



Vorbeuge mit gegrätschten Beinen

krampfungen führen kann. Freiübungen sind oft mehr Schaustellung als praktisch wertvolle Übung, das Kommando erstickt den Eigenrhythmus des Körpers, auf die suggestive Massenerwirkung sollte man als billige Lösung verzichten.

Die deutschen Spiele (Faustball, Handball, Schlagball), in beiden Lagern und nach einem nahezu einheitlichen Regelwerk gepflegt, leiten mit den volkstümlichen turnerischen Übungen zur Leichtathletik und damit zum Sport. Die Wiedergewinnung der freien Bewegung war sein größter Erfolg, die Übungsformen sind natürlich und frei von Zwang. Rudolf Bode stellt in seiner Ausdrucksgymnastik die Frage „Ist Körpererziehung Unterdrückung oder Entfaltung der freien Bewegung?“ gegen die Gefahr des Sports, den Rekord. Man kann schon heute sagen, daß die Antwort sich einer Entscheidung nähert, die Leibeserziehung um des Geistes willen bejaht. Seitdem Geisow den Begriff „Deutscher Sportgeist“ prägte, der mehr als das geworden ist, klingt das Echo dieses Rufes bei Führer und Volk. Der finnische Meisterläufer Nurmi nannte jüngst den Sport einen Teil zur Erziehung des ganzen Menschen, dazu bedürfe er der Mitarbeit vieler Männer, deren Interesse weit über das rein Sportliche hinausgehe. Fritz Giese formulierte schließlich Probleme und Forderungen: „Geist im Sport wird Erziehung zum Leben, nicht nur Forderung für eine Leibespflege, sondern für die Kultur überhaupt“. Die rhythmische Körperbildung ist in den Sport eingedrungen; man stellt die vielseitige Ausbildung jetzt bewußt in den Mittelpunkt, darauf kann erst Spezialisierung basieren.

Körperkultur ist heute ein vielgenanntes Wort, Begriff und Ausübung beginnen Allgemeingut zu werden. „Jeder Mensch formt seine Schönheit selbst, sie will erarbeitet sein. Sonne und Gymnastik bringen Schönheit.“ Wichtig und geeignet zur Körperschulung sind die Alltagsbewegungen, die Körperkultur ist mit Entschiedenheit auf Fragen der Lebensreform und Weltanschauung eingegangen. Liebe zum Körper bildet die Brücke zu neuer Kultur, die Gymnastik dient dem Wunsche des Menschen nach Vollendung seiner Form. Der Ausdruck des Lebens ist Bewegung, Rhythmus; körperliche Betätigung wächst so in innerem Erlebnis zum Hölderlingesang: „Wie der Himmel bin ich still und bewegt.“ Mit Novalis erkennen wir im menschlichen Leib den fleischgewordenen Gott.

Sport ist die erste Form des Erlebens an Körperlichem überhaupt. Das Geheimnis unserer Menschlichkeit im allgemeinen Sinne heißt Körperseele. Das Körperseelische umschließt Grundfragen der Menschlichkeit und drängt

Starre aufwiegen, ist mit bewundernswerter Anpassungsfähigkeit die führende Stellung bewahrt. Durch seine außerordentliche Vielseitigkeit stellt das Turnen einen wichtigen Bestandteil in der Körpererziehung dar; es verleiht Muskelkraft, Mut und Disziplin. Gefahren birgt es in den Geräteübungen, wo die Bewegung vom Schultergürtel ausgeht, was zu Ver-



Bruststand