

# Spielerische Gymnastik

Photographische Aufnahmen  
von Friedrich Seidenstücker

Gymnastik ist die Urform jeder körperlichen Bewegung. Ihr Zweck ist, nach einem Worte Rudolf von Labans, die Stählung des Körpers und die Beherrschung der Gliederführung im Umraum. Sie ist, da sie ohne Gerät ausgeführt werden kann, die einfachste und die natürlichste



„Heißa,  
ich fliege!“



*Die Bank*