

Zuerst Sport / Wandern

Talfahrt

Die Talfahrt ist das Ideal des Skifahrers. Nicht mit Sicherheit, dennlodgedt von aller Ordenswerte, die Hänge hinabzulaufen, ist ein Stiel, dem jeder erlegt. Vom ersten Erfolg bis zum sicheren Abschlagsläufer ist aber ein weiter Weg. Dem Anfänger kann nur geraten werden, erst einmal seine Skier beherrschten zu lernen, ehe er sich ihnen bedingungslos unterstellt.

Gute Haltung bei der Hangfahrt ist unerlässliche Voraussetzung. Der Anfänger muss erst einmal die Schne vor der Tiefe überwinden und bemüht sich gewöhnlich kampfhaft nicht zu fallen. Er muss lernen, in lockerer, ungezwungener Körperhaltung, weit vorgeneigt, und mit nachschleudernden Stößen abzufahren. Die Schnelligkeitsteilveränderungen, die während der Abschlag durch wechselnde Schnee- und Gelände verhältnisse eintreten, variiert man durch Nachgeben in den Knien und Hüften bis zur tiefen Hocke. Das lernt man bald und tut es später nur noch im Unterbewußtsein.

Jede Fahrt lässt sich verlangsamen, indem man fürgerichtet wird, um die Stütze des Steinsabhangs. Drückt man einen Stiel mit dem Hosenende nach außen, während die Spuren zusammenbleiben, verringert sich die schwache Fahrt sofort merklich. Tut man dies mit beiden Stöcken, entsteht der Schneepflug, der schließlich, je mehr man die Fersen ausstreckt, schnell zum Fall führt. Beide Übungen erlernen man gut, sie geben erst die volle Sicherheit, womit man das Spiel schon halb gewonnen hat.

Veidet kann man nicht immer in geschickter Fahrt seine Tour abwickeln, und gerade in den deutschen Mittelgebirgen sind weite, freie Hänge selten. Nur wer die Vogenhülen über beherrscht, erlebt Freude an der Skifahrt. Die Grundlage aller Vogenhülen sind der geogene und der gerissene Steinbogen oder Christiana. Hat man das Steinmäbren gründlich gelernt, kann man in etwas rascher Fahrt den eingeklemmten Stiel nach innen, belaste ihn allmählich, drehe den Körper in der Hölle einwärts und schon beginnt ein schöner weiter Bogen. Sieht man nun den bogeninnernen Schneebach rasch bei, macht man wieder normale Fahrt. Nicht immer hat man genügend Platz zu einem Steinbogen, dann macht man die gleiche Uebung mit schnellerem Aufeinanderfolgen der einzelnen Phasen. Besonders achtet man auf ruckartiges Herumtreiben der Hölle und schnelles Beziehen des inneren Els, und schon hat man den Christiana in Steinatur.

Man denkt sich das allerdings nicht so leicht, wie es hingefahren oder gesagt ist; viel Fleiß muss aufgewandt werden, ehe beide Übungen, rechts und links, vom und zum Hang fließend fließen. Ohne einige Hallübungen geht's auch nicht ab, doch dem zähen und unverdrossenen Breitlmann gelingt es dann auch. Hat man Sicherheit erlangt, kann man schon schwere Touren unternehmen. Damit beginnt die Erste einzugehen, die man in harter Lehrzeit gesetzt hat. Die ganze wiede Wunderwelt des Bergwinters ist sich jetzt auf, dem Meister seiner Preise muss sie ein Geheimnis nach dem anderen preisgeben. Darum übt fleißig das Wenige, aber Notwendige, alles andere lernt sich nach und nach von ganz allein.

Lehrgang des Döse.

Am 8. Januar beginnt im Weitner Gymnasium unter der Leitung von Dr. med. Schubert ein Lehrgang in „Anatomie, Physiologie und Hygiene der Selbstübungen“ und in „Erste Hilfe bei Unfällen“. Er wird voraussichtlich durch zehn Wochen hindurch jeden Mittwoch von 7 bis 9 Uhr dort abgehalten werden.

Es wäre höchste Pflicht eines jeden Selbstübungs treibenden Menschen, sich Gewissheit zu verschaffen über Was und Verirrungen seines Körpers, vor allem aber auch sich einzelnen zu lassen in die viele, aber schwere Kunst einer erfolgreichen Rücksichtshilfe. Wer sich diese Gelegenheit nicht entgehen lassen will, kommt am Mittwoch, dem 8. Januar, abends 7 Uhr ins Weitner Gymnasium. Die Teilnehmerzahl in Höhe von drei Markt wird der regelmäßigen Teilnahme jährig erhöht und außerdem auf Wunsch eine Bescheinigung des Besuchs dieses Lehrganges gewährt.

Pferdesport

Reitturnier im Münster

Das Reits- und Fahrtturnier, das am Sonnabend in großartigem Stile eröffnet werden war, sah am Sonntag eine Parallele in den ausgestanzten Vorführungen und Konkurrenzen. Kein Wunder, daß das Haus der Vorführungen der Fahrschule und der Hengstschau begeisterten Vollall zollte. In den Konkurrenzen des Tages legte sich wieder die überlegene Klasse A des Olympiateilnehmers Major Hörlitz durch, der die Eignungsprüfung für Reitpferde gewann.

Der erfolgreichste Schnitt aus der Staffel Vollall, der die Klasse B der gleichen Konkurrenz für sich entschied.

Urgewalte: Treppenprüfung, Klasse L: 1. Topphoff-Kaups Hest, 2. Oppolzer-Haus, 3. A. Abobod-Aubertus, 11. Teile. — Gruppenprüfung für Reitpferde, Klasse A: 1. Dr. Heßlers Kurzprüfung (Major Bürkner), 2. Grunewald-Arosa, 3. Andreae-Andla, 20. Teile. Klasse B: 1. Stoll-Westfalen-Albflus (Ost. Moers), 2. Stoll-Westfalen-Aligold, 3. Lichemans Goldfee. — Materialprüfung für Reitpferde, o. M., Klasse B: 1. Grohes Denz (G. Branting), 2. Rhodes-Huberus, 2. Gelschmanns Ganzen, 3. Küdiger's Ralda, 8. Ost. Schmalz-Hanen. — Vaartreitungen: 1. Peters' Amanda von Bellen (Wet.), und Dr. ten Tempels Anna (Dr. A. Peters), 2. H. 2. Reits- und Fahrtwale Date und Konjul, 2. H. 3. Bar- und Neptune, 2. H. — Jandvölkerabteilung: 1. St. O. 2. St. O. 3. St. O. 4. St. O. 5. St. O. 6. St. O. 7. St. O. 8. St. O. 9. St. O. 10. St. O. 11. St. O. 12. St. O. 13. St. O. 14. St. O. 15. St. O. 16. St. O. 17. St. O. 18. St. O. 19. St. O. 20. St. O. 21. St. O. 22. St. O. 23. St. O. 24. St. O. 25. St. O. 26. St. O. 27. St. O. 28. St. O. 29. St. O. 30. St. O. 31. St. O. 32. St. O. 33. St. O. 34. St. O. 35. St. O. 36. St. O. 37. St. O. 38. St. O. 39. St. O. 40. St. O. 41. St. O. 42. St. O. 43. St. O. 44. St. O. 45. St. O. 46. St. O. 47. St. O. 48. St. O. 49. St. O. 50. St. O. 51. St. O. 52. St. O. 53. St. O. 54. St. O. 55. St. O. 56. St. O. 57. St. O. 58. St. O. 59. St. O. 60. St. O. 61. St. O. 62. St. O. 63. St. O. 64. St. O. 65. St. O. 66. St. O. 67. St. O. 68. St. O. 69. St. O. 70. St. O. 71. St. O. 72. St. O. 73. St. O. 74. St. O. 75. St. O. 76. St. O. 77. St. O. 78. St. O. 79. St. O. 80. St. O. 81. St. O. 82. St. O. 83. St. O. 84. St. O. 85. St. O. 86. St. O. 87. St. O. 88. St. O. 89. St. O. 90. St. O. 91. St. O. 92. St. O. 93. St. O. 94. St. O. 95. St. O. 96. St. O. 97. St. O. 98. St. O. 99. St. O. 100. St. O. 101. St. O. 102. St. O. 103. St. O. 104. St. O. 105. St. O. 106. St. O. 107. St. O. 108. St. O. 109. St. O. 110. St. O. 111. St. O. 112. St. O. 113. St. O. 114. St. O. 115. St. O. 116. St. O. 117. St. O. 118. St. O. 119. St. O. 120. St. O. 121. St. O. 122. St. O. 123. St. O. 124. St. O. 125. St. O. 126. St. O. 127. St. O. 128. St. O. 129. St. O. 130. St. O. 131. St. O. 132. St. O. 133. St. O. 134. St. O. 135. St. O. 136. St. O. 137. St. O. 138. St. O. 139. St. O. 140. St. O. 141. St. O. 142. St. O. 143. St. O. 144. St. O. 145. St. O. 146. St. O. 147. St. O. 148. St. O. 149. St. O. 150. St. O. 151. St. O. 152. St. O. 153. St. O. 154. St. O. 155. St. O. 156. St. O. 157. St. O. 158. St. O. 159. St. O. 160. St. O. 161. St. O. 162. St. O. 163. St. O. 164. St. O. 165. St. O. 166. St. O. 167. St. O. 168. St. O. 169. St. O. 170. St. O. 171. St. O. 172. St. O. 173. St. O. 174. St. O. 175. St. O. 176. St. O. 177. St. O. 178. St. O. 179. St. O. 180. St. O. 181. St. O. 182. St. O. 183. St. O. 184. St. O. 185. St. O. 186. St. O. 187. St. O. 188. St. O. 189. St. O. 190. St. O. 191. St. O. 192. St. O. 193. St. O. 194. St. O. 195. St. O. 196. St. O. 197. St. O. 198. St. O. 199. St. O. 200. St. O. 201. St. O. 202. St. O. 203. St. O. 204. St. O. 205. St. O. 206. St. O. 207. St. O. 208. St. O. 209. St. O. 210. St. O. 211. St. O. 212. St. O. 213. St. O. 214. St. O. 215. St. O. 216. St. O. 217. St. O. 218. St. O. 219. St. O. 220. St. O. 221. St. O. 222. St. O. 223. St. O. 224. St. O. 225. St. O. 226. St. O. 227. St. O. 228. St. O. 229. St. O. 230. St. O. 231. St. O. 232. St. O. 233. St. O. 234. St. O. 235. St. O. 236. St. O. 237. St. O. 238. St. O. 239. St. O. 240. St. O. 241. St. O. 242. St. O. 243. St. O. 244. St. O. 245. St. O. 246. St. O. 247. St. O. 248. St. O. 249. St. O. 250. St. O. 251. St. O. 252. St. O. 253. St. O. 254. St. O. 255. St. O. 256. St. O. 257. St. O. 258. St. O. 259. St. O. 260. St. O. 261. St. O. 262. St. O. 263. St. O. 264. St. O. 265. St. O. 266. St. O. 267. St. O. 268. St. O. 269. St. O. 270. St. O. 271. St. O. 272. St. O. 273. St. O. 274. St. O. 275. St. O. 276. St. O. 277. St. O. 278. St. O. 279. St. O. 280. St. O. 281. St. O. 282. St. O. 283. St. O. 284. St. O. 285. St. O. 286. St. O. 287. St. O. 288. St. O. 289. St. O. 290. St. O. 291. St. O. 292. St. O. 293. St. O. 294. St. O. 295. St. O. 296. St. O. 297. St. O. 298. St. O. 299. St. O. 300. St. O. 301. St. O. 302. St. O. 303. St. O. 304. St. O. 305. St. O. 306. St. O. 307. St. O. 308. St. O. 309. St. O. 310. St. O. 311. St. O. 312. St. O. 313. St. O. 314. St. O. 315. St. O. 316. St. O. 317. St. O. 318. St. O. 319. St. O. 320. St. O. 321. St. O. 322. St. O. 323. St. O. 324. St. O. 325. St. O. 326. St. O. 327. St. O. 328. St. O. 329. St. O. 330. St. O. 331. St. O. 332. St. O. 333. St. O. 334. St. O. 335. St. O. 336. St. O. 337. St. O. 338. St. O. 339. St. O. 340. St. O. 341. St. O. 342. St. O. 343. St. O. 344. St. O. 345. St. O. 346. St. O. 347. St. O. 348. St. O. 349. St. O. 350. St. O. 351. St. O. 352. St. O. 353. St. O. 354. St. O. 355. St. O. 356. St. O. 357. St. O. 358. St. O. 359. St. O. 360. St. O. 361. St. O. 362. St. O. 363. St. O. 364. St. O. 365. St. O. 366. St. O. 367. St. O. 368. St. O. 369. St. O. 370. St. O. 371. St. O. 372. St. O. 373. St. O. 374. St. O. 375. St. O. 376. St. O. 377. St. O. 378. St. O. 379. St. O. 380. St. O. 381. St. O. 382. St. O. 383. St. O. 384. St. O. 385. St. O. 386. St. O. 387. St. O. 388. St. O. 389. St. O. 390. St. O. 391. St. O. 392. St. O. 393. St. O. 394. St. O. 395. St. O. 396. St. O. 397. St. O. 398. St. O. 399. St. O. 400. St. O. 401. St. O. 402. St. O. 403. St. O. 404. St. O. 405. St. O. 406. St. O. 407. St. O. 408. St. O. 409. St. O. 410. St. O. 411. St. O. 412. St. O. 413. St. O. 414. St. O. 415. St. O. 416. St. O. 417. St. O. 418. St. O. 419. St. O. 420. St. O. 421. St. O. 422. St. O. 423. St. O. 424. St. O. 425. St. O. 426. St. O. 427. St. O. 428. St. O. 429. St. O. 430. St. O. 431. St. O. 432. St. O. 433. St. O. 434. St. O. 435. St. O. 436. St. O. 437. St. O. 438. St. O. 439. St. O. 440. St. O. 441. St. O. 442. St. O. 443. St. O. 444. St. O. 445. St. O. 446. St. O. 447. St. O. 448. St. O. 449. St. O. 450. St. O. 451. St. O. 452. St. O. 453. St. O. 454. St. O. 455. St. O. 456. St. O. 457. St. O. 458. St. O. 459. St. O. 460. St. O. 461. St. O. 462. St. O. 463. St. O. 464. St. O. 465. St. O. 466. St. O. 467. St. O. 468. St. O. 469. St. O. 470. St. O. 471. St. O. 472. St. O. 473. St. O. 474. St. O. 475. St. O. 476. St. O. 477. St. O. 478. St. O. 479. St. O. 480. St. O. 481. St. O. 482. St. O. 483. St. O. 484. St. O. 485. St. O. 486. St. O. 487. St. O. 488. St. O. 489. St. O. 490. St. O. 491. St. O. 492. St. O. 493. St. O. 494. St. O. 495. St. O. 496. St. O. 497. St. O. 498. St. O. 499. St. O. 500. St. O. 501. St. O. 502. St. O. 503. St. O. 504. St. O. 505. St. O. 506. St. O. 507. St. O. 508. St. O. 509. St. O. 510. St. O. 511. St. O. 512. St. O. 513. St. O. 514. St. O. 515. St. O. 516. St. O. 517. St. O. 518. St. O. 519. St. O. 520. St. O. 521. St. O. 522. St. O. 523. St. O. 524. St. O. 525. St. O. 526. St. O. 527. St. O. 528. St. O. 529. St. O. 530. St. O. 531. St. O. 532. St. O. 533. St. O. 534. St. O. 535. St. O. 536. St. O. 537. St. O. 538. St. O. 539. St. O. 540. St. O. 541. St. O. 542. St. O. 543. St. O. 544. St. O. 545. St. O. 546. St. O. 547. St. O. 548. St. O. 549. St. O. 550. St. O. 551. St. O. 552. St. O. 553. St. O. 554. St. O. 555. St. O. 556. St. O. 557. St. O. 558. St. O. 559. St. O. 560. St. O. 561. St. O. 562. St. O. 563. St. O. 564. St. O. 565. St. O. 566. St. O. 567. St. O. 568. St. O. 569. St. O. 570. St. O. 571. St. O. 572. St. O. 573. St. O. 574. St. O. 575. St. O. 576. St. O. 577. St. O. 578. St. O. 579. St. O. 580. St. O. 581. St. O. 582. St. O. 583. St. O. 584. St. O. 585. St. O. 586. St. O. 587. St. O. 588. St. O. 589. St. O. 590. St. O. 591. St. O. 592. St. O. 593. St. O. 594. St. O. 595. St. O. 596. St. O. 597. St. O. 598. St. O. 599. St. O. 600. St. O. 601. St. O. 602. St. O. 603. St. O. 604. St. O. 605. St. O. 606. St. O. 607. St. O. 608. St. O. 609. St. O. 610. St. O. 611. St. O. 612. St. O. 613. St. O. 614. St. O. 615. St. O. 616. St. O. 617. St. O. 618. St. O. 619. St. O. 620. St. O. 621. St. O. 622. St. O. 623. St. O. 624. St. O. 625. St. O. 626. St. O. 627. St. O. 628. St. O. 629