

Zeitschrift: Zürcher Illustrierte
Band: 5 (1929)
Heft: 11

Rubrik: Die Seite der Frau

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: 21.02.2026

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

DIE SEITE DER FRAU

Ein Kapitel «Körperkultur»

Während heute die Frau auf dem besten Wege dazu ist, «ewig jung» zu bleiben, war in den vergangenen Jahrhunderten die körperliche Verfassung der älteren Frau eine weitaus schlechtere, als beim Mann. Kenntnis ihres Körpers nach seinem Aufbau und seinen Verrichtungen fehlte der Frau nahezu vollständig. «Körperkultur» – vor wenigen Jahrzehnten noch Fremdwort für unsern Alltagsgebrauch, ist heute ein allen Kreisen geläufiges Schlagwort. Zur Körperkultur gehört nun aber auch jene moderne Bewegung, welche der Frau die Augen aufgetan hat über die Schäden der «Stöckelabsätze». Es ist bekannt, daß die Tendenz zum flachen Absatz auftauchte mit der deutschen Reformbewegung der 90er Jahre, die den Witzblättern einmal so viel dankbaren Stoff lieferte. Aus der gleichen, inzwischen verfeinerten Bewegung gingen die sogenannten «Hafelschuhe» hervor, die nicht nur niedrigen, breiten Absatz aufweisen, sondern auch um den Knöchel herum ziemlich niedrig sind und damit Veranlassung gaben zur Einführung jener kleinen farbigen Ueberziehsocken, die sich während der letzten Winter die Gunst so vieler Frauen erwarben. * Interessanterweise ist nun aber auch von ganz anderer Seite her Sturm gelaufen worden gegen die ungesunden überhöhen Absätze an Damenschuhen. «Wollen Sie gesund bleiben, meine Damen, und Ihre Beine in ästhetischem Zustand erhalten, dann steigen Sie von den hohen Absätzen her-

unter» . . . so ermahnt ein Pariser Arzt die eleganten Hörerinnen, die einer Einladung zu einem Vortrag nachgekommen waren. Dieser Arzt arbeitet seit ein paar Jahren gegen die unhygienische Schuhmode und er konnte durch Vorführungen im Film und an Hand



Elegante neue Frühjahrschuhe mit halbhohen oder gemäßigten Louis XV.-Absätzen. Diese Schuhe sind nur für Nachmittag und Abend bestimmt

Bild rechts: Röntgenaufnahme eines unbekleideten, schreitenden Frauenfußes. Durch das Tragen von «Stöckelabsätzen» wird beim Schreiten der Fuß zu einer fast senkrecht steilen Stellung gezwungen, so daß daraus Schäden für das ganze Knochengestell entstehen können



Schwarz-weiß gemustertes Frühjahrskostüm mit weiß-schwarz Crêpe de Chine-Bluse und dazu passendem Hut

mit dem Wandersport vertraut machte und von selbst zu diesem niederen Schuhwerk übergang, konstatierten moderne Aerzte, daß zu hohe Absätze mit Ueberspannung der Beinmuskeln zu Krampfadem führen und auch einen schädlichen Druck auf die innern Organe ausüben. Das Gleichgewicht des Oberkörpers wird gefährdet und das notwendige, gute Zusammenarbeiten aller Glieder leidet. Der Fettsatz an den Waden und selbst der Eiweißverlust mit all seinen Folgen werden den hohen Absätzen zugeschrieben. Heute sind wir tatsächlich so weit, daß wir Schuhe mit geschweiftem französischen Absatz zum Vormittagskostüm in der Stadt ebenso unpassend finden, wie

zum Wandern und Bergsteigen. Diese Beeinflussung durch den Sport hat auch die Schuhindustrie sehr zu spüren bekommen. Der nieder- und breitabsätzige Sportschuh wird gerade auch von der führenden schweizerischen Schuhindustrie sorgfältig gepflegt und die Auswahl in «Trotteurs» d. h., halbeleganten Schuhen mit höchstens mittelhohem Absatz ist enorm. Vor einem allerdings sollten sich die Frauen hüten: ins Gegenteil zu verfallen und den ganzen Tag in absatzlosen, schlottrigen Schuhen herumzulaufen. Der Schaden, der damit angerichtet wird, ist kaum viel kleiner als der des Stöckelschuhes. M.



Mit dem Frühjahr beginnen auch die Freiluftübungen wieder. Man treibt Gymnastik, für sich allein oder in Kursen. Turnen an der «schwedischen Leiter» tut jungen und

älteren Knochen gut. Das Bild zeigt Gäste an der Riviera bei ihren morgendlichen Übungen

von Röntgenaufnahmen nachweisen, daß der Gang der Frau mit hohen Absätzen durchaus unnatürlich und unschön wirkt und daß der ganze weibliche Organismus unter der erzwungenen, gekünstelten Fußstellung leidet. * Freilich: ein hochgestellter Schuh macht den Fuß klein und läßt die Gestalt größer erscheinen. Aber Selbsterhöhung so äußerlicher Art hat die Frau nicht mehr nötig, die im Berufs- und Wirtschaftsleben so mutig neben dem Manne steht. Auch sind in früheren Jahrhunderten die Damen mit ihren Stöckelschuhen nur wenig «gelaufen»; nicht zu reden vom «wandern». Gleichzeitig, da sich die Frau