen Gefahren des Frauensports beriefen sich die Experten nach wie vor auf die seit dem 19. Jahrhundert geäußerten Bedenken. Konservative Ärzte, insbesondere Gynäkologen, liessen sich auch nicht dadurch beeindrucken, dass viele Vermutungen über die negativen Auswirkungen des Sporttreibens inzwischen durch Untersuchungen widerlegt worden waren. Vorurteile erwiesen sich hier als weitgehend resistent gegenüber wissenschaftlichen Erkenntnissen.

Die Gefährdung des weiblichen Körpers durch Sport wurde im wesentlichen mit folgenden beliebig kombinierbaren Theorien



Foto: Hannah Reck/Institut für Stadtgeschichte, Frankfurt a. M.

chen Schwäche zu akzeptieren, rüttelte anscheinend an den Dogmen eines biologistischen Denkens und damit auch an den herrschenden Machtverhältnissen, die auf Geschlechterpolarität aufgebaut waren. «Vermännlichte» Sportlerinnen weckten Zweifel an ihrer sexuellen Orientierung, an ihrer Gebärfähigkeit und -freudigkeit und gerieten in Gefahr, als «nicht normal» ausgewiesen zu werden. Die Warnungen vor einer «Vermännlichung» von Frauen durch Sport waren weit verbreitet, ohne dass dabei auffiel, dass man nicht einerseits von einer genetischen Bedingtheit und Unveränderbarkeit der Geschlechtsunterschiede ausgehen und andererseits eine «Vermännlichung» durch Sozialisationseinflüsse befürchten konnte. Als besonders brisant erwies sich das Problem der «Vermännlichung» durch die Tatsache, dass bei einigen der besten Sportlerinnen der Zeit die Geschlechtszuordnung tatsächlich umstritten war.

Dennoch setzte sich aber insgesamt eine aufgeschlossenere Haltung gegenüber dem Frauensport durch. Ein Teil der Ärzte und viele Ärztinnen betonten die positiven Seiten der körperlichen Ertüchtigung. Sie vertraten die Ansicht, dass Schwangerschaft und Geburt körperliche Leistungsfähigkeit voraussetzen. Die trainierte Sportlerin sei von vornherein für die Schwangerschaft besser gerüstet als sportlich nicht aktive Frauen. Häufig wurde insbesondere auf die Stärkung der Bauchmuskulatur hingewiesen, die bei der Geburt die Bauchpresse verbessern sollte. Frauensport wurde schliesslich auch befürwortet, weil kräftige und gesunde Mütter zahlreichen und gesunden Nachwuchs garantieren sollten. Auch die beiden bekanntesten Sportärztinnen in den 30er Jahren, Auguste Hoffmann und Edith von Löhöffel, wandten sich – zum Teil mit empirischen Belegen – gegen die negativen Einschätzungen des Frauensports und betonten die positiven Wirkungen des Sports auf den weiblichen Organismus, wobei sie allerdings die nationalsozialistische Diktation nicht verliessen. Löhöffel zum Beispiel begründete ihre Zustimmung zum Wettkampfsport der Frauen damit, dass «kraftvolles Mädelchentum... eine Vorstufe gesunder Mütterlichkeit» sei.

Zusammenfassend lässt sich feststellen: Rassenhygiene, Bevölkerungs- und

Frauenpolitik spiegeln sich ganz deutlich im medizinischen Diskurs über den Frauensport wider, in dem die Frau (fast) ausschliesslich als potentielle Mutter und als Trägerin der Volksgesundheit vorkommt. Damit war einerseits eine Aufwertung der Leibesübungen der Mädchen und Frauen verbunden, sofern sie für die Frauenpolitik der Nationalsozialisten funktionalisiert werden konnten. Andererseits bedeutete die Reduktion der Frau auf ihre Gebärfähigkeit aber auch eine Reduzierung ihrer Bewegungsmöglichkeiten. Frauen konnten von solchen sportlichen Aktivitäten ausgeschlossen werden, die wie Kampfsportarten oder Dauerleistungen negativer Auswirkungen auf die Gebärfähigkeit verdächtigt wurden. Nicht ganz einig war man sich freilich über den Kanon der erlaubten Sportarten und über die Auswirkungen der Wettkampfteilnahme. Dabei ist zu berücksichtigen, dass grundsätzliche Bedenken gegen den Wettkampfsport schon aufgrund der Teilnahme eines deutschen Frauen-teams an den Olympischen Spielen 1936 und insgesamt wegen der Propagandawirkung erfolgreicher Sportlerinnen unklug gewesen wären. So beschränkte sich die Mehrzahl der Ärzte und Ärztinnen darauf, vor «Übertreibungen» zu warnen.

#### **Die Kontrolle des weiblichen Körpers durch Sport**

Tiefster nationalsozialistischer Überzeugung entsprach es, rassenhygienische, bevölkerungs- und gesundheitspolitische Massnahmen mit Erfassung und Überwachung der betroffenen Individuen zu verbinden. Dabei ist daran zu erinnern, dass der moderne Sport mit seinen Prinzipien der formalen Chancengleichheit, der Überbietung, der abstrakten Leistung und des Rekords, permanente Überwachung und Kontrolle des Körpers und der körperlichen Leistungen voraussetzt und garantiert. Die aufgrund des Rekordprinzips notwendige Normierung und Regulierung sportlicher Aktivitäten – nur so ist ein Leistungsvergleich möglich – bot und bietet auch die Möglichkeit, die Teilnahmebedingungen festzulegen und Bevölkerungsgruppen, zum Beispiel Frauen, auszuschliessen oder besondere Regeln oder Bedingungen für Frauen vorzuschreiben.

Im Bereich des Frauensports wurde eine Kontrolle als besonders dringend er-

begründet: Die Anhänger eines «vitalistischen» Ansatzes gingen davon aus, dass der begrenzte Kraftvorrat der Frau für das Kind reserviert sei und nicht im Sport verschwendet werden dürfe. Eine Variante dieses Ansatzes vertrat Tietze (1935), der die Kraftreserven der Frauen in ihren «Fettablagerungen» ortete und jede Veränderung der Körperform durch Sport ablehnte. Auch die von dem bekannten Gynäkologen Sellheim in den 20er Jahren aufgestellte Behauptung, dass sportliche Aktivitäten «straffe Fasern» des Beckenbodens und damit Schwierigkeiten bei Geburten zur Folge hätten, fand immer noch Zustimmung. Arthur Gütter, der Leiter der Abteilung Volksgesundheit im Ministerium des Inneren, vertrat sogar die schon lange widerlegte Ansicht, dass heftige Bewegungen eine Abknickung der Gebärmutter bewirken könnten. Weitere Argumente gegen «Übertreibungen» im Frauensport waren Verengung des Beckens oder Schädigung der Keimdrüsen. Zu den schwerwiegendsten Vorwürfen an die Adresse des Frauensports zählte die «Vermännlichung». Die Angleichung des weiblichen Körpers an die männliche Norm und die Verweigerung, den Mythos der weibli-

## Körperideologie im Nationalsozialismus

achtet, weil Frauen angeblich die Verantwortung für ihren Körper nicht anvertraut werden konnte. Dabei galten die Programme zur Gesundheitsförderung wie die gesamte Frauensportpolitik entsprechend der rassenhygienischen Doktrin nur für sogenannte arische Mädchen und Frauen. So wohl aus den Sportvereinen als auch aus dem Bund Deutscher Mädel waren Jüdinnen oder andere als «artfremd» bezeichnete Frauen und Mädchen ausgeschlossen.

Die Enteignung des weiblichen Körpers durch Experten wurde unter anderem damit begründet, dass Frauen «durch kein Gesetz im Unbewussten», das sie von «schädigenden Verausgabungen» schützen könnte, gehemmt würden. Auch der nationalsozialistische Sportpädagoge Möckelmann geht in seinem bis in die 70er Jahre immer wieder aufgelegten Werk über «Die Leibeserziehung der Mädchen in den Entwicklungsstufen» davon aus, dass Mädchen nicht die «sittliche Kraft und Verantwortung aufbringen» könnten, «den Gefahren des Wettkampfes zu widerstehen». Auf der gleichen Seite meinte er dann, dass Frauen aus «sicherem Instinkt» heraus ihre Wettkampfaktivitäten einschränken würden. Trotz solcher offensichtlicher Widersprüche verloren die von Möckelmann und anderen propagierten Weiblichkeitssymthen nichts von ihrer Popularität.

Die Kontrolle des weiblichen Körpers im beziehungsweise durch Sport setzte auf verschiedenen Ebenen an. Dazu gehörten zum Beispiel die von den Medizinern aufgestellten Vorschriften und Normen, die die Menstruation betrafen. So wurde unter anderem genaueste Beachtung der Abstände zwischen den Blutungen, des Menstruationsverlaufes usw. gefordert und auch vorgeschlagen, dass nicht etwa die Mädchen selbst, sondern Ärztinnen des «Bundes Deutscher Mädchen» oder Turnlehrerinnen den Ablauf des menstruellen Zyklus bei den Mädchen überwachen sollten. Diese Ideen und Vorschläge liessen sich in der Praxis nicht verwirklichen. Allerdings berichteten Frauen in Interviews aus den Lagern des Reichsarbeitsdienstes, dass ihre Menstruation von der Lagerleitung überwacht wurde und nicht wenigen Mädchen während ihres Dienstes die «Tage» ausblieben. Realisiert wurde dagegen die Überwachung der Schwangerschaft, die – nicht nur hinsichtlich der Leibesübungen, sondern auch wegen der Gefahr der Abtreibung – intensiv kontrolliert wurde. Die Kontrolle des weiblichen Körpers sollte zum einen Schädigungen verhindern, zum anderen aber auch die propagierte «Gesundheitspflicht» durchsetzen. Hier bildeten die Parteiorganisationen (insbesondere der Bund Deutscher Mädel und der Reichsarbeitsdienst) und die Bildungsinstitutionen (Schule und Hochschu-

le) den geeigneten Ansatzpunkt. Selbst eine generelle Sportpflicht für erwachsene Frauen wurde diskutiert. Allerdings heißt es in einem Abkommen zwischen der NS-Frauenschaft und dem Reichsbund für Leibesübungen: «Die Pflege der Leibesübungen soll eine freiwillige Tat der deutschen Frauen sein, die erkannt haben, daß man bei sich selbst anfangen muss, wenn das Volk gesunden soll. Ein Zwang soll vorläufig nicht ausgeübt werden.»

**\*Gertrud Pfister ist Professorin für Sportwissenschaft und Sportgeschichte am Institut für Sportwissenschaften der Freien Universität Berlin. Sie hat zahlreiche Artikel und Bücher, vor allem zum Thema Frauen und Sport, veröffentlicht (siehe auch *FraZ-Top*).**

**Der vorliegende Text ist ein Auszug aus dem Artikel «Gender, Body, and Body Politics in National Socialism». In: *Sport, Science Review 4* (1995) H.1, S. 31-49. Hrsg.: Gertrud Pfister**

**Wir verzichten auf Literaturangaben, da daran interessierte Frauen eine Aufstellung der von der Autorin verwendeten Literatur direkt bei ihr anfordern können. Wir danken Gertrud Pfister für dieses freundliche Angebot. Die Red.**

**Adresse: Freie Universität Berlin, Fachbereich Erziehungswissenschaft, Institut für Sportwissenschaft, - Sportgeschichte -, Prof. Dr. Dr. Gertrud Pfister, Schwendererstr. 8, D-14195 Berlin. Tel. 0049-30 838 27 37; Fax 0049-30 838 31 38**

### Inserate

**...Frauen informieren Frauen...**  
ein Weiterbildungswochenende  
zum Thema

**Pränatale Diagnostik**

**30.11. / 1.12. 1996**  
Monte Vuala, Walenstadtberg

Gruppe 1: Einführung in die Pränataldiagnostik  
Gruppe 2: Weitergabe von Informationen über Pränataldiagnostik

Weitere Informationen und Anmeldung  
**NOGERETE**  
Feministische Organisation gegen Gen- und  
Reproduktionstechnologie  
Postfach 7408, 3001 Bern

**FRAUENSPORTBEWEGUNG**  
herausgegeben von Gertrud Pfister und Sabine Kröner



Sabine Kröner (Hg.)  
**Annäherungen an eine andere Bewegungskultur**  
1993, 242 Seiten, br., 38,- DM/sFr; 277,40 öS

Ulrike Henkel/Sabine Kröner (Hg.)  
**Und sie bewegt sich doch!**  
*Sportwissenschaftliche Frauenforschung – Bilanz und Perspektiven*  
in Vorb., 1997, 237 Seiten, br., 58,- DM/sFr; 423,40 öS

**Centaurus Verlag • D-79292 Pfaffenweiler**