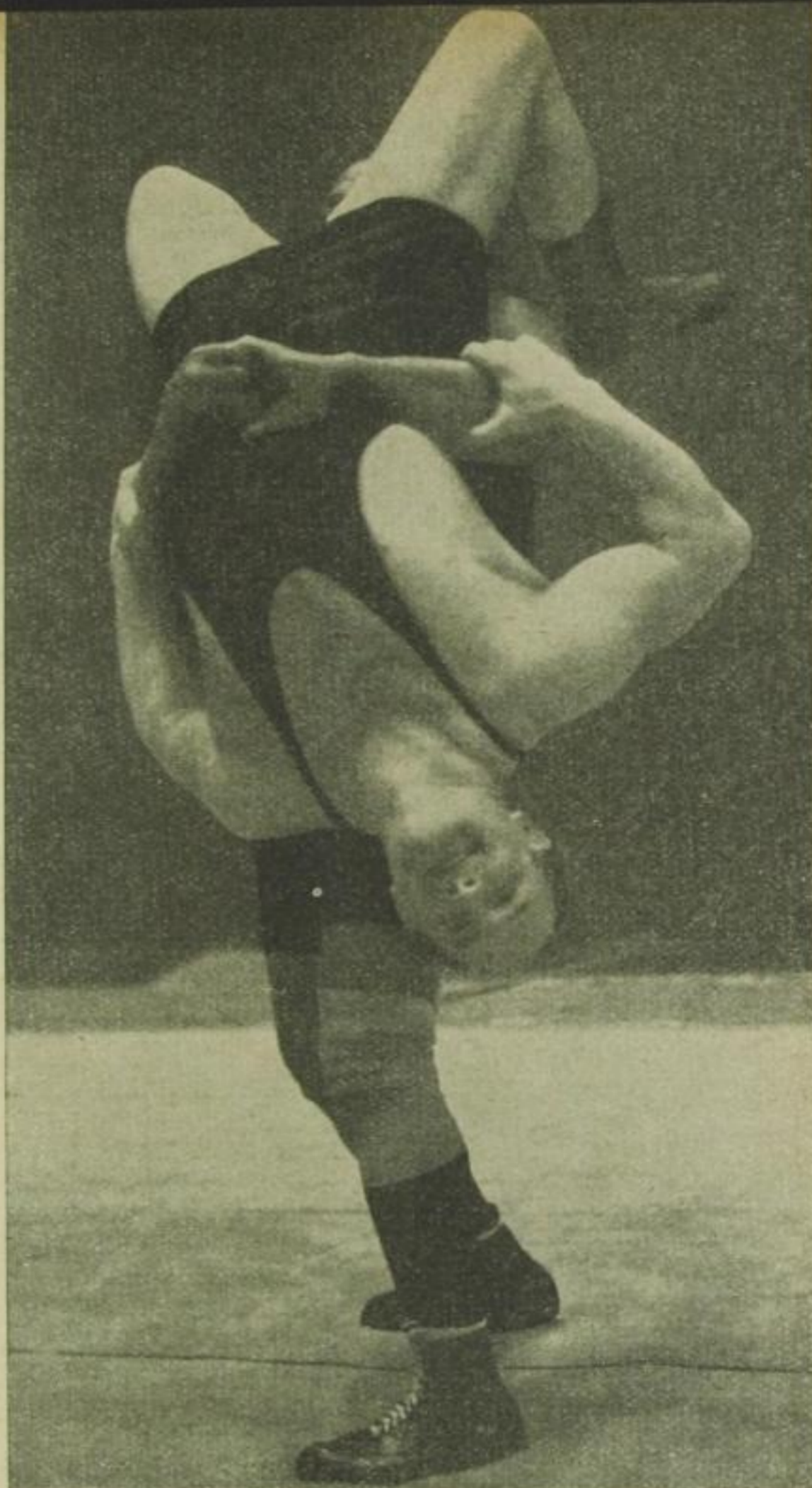


### *Der Ausheber im Stande*

*Zur Ausführung dieses Griffes bedarfes sehr großer Kreuzkraft, da das ganze Gewicht des Gegners aus der Bodenlage hochgehoben werden muß. Hier ist eine Abwehr fast unmöglich. Ausführer: Tomson mit Kopp.*

wird er fortwährend durch den Gegner an der Erreichung dieses Zieles gehindert; denn dieser strebt nach dem gleichen Ziele, welches doch nur einer von beiden erreichen kann. Dieser Umstand gibt dem Handeln der Ringer eine ungewöhnliche Intensität. Das charakterbildende Moment des Ringens wird meist nicht genügend gewürdigt oder gar verkannt. Selbst den Stärkeren, Gewandteren hält der Ringer mutig stand, ausdauernd bis zum letzten Augenblick. Neidlos reicht der Ringer nach dem Kampf dem Sieger die Hand. Er lernt Mißerfolge ertragen, indem er sich tröstet mit dem Gedanken — ich tat bis zum letzten Augenblick, was ich konnte.

Neben dem griechisch-römischen Ringen findet sich noch eine besondere Art des Ringens, der sogenannte freie Stil (catch as catch can), die vornehmlich in Amerika, Australien und in den britischen Kolonien gepflegt wird. Beim erstgenannten Ringkampf gilt als Angriffslinie der Kör-



### *Der Schulterdrehgriff*

*Dieser Griff wird am Boden ausgeführt, er kann aber auch in derselben Weise im Stand ausgeführt werden. Ausführende: Tomson mit Kopp.*