

**Zeitschrift:** Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

**Band:** 7 (1950)

**Heft:** 9

**Rubrik:** Der Ritter des Mittelalters ; Bücher und Zeitschriften

#### 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:** 12.01.2026

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

# Der Ritter des Mittelalters

So lauten die Begleitworte zum Ritterschlag:

«Zuo Gottes unde Marien Ehr,  
Disen slak unde keinen mér.  
Bis küene, biderbe und gerecht,  
Bezzer ríter, denne knecht!»

Dem Ritterschlag geht aber eine lange und strenge Erz ehung voraus. Mit dem 7. Lebensjahr wird «daz junchérrlin» in die eigentliche Zucht genommen. Es muss lernen, wie man sich am Hofe benimmt, also «höfisch», «höflich», ja «hübsch». Der Hofmeister er-

Beichte und Kommunion die Seele gereinigt. Die ganze Nacht verbringt er stehend und betend in der Kirche — es ist eine gewaltige, innerliche Vorbereitung auf das künftige, «ritterliche» Leben, das am Morgen mit der Schwertleite, mit dem Ritterschlag seinen Anfang nimmt:

«Zu Gottes und der Maria Ehr,  
Diesen Schlag und keinen mehr!  
Sei kühn, ehrenwert und gerecht,  
Sei ein Ritter, sei kein Knecht!»

Denn der Ritter soll alle Tugenden seiner Zeit verkörpern. Er ist ein Krieger; aber allem voran ein Streiter für die Sache Gottes. Wer kennt nicht die herrlichen Geschichten der Kreuzzüge, der abenteuerlichen Fahrten weit nach Osten ins Heilige Land, der wilden Kämpfe gegen die Heiden; wen erinnern Namen wie Kaiser Barbarossa, Richard Löwenherz, Ludwig der Heilige nicht an sagenumwohlte, heisse Kämpfe im Morgenland, im Zeichen des allmächtigen christlichen Gottes?

Krieger ist der Ritter, aber auch ritterlicher Beschützer der Schwachen, der Kranken, der Alten und vorab der Frauen. «Sei ritterlich gegenüber Frauen» ist ein Ausdruck, der heute noch volle Geltung hat; er stammt aus dem Mittelalter. So tapfer und hart der Ritter in der Schlacht ist, so fein und ehrerbietig muss er der Frau gegenüberstehen können. Große Ritter haben zugleich schönste Lieder über die Schönheit, den Edelmut und die Liebe eines «edelman» gesungen.

Körperlich gestählt, im Reiten und Waffenhandwerk ein Meister, in der Seele fromm, im Charakter ehrenwert und mutig: so muss er sein.

Der Ritter ist das Ideal des Mittelalters.

An einem bestimmten Tag wird dieses Ideal glanzvoll zur Schau gestellt: am Turnier, «den olympischen Spielen des Mittelalters». Denn bei einem kaiserlichen oder königlichen Turnier strömten die Ritter ohne Furcht und Tadel aus aller Herren Länder herbei, um ihre Tapferkeit, ihre Stärke, ihre Gewandtheit und Ausdauer, aber auch ihren Reichtum einer glänzenden, adeligen Zuschaupersone zu zeigen. Dann treten die Ritter «in die Schranken», von Herolden laut vorgestellt, von Posaunenklang begleitet. Mit niedergelassenem Visier, eingelegter Lanze, die Zügel fest in der Faust, stürmen sie gegeneinander los, stellen ihr Können auf die Probe, bis einer aus dem Sattel geworfen wird und im Sand liegt, während der stolze Sieger, umjubelt von der Menge, das ledige, wild herumgaloppierende Pferd des Besiegten als Beutetier einfängt. Doch ist er ein echter Ritter, so lässt er die «Milde» walten und schenkt das Pferd dem Verlierer zurück. Kampf um Kampf folgen sich.

Ein rauschendes Fest der mittelalterlichen Ritterlichkeit.  
wo.



teilt auch ein bisschen Unterricht im Latein, in der Musik- und Dichtkunst, der Hofkapelle in der Religion. Viel wichtiger ist aber die körperliche Ausbildung, wie Reiten, Laufen, Springen, Ringen, Fechten und Jagen; denn aus dem Junkerlein soll ein Knappe, aus dem Knappen ein Ritter werden.

Mit 14 Jahren wird er als «Knappe» ins «Welschland» geschickt, d. h. zur weiteren Ausbildung in allen Künsten des Rittertums geht er an einem befreundeten Fürstenhof «in die Lehre».

Dann, im 21. Lebensjahr, wenn er «seine Sporen abverdient hat», wird er in einer feierlichen Zeremonie zum Ritter geschlagen. Am Vorabend hat der Knappe durch ein warmes Bad den Leib, durch

In der absoluten Erkenntnis dessen, dass Lust und Freude unersetzbare Stimulanten auch in der turnerischen Arbeit sind, sucht Strauch das Ziel nicht über einen starren Formalismus zu erreichen, sondern über eine lebendige, lustbetonte Bewegungs- und Grundschulung. Dabei frönt er in keiner Weise einem planlosen Hurrabetrieb, sondern baut in methodisch überlegter und geschickter Weise immer wieder von der natürlichen zur gebundenen und kunstvollen Wettkampfform auf. Damit aber wird das Buch jedem Ober- und Vorturner, jedem Riege- und Trainingsleiter und nicht zuletzt jedem Lehrer zu einem wertvollen Wegweiser im Unterricht für Anfänger und Fortgeschrittenen.  
-er-

## Bücher und Zeitschriften

**CHRISTIAN STRAUCH: GERÄTETURNEN.** Methodik 1. Teil. 1950. Preis: DM 4.90. Erschienen im Verlag Karl Hofmann, Schorndorf bei Stuttgart. Erhältlich in jeder Buchhandlung.

Der sauber gegliederte Text behandelt nacheinander drei Hauptgebiete:

1. Bodenturnen
2. Barrenturnen u.
3. Pferdsprünge.

Die textlichen Erläuterungen werden in klarer und anschaulicher Weise von 98 sauberen und technisch einwandfrei gezeichneten Bewegungsreihen vorteilhaft unterstützt.