

Zeitschrift: Zürcher Illustrierte
Band: 7 (1931)
Heft: 16

Artikel: Wenn Ihr es tun wollt, tut es jetzt!
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-752843>

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: 04.12.2025

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



Tiefatmen, Rumpfschwingen, den Körper kreisen lassen, — das alles im Freien, in der Sonne, leicht bekleidet: wie wohl das tut.

Wenn Ihr es tun wollt, — tut es jetzt!



Aus einer modernen «Mustersturnschule»: Auf den Händen herumwandeln ist das Mindeste, was man dort können muß; aber nicht turnerisch, exakt, in sterner Linie, sondern mit begeistert durcheinandergerollten, gelösten Beinen

Jetzt — wenn jemals — ist es Zeit! Jetzt — wenn jemals — rafft euch auf! Still und ad acta gelegt hat der Körper den Winter über geschlummert; einmal pro Woche erfolgte die Orgie des Skifahrens, aber sonst war Stille im Land. Nach Bureauauschluß eilte man gesenkten Kopfes heim, warf sich ins Hauskleid und hatte nur *einen* Gedanken: sich einzuhäuseln, in Wärme zu verkriechen und Kreuzworträtsel zu lösen. Und nun hat sich der Kreis geschlossen, und wir erleben — neu, wie jedes Jahr — das Wunder des Wiederbeginns. Alles in uns wird ungeduldig, der Geist und der Körper, — vorzugsweise letzterer. Und was für eine gute Geduld ist das, wert, beachtet zu werden! «Es muß wieder etwas laufen,» verlangt der Körper gebieterisch, «ich brauche neue Sensationen, neuen Schwung, — gibst du mir die nicht, so mache ich dich alt.» Letzteres Wort genügt meistens, um die Frauen zu energischer Tätigkeit bereitzumachen. Und hat man das Glück, jetzt jung zu sein, so bietet sich an allen Ecken und Enden Gelegenheit zu jeder Art Bewegung: man kann sanfte, etwas sentimentale «Rhythmus» betreiben und alle seine Gefühle in Arm- und



Die Dinge, die am einfachsten und anspruchslosen aussehen, sind oft die schwersten: diese schmucklose Gleichgewichtsübung setzt langes Training voraus



Ganz einfach auf dem frischen Rasen herumbalgen wie kleine Kinder ist auch schon eine schöne Sache; man vergißt dabei garantiert, daß man zwanzig, respektive dreißig, respektive ... usw. Jahre alt ist

Beinschwung legen; man kann qualvoll mensendiecken, jeden einzelnen Muskel tausendmal verzerrn, bis man eines Tages das erhebende Gefühl hat, daß man alles das kann, was die andern nicht können; man kann Leichtathletik bevorzugen — schon das Wort allein ist ein Genuß — und im langen, blauen, dekorativen Trainingsanzug auf grünem Rasen Speer werfen und Kugel stoßen; man kann es in der Akrobatik so weit bringen, daß man für die höhere Zirkuskarriere vorbereitet ist; und schließlich kann man, wenn man kann, ein Röhrrad erstehen und darin die halsbrecherischsten Kunstuistiken vollführen, als deren Resultat zum Schluss eine wirklich ganz große körperliche und in deren Gefolge auch seelische Sicherheit zu verzeichnen ist. Alles kann und soll man machen, — jetzt, jetzt.

• Als ich letzthin die Menschen auf der Straße genauer ansah, fiel mir diese neuerwachte Freude an der Bewegung bei den einzelnen Gangarten auf: die Frauen wiegten sich in Hüften und Schultern, die Männer hüpfen bei jedem Schritt von der Sohle auf die Fußspitze, und ein kleiner Lausejunge steckte seine sommersprossige Nase in die Luft und klappte mit den Haken. Das alles ist ja schon etwas, ein Anfang; aber wenn ihr könnt, tut mehr!

sk.