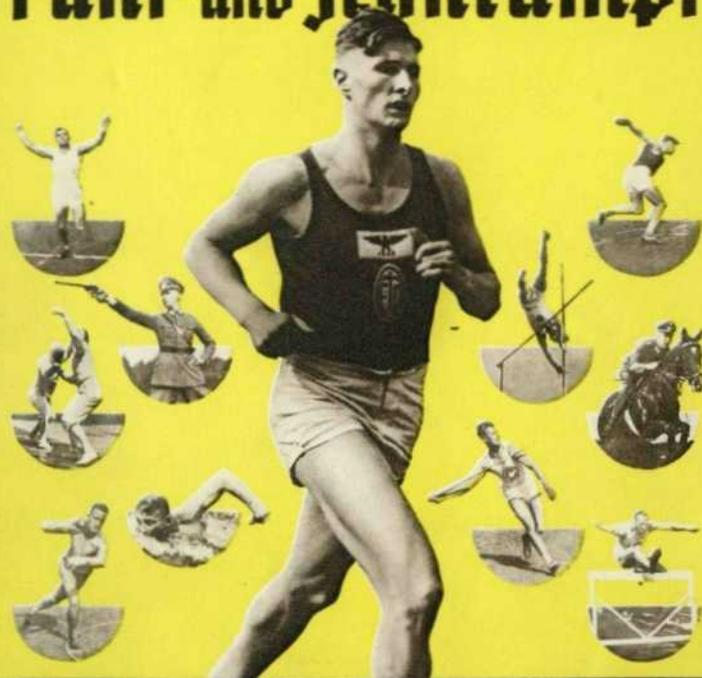


120/151/23

Fünf-und-Zehnkampf



Olympia- Heft

Nr.
9

10 Pfg.

Fünf- und Zehnkampf



Photos zu diesem Heft lieferten: M. S. Ehlerz, Berlin / Carl Fernstädt, Berlin / Hans Henschke, Berlin / Walter König, München / A. Menzendorf, Berlin / Photopress / Gerhard Riecke, Berlin / Eugen Ruprecht, Berlin / Dr. W. Schetelig, Hamburg / Schirner-Sportbilder, Berlin

In Gemeinschaft mit dem Reichssportführer herausgegeben vom
Propaganda - Ausschuss für die Olympischen Spiele Berlin 1936
Amt für Sportwerbung



Zwei Zehnkämpfer, Hans Heinz Stevert und Oskar Meier, als Mannschaftsführer der deutschen und der Schweizer Nationalmannschaft

Der Zehnkampf

„Was ist eigentlich ein Zehnkampf?“ Man braucht sich nicht einmal unter sportlichen Laien zu befinden, um diese Frage zu hören. „Kämpfen da zehn, kämpft da einer zehnmal, aus welchen Übungen setzt sich dieser Mehrkampf zusammen?“ Ja, selbst bei leichtathletischen Meisterschaften, bei denen auch der beste Zehnkämpfer festgestellt wurde, wollte einer wissen, wann nunmehr die Entscheidung stattfände. Dabei hatten die ermüdeten Zehnkämpfer gerade den letzten Wettbewerb, die 1500 Meter, beendet.

Bemerkenswert ist, daß vor dem Kriege der Zehnkampf unter besonders harten Bedingungen ausgetragen wurde. Sämtliche zehn Wettbewerbe mußten an einem Tage abgewickelt werden. Jetzt werden der 100-Meter-Lauf, der Weitsprung, der Kugelstoß, der Hochsprung und der 400-Meter-Lauf am ersten und die restlichen Konkurrenzen, der 110-Meter-Hürdenlauf, der Diskuswurf, der Stabhochsprung, der Speerwurf und der 1500-Meter-Lauf, am zweiten Tage ausgetragen. Bei Leistungsvergleichen zwischen früher und jetzt darf diese Tatsache nicht übersehen werden.

Nicht jeder kann Zehnkämpfer werden

Gewaltig sind die Anforderungen, die an einen Zehnkämpfer gestellt werden. Es braucht dabei nicht einmal der allzugern nur für die Weltklasse gültige Maßstab angelegt zu werden. Denn hier handelt es sich tatsächlich um Phänomene, die selbst innerhalb anerkannter Sportnationen nicht einmal in jedem Jahrzehnt auftauchen. Aber selbst ein Leichtathlet, der innerhalb eines nationalen Zehntampfes auch nur einen Platz erreichen will, muß über weit mehr als durchschnittliches Können verfügen. Diese Behauptungen sollen keinen Leichtathleten, der sich auf allen Gebieten seines Fachgebietes betätigen will, davon abschrecken. Im Gegenteil, jeder sollte es einmal nach entsprechender Vorbereitung versuchen. Nur in diesem Falle können auch tatsächlich alle sich ergebenden Schwierigkeiten richtig beurteilt werden. Beim Zusehen allein wird dies nie der Fall sein. Die erste Vorbedingung ist ein kräftiger und doch geschmeidiger Körper, die zweite leistungsfähige innere Organe. Und — der große Mann wird einem kleinen immer überlegen sein. Eine weitere Voraussetzung ist die geistige Beweglichkeit. Ohne sie wäre die von Übung zu Übung oft recht rasch aufeinanderfolgende, notwendige Umstellung unmöglich.

Falsch wäre es allerdings, diese als Vielseitigkeit bezeichneten Eigenschaften allzu hoch über das sogenannte Spezialistentum zu stellen. Auch der Mehrkämpfer ist, so widersinnig das klingen mag, ebenfalls Spezialist, nämlich Mehrkampfspezialist. Natürlich kommt diese überaus glückliche körperliche und geistige Veranlagung sehr selten vor. Andere Menschentypen finden sich dafür um so häufiger. Und wie innig große Mehrkampfleistungen mit Spezialistentum zusammenhängen können, beweist der berühmte norwegische Stabhochspringer Charles Hoff, der zu seiner Zeit der beste Stabhochspringer der Welt war und gleichzeitig — oder besser gesagt — und deshalb auch ein hervorragender Mehrkämpfer war. Jeder Zehnkämpfer erzielt auf bestimmten Gebieten besonders gute Leistungen. Es dürfte noch keinen gegeben haben, dessen Können sich in sämtlichen zehn Wettbewerben auch nur annähernd auf der gleichen Höhe bewegte.

Noch keiner hat als Leichtathlet mit dem Zehnkampf begonnen. Alle Mehrkämpfer entwickelten sich über die Spezialarbeit. Das ist einleuchtend. Aus Kurzstrecklern wurden hervorragende Weitspringer, gute Kugelstößer waren mit dem Diskus nicht minder erfolgreich, und fast alle Stabhochspringer stellten auch als Mehrkämpfer ihren Mann. Gerade diese, in ihrem Bewegungsablauf so schwierige Übung, mit ihren, den Körper so verschiedenartig beanspruchenden Anforderungen, läßt es erklärlich erscheinen, daß sich der Stabhochspringer verhältnismäßig rasch auch auf andere Geräte umstellen kann. Auch die über außergewöhnliche Sprungkraft verfügenden Hürdler waren vielfach als Mehrkämpfer erfolgreich.

Don Wettbewerb zu Wettbewerb

Innerhalb der deutschen Leichtathletik wird der Zehnkampf heute viel beachtet. Begonnen wird meist in den Vormittagsstunden, oftmals schon der vielen Teilnehmer wegen. Doch die Morgenstunden sind nicht günstig, wenn es sich um die Erzielung körpersportlicher Höchstleistungen handelt. Deshalb müssen alle Beteiligten ihr Hauptaugenmerk darauf legen, möglichst früh entsprechend eingestellt zu sein. Unser Mann wird also möglichst um 6 Uhr früh aufstehen, rechtzeitig frühstücken und sich durch einen Morgen Spaziergang auffrischen. Auch danach kommt keine Langeweile in Frage, weil es gilt, das Rüstzeug einer letzten Prüfung zu unterziehen. Die Nagelschuhe müssen in Ordnung sein, die Startschaukel darf ebensowenig vergessen werden wie die gegen alle Bitterungseinflüsse schützende Überkleidung. Auch an einige Erfrischungen wird zweckmäßig gedacht. Und der Schreck aller Tagchaffseure, die vier bis fünf Meter lange Bambusstange für den Stabhochsprung, muß rechtzeitig an die Kampfstätte geschafft werden.

Der erste Tag

Die 100 Meter, der erste Wettbewerb des Zehnkampfes, verlangen volle Konzentration und größte Schnelligkeit. Auf Kleinigkeiten kommt es an. Schon ein gelungener Start macht wertvolle Zehntelsekunden gut. Dabei muß man auf alles gefaßt sein. Wenn

ein Klassemann Pech hat, kommt er mit viel schwächeren Gegnern zusammen und muß, auf sich allein angewiesen, auf Zeit laufen. — Der Weitsprung schließt sich an. Sorgfältige Vorbereitung war notwendig. Nur bei einem genau vermessenen Anlauf ist es möglich, haarfähr an den Balken zu kommen. Das ist innerhalb des Zehnkampfes noch wichtiger als beim Einzelwettbewerb. Die Teilnehmer haben jeweils nur drei Versuche (gegen

sechs bei Einzelkonkurrenzen), so daß jeder Mißlungene um so schwerer in die Waagschale fällt. Wie oft war es schon der Fall, daß zwei Versuche mißlingen und beim dritten alles auf eine Karte gesetzt werden mußte. Überlegter Anlauf, wuchtiger Absprung, weiter, hoher Flug und ein geschicktes, jedes Zurückfallen des Körpers vermeidendes Landen ergaben dann die ersehnte Leistung. Das gelingt nicht jedesmal.

Der Kugelstoß! Den Bestimmungen nach muß aus einem eisernen Ring, mit 2,13 Meter Durchmesser, eine 7,25 Kilogramm schwere Kugel gestoßen werden. Keine Körperkraft entscheidet dabei keinesfalls. Nur wenn sie mit einer explosionsartig wirkenden Schnelligkeit verbunden ist, kann mit beachtlichen Ergebnissen gerechnet werden.

Unangenehm machen sich zu große wie zu kleine Teilnehmerzahlen bemerkbar. Bei zu vielen Bewerbern wird die Zeitspanne von Versuch zu Versuch zu groß, das Gefühl für das Gerät leidet. Bei wenigen Teilnehmern — und das gilt vor allem für die

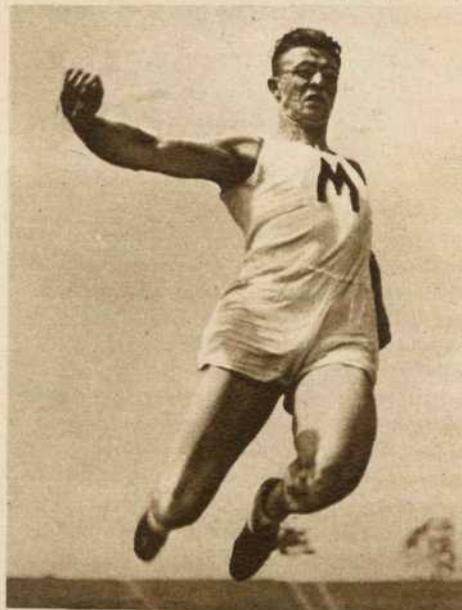


Beim 100-m-Lauf ist Kampf um jede Zehntel-Sekunde die Lösung

ermüdenden Sprünge — folgen die Versuche zu rasch aufeinander, so daß die Erholungspausen zu stark zusammenschrumpfen. Gerade an diesen wenig beachteten Tatsachen erkennt man, wieviele günstige Umstände zusammenwirken müssen, wenn ein Mann innerhalb dieser ausgedehnten Prüfung die Grenzen seiner Leistungsfähigkeit erreicht.

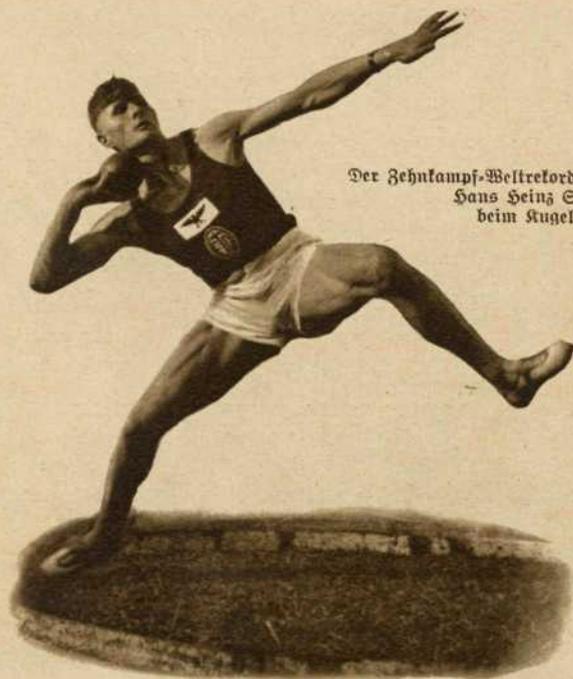
Beim vierten Wettbewerb, dem Hochsprung, entscheidet, in Verbindung mit rationeller Technik, die reine Sprungkraft. Der Amerikaner Osborn, dessen Weltrekord aus dem Jahre 1924 bis 1934 auf 2,03 Meter stand, übersprang innerhalb des Zehnkampfes 1,97 Meter. Das sind unglaubliche Leistungen. Man bedenke, daß zu dieser Zeit die deutsche Höchstleistung noch auf 1,92 Meter stand.

Die 400 Meter bilden den ergiebigen Abschluß des ersten Tages.



Diese „mörderische“ Strecke legen unsere Besten im Kurzstreckentempo zurück. Sogar innerhalb des Zehnkampfes! Das bewies zuletzt Sievert bei den Europameisterschaften in Turin. 49,6 Sekunden zeigten für ihn die Uhren. Wir haben nicht viele Spezialisten, die dies schaffen. Um so mehr sind die Männer zu bewundern, die trotz aller vorausgegangenen Anstrengungen das Letzte aus ihrem Körper herausholen.

Weitspringer im Flug



Der Zehnkampf-Weltrekordmann Hans Heinz Sievert beim Augelstoßen

Der zweite Tag

Zwei technisch sehr schwere Wettbewerbe, der Hürdenlauf und der Stabhochsprung, daneben der „Marathonlauf“ der Zehnkämpfer, der 1500-Meter-Lauf, geben diesem Tag ihr ausgesprochen hartes Gepräge. Diskus- und Speerwurf stellen dazwischen die „Schnaupausen“ dar. Mit dem Hürdenlauf wird der Anfang gemacht. Zehn je 106 Zentimeter hohe Hindernisse verteilen sich auf eine 110 Meter lange Strecke. Vieljährige Trainingsarbeit ist notwendig, um die Hürden möglichst knapp zu nehmen, sie nicht zu reißen und trotzdem



Ein wichtiger Augenblick im Hochsprung. Jetzt kommt es darauf an, daß die Latte liegen bleibt

in den Absprungkästen zu setzen. Aber noch schwieriger ist es, sich rechtzeitig vom Boden abzudrücken, am Stab emporsteigend, durch das Schwingen des Körpers über den Griff der Hände hinaus die Sprunglatte zu überqueren, ohne daß diese fällt oder noch nachträglich von der Bambusstange heruntergerissen wird. Akrobatische

Zeit zu gewinnen. Empfindlich darf einer nicht sein, wenn es auch einmal schmerzhaftere Verletzungen gibt. Denn dann heißt es erst recht durchhalten.

Der Diskus, die klassische Wurfscheibe, heute genau zwei Kilogramm schwer, wird aus einem eisernen Ring von 2,50 Meter Durchmesser geworfen. Für dieses schwer zu handhabende Gerät ist schon sehr viel Feingefühl notwendig, um sich mit guten Leistungen durchzusetzen. Der Stabhochsprung, die technisch schwierigste Übung, ist anschließend an der Reihe. Es ist nicht einfach, die über vier Meter lange Bambusstange ruhig haltend schnell genug anzulaufen und sie sicher

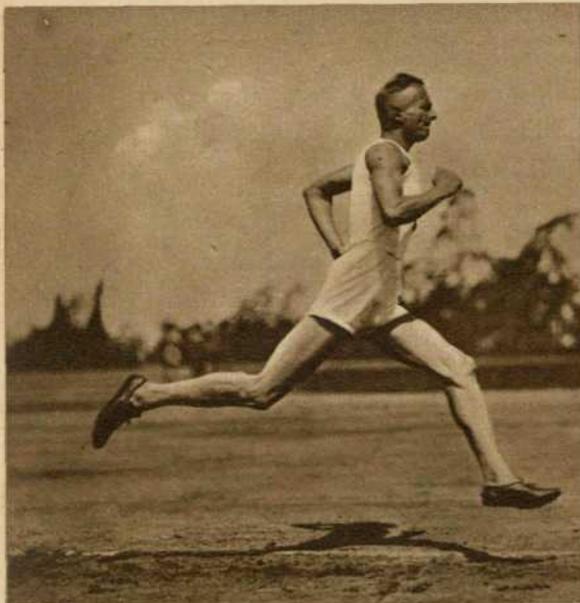


Hochsprung im sogenannten Rollstil

Fähigkeiten sind notwendig. Sprünge bis zu 3,80 Meter sah man schon während des Zehnkampfes. Hoff kam sogar erheblich über vier Meter.

Der Speerwurf folgt als das letzte Wurfgerät. Bewegungstechnisch ist vom Stabhochsprung zum Speerwurf eine erhebliche Umstellung notwendig. Zwar ist der Speer bei einer Länge von 2,60 Meter und einem Gewicht von 800 Gramm das leichteste Wurfgerät. Doch um so mehr kommt es darauf an, aus einem mäßig raschen Anlauf heraus einen flüssigen Übergang zu dem mit größter Wucht erfolgenden Abwurf zu finden.

Es wird Zeit, daß zum letzten Wettbewerb aufgerufen wird. Er liegt den meisten schon in den Knochen, bevor der Startschuß ertönt. Am besten schneidet bei den 1500 Metern immer der „leichte“ Zehnkämpfertyp ab. Für ihn, der meist bei Wurf und Stoß ins Hintertreffen geriet, kommt es nun darauf an, noch viele Punkte gutzumachen. Trotz aller vorausgegangenen Anstrengungen sieht man dann oftmals einen geradezu erstaunlich flüssigen Stil. Da bleiben die schweren Männer erheblich zurück. Für sie heißt es vor allem durchzuhalten. Punktmäßig haben sie ihr Schicksal schon vorher ins Trockene gebracht. Gibt ein Teilnehmer, was nur sehr selten



In
schärfstem
Tempo sind
die 400 m
auch im
Zehnkampf
zurück-
zuliegen

vorkommt, bei den 1500 Metern noch auf, ist sein Punktverlust immerhin so gewaltig, daß die gesamten Mühen beider Tage umsonst gewesen sind.

Freude an der Leistung, Freude an der strengen körperlichen Betätigung, Freude am Kampf, selbst unter den schwierigsten Voraussetzungen, das sind die Triebfedern für derartige sportliche Prüfungen. Nur ganze Männer kommen zur Geltung. Bei den Olympischen Spielen des Altertums galt der Sieger im Mehrkampf, dem Pentathlon, gleichzeitig als der eigentliche Olympiasieger, der allen andern vorausgestellt wurde. Sein Name bezeichnete die nächsten vier Jahre und damit den als „Olympiade“ bezeichneten Zeitraum. Auch die jetzige Entwicklung drängt dazu, im Zehnkampfsieger den Olym-

pionisten zu sehen. 1936 werden wir selbst Zeuge sein, welche gewaltige Bedeutung dem Zehnkampf zukommt. Die erlesensten Kämpfer der wichtigsten Sportnationen werden sich gegenüberstehen.

Bei den Hellenen

Bei den Spielen des Altertums, ab 776 v. Chr., entwickelte sich aus verschiedenen Einzelwettbewerben im Laufe der Jahrzehnte der Mehrkampf. Das feine Gefühl der alten Griechen in allen Fragen der körperlichen und geistigen Erziehung, ihre unübertreffliche, auch heute noch in vielen Dingen richtunggebende sportliche Einstellung führte zwangsläufig dazu, den Mehrkampf als das sportliche Ideal in den Vordergrund zu stellen. Er setzte sich aus dem Lauf über eine Stadionlänge, also über 600 olympische Fuß, das sind rund 192 Meter, einem Weitsprung mit Anlauf, dem Diskuswurf, dem Speerwurf und dem Ringkampf zusammen. Danach mußte schon damals der Teilnehmer über Schnelligkeit, Sprungkraft und Wurfkraft, gepaart mit Gewandtheit und Fähigkeit, und nicht zuletzt über Ausdauer verfügen. Eine Summe von Eigenschaften, die nur dem erlesensten Kämpfertyp eigen ist. Kein Wunder, daß über all diese Vorzüge verfügende Männer auch äußerlich dem Schönheitsideal am nächsten kamen und entsprechend gefeiert wurden.

Niemand weiß, in welcher Reihenfolge die fünf Wettbewerbe durchgeführt wurden. Vielleicht lautete die Reihenfolge Sprung, Diskuswurf, Lauf, Speerwurf und Ringkampf. Auf jeden Fall aber bildete das



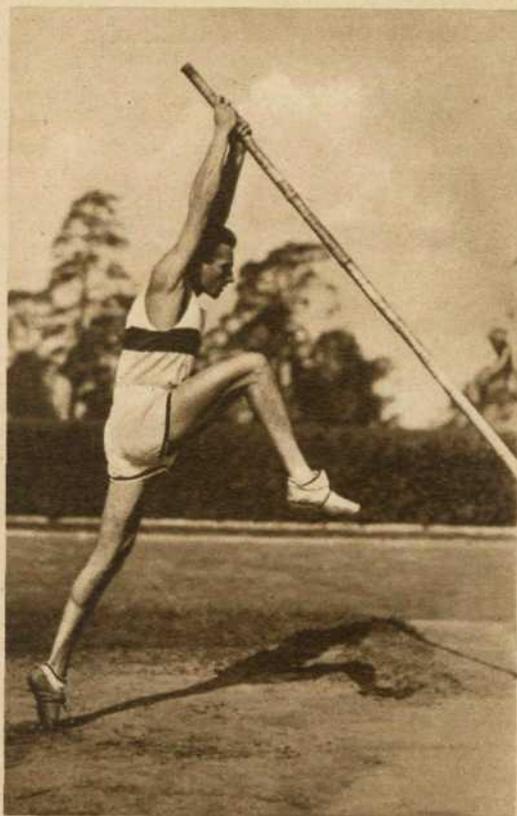
Der Ringkampf
gehörte zum griechischen Fünfkampf



Schnelligkeit,
Geschmeidigkeit
und Sprungkraft
sind die Eigen-
schaften des
Sünderläufers

Ringens den Abschluß. Auch von den damaligen technischen Vorgängen blieb leider nicht allzu viel der Nachwelt erhalten. Der Lauf begann an Steinplatten, versehen mit Längsrinnen zum Einstimmen der Füße. Sie kennzeichneten den Startplatz. Eine Zeitnahme kannten die Griechen nicht, so daß es wohl auch innerhalb eines Mehrkampfes verschiedene Ausschreibungen gegeben haben muß, um die Besten festzustellen. Die Technik des Speerwurfes mag, wenigstens vielen Abbildungen nach, der heutigen geähnelt haben. Wie weit die alten Olympiakämpfer warfen, ist nicht festgehalten. Vom zweiten Wurfgerät, dem Diskus, kennt man wohl die linsenförmige Form, aber die Angaben über das Gewicht gehen weit auseinander. Sicherlich wurde bei verschiedenen Gelegenheiten mit verschieden schweren Geräten geworfen. Beim Olympia durften nur bestimmte Geräte benutzt werden. Sie waren mit Ornamenten verziert und wurden zwischen den Spielen an heiligen Orten aufbewahrt. Innerhalb der Jahrhunderte, während denen der olympische Gedanke lebendiggehalten wurde, mag es naturgemäß mancherlei Veränderungen gegeben haben. Der Weitsprung erfolgte von einem besonders markierten und hergerichteten Platze aus. Dies war der Vorgänger des heute in die Erde versenkten Sprungbalkens. Die Nieder sprungstelle, die heutige Sprunggrube, war gut aufgelockert. Von besonderer Bedeutung war, daß die Hellenen Sprunggewichte, Halteren genannt,

benutzten. Den modernen Bestimmungen nach dürfen derlei Hilfsmittel nicht mehr benutzt werden. Wurden die Halteren zweckmäßig geschwungen, dann beeinflussten sie die Sprungweite sicherlich günstig. Auch dem Zurückfallen nach beendetem Sprung konnte durch die vorgestreckten und gleichzeitig beschwerten Hände leichter begegnet werden. Den entscheidenden Abschluß bildete der Ringkampf. Dazu wurden nur noch die Besten zugelassen. Ein Ringen jeder gegen jeden und nach Punkt-Wertung war den alten Griechen wohl kaum bekannt. Wenn beispielsweise nach den ersten vier Wettkampf-Übungen alle Teilnehmer bis auf acht ausgeschieden waren, konnte in drei Gängen der Sieger festgestellt werden. Nach dem ersten Gang blieben



Ein wichtiger
Augenblick.
Der Absprung im
Stabhochsprung

vier, nach dem zweiten zwei und nach dem letzten der Olympiasieger übrig. blieb eine ungerade Teilnehmerzahl zur letzten Ausschcheidung, kannte man auch das heute noch übliche Freilos. über die beim Ringkampf innerhalb des Pentathlons erlaubte Stilart bestehen nur Vermutungen. Fest steht lediglich, daß ein Ringer erst ausschied, wenn er während eines Kampfes dreimal auf die Schulter gelegt wurde.

Die Nordamerikaner

Während Europa, vor allem das kontinentale, in allen Fragen der körperlichen Ertüchtigung in einem Tieffschlaf lag, wurden in den Vereinigten Staaten von Nordamerika, gemäß der dortigen fortschrittlichen Entwicklung, vor rund 50 Jahren Mehrkämpfe, mit Hilfe einer Punktwertung genau meßbar, ausgetragen.

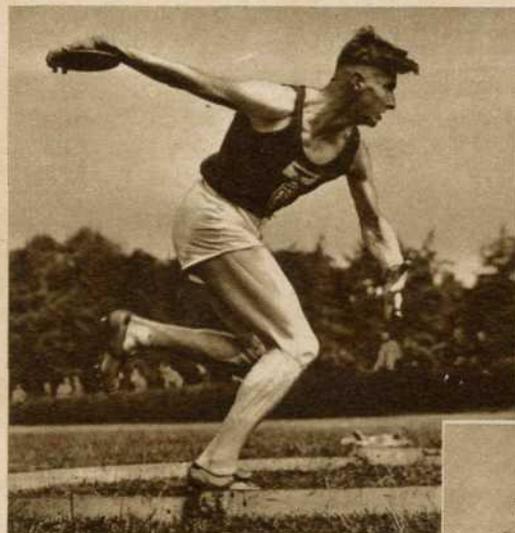
Die ersten nordamerikanischen Meisterschaften in Einzelwettbewerben fanden 1876 statt. Schon acht Jahre später wurde daneben alljährlich der „All-Round-Champion“ festgesetzt. In diesem Mehrkampf, dem Vorgänger des jetzigen olympischen Zehnkampfes, war auch Gehen über 800 Meter, Hammer- und Gewichtswürfen enthalten. Auch diese Prüfung trug einer möglichst vielseitigen Beanspruchung der Bewerber Rechnung. Sie setzte sich außer den genannten Wettbewerben aus Laufen über 100 Yards, eine englische Meile und 120 Yards Hürden, Hoch-, Weit-, Stabhochsprung und Kugelstoßen zusammen. Fast ohne Unterbrechung wurden diese Mehrkampfmeisterschaften von 1884 bis 1921 durchgeführt. Namen berühmter amerikanischer Athleten findet man in dieser Meisterschaftsliste. Da ab 1915 außerdem auch der olympische Zehnkampf als Meisterschaft durchgeführt wurde, sah die A.N.U., der amerikanischen Athletikverband, von einer weiteren Austragung des amerikanischen Zehnkampfes ab. Gemäß der erstaunlichen Vielseitigkeit der Leichtathleten jenseits des großen Teiches, stellte U.S.A. mehrmals den besten Zehnkämpfer der Welt. Das mag verwunderlich erscheinen, nachdem man sich innerhalb des amerikanischen Sportes eigentlich vorwiegend ausgesprochene Spezialisten vorstellt. Den wirkungsvollsten Eindruck aller amerikanischen Zehnkämpfer machte vor dem Kriege der Indianer Jim Thorpe, den bei den Olympischen Spielen 1912 der König von Schweden mit der Bemerkung auszeichnete, er

sei der „größte Athlet der Welt“. Dieses Naturkind gewann damals den Zehnkampf mit großer Überlegenheit. Wer die Leistungen des Indianers mit den heutigen vergleicht, der muß, um ihnen gerecht zu werden, daran denken, daß sie an einem Tage erzielt wurden, und sich außerdem die gewaltige Entwicklung von Wurf und Stoß in den letzten Jahren vor Augen halten. Was die reine Schnelligkeit und Schnellkraft erfordernden Wettbewerbe anbelangt, könnte sich Thorpe, natürlich nur noch theoretisch, auch heute noch mit den besten Zehnkämpfern der Welt

messen. Die während der Olympiade 1912 in Schweden weilenden Deutschen bewunderten die unglaubliche Wettkampfruhe des roten Mannes. Bei brennender Julisonne legte er sich sorglos in den heißen Sand der Sprunggrube, während seine Gegner, wenn man von solchen sprechen konnte, jede Gelegenheit benutzten, schützenden Schatten aufzuzuchen. Innerhalb dieses Kampfes wurden fünf Wettbewerbe als eigener Mehrkampf bewertet und ebenfalls von Thorpe überlegen gewonnen. Eine besondere Tragik wollte, daß der Indianer ein Jahr nach den Spielen wegen eines geringfügigen Vergehens gegen die Amateurbestimmungen disqualifiziert wurde. Nachträglich wurde ihm wegen eines Jahre zurückliegenden Vergehens die olympische Goldmedaille aberkannt und diese dem weit abgeschlagenen Zweiten, dem Schweden Wieslander, zugesprochen.



Der leichte Stabhochspringer fliegt elegant über die Latte



Jahreslanges Üben
ist zur vollendeten
Beherrschung der
klassischen Wurf-
scheibe notwendig

Noch nach
dem Abwurf des
Distos verrät die
energie-geladene
Saltung
das körperliche
und geistige
Mitgehen



Eine Maßnahme, die bis heute noch von
keinem Sportmanne gebilligt wurde.

Bei den Olympischen Zwischenspielen
1906 in Athen war ebenfalls ein Fünfkampf,
der dem des Altertums glich, ausgetragen
worden. In Deutschland wurde der Zehnkampf
als Meisterschaft zum ersten Male im Jahre
1911 durchgeführt. Der unheilvolle Weltkrieg
schuf bald darauf eine mehrjährige Pause.
Erst ab 1919 konnte wieder an eine regelmäßige
Austragung gedacht werden. Innerhalb
von 24 Jahren wurde 19mal der deutsche
Zehnkampfmeister festgestellt, aber nur
sieben Männer errangen in diesem Zeit-

raum den Titel. Ein weiterer Beweis, daß nur
wenige befähigt sind, sich in dieser Konkurrenz
durchzusetzen.

Die deutschen Zehnkampfmeister: 1911 Halt
(Turngemeinde München), 1912 Halt (Turn-
gemeinde München), 1913 Halt (Turn-
gemeinde München), 1919 Holz (Turn-
gemeinde Charlottenburg), 1920 von Halt
(M. T. B. München), 1921 von Halt, M. T. B.
München), 1922 Holz (Turngemeinde
Charlottenburg), 1923 Holz (Turn-
gemeinde Charlottenburg), 1924 West-
erhaus (B. S. C. Berlin), 1925 Holz
(Brandenburg, Berlin), 1926 Holz
(Brandenburg, Berlin), 1927 Weiß
(Berliner Sportclub), 1928 Barth
(T. B. Nürtingen), 1929 Weiß
(Berliner Sportclub), 1930 Weiß
(Berliner Sportclub), 1931 Sievert
(Eimsbüttel-Hamburg) 1932 Eberle
(Berliner Sportclub), 1933 Sievert
(Eimsbüttel-Hamburg).

Beim Training
werden alle Feinheiten berücksichtigt
und vorhandene Fehler ausgemerzt



Deutschland hält den Weltrekord

Siebenmal wurde seit 1912 die Weltbestleistung im Zehnkampf verbessert. Allerdings wurde das 1933 von Hans Heinz Sievert erzielte Ergebnis vom Weltverband nicht, dagegen vom deutschen Verband als nationaler Rekord anerkannt.

	1912 in Stockholm Jim Thorpe U. S. A.	1927 in Helsingfors Paavo Prjölä Finnland	1928 in Amsterdam Paavo Prjölä Finnland
100 Meter	11,2	11,7	11,8
Weitsprung	6,79	6,73	6,72
Kugelstoß	12,89	14,27	14,11
Hochsprung	1,87	1,85	1,87
400 Meter	52,2	52,8	53,2
110-m-Hürden	15,6	16,8	16,6
Diskuswurf	36,98	40,76	42,09
Stabhochsprung	3,25	3,20	3,30
Speerwurf	45,70	57,40	55,70
1500 Meter	4:40,1	4:41,8	4:44,8
Punkte	7725,260	8019,990	8053,290

	1930 Biborg Achil Järvinen Finnland	1932 Los Angeles J. Bauer Amerika	1933 Hamburg H. H. Sievert Deutschland	1934 Hamburg H. H. Sievert Deutschland
100 Meter	11,1	11,7	11,4	11,1
Weitsprung	6,98	6,49	7,09	7,48
Kugelstoß	13,14	15,32	14,55	15,31
Hochsprung	1,80	1,70	1,82	1,80
400 Meter	50,0	54,2	52,0	52,2
110-m-Hürden	15,4	16,2	16,2	15,8
Diskuswurf	36,47	44,58	46,66	47,23
Stabhochsprung	3,60	4,00	3,40	3,43
Speerwurf	58,15	61,91	59,58	58,32
1500 Meter	4:54,4	5:17	4:59,8	4:58,8
Punkte	8255,475	8462,230	8467,620	8790,460

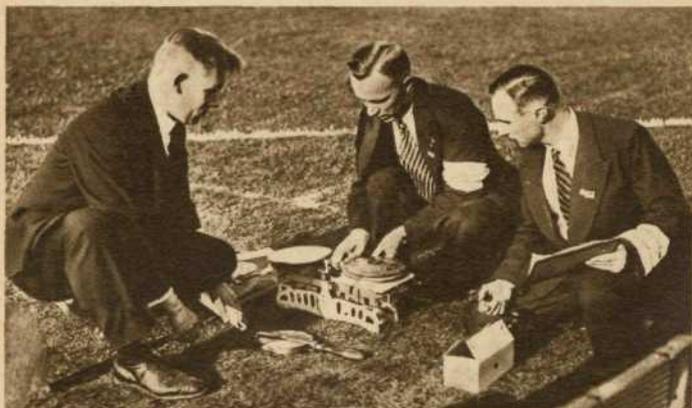
Bei den Olympischen Spielen 1932 in Los Angeles war den deutschen Zehnkämpfern ein großer Erfolg beschieden, Eberle wurde Dritter, Sievert trotz Verletzung Fünfter.

Mittefiedler
unterwegs.
Die aufrechte
Saltung
des führenden
Läufers ist
vorteilhafter
als die leicht
abgewinkelte
des folgenden



Der Olympia-Sieger von 1928
und die drei Besten von Los Angeles

	1928 Amsterdam Prjölä Finnland	1932 Los Angeles Bauer U. S. A.	1932 Los Angeles 2. A. Järvinen Finnland	1932 Los Angeles 3. B. Eberle Deutschland
100 Meter	11,4	11,7	11,1	11,4
Weitsprung	6,72	6,95	7,00	7,13
Kugelstoß	14,11	15,32	13,11	13,22
Hochsprung	1,87	1,70	1,75	1,65
400 Meter	53,2	54,2	50,6	50,8
110-m-Hürden	16,6	16,2	15,7	16,7
Diskuswurf	42,09	44,58	36,81	41,34
Stabhochsprung	3,30	4,00	3,60	3,50
Speerwurf	55,70	61,91	61,00	57,49
1500 Meter	4:44,8	5:17	4:47	4:34,4
Punkte	8053,290	8462,230	8292,480	8030,800



Sorgfältige Kontrolle der Geräte

Wie wird gewertet?

Die Zeiten und Maße der einzelnen Übungen des Zehnkampfes werden in Punkte umgerechnet, deren Summe das Endergebnis ergibt. Dazu diente bis 1934 die 1000-Punktwertung des Internationalen Leichtathletikverbandes. Alle im heutigen Olympiaheft zusammengestellten Ergebnisse wurden nach dieser Wertung berechnet. Sie baute sich auf den 1912 oder früher erzielten Olympischen Rekorde auf. Beispielsweise wurde beim 100-Meterlauf die Zehntelsekunde mit 23,80 und beim Hochsprung der Zentimeter mit 14 Punkten bewertet und eine 100-Meterzeit von 11,0 Sekunden mit 904,80 Punkten bedacht.

Ab 1935 gilt die finnische Mehrkampfwertung. Sie wurde vom Internationalen Leichtathletikverband beim letzten Kongress in Stockholm anerkannt und für die ganze Welt gültig erklärt. Bei der Ausarbeitung wurden obere Grenzzahlen festgelegt, die über den Welthöchstleistungen liegen. Um eine größere Spanne von der besten zur schlechtesten Leistung der Tabelle zu erzielen, wurde nicht mit 1000, sondern mit 1150 Punkten begonnen. Aber die Heraus-

geber hatten nicht mit der enormen Entwicklung vor allem bei Wurf und Stoß gerechnet. Sie bewerteten einen Kugelstoß von 16,97 Meter mit 1150 Punkten, während in der Zwischenzeit der Weltrekord auf 17,40 Meter geschraubt wurde. Weiterhin ist von Bedeutung, daß der Leistungsanstieg in Rekordnähe höher bewertet wird, als bei weniger hervorragenden Leistungen. So wird eine Leistungsverbesserung im 100-Meterlauf von 10,4 auf 10,3 Sekunden mit einem Punktzuwachs von 36 belohnt, während die Zehntelsekunde zwischen 12,7 und 12,6 Sekunden nur noch 17 Punkte wert ist. Die Kurve steigt im gleichen Verhältnis bei allen übrigen Wettbewerben. Der einzige technische Vorteil der finnischen Wertung besteht darin, daß alle Punkte direkt und ohne Nebenrechnung abgelesen werden können. Trotzdem ist ihr Aufbau aus verschiedenen Gründen nicht ideal. Nach der finnischen Wertung entsprechen

	1000 Punkte	500 Punkte
100 Meter	10,5 Sekunden	12,4 Sekunden
Weit sprung	7,70 Meter	5,75 Meter
Kugelstoß	15,70 Meter	10,64 Meter
Hochsprung	1,97 Meter	1,54 Meter
400 Meter	48,0 Sekunden	58,3 Sekunden
110-m-Hürden	14,6 Sekunden	18,5 Sekunden
Diskuswurf	48,99 Meter	32,38 Meter
Stabhochsprung	4,20 Meter	3,00 Meter
Speerwurf	69,98 Meter	45,07 Meter
1500 Meter	3:54,0 Minuten	4:46,3 Minuten

Die Zeiteinteilung für 1936

Die Zeiteinteilung für den Zehnkampf, das Decathlon, liegt fest. Am Freitag, dem 7., und Sonnabend, dem 8. August, wird der Zehnkampf jeweils ganztägig abgewickelt.

1. Tag:

10,00 Uhr	100-Meterlauf
11,30 Uhr	Weit sprung
15,00 Uhr	Kugelstoß
16,00 Uhr	Hochsprung
17,45 Uhr	400-Meterlauf

2. Tag:

10,00 Uhr	110-Meter-Hürdenlauf
11,00 Uhr	Diskuswurf
15,00 Uhr	Stabhochsprung
16,30 Uhr	Speerwurf
17,30 Uhr	1500-Meterlauf



Olympia-Ausscheidung im Fünfkampf

Mehrkampf-Mannschaftskampf

Aus dem Bestreben, in der Leichtathletik möglichst vielköpfige Mannschaften vielseitig zu beschäftigen, entwickelte sich der Mannschaftskampf in heutiger Form. 1934 wurde erstmalig mit Erfolg die Deutsche Vereinsmeisterschaft ausgetragen, während frühere Versuche in dieser Richtung an den zu wenig volkstümlichen Ausschreibungen gescheitert waren. Der letztjährige Mannschaftskampf im Rahmen der Deutschen Vereinsmeisterschaft bestand für die A-Klasse aus folgenden Wettbewerben: 200 m, 400 m, 1500 m, 5000 m, 4 × 100-m-Staffel, (2 Mannschaften), 4 × 800-m-Staffel (1 Mannschaft), Weitsprung, Hochsprung, Kugelstoßen, Hammerwurf. Der Sieger der A-Klasse wurde dabei gleichzeitig Deutscher Vereinsmeister. Zu jedem Einzelwettbewerb mußten die Vereine mit mindestens 4 Mann antreten, wobei allerdings jeder Teilnehmer sich an beliebig vielen Wettbewerben beteiligen konnte. Gerade dadurch war die Möglichkeit gegeben, daß sich die Mehrkämpfer der Vereine ausreichend entwickeln konnten. Die Kampfbedingungen, je der Größe und Stärke der beteiligten Gemeinschaften nach vierfach abgestuft, fanden regen Anklang. Über 1000 Vereine beteiligten sich an dieser Prüfung. Hauptzweck dieses Mannschaftskampfes ist,

Beim Fünfkampf gilt es, auch im Training die Pferde dauernd auszuwechseln



den leichtathletischen Gedanken in alle Kreise zu tragen und vor allem nicht nur den Besten, sondern auch den Leistungsschwächeren eine Möglichkeit zu geben, ebenfalls zur Gel-

tung zu kommen. Dabei konnte man feststellen, daß innerhalb dieser Mannschaften nicht einzelne überragende Spitzenkönner, sondern nur der hohe Durchschnitt aller Beteiligten zum Erfolg führte. Demgemäß zielte die Arbeit in den Vereinen darauf hin, möglichst rasch den Leistungsstand aller zu erhöhen.

Der moderne Fünfkampf

Zu den schwierigsten Wettbewerben des olympischen Programms gehört der moderne Fünfkampf. Baron de Coubertin, der Schöpfer der modernen Olympischen Spiele, sagt von diesem Wettbewerb, er sei der schwerste und männlichste, er sei das Sakrament des Sports. Umfangreichstes Können wird verlangt. Der soldatische Athlet tritt in den Vordergrund, schon aus Gründen des Trainings. Um im Reiten, Fechten und Schießen, außerdem noch im Langstreckenlauf und im Schwimmen überdurchschnittliches zu leisten, bedarf es ausgedehnter, sportlicher Übung. Dem Soldaten und hier vorwiegend

dem Offizier kommt die dienstliche Tätigkeit zu Hilfe. Alle bisherigen Olympiasieger im Fünfkampf waren Offiziere des schwedischen Heeres. Auf schwedische Veranlassung fand diese Vielseitigkeitsprüfung im Jahre 1912 auch Aufnahme in das olympische Programm. Heute unterstützen die maßgebenden Heeresstellen vieler Nationen das Training ihrer Fünfkämpfer weitgehend. 1932, in Los Angeles, traten bereits die Vertreter folgender Nationen, ihrem Abschneiden nach aufgeführt, in Erscheinung: Schweden, U. S. A., Deutschland, Ungarn, England, Italien, Frankreich, Holland, Mexiko und Portugal.

Reiten

Die Wettbewerbe werden mit einem über 5000 m führenden Geländeritt begonnen. Die Reitstrecke wird am Tage vorher sämtlichen Teilnehmern zu Fuß gezeigt. Hierdurch kann man sich ein Bild über deren große Schwierigkeiten machen. Die größte Schwierigkeit besteht jedoch darin, daß die Pferde, die das jeweils veranstaltende Land stellt, erst 15 Minuten vor dem Start ausgelost werden. Kein Teilnehmer weiß also am Tage vorher beim Abgehen der Reitstrecke, welches Pferd ihn über den Kurs tragen wird. Um die Reihenfolge der Starts wird gelost und dann von den Mannschaftsführern die Reihenfolge ihrer Teilnehmer bestimmt. Erst laufen die Nr. 1, dann die Nr. 2 usw. in der Reihenfolge der ausgelosten Mannschaften ab. Gestartet wird jeder Reiter einzeln. Mit 5 Minuten Abstand folgt der zweite Reiter usw.

Nur wenigen Reitern gelingt es, in den bis zum Start zur Verfügung stehenden 15 Minuten festzustellen, über welche Eigenschaften das Pferd verfügt und wie mit ihm verfahren werden muß. Diesen Möglichkeiten trägt der umsichtige Fünfkämpfer schon im Training Rechnung, indem er oft sein Pferd wechselt, um in allen Sätteln geübt zu sein.

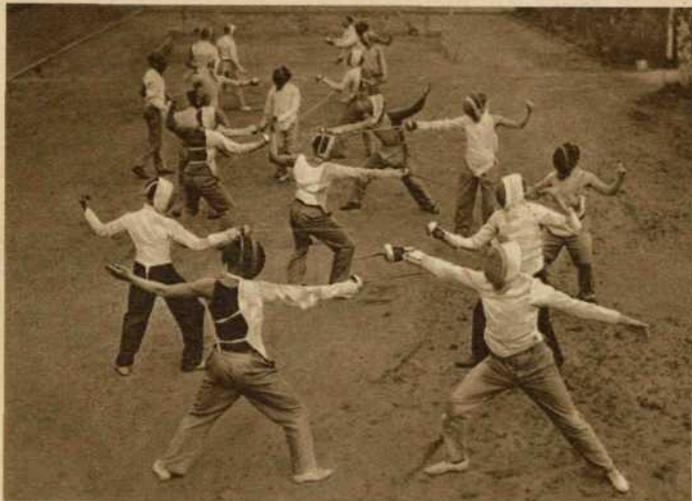
Beim Olympia 1932 wurden die Pferde von der Kavallerie der Vereinigten Staaten gestellt. Hierbei trat in Erscheinung, daß die Reiter, die Pferde aus den Oststaaten gelost hatten, durch Stürze ins Hintertreffen gerieten, weil diese Pferde den harten und ausgetrockneten Boden von Los Angeles nicht gewöhnt waren. Be-



Wenn der Reiter sein Pferd nicht kennt, wie beim Fünfkampf, ist es um so schwieriger, glatt über die Hindernisse zu kommen

kanntlich regnet es in Los Angeles in der Zeit vom Januar bis November nicht. So war das Geläuf hart wie eine Tenne und von großen Rissen durchzogen. Weiterhin sind jedesmal die schweren Reiter im Nachteil, wenn sie ein besonders leichtes Pferd lösen. Dieses traf bisher bei jedem Wettbewerb in Erscheinung. In Los Angeles war es der 108 kg schwere schwedische Leutnant Thofeld. Trotz aller Reitkunst kam er mit seinem leichten Pferd nur auf den 15. Platz im Reiten. Durch mehrere Stürze hatte er sich eine Rippe angebrochen und sein Gesicht aufgeschlagen. Den Rippenbruch merkte er erst nach dem Lauf-Wettbewerb, also nach vier Tagen, nachdem die Entspannung eingetreten war.

Die Hindernisse, die gesprungen werden müssen, sind links und rechts ausgeflaggt. Umreiten der Hindernisflaggen zählt als Ausbrechen vor einem Hindernis und wird mit 3 Minuspunkten bestraft. Ebenso wird das erste Ausbrechen und Verweigern bestraft. Für das zweite Ausbrechen und Verweigern bekommt der Reiter 6, für das dritte Ausbrechen und Verweigern eines Hindernisses 50 Minuspunkte. Der Reiter hat dann das Recht, ohne das betreffende Hindernis genommen zu haben, den Ritt auf dem vorgeschriebenen Weg fortzusetzen.



Auch der Erfolg im Fechten ist vorwiegend eine Frage ständiger Schulung

Weitere Fehler können durch Sturz des Pferdes oder Reiters mit dem Pferde oder Sturz des Reiters ohne Pferd gemacht werden, für die in den beiden ersten Fällen 5, im letzten Falle 10 Minuspunkte in Anrechnung gebracht werden.

Disqualifiziert wird der Reiter, der die Hindernisse nicht in der richtigen Reihenfolge oder nicht zwischen den Flaggen nimmt. In diesen Fällen muß er an die Stelle zurück, an der er das Gelauf verließ, bzw. das betreffende Hindernis wiederholen.

Dem Reiter ist während des Rittes die Annahme jeder fremden Hilfe verboten. Ebenso ist nicht gestattet, einen anderen Reiter abzuwarten, um mit ihm ein Hindernis gemeinsam zu nehmen.

Höchstzeit 450 m in der Minute = 11 Minuten 40 Sekunden für die Gesamstrecke. Überschreiten der Zeit wird mit $\frac{1}{2}$ Punkt für die Sekunde berechnet. In sonstiger Frage entscheiden die Vorschriften der „International Equestrian Federation“.

Fechten

Am zweiten Tage, nach dem anstrengenden Geländeritt, folgt das Degengefechten. Hierbei tritt besonders das Duellmäßige des Fünfkampfes in Erscheinung. Man hat keine Gelegenheit zur Revanche, denn es wird auf einen Treffer gefochten.

Treten mehr als 24 Wettkämpfer an, so wird in Runden gefochten. Sind es zum Beispiel 30 Teilnehmer, so teilt man 5 Runden à 6 Fechter ein. Die drei Besten jeder Runde kämpfen nun um die Plätze 1 bis 15, die restlichen um die Plätze 16 bis 30.

Bei weniger als 24 Teilnehmern kämpft jeder gegen jeden.

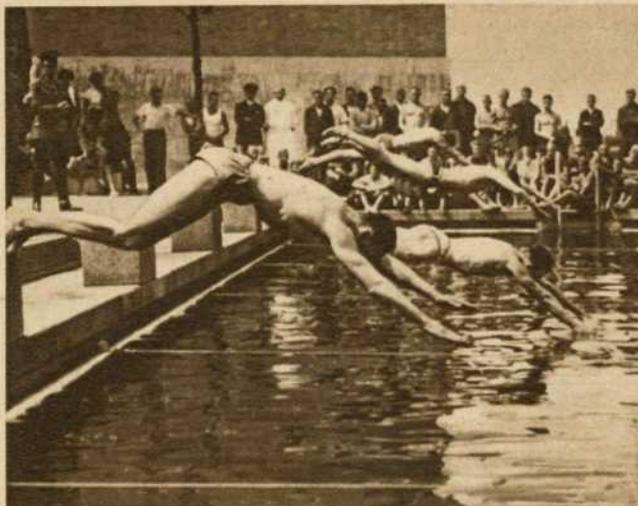
Der Fünfkämpfer muß hier über die Eigenschaften des guten Fechters verfügen, die beim Degengefechten besonders in den soldatischen Eigenschaften wie Entschlossenheit, Mut, Manneszucht, Schlagfertigkeit, Selbstbeherrschung, Selbstvertrauen, Willensstärke usw., liegen. Dabei muß er mit seinen Kräften haushalten, da gewöhnlich die Kämpfe sich über den ganzen Tag hinziehen. 1932 erwies sich Thofeld als wirklicher Meister. Mit angebrochener Rippe, geschwollenen Armen und zerschundenem Gesicht, den Folgen des erwähnten Rittes am Vortage, gewann der hervorragende Schwede das Degengefechten. Durch langjährige Kampferfahrungen besitzt dieser Schwede auch einen guten Ruf unter den besten internationalen Degengefechtern.

Pistolschießen

Nach dem nervenaufreibenden Degengefechten findet am dritten Tage das Pistolschießen statt, das ein sicheres Auge und eine ruhige Hand verlangt. Es wird auf eine etwa 1,65 m hohe Figur (schwarz mit weißen Ringen bis zur 10) auf 25 m Entfernung geschossen. Als Waffe darf ein Revolver oder eine



Überragende Leistungen im Pistolschießen sind für den Erfolg des Fünfkämpfers unbedingte Voraussetzung



Das Zusammentreffen verschiedenster Typen im Filmkampf führt hervorragende, gute und mittelmäßige Schwimmer gegeneinander

Pistole mit offenem Visier und Korn Verwendung finden. Spezial- oder orthopädische Kolben sind verboten, desgleichen Waffen ohne Druckpunkt, Munition mit Metallpatronenhülse.

Zwei Probeschüsse sind gestattet, die Schußzahl beträgt 20 Schüsse in vier Serien zu je fünf Schüssen.

Die Ausgangsstellung ist zu Beginn jeder Serie mit nach dem Boden gesenktem Arm, Waffenmündung nach dem Boden gerichtet, der Kolben den Oberschenkel berührend, Pistole geladen.

Auf den Befehl Feuer erscheint die Scheibe für drei Sekunden, in welcher Zeit der Schuß abgegeben werden muß. Es ist verboten beide Hände zu benutzen. Die Scheibe verschwindet dann für 10 Sekunden. In dieser Zeit ist zu laden. Entsprechend ist das Feuer für jede Serie fortzusetzen. Nicht abgegebene Schüsse gelten als Fehler.

Das Gesamtergebnis des Schießens ergibt sich durch die Anzahl der Treffer der einzelnen Teilnehmer. Bei Treffergleichheit entscheidet die Ringsumme. Der Rand des Schußloches bestimmt den Wert des Treffers. Bei gleicher Ring- und Trefferzahl entscheiden die Treffer der letzten Serie, alsdann deren Ringzahl. Besteht immer noch Gleichheit, so wird in diesem Sinne mit der dritten Serie verfahren usw. Ist eine Entscheidung auf diesem Wege wegen Gleichheit nicht möglich, so erhalten die betroffenen Schützen die gleiche Platznummer.

Im übrigen gelten die Regeln der „International Target Practice Union“. 200 Ringe sind die zu erreichende Höchstleistung, die hin und wieder im Training geschossen werden. Ein überragendes Ergebnis erzielte in Los Angeles der amerikanische Leutnant Mayo mit 197 Ringen.

Schwimmen

Die 300 m, auf einer 50-m-Bahn im Freien, können in beliebigem Stile zurückgelegt werden. Keine Brustschwimmer sind dadurch meist im Nachteil, während gute Krauler mit einem bedeutenden Zeitgewinn rechnen können. Von Bedeutung ist ein guter Startsprung und schnelles Wenden. Auf jede Sekunde kommt es an. Im Schwimmen holte sich der unverwüßliche Thofeld beim letzten Olympia den zweiten Platz.



Überblickliche Ergebnislisten halten die Besucher auf dem laufenden



Beim Geländelauf können sich nur hart trainierte Männer durchsetzen

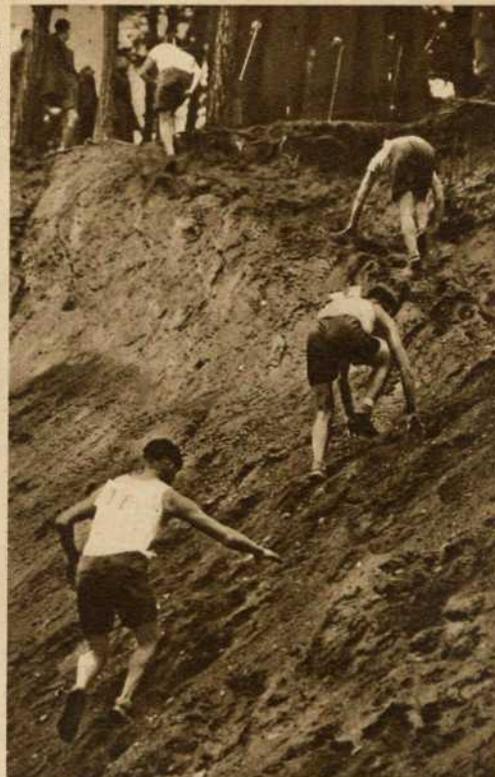
Querfeldeinlaufen

Der 4000 m lange Lauf ist in wechselndem Gelände angelegt. Die Strecke ist den Läufern unbekannt, sie wird vor dem Lauf durch Flaggen bezeichnet. Langjähriges Langstreckentraining ist notwendig, um hier einigermaßen mit Erfolg abzuschneiden. Alles, was der Geländeläufer zu berücksichtigen hat, gilt auch für den Fünfkämpfer. Er muß über das notwendige Einteilungsvermögen verfügen und wissen, wie er sich in allen Abschnitten der Strecke zu verhalten hat, gleichgültig ob es bergauf oder bergab geht, weiche Läder, harter Boden, hohes Gras zu überwinden, oder sonstige kraftkostende Hindernisse zu nehmen sind. Hier wird die Reihenfolge des Starts gelöst wie beim Reiten, nur daß die Teilnehmer in Abständen von einer Minute laufen, Start und Ziel befinden sich meist an derselben Stelle. Die bessere Zeit entscheidet den Lauf. Dieser Lauf macht taktische Erwägungen notwendig; jeder muß für sich allein laufend, bei richtiger Anpassung der Kräfte an die Schwierigkeiten der Strecke seine Bestzeit herauszuholen vermögen. In Los Angeles siegte der Engländer Legard in der Zeit von 15:12,2 Minuten vor seinem Landsmann Dougall. Siebenter, und damit Gesamtsieger, wurde der fast 90 kg schwere Graf Ogenstierna. Es hatte zwar wiederum ein schwedischer Offizier, aber zum ersten Male ein Angehöriger der Marine gesiegt.

In manchen Olympischen Fünfkampfen wurden gerade im Geländelauf die Teilnehmer über eine sehr schwere Strecke geführt

Wertung

Unmöglich wäre es, den Fünfkampf allein nach Leistungspunkten wie den Zehnkampf zu werten; die Wettbewerbe könnten niemals in ein auch nur einigermaßen gerechtes und Anklang findendes Verhältnis gebracht werden. Deshalb wird die Wertung nach Platzziffern angewandt. Als Beispiel seien die sechs Besten von Los Angeles angeführt:



	Reiten	Fechten	Schießen	Schwimmen	Laufen	Zusammen
1. Ogenstierna, Schweden	4	14	2	5	7	32
2. Lindmann, Schweden	1	2,5	19	9	4	35,5
3. Mayo, U. S. A.	2	4,5	1	14	17	38,5
4. Thofeld, Schweden	15	1	9	1	13	39
5. Remer, Deutschland	12	10	4	13	8	47
6. Mierisch, Deutschland	10	10	5	17	6	48

Heute werden im Heer und bei der Polizei große Anstrengungen gemacht, Fünfkämpfer herauszubringen, die im internationalen Wettbewerb bestehen können. Heer und Polizei sind auch dazu berufen, da es einem Zivilisten in den seltensten Fällen möglich ist, allen den Trainingsforderungen zu genügen. Deutsche Fünfkämpfer beteiligten sich zum ersten Male 1912 in Stockholm. Sie steckten schon nach dem ersten Wettbewerb die für sie völlig aussichtslose Sache auf. Dagegen gelang es 1928 in Amsterdam dem deutschen Polizeileutnant Kahl, auf den dritten Platz zu kommen. Das war gegenüber den Vorkriegsjahren ein riesiger Fortschritt und ein sehr schöner internationaler Erfolg. 1932 in Los Angeles kamen die Polizeioberwachtmeister Kemmer und Miersch als Fünfter und Sechster auf Ehrenplätze. Die inoffizielle Länderkampfwertung des Fünfkampfes der Ersten bis Sechsten mit 6 bis 1 Punkten gewertet, ergibt folgendes Bild:

	Stockholm 1918	Amsterdam 1928	Los Angeles 1932
Schweden	18	14	14
Amerika	2	—	4
Deutschland	—	6	3
England	—	1	1

Schwedens Überlegenheit tritt klar zu Tage. Doch werden nunmehr auch von Seiten der Amerikaner große Anstrengungen gemacht, hier mehr in den Vordergrund zu treten, und man geht nicht fehl, in den Amerikanern auch innerhalb des Fünfkampfes sehr ernste Gegner zu sehen. Daß es nicht ausgeschlossen ist, bis 1936 mit den Schweden fast gleich zu ziehen, geht auch daraus hervor, daß bei dem vorjährigen internationalen Fünfkampf in Stockholm der deutsche Oberleutnant Birk von dem besten Schweden nur knapp, um einen Punkt, geschlagen werden konnte.

Schrifttum

Abraham, A.: „Weg zur sportlichen Höchstleistung“, Leipzig und Zürich, Grethlein 1926. / Bäurle, O., u. Waizer, J.: „Leichtathletisches Wintertraining“, 2. Aufl., München 1928; Deutsche Sportbehörde für Leichtathletik. / Clark, E. S.: „All-Around-Athletics“, New York 1915; Amer. Sports Publ. Co. (Spalding). / Deutsche Sportbehörde für Leichtathletik: „Die deutsche Mehrkampfwertung“, München, DSBfL. / Donop, G. v.: „Der Mehrkampf“, Stuttgart 1923; Union Deutsche Verlagsges. / „Der Leichtathlet“, Wochenchrift des Fachamtes für Leichtathletik im Deutschen Reichsbund für Leibesübungen, Berlin, Verlag Limpert.

Die 26 Hefte der Olympia-Hefereihe

unterrichten jeden Deutschen über das, was er vom olympischen Sport wissen muß.

- 1 Olympia 1936, eine nationale Aufgabe
- 2 Skilaut
- 3 Bobfahren, Eishockey
- 4 Eislauf
- 5 Fußball
- 6 Handball
- 7 Hockey
- 8 Laufen und Gehen
- 9 Fünf- und Zehnkampf
- 10 Springen
- 11 Werfen
- 12 Boxen
- 13 Gewichtheben und Ringen
- 14 Fechten
- 15 Schießen
- 16 Reiten
- 17 Turnen (Ringe, Reck, Barren, Pferd)
- 18 Turnen (Bodenturnen, Freilübungen, Klettern)
- 19 Schwimmen
- 20 Wasserball und Wasserspringen
- 21 Rudern und Kanu
- 22 Segeln
- 23 Radfahren
- 24 Segelflug
- 25 Leibesübungen mit „Kraft durch Freude“
- 26 Führer durch die Sportsprache

Jeder Volksgenosse erhält die Hefte für 10 Pfg. das Stück bei seiner NS.-Organisation, Arbeitsstätte oder bei seinem Sportverein.

Druck und Verlag: G. H. Braun & Co., Berlin-Tempelhof, Alboinstraße 21—23.