

Allerlei zum Sport der Frau

Es ist noch garnicht so lange her, daß von einem Sport der Frau überhaupt nicht die Rede sein konnte, da man ihn eben nicht kannte. Wenn etwa unsere Großmütter in ihren jungen Jahren sich als Schlittschuhläuferinnen aufs Eis wagten, so erregten sie bedenkliches Aufsehen. Für ihre Töchter schon richtete man — hin und wieder blieb es bei schüchternen Versuchen — in manchen städtischen Schulen Turnunterricht ein; diese Generation eroberte sich nach und nach das Fahrrad, doch nicht, ohne auch bei diesem Beginnen Anfeindungen aller Art ausgesetzt zu sein. Erst heut ist man über alle Bedenken hinweg und pflegt Turnen und daneben fast alle anderen Sportarten, Radfahren, Rudern, Schwimmen, Leichtathletik usw.

Wenn man früher in der Wahl der Sportarten und innerhalb dieser in der Wahl der Uebungen vielfach allzu vorsichtig zu Werke ging, kam eine kurze Zeit, in der man gelegentlich auch mal über das Ziel hinausschoß. Hin und wieder hört man noch heute von Damen, die sich dem Boxsport widmen. Das ist natürlich eine auf Geschmacksverirrung beruhende Entgleisung. Jeder Sport ist auch dem weiblichen Geschlechte zu empfehlen, der Lunge und Herz stärkt, der imstande ist, die heute so geplagten Nerven zu beruhigen und zu stärken, der die Lunge abhärtet und der die Körperhaltung günstig zu beeinflussen und den Körperbau in allen seinen Teilen gut zu fördern imstande ist. Der Sport soll nicht dahin ausarten, daß er als Selbstzweck zu Höchstleistungen führt, sondern er darf immer nur Mittel zum Zweck sein. Dieser Sportzweck gipfelt in den beiden Worten „Hygiene“ und „Aesthetik“. Es muß als feststehend gelten, daß der Körper, dessen einzelne Organe auf Grund der günstigen Beeinflussung durch Sport ihrer ursprünglichen Bestimmung gemäß vorschriftsmäßig arbeiten, auch den Gesetzen der Aesthetik gerecht werden wird. Alle Arbeit ist einseitig und führt durch Begünstigung einzelner Organe und Arbeitsparteien (und durch Vernachlässigung anderer) zu Ungleichheiten und Unschönheiten: Magere, eckige Formen auf der einen und Fettpolster oder schwammige Partien auf der andern Seite. Geregelter und sinngemäß betriebener Sport setzt an die Stelle der ungeschickten und darum häßlichen Bewegungen die Anmut: richtig und gut verteilte (abgemessene) Kraft des Körpers für Ausführung jeder Bewegung. Schlaffe Haltung, hängende Schultern und lässiger Gang verschwinden und machen dem Gegenteil Platz.

Der angegebene Zweck des Frauensports ist nicht allen, die ihn treiben, bewußt, von manchen wird es wohl geahnt. Viele aber sind bereit, der Eitelkeit Opfer zu bringen. Das gilt auch für den heutzutage so beliebten „Sport“, wie er sich in der