



Fot. Riebiche

Sport mit Kind und Kegel:

Familie Meusel: der Vater ist Sportlehrer, die Mutter war schon als Mädchen begeisterte Sportamateurin, die Kinder wachsen mit Sport auf.

Voraussetzung für harmonische Körperentwicklung. — Die Körperform wandelt sich unter verschiedenen Sportarten. Schwere Arbeit (Kugelstoßen, Geräteturnen, Rudern) macht die Muskeln härter, massiger und ausgeprägt. Durch Schwimmen werden sie weicher und geschmeidiger, wie sie sich der Frauenarzt wünscht. Schnellläufe und Spiele entwickeln schlanke, flinke Muskeln. Die beste Körperform entsteht durch vielseitigen Sport und Mehrkampftraining. Leichtathletinnen und Schwimmerinnen müssen schwimmen können, Laufübungen und Ballspiele machen. Sogenannte Vermännlichung oder Verfettung wird dabei vermieden. Aber kein Mann und keine

Sportlerin
mit drei gesunden
Kindern
(Frau
Margarete Meusel)
Fot. Meusel

29

