

Zeitschrift:	Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen
Herausgeber:	Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen
Band:	15 (1958)
Heft:	9
Rubrik:	Was verstehen wir unter Gymnastik?

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: 22.02.2026

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

und die folgerichtigen Schlüsse gezogen, doch konnten wir nur einen kleinen Bruchteil dieser Forderung praktisch verwirklichen. Ich gestatte mir, auf einen Umstand hinzuweisen, der mir zum Bewusstsein brachte, wie wenig tief die Forderungen der Leibeserziehung verankert sind.

Die Expo 1958 in Brüssel bringt einen Querschnitt des wirtschaftlichen, technischen, industriellen, kulturellen und vielleicht sogar politischen Niveaus unserer Zeit-epochen. Die Gesamtanlage, die innere Organisation und die Gestaltung im einzelnen sind in ihrer Art einzig und vielleicht richtunggebend. Es ist den Veranstaltern gelungen, mit den modernsten technischen und künstlerischen Mitteln die ganze Ausstellung und die einzelnen Pavillons eindrücklich zu gestalten.

Trotzdem wir durch Presse, Radio und Fernsehen stets über die allerneuesten wissenschaftlichen und andern Errungenschaften orientiert sind, muss uns die Expo positiv beeindrucken, denn sie bietet viel Neues. Und trotzdem habe ich diese Ausstellung nach einigen Tagen in einer Stimmung beruflicher Niedergeschlagenheit verlassen. Wohl erhielt ich dort — soweit ich das erfassen konnte — einen Einblick in den neuesten Stand der Kernforschung und ihrer Anwendung. Aber vergeblich suchte ich nach einem sportmedizinischen oder sportwissenschaftlichen Laboratorium. Wohl stand ich bewundernd vor einem riesigen Becken mit originellem Spiel fliessenden und springenden Wassers, aber ein Schwimmbecken fand ich nicht. Wohl habe ich den Klängen der Hawaigitarren gelauscht und die Südseeinsulanerinnen in ihren Tänzen bewundert, doch blieb mein Suchen nach einem Pavillon, wo ein Einblick in Gymnastik und Tanz als Bildungsmittel gegeben wird, ohne Erfolg. Im Pavillon des Musterlandes für Sport, England, sind als einzige Attribute des intensiven Sportgeschehens lediglich einige Tennisrakets und Golfschläger zum Verkauf feil geboten! Im Pavillon der olympiagewaltigsten Sportnation wird das Publikum durch banale Modeschauen betört. Und im Pavillon, in dem der Sport zur Geltung kommt, wird seine Anziehungskraft missbraucht durch Verbindung mit politischen Slogans.

Vergebens sucht man in dieser Expo einen Sportplatz, eine Weitsprung-, Kugelstoss- oder Diskuswurfanlage, einen Boxring oder ein Ruderbecken. Im grossen und ganzen wird der Sport, wo er überhaupt erwähnt wird, mit einigen Photos in ganz ungenügender Weise dargestellt und abgetan. Der bemühende Eindruck, den

mir die Weltausstellung, vom Berufsstandpunkt aus gesehen, gemacht hat, beweist, dass offenbar Turnen und Sport — soweit es nicht Veranstaltungen von spektakulärer Bedeutung sind — im grossen Rahmen des Weltgeschaffens und -Geschehens wie auch in demjenigen der einzelnen Länder bei weitem nicht die Stellung einnehmen, wie dies heute erwartet werden dürfte. Vielleicht geht eine sich abzeichnende Interesselosigkeit der Jugend gegenüber Turnen und Sport mit dieser Erscheinung parallel.

Das ist eine Sachlage, die uns enttäuscht. Sie rüttelt uns gleichzeitig auf und lässt uns nach dem Grund forschen. Stehen wir mit unseren Bemühungen nicht grossenteils noch auf isolierten Posten? Es ist ohnehin das Schicksal der Schule im allgemeinen, dass ihr der Vorwurf aufliegt, sie bereite nicht auf das heutige und künftige Leben vor, sie führe zum Teil ein eher weltfremdes Eigenleben. Das Fazit von Brüssel lässt vermuten, dass in dieser Kritik die Leibeserziehung logischerweise eingeschlossen ist.

Ohne Zweifel ist das Gebiet der Leibeserziehung auf Grund von Forschung und Erkenntnis theoretisch in grossem Umfang erschlossen, wie das wohl nie zuvor der Fall war. Anderseits bedarf es noch grosser Bemühungen, bis diesem wichtigen Volkserziehungsfaktor die nötige Anerkennung zukommt.

Es ist deshalb vorab ein Gebot der Stunde, der Leibeserziehung an massgeblicher Stelle diese Anerkennung, den Gegebenheiten entsprechend, zu verschaffen. Aehnlich wie Pestalozzi die Erziehung des Menschen auf dem Wege über den Körper anstrehte, so ist auch die Verpflichtung der heutigen und künftigen Verantwortlichen zu Turnen und Sport auf dem Wege über die Jugend am ehesten realisierbar. Mir scheint, dass es zur Stunde unser wichtigstes Anliegen ist, die Jugend durch ihrer Art gemäss und der heutigen Situation Rechnung tragende Mittel und Methoden für die Leibeserziehung zu begeistern, ihr Freude, Kraft und Selbstvertrauen zu schenken und damit Liebe und Hingabe zum Sport zu wecken. Erst wenn diese Hingabe, die Begeisterung und Aufnahmefähigkeit für die Leibesübungen vorhanden sind, ist die Erziehung durch den Sport überhaupt denkbar und möglich.

Ich hoffe sehr, und es ist das Bestreben der Tagesleitung, dass diese Tagung durch Vortrag, Gespräch und Demonstration im Zusammenwirken mit dem frischen Höhenwind, der hier oben weht, einen kleinen Beitrag in der vorgezeichneten Richtung leisten werde.

Was verstehen wir unter Gymnastik?

Kürzlich wurde eine neue internationale Dachorganisation auf dem Gebiet der Leibesübungen geschaffen, die LIGYMM, was mit «Internationale Liga für moderne Gymnastik» übersetzt werden kann. Erster Präsident der LIGYMM wurde deren Initiant Hinrich Medau. Vielen Leibeserziehern in der Schweiz ist Hinrich Medau vom letzten internationalen Gymnastikkurs in Magglingen (1957) noch in bester Erinnerung. Am Weltkongress für Leibeserziehung in Brüssel orientierte Hinrich Medau in seiner Eröffnungsansprache der IX. Sektion über Ziel und Aufgabe der LIGYMM. Damit man sich in Fachgesprächen auf nationaler und vor allem auch auf internationaler Ebene besser versteht, nahm er ferner eine Klärung des Begriffes Gymnastik vor. (Red.)

Medau führt u. a. aus: «In dieser Zeit des Umbruchs auf fast allen Gebieten kann man immer wieder beobachten, dass einer die Sprache des anderen nicht mehr versteht; die Terminologien, die noch vor einigen Jahrzehnten jedem vertraut waren, muten einem fremd an. Selbst Fachausdrücke sind schnell und oft

einem Bedeutungswandel unterworfen, weil sich unbemerkt ein Teilgebiet selbstständig entwickelt hat und zu besonderer Bedeutung herangewachsen ist.

Es ist ein alter Erfahrungsgrundsatz der Psychologie: was mit Gefühlswerten ausgestattet ist, was auf den Nägeln brennt, wird ungleich rascher aufgefasst und ungleich heißer verteidigt und mit ungleich wirksameren Mitteln geklärt als das, was noch nicht unmittelbaren Lebensbezug besitzt. Neue Begriffe gehen manchmal lange um, ehe ihre Stunde schlägt, und werden nur in dem Masse aufgenommen, in dem sie anfangen, als Realitäten in das Leben einzugreifen.

So ist es auch mit dem Gebiet und Wort Gymnastik. Besonders schwer ist die Verständigung mit dem Ausland. In Schweden versteht man unter moderner schwedischer Gymnastik die moderne Auffassung der Leibesübung und Leibeserziehung im gesamten. In England verbindet man mit dem Wort Gymnastik das deutsche Turnen.

Wenn nun aus dem deutschen Sprachgebiet Oesterreich-Deutschland das Wort internationale Liga für

moderne Gymnastik und das Wort moderne Gymnastik kommt, bedarf es einer Begriffserklärung, zunächst für den deutschen Raum, sodann auch für das Ausland. Vorausschicken möchte ich eine Definition des Begriffes Gymnastik, wie sie von den modernen Vertretern dieses Erziehungsweges verstanden wird. Sie ist formuliert von unserem Altmeister Dr. Rudolf Bode und ist so treffend, dass sie nicht besser auszudrücken ist: Die moderne Gymnastik ist eine Bewegungslehre schlechthin, sie gilt in gleichem Umfang für Männer und Frauen, genauso wie Turnen und Sport. Die moderne Gymnastik erhebt die Forderung, dass alle Bewegungen des Menschen organischen Charakter haben. Ihre Pädagogik steht im völligen Gegensatz zum mechanischen Prinzip bisheriger Freiübungen, welche daher keine Beziehung zur lebendigen Berufstätigkeit und Pädagogik haben. Die moderne Gymnastik verzichtet weder auf Turnen noch auf Sport, aber sie weist beide in ihre Schranken, indem sie verlangt, dass diese mehr als bisher dem Leben dienen: Der Sport als Ueberwindung beweglicher Widerstände, das Turnen als Ueberwindung fester Widerstände.

Moderne Gymnastik ist die Forderung des Durchdringens des täglichen Lebens mit organisch-bewegtem Inhalt.

Vor 40 Jahren wurde das Wort Gymnastik in Deutschland kaum gebraucht; wenn schon, dann als vorbereitende Uebung für irgendeine Sportart. An Stelle der alten Freiübungen wurden Ordnungs- und Haltungsformen im Turnen als Gymnastik bezeichnet. Auch im künstlerischen Tanz bezeichnet man gerne die vorbereitenden technischen Uebungen als tänzerische Gymnastik.

Mittlerweile erarbeiteten die wirklichen Gymnastikkreise — meist Frauen — in aller Stille ganz neue Formen für die Leibeserziehung der Mädel und Frauen. Schon vor 40 Jahren holten sich moderne Gymnasten Anregungen aus dem Orient, schon vor 40 Jahren studierten sie Uebungen und Grundsätze der Atemlehren. Sie erkannten, dass Atempflege ein K e r n s t ü c k in der Erziehung und Bildung des Menschen sein müsste. Zwar wurden sie von den herrschenden Kreisen der Leibeserziehung im Westen veracht und verspottet und zogen sich daraufhin in die Stille zurück und studierten und forschten weiter. Erst heute finden alle diese Forschungsergebnisse mehr Verständnis. Aber auch heute noch ist die Leibeserziehung recht umstritten und völlig verwirrend ist die Rolle der Gymnastik.

Diese ist immer noch Anhänger, vielleicht ein Mittel noch höher zu springen, schneller oder länger zu laufen. Die innere Zielgebung der offiziellen Leibeserziehung ist immer noch die Leistung. Alles wird auf sie bezogen. Die Folge ist, dass gar zu leicht bei der Frau als Ideal der burschikose Typ des Sportmädels auftritt, der von weiblicher Anmut nichts wissen will.

Das Körpergefühl, das Bewegungsempfinden, das feine Auge für die Qualität der anmutigen Bewegung und für die schöne, harmonische Gestalt sind noch keine Werte, die alles beherrschen sollten.

Wir wünschen uns neue Werttafeln, wo die Qualität für die schwingende Bewegung beachtet wird.

Es ist die Zeit gekommen, klar und eindeutig das Wesen unserer gemeinsamen Arbeit zu definieren: Wir möchten in den Mittelpunkt der Leibeserziehung der Frauen die lebendige rhythmische Bewegung stellen; durch intensive Atempflege den Atem vertiefen, verbessern und seinen Druck erhöhen.

Die schöne Form und Haltung erscheint uns als besonderer Wert. Sollte sie nicht allein durch Bewegungserziehung erreicht werden, sind feine Formen der Körperbildung und Haltungsschule angebracht.

Einen herrschenden Raum nimmt bei uns die Bewegungserziehung ein. Für das Mädel und die

Frau scheint uns ein a n m u t i g e r Gang, eine schöne schwingende Ganzkörperbewegung in Arbeit und Feier wertvoller zu sein als ein mit letzter Anstrengung vollbrachter Lauf oder Sprung.

So sehr wir das Wetteifern als pädagogisches Mittel schätzen, haben wir doch Bedenken bei allzu vielen Höchstleistungen. Das ist sicherlich nicht die Zukunft der w e i b l i c h e n Leibeserziehung!

Die Mehrzahl der Frauen sucht kein Leistungsturnen und keinen Leistungssport, höchstens in einer kurzen Entwicklungsphase. In dieser mögen sie Gelegenheit haben, am Gerät, im Bodenturnen, in der Leichtathletik und in all den anderen bekannten Sportarten und im Kampfspiel etwas zu üben und zu leisten. Leistung ist kein Ziel — Leistung ist ein Ergebnis! Leistung ist vielleicht eine Krone, die den Vollendetem schmückt. Sie schmückt ihn aber nur dann, wenn er durch sie nicht kleiner wird, also auch nicht entkräftet oder gar krank. Was wir heute unter Leistung verstehen, ist «championnat», Vergleich mit einer Leistung eines Grossen und Nacheifern um jeden Preis.

Das Ziel der Erziehung der Mädchen ist, in erster Linie die seelischen Kräfte zu entfalten. In dem Grade, wie sie sich einer Idee hingibt, gibt sie ihr Erfolg.

In der Atementfaltung wird der ganze Mensch erfasst, darum unsere Forderung: O r g a n g y m n a s t i k v o r M u s k e l g y m n a s t i k .

Die moderne Leibeszieherin, die moderne Gymnastin muss musisch veranlagt und musikalisch sein. Es muss also die künstlerisch Veranlagte sich zur Gymnastik berufen fühlen. Instrumentalspiel und Singen sind Gebiete, die für ihren Beruf wichtig sind. Wir haben also grundsätzlich folgendes Ziel als wertvoll erkannt:

Nicht Leistung, sondern ganzheitliche Entfaltung aller Kräfte mit Hilfe des Atems, der Form-, der Haltungs- und der Bewegungserziehung.

An der Spitze aller Forderungen steht die Gesundheit, und mit unserem Ziel ist die Gemütsbildung eng verknüpft. Wir glauben, dass durch so eine gymnastische Leibeserziehung der Mädel und Frauen auch menschliche Werte verwirklicht werden, auf die der Weltkongress hier in Brüssel ja besonders hinweist.

Um nun all diesem Bemühen Nachdruck zu verleihen, glauben Frauen und Männer der Gymnastik, einen neuen Begriff vorschlagen zu müssen, zumal alle bisherigen gymnastischen Inhalte übernommen und aufgesogen sind, und wir glauben, wie zu Anfang gesagt, dass die Stunde der Gymnastik geschlagen hat.

Mit moderner Gymnastik wollen wir erneut unsere schon seit Jahrzehnten erhobenen Forderungen und Empfehlungen anmelden. Gymnastik ist kein Anhänger der Leibeserziehung, Gymnastik ist kein Teilgebiet, Gymnastik ist keine Vorbereitung für einen Sport. Der Leistungssport bringt eine andere Einstellung, eine andere Sinngebung und damit eine andere Aufgliederung des ganzen Stoffes, als wenn alle Gedanken auf Entfaltung aller Kräfte gerichtet sind, insbesondere aller Bildekräfte.

Unsere Erfahrungen, Unterrichts- und Forschungsergebnisse haben den Stand erreicht, dass wir ein A r b e i t s g e b i e t sein können mit neuer Wertsetzung und anderer Sinngebung für alle Frauen, die die sportliche Leistung und Höchstleistung nicht suchen und sich in der Bewegung im Tanz und im musischen Bereich wohl fühlen.

So wie einst der Sport seine Belange nicht genügend beim Turnen vertreten sah und sich als Sportbewegung selbständig machte, später dasselbe mit dem Spielen geschah, so glauben wir jetzt, unsere Selbständigkeit insofern anmelden zu müssen, als unsere Belange weder beim Turnen noch beim Sport oder Spiel genügend vertreten werden.»