

Stoff — Mackintosh — genäht, um den Sattel wasserdicht und kühl zu halten. Da die vordere Spitze der Filzdecke keilförmig und in der Fläche messerschneidenartig zulaufend geschnitten ist, so füllt sie die hängemattenartige Einsenkung des unter dem Körpergewicht nachgebenden Sattelsitzes aus und verhindert jeden Druck, sowohl des Sattlerrandes, wie des Sattelschnabels, vorausgesetzt dass der letztere steil gestellt ist (vergl. S. 161). Nichts ist falscher, als den etwa drückenden Schnabel zu senken, um seinem Drucke zu entgehen, denn der Erfolg ist gerade der umgekehrte, nämlich der, dass der Körper immer mehr nach vorne, d. h. auf den Schnabel rutscht und so den Druckschmerz geradezu unerträglich macht.\*) Damen, welche bereits im Begriff waren, aus diesem Grunde das Radfahren ganz aufzugeben, sind, nachdem sie auf meinen Rat, wenn auch zweifelnd und kopfschüttelnd, die Sattelstellung in der scheinbar widersinnigen Weise geändert hatten, eifrige Radlerinnen geworden und freuen sich, der Leib- und Seele stärkenden Einwirkung unseres Sports nicht durch ein Vorurteil verlustig gegangen zu sein.

Eine der umstrittensten Fragen ist diejenige, ob das Korsett auf dem Rade beibehalten werden soll oder nicht. Während

ich in Bezug auf die sonstige Frauenkleidung ganz auf dem Standpunkte der von Berlin und Dresden ausgehenden Reformbewegung stehe, kann ich in Bezug auf das Korsett nach meinen auf Radtouren gemachten Beobachtungen nicht unbedingt in das übliche, schablonenmäßig gegen sein Tragen geschleudertes Verdammungsurteil einstimmen. Es handelt sich hier nicht um die Frage, ob die weibliche Jugend mit oder ohne Korsett emporzunehmen soll — hier würde jeder Arzt bedingungslos für die letztere Art stimmen — sondern darum, ob ein an das Korsett gewöhnter Körper dasselbe für die Zeit der Radfahrt aus Gesundheitsrück-

sichten ablegen soll und ob er Schaden erleidet, wenn er dies nicht thut. Dabei muss zunächst einmal den stets wiederkehrenden, ebenso bequemen wie oberflächlichen Phrasen der «Einschnürung» entgegengetreten werden, durch welche das Korsett die Gesundheit seiner Trägerin vernichten soll. Zugegeben, dass in der Entwicklungszeit, wenn das ungewohnte Kleidungsstück zuerst angelegt worden ist, die Eitelkeit dazu verführen mag, den Umfang der unteren Rippen mit Gewalt zu verkleinern, so ist die Wirkung des Korsetts in den späteren Jahren fast ausschließlich die eines

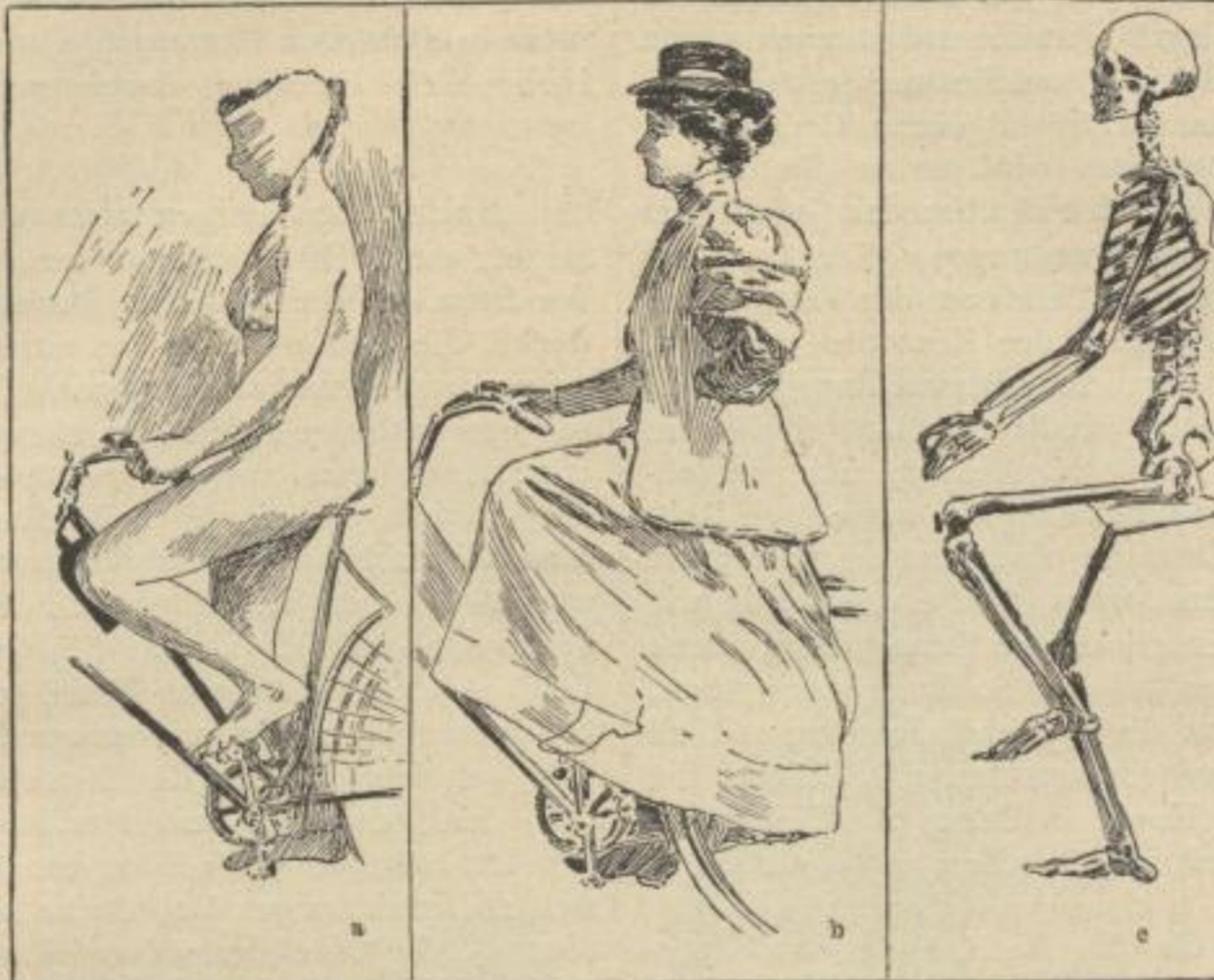


Fig. 3. b, c. Falscher Sitz mit zu stark gekrümmtem Knie, herrührend entweder von falscher Bewegung des Fussgelenks oder von zu niedrig stehendem Sattel. Der linke Absatz steht zu hoch, der rechte zu tief. Der falsche Sitz zieht auch Schwierigkeiten beim Tragen des Kleides nach sich, wie aus den Falten am Rock zu ersehen ist. Fig. a sitzt auf einem genügend nach vorn gestellten Sattel, so dass die Knie nicht zu hoch stehen, während die Oberschenkel von Fig. b und c fast horizontal sind.

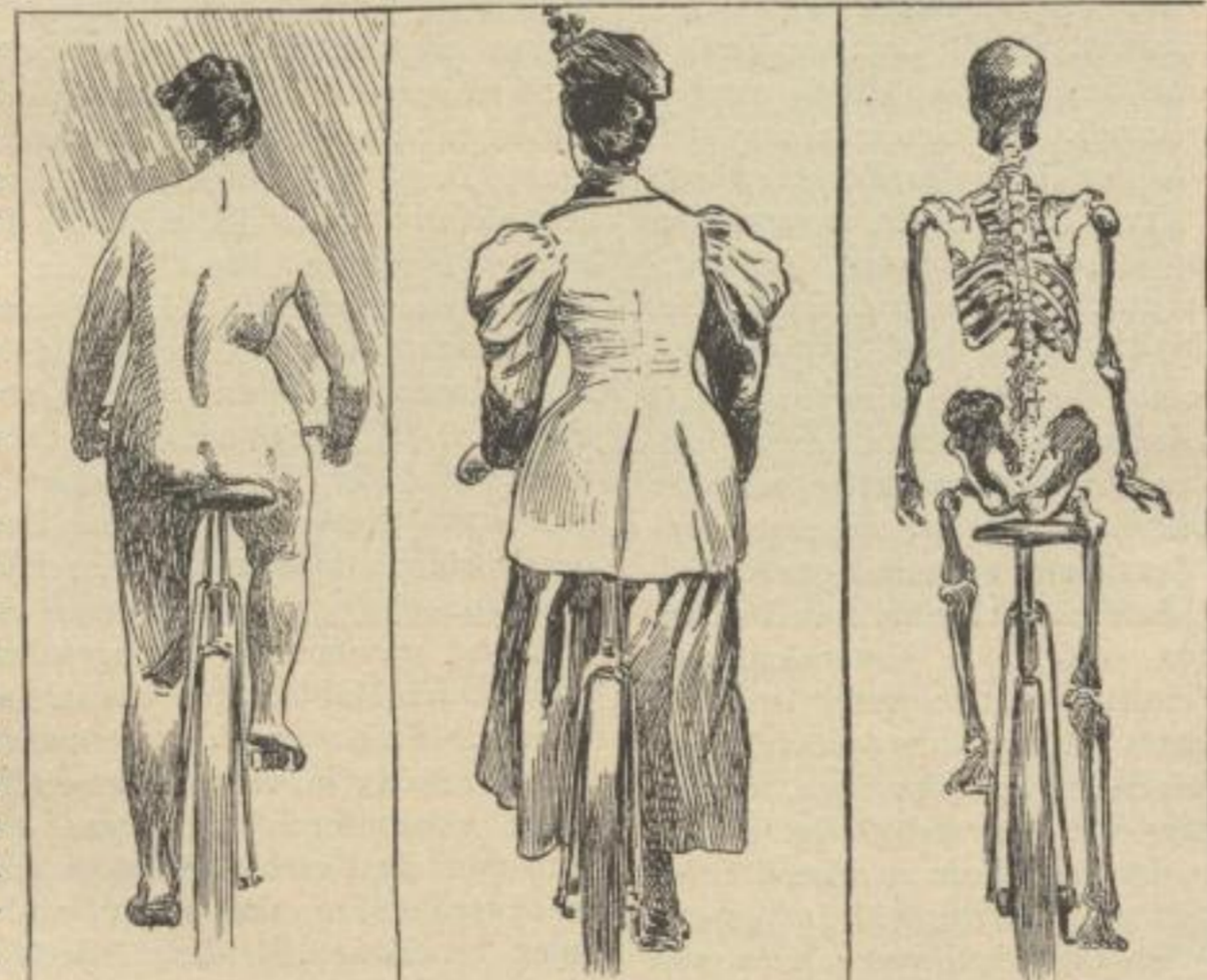


Fig. 4. Falscher Sitz von hinten. Der Sattel zu hoch; infolgedessen liegt die Last des Körpers abwechselnd auf dem rechten und linken Beckenknochen; das Rückgrat wird entsprechend nach rechts oder links gebogen. Dieser Sitz kommt auch vom falschen Treten beim Bergauffahren.

Stütz-Apparates für die Wirbelsäule und die an ihr befindlichen Rückenmuskeln. Dazu kommt,

\*) Vgl. die Beckenzeichnung Fig. c, S. 161.