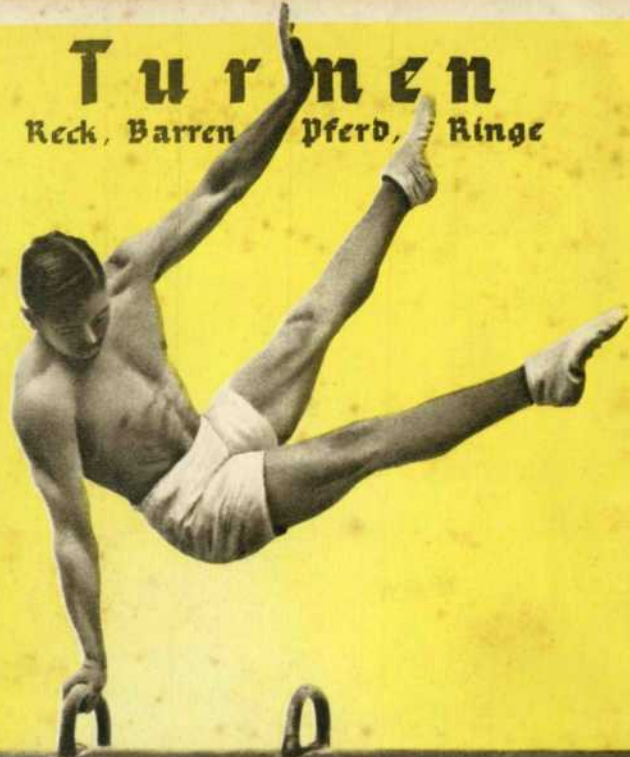


Turmen

Reck, Barren, Pferd, Ringe



Olympia-
heft

Nr.
17

10 Pfg.

Turnen

Reck, Barren, Pferd, Ringe

Zu diesem Heft lieferten Photos:
Arbeitsgemeinschaft der Stuttgarter
Fachphotographen, Stuttgart / The
Associated Press, Berlin / Franz
Böhme, Düsseldorf / Hofheinz,
Mannheim / Walter Jost, Berlin-
Charlottenburg / Berner Knackmuß,
Berlin / Photo-Roch, Meissen /
Eugen Krämer, Stuttgart-Botnang
/ Rolf Lantini, Düsseldorf / Erich
Mandt, Berlin / Presse-Bild-Zen-
trale, Berlin / G. Riehide, Berlin-
Charlottenburg / Schirner Sport-
bilder, Berlin / L. Spudis, Berlin
/ Bestrußschau, Berlin / Robert
Werner, Dresden

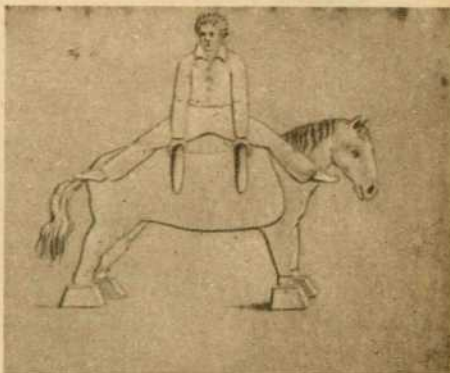


In Gemeinschaft mit dem Reichssportführer herausgegeben vom
Propaganda - Ausschuss für die Olympischen Spiele Berlin 1936
Amt für Sportwerbung

Im Stammlande des Geräteturnens

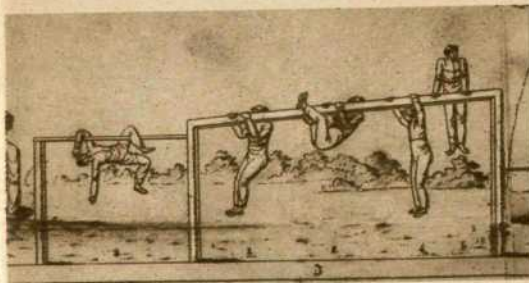
Ein denkwürdiges Jahr ist das Jahr 1936! Mit den Olympischen Spielen kommen zum ersten Male seit dem Bestehen des Geräteturnens Geräteturner aus allen Nationen der Welt, soweit sie das Geräteturnen betreiben, nach Berlin in das Land, aus dem das Turnen an den Geräten einst gekommen ist. Überall in der Welt haben internationale Wettkämpfe im Geräteturnen schon stattgefunden, nur in Deutschland noch nicht, dem Lande, in dem ein Guts Muths und ein Friedrich Ludwig Jahn lebten, die wie niemand vor ihnen in der Welt den Gedanken planmäßiger Leibes-

übungen vorangetrieben hatten. Das Turnen an den wichtigsten Geräten ist eine ureigene Erfindung Jahns. Der Jahnsche Turngedanke, aufgebaut auf der harten Schule des Geräteturnens, hat vor über 130 Jahren Wurzeln in Deutschland geschlagen, um bald mit seiner völkischen Eigenart überzugreifen auf die Länder der Umwelt. Von dort



Pferdturnen, Zeichnung um 1850

aus ist es in die weite Welt gegangen, und 1936 werden es vierundzwanzig Nationen sein, die als Mitglieder des Internationalen Turnerbundes, der Fédération Internationale de Gymnastique (FIG.), Berlin besuchen. Es kommen Turner aus Ägypten, Belgien, Chile, Dänemark, Finnland, Frankreich, Großbritannien, Holland, Italien, Japan, Jugoslawien, Luxemburg, Norwegen, Polen, Portugal, Rumänien, Schweden, Schweiz, Spanien, Tschechoslowakei, Ungarn, Uruguay, Vereinigte Staaten und Deutschland.



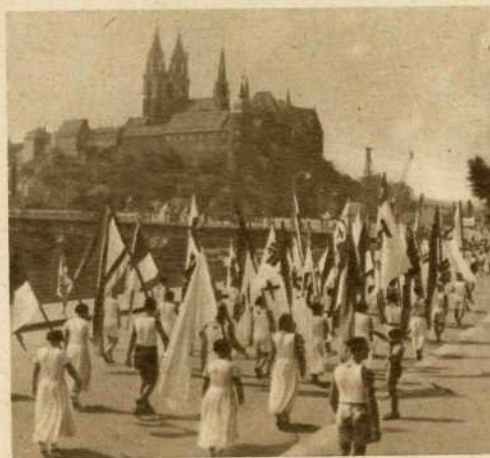
Aus den Anfängen des Gerätturnens

Deutschland, das Stammland des Geräteturnens, gehört erst seit 1934 dem Internationalen Turnverband an, es wurde bei dem Internationalen Kongress am 31. 5. 1934 in Budapest mit 12 : 3 Stimmen aufgenommen.

Also erst seit diesem Jahre zählt Deutschland im Reigen der geräteturnenden Länder der Welt vollberechtigt mit. Die Geschichte ist hier einen seltsamen, gewundenen Weg gegangen, sie setzt aber, um mit den Worten Jahns zu sprechen, letzten Endes jeden in seine Ehrenrechte ein. Denn „das Endurteil der Weltgeschichte verjährt nicht“.

Berlin selbst ist heiliger Turnerboden. Hier hat der Turnvater selbst zum ersten Male die Scharen der jungen Turner gesammelt, ist mit ihnen vor die Tore Berlins ge-

Streikturnfest in Meßen 1934





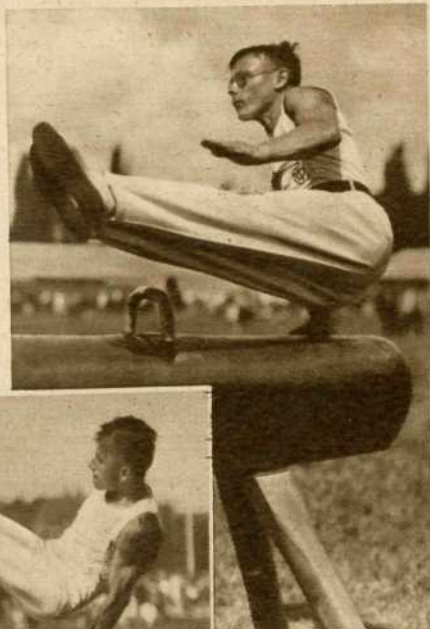
Hohes Durchgrätschen
in der Mitte des Barrens
Freier Überschlag rückwärts
mit gegrätschten Beinen
an den Ringen

zogen und hat im freiwilligen Arbeitsdienst den ersten Turnplatz der Welt auf der Hasenheide geschaffen. In den Julitagen des Jahres 1936 wird diese geschichtliche Stätte ein Wallfahrtsort der fremden Turner sein, die dort ihren Dank an einen Mann abtatten werden, der von den Uranfängen seines turnerischen Wirkens an nicht die Bedeutung aus den Augen verloren hat, die sein Werk über die Grenzen des eigenen Landes hinaus für alle Länder haben würde.

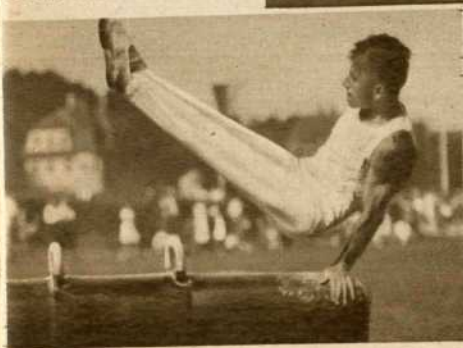
Die Geräte der olympischen Gerätemeisterschaften.

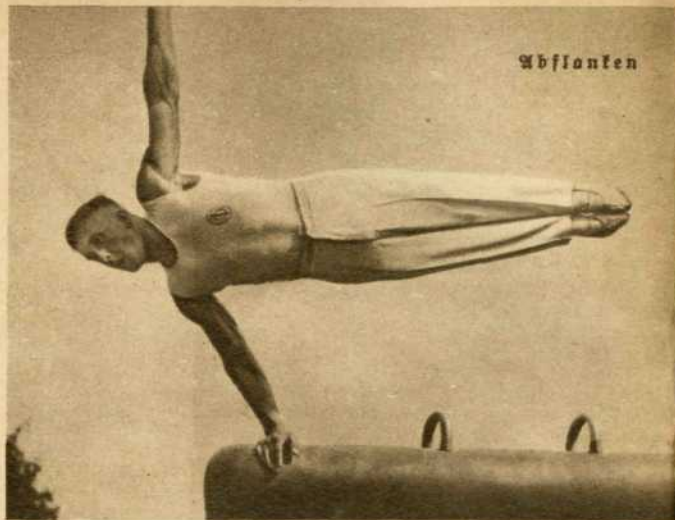
Pferd, das schwerste Gerät.

Ein Aufatmen geht jedesmal durch die Reihen der Meisterturner, wenn die Übungen an jenem Gerät durchgeturnt sind, bei dem es die meisten Tücken gibt. Das quergestellte Pferd gilt allgemein als das schwerste Gerät. Um die olympischen Pflichtübungen sicher zu beherrschen, dazu gehört zähe, unablässige Übung von Jugend auf, und um sie vor den Kampfrichtern fehlerlos zu Ende zu führen, braucht es eiserne Nerven und besondere turnerische Begabung. Ein Vorbeigreifen um Fingers Breite, die kleinste Unsicherheit in der Folge der Schwünge zerreißt die ganze Übung. Das haben schon hochbegabte Pferdturner an sich erfahren müssen. — Im Gegensatz zum Reck und Barren ist das Pferd ein Gerät älteren Datums.



Stehen über den Hals
und über den Rücken
am quergestellten Pferd





Abflanken

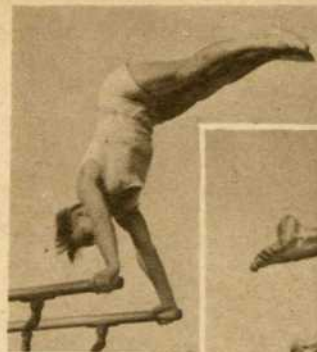
Pferdturnen betrieb man sehr wahrscheinlich schon im kriegerischen alten Rom, bestimmt aber in den Ritterakademien des Mittelalters, wenn auch in einer etwas anderen Form als gegenwärtig unser Pferdeshwingen. Die Ritterakademien waren die Ausbildungsstätten für die Junker und Knappen des Ritterstandes. Eine der „sieben Behändigkeiten“, die jedem Ritter eigen sein mußten, und die im Thüringer „Ritterspiegel“ ausgezeichnet sind, war das Reiten. Das Auf- und Absteigen und andere Gewandtheitsübungen übte man an einer Nachbildung des Pferdes. Diese Übungen nannte man „Volltgiebungen“. Sie spielen bis in unsere heutige Zeit bei jeder reitlichen Ausbildung eine Rolle. Jahn übernahm auf seinen Turnplatz auch das Pferd. Ein Pferd aus der Jahn'schen Zeit steht heute als Reliquie im Jahn-Museum in Freyburg an der Unstrut. Während unsere heutigen Turnpferde stark stilisiert sind und dem richtigen Pferd eigentlich nur noch dem Namen nach gleichen, ähnelt das Jahn'sche Pferd in seinen äußeren Formen noch stark seinem Ebenbild.

Barren, eine deutsche Erfindung.

Unter Barren, Barrn oder Barn verstand man Geräte mit zwei gleichlaufenden Balken oder Stangen (englisch Bar), Rausen, Stallbäume u. a. Noch heute nennt man im Vogtland z. B. die Stellen im Stall, wo den Kühen das Futter verabreicht wird, den Barren oder Born, sogenannt nach dem leiterartigen Gestell mit weit auseinander liegenden Sprossen, das schräg an der Wand angebracht, zur Aufnahme des Heues dient. Auf Jahn's Turnplatz waren u. a. drei Gerüste zu Vorübungen für das Voltigieren aufgestellt. Jahn selbst schrieb an einen Holm mit Bleistift die Worte „der Barren“. Der Barren wurde demnach Anfangs zu Voltigierübungen benützt, d. h., mehr zu Sprungübungen. Aus den einfachen Übungen des Stützens und Stützeln entwickelte sich aber schnell das eigentliche Barrenturnen, das bereits in Jahn's Turnkunst von 1816 beschrieben ist. Der Barren hat in seiner Art ähnlich wie das Red starke Wandlung durchgemacht. In der Gegenwart kommt für das Turnen der Erwachsenen nur der eiserne Barren in Frage. Fachleute sind gegenwärtig dabei, den Barren zu verbessern. Er ent-



Vorbildlich ausgeführte Überschlagwende am Barren



Langsames Heben in den Handstand mit gebeugten Hüften und gestreckten Armen, mit geschlossenen und gegrätschten Beinen ausgeführt



spricht in seiner gegenwärtigen Art nicht den Anforderungen, die man an ein hochwertiges olympisches Gerät stellen muß.

Im Jahre 1860 hat es sogar einmal einen Barrenstreit gegeben. Damit bezeichnet man in der

Eine vorbildliche Vorhebbalte

Turngeschichte den letzten Teil des Kampfes, den das Jahnsche Turnen gegen die Schwedische Gymnastik führen mußte. Major Rothstein, der Leiter der Preussischen Zentraltturnanstalt, der das schwedische Turnen in das Militär eingeführt hatte, ließ 1860 Reck und Barren aus seiner Turnhalle hinauswerfen. Dagegen erhoben zahlreiche Wissenschaftler und Turnfachleute Einspruch. 1863 kamen Reck und Barren wieder in die Halle und Rothstein flog hinaus.

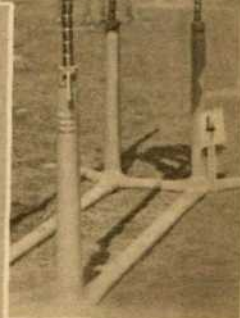
Langsames Heben mit gestreckten Armen in den Handstand kammgriiffs auf einem Holm

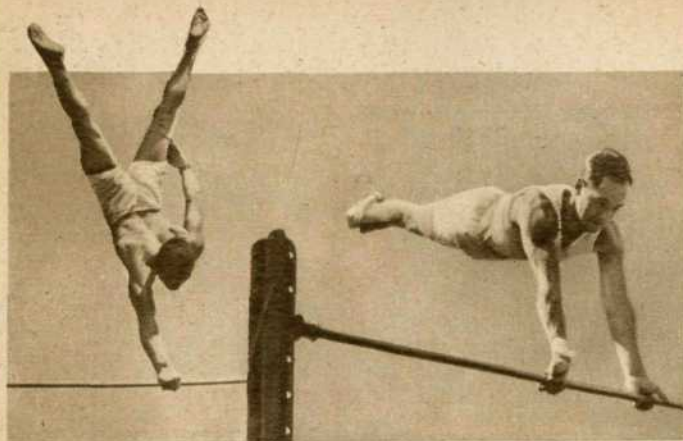


Kraftvolles Ausgrätschen rückwärts aus der Schwebetippe



Hohe Stützlehre rückwärts





Links: Abgrätschen aus dem einarmigen Handstehen auf dem Reck
Rechts: Anschwung zur Riesenfelge vorwärts (Sturzfelge)

Das Reck, König der Geräte.

Auch das Reck ist eine eigene Schöpfung von Jahn. Mit dem Worte Reck bezeichnet man noch heute in Niederdeutschland Bestelle mit wagerechten Stangen, die in bestimmter Höhe vom Boden zum Aufhängen von Wäsche, nasser Kleidungsstücke oder auch Fischernetzen dienen. Unter Reck versteht man auch eine Querstange im Rauchfang zum Aufhängen der Bürste und die Sitzstangen für Geflügel. Das Wort Reck ist aus dem Niederdeutschen von Jahn ins Neuhochdeutsche als Benennung seines Turngerätes übernommen worden. Die ersten Reckstangen waren solche aus Holz, anfangs naturgewachsene Stangen, später solche aus längere Zeit gelagerten astfreien Buchen-, Kiefern- oder Eschenholzbohlen. Um die Bruch-sicherheit zu erhöhen, wurden in die Holzstangen schmiedeeiserne oder stählerne Einlagen eingefügt, ähnlich dem Graphit im Bleistift. Da diese Holzstangen aber unerwünscht dick waren, wandte man sich etwa in der Mitte des vorigen Jahrhunderts zu den Eisenstangen. Heute verwendet man Stangen aus Silberstahl, 28 Millimeter stark und 2,20 Meter lang.

Ringe, das „neue“ Gerät.

Die Ringe sind zwar schon von Eiselen, einem Schüler Jahns, eingeführt worden. Sie stammen aus Italien und sind dort von Artisten wahrscheinlich schon zur Römerzeit benutzt worden. Sie führen deshalb auch vielfach den Namen „Römische Ringe“. Adolf Spieß beschreibt sie in seiner Turnlehre vom Jahre 1842 unter dem Namen „Ringschwebel“. Das Ringeturnen tritt aber erst in der Gegenwart stärker in den Vordergrund, weil es eine olympische Übung ist. Wir Deutschen waren anfangs das Turnen an den Schaukelringen gewöhnt. Der Internationale Turnverband läßt als Wettkampfform nur ein Turnen an den ruhigen Ringen gelten. Dies erscheint uns als „Sünde wider den Geist“ des Gerätes. Die natürliche Verwendungsart der Ringe erscheint uns Deutschen das Schaukeln zu sein. Es ist schade, daß bei den Olympischen Spielen 1936 in Berlin auch für die Kürübung an den Ringen eine solche an den stillhängenden und keine Schwingübung zugelassen ist.



Der „Christushang“

Die Olympischen Turnmeisterschaften.



Kreuzgriff-Riefenfelge

jedem Gerät aus je einer vorgeschriebenen Übung, d. i. die P f l i c h t - ü b u n g, und aus je einer Übung, deren Art und Zusammenfügung der Turner selbst wählen kann, d. i. die K ü r ü b u n g. Es werden gefordert je eine Pflicht- und eine Kürübung am Reck, am Barren, am seitgestellten Pferd mit Pauschen, am langgestellten Pferd ohne Pauschen für die Sprünge und an den stülhängenden Ringen. Das sind zehn Gerätübungen, zu denen als erste Übung sich eine Kürübung gesellt. Die vorgeschriebenen Pflichtübungen erfordern bei jedem Olympia ein erhebliches Maß von Können.

Was wird 1936 gefurnt?

Bei den olympischen Turnmeisterschaften gibt es einen Mannschaftskampf und Einzelkämpfe. Der Mannschaftskampf ist ein Länderkampf im Elfkampf. Jede Nation, die sich an dem Wettbewerb beteiligen will, hat eine Mannschaft von acht Turnern zu stellen. Zwei Turner jeder Nationalmannschaft mit den niedrigsten Punktzahlen kommen für die Errechnung der Gesamtpunktzahl des Länderwettkampfes nicht mit zur Anrechnung. Ausschlaggebend für die Rangfolge im Länderkampf sind also die Leistungen der sechs besten Turner jedes Landes.

Der olympische Elfkampf im Gerätturnen besteht an



Abkanten aus der Schwungstemme

Werden die Pflichtübungen leichter?

Wenn bei den Olympischen Spielen 1936 in Berlin möglichst vielen Nationen die Teilnahme an den Gerätewettkämpfen ermöglicht werden soll, dann dürfen die Pflichtübungen hinsichtlich ihrer Schwierigkeit nicht übersteigert werden. Deutschland, das den Vorschlag für diese Pflichtübungen macht, kann durch die Art der Pflichtübungen wesentlich zu einer starken Teilnahme am Länderwettkampf im Kunstturnen gelegent-



Genickhang



lich der Olympischen Spiele 1936 in Berlin beitragen. Berlin liegt so, daß den meisten Ländern die Beschickung der Olympischen Spiele geldlich möglich sein wird. Unsere Pflicht ist es, diesen Ländern die aktive Teilnahme zu erleichtern durch Pflichtübungen, an die sich auch die Länder

Riesenfelge vorlings
vornwärts (Sturzfelge)



Übertechen
aus der Schwungstemme

mittleren turnerischen Könnens heranwagen. Wenn man bedenkt, daß die Pflichtübungen bereits Ende 1934 veröffentlicht wurden, dann wird man in den anderthalb Jahren der Vorbereitung auch in den Ländern an die Erlernung der Übungen herangehen, in denen die Früchte des Erfolges nicht ohne ernstliches Bemühen reifen.

Fünf Weltmeisterschaften in den Einzelkämpfen.

Einzelkämpfe werden an jedem einzelnen Gerät neben dem Mannschaftskampf der Länder noch als Einzelmeisterschaften ausgetragen. Es gibt also noch eine Weltmeisterschaft am Reck, eine Weltmeisterschaft am Barren, eine Weltmeisterschaft am seitgestellten Pferd mit Pauschen für Geschwünge, eine Weltmeisterschaft am langgestellten Pferd ohne Pauschen für Sprünge und eine Weltmeisterschaft an den stillhängenden Ringen. Weltmeisterschaften in den Freiübungen werden nicht ausgetragen. An den Einzelweltmeisterschaften teilnehmen können nur solche Turner, die Angehörige einer Ländermannschaft sind. Es ist also nicht möglich, daß sich ein Turner nur an der Weltmeisterschaft am Reck beteiligt. Durch diese einschränkende Maßnahme soll dem überspitzten Artistentum Einhalt geboten werden. Das Turnen des Elftampfes bil-

Schwung- und kraftvoller
Abgang vom Hochreck





Freier Überschlag rückwärts aus der Riesenfelge rücklings rückwärts

det also zugleich den Wettbewerb um die Einzelmeisterschaften. Die Einzelmeisterschaft kann also erworben werden durch das Turnen der Pflichtübung und der Kürübung an dem betreffenden Gerät.

In den Freiübungen werden keine Weltmeisterschaften ausgetragen, weil zwischen den Ländern keine Einigung darüber erzielt werden konnte, was von einer hochwertigen Freiübung gefordert werden muß. Es gibt also eine Siegerliste im Länderkampf, eine für die Einzelkämpfe an jedem Gerät und darüber hinaus eine Siegerliste, in der die einzelnen Turner mit ihren erreichten Punktzahlen bei allen elf Übungen aufgeführt werden.

Das schwierige Kapitel der Wertung.

Jede Übung wird von zwei Kampfrichtern bewertet, von denen jeder von 1 bis 10 Punkte geben kann, und zwar mit Gradabstufungen von ein zehntel Punkt. Die Wertung der beiden Kampfrichter wird zusammengezählt und ergibt die Punktzahl für die einzelne Übung. Wenn der Kampfrichter A. 9,1 Punkte gibt und der Kampfrichter B. 9,3 Punkte, dann hat der Turner auf seine Übung 18,4 Punkte erhalten. Es können bei jeder Übung im Bestfalle 20 Punkte erreicht werden.

Die Wertung der Geräteübungen ist außerordentlich schwierig und hat schon mehrfach zu Zwiespältigkeiten Anlaß gegeben. Während es sich bei den leichtathletischen Übungen, wie Laufen, Werfen, Stoßen, Springen um absolut meßbare Leistungen handelt, d. h. um solche, die mit der Stoppuhr oder mit dem Bandmaß ganz einwandfrei festgestellt werden können, ist die Wertung bei den Geräteübungen eine Ansichtssache, d. h., nur eine relativ wertbare Lei-



Freier Überschlag rückwärts aus der Riesenfelge Lammgriffs

ftung. Die Wertung der Gerätübungen ist mehr oder weniger eine Gefühlsangelegenheit. Für die Wertung einer Gerätübung sind ausschlaggebend Schwierigkeit der Einzelformen, Art der Übungsverbindungen und Sicherheit und Schönheit der Gesamtleistung. Schwierigkeit, Sicherheit und Schönheit kann man aber weder mit Stoppuhr noch mit dem Bandmaß feststellen. Sie sind Dinge des persönlichen Geschmacks und des Fingerspitzengefühls. Wenn schon im Leben eines Volkes die Geschmäcker so verschieden sind, um wieviel mehr müssen die Ansichten auseinander gehen, wenn gar verschiedene Nationen über ein und dieselbe Sache urteilen sollen. Die Geschmacksrichtungen der einzelnen Völker, ihre turnerische Auffassung und Schulung sind heute noch so verschieden, daß es bei den Gerätübungen



immer einmal Fehlwertungen geben wird, und wenn man in der Auswahl der Kampfrichter noch so gewissenhaft ist. Es liegt im Wesen der Wertung der Gerätübungen begründet, daß eine hundertprozentige, absolut richtige, alle befriedigende Wertung nie zustande kommen wird. Daß die Kampfrichter der verschiedenen Nationen sich bemühen, rein sachlich zu werten, sollte man von einem olympischen Kampfrichter von vornherein als eine Selbstverständlichkeit annehmen.

Freier Überschlag vorwärts aus dem Unterschwing



Aus der Riesenselge vorwärts:
Freier Überschlag vorwärts mit einer halben Drehung in der Längsachse

Der gefürchtete doppelte Salto.

Die Klippen von Budapest, dem Ort der Weltmeisterschaften im Gerätturnen 1934, sind in ihrer Gefahr erkannt; sie werden — daran ist nicht zu zweifeln — 1936 umschifft werden. Es sind nicht nur die Übungen an den stillstehenden Ringen, in denen, wie Dortmund erwies, die deutschen Turner jetzt schon große Fortschritte gemacht haben, nicht nur in der Güte der Ausführung, sondern auch in der Vielseitigkeit der Einzelformen und der erhöhten Schwunghaftigkeit; es ist auch die größere Wettkampferfahrung, die den anderen Ländern in Budapest genügt hatte und die lehrt, daß oftmals Sicherheit wichtiger ist als der Schwierigkeitsgrad der Übung. Denn Sicherheit gibt der Übung die „Schönheit“, die von den internationalen Schiedsrichtern ebenso in die Wertung eingeschlossen wird wie der Schwierigkeitsgrad. Ein hoher Schwierigkeitsgrad vermag



Die deutsche Nationalmannschaft ist zum Wettkampf angetreten — Weltmeisterschaft, Budapest 1934



Phase aus der Ellgriff-Riesenselge, einer der schwierigsten Übungen am Reck

oftmals nicht herauszureißen, was an der Sicherheit gefündigt wurde, aus dem einfachen menschlichen Grunde, weil Schönheit und Sicherheit sinnfälliger wirken und die Schiedsrichter auch nur Menschen sind. — Der Schwierigkeitsgrad der Übungen am Pferd, Barren und Reck war bei den deutschen Turnern in Budapest derart, daß jedesmal allgemeine, ehrfürchtige Stille auf dem Wettkampfsplatz eintrat, wenn ein deutscher Turner turnte. Namentlich am Reck, dem König der Geräte, wurde Unerhörtes geleistet.

Die Drehschwungstemmen mit Kehre, Wende und Grätsche, von denen namentlich die letzte es in sich hat, Übungen, die früher nur von wenigen geschafft wurden, gehören heute zum „Repertoire“ von einer ganzen Reihe deutscher Meisterturner.

Eine Übung, die bei den Dortmunder Meisterschaften manchem jungen Anwärter die Rechnung verdarb: die freie Felge rückwärts und freier Überschlag rückwärts mit Grätsche, kurz das „Felgabgrätschen“ genannt, oder gar das „Felgabheften“, also der Abgang mit geschlossenen und gestreckten Beinen, gehört bereits zu den harten Rüssen für den Meisterturner. Dazu die Reihe der freien Überschläge vorwärts bzw. rückwärts aus dem Unterschwung, aus dem Handstand, aus dem Stand auf der Reckstange, aus der Riesenselge rückwärts und vorwärts in ihren Steigerungen durch eine halbe Drehung um die Längsachse, durch Ausführung mit gestreckten Hüften oder Anlegen der Arme.

Wenn man vor noch nicht langer Zeit froh war, von ersten Geräteturnern den Kreuzüberschwung in den Hang mit Ellgriff fortgesetzt zu sehen zur Schwungstemme mit Griffwechsel in den freien



Überschlag rückwärts mit halber Drehung in der Längsachse aus der Riesenfelge rückwärts

Stütz, so gehört es heute nicht mehr zu den Seltenheiten, daß eine Riesenfelge im „Ellhang“ angefügt wird, die man früher nicht für möglich gehalten hatte. Die schwere Übung der Riesenfelge vorwärts mit Kammgriff und freiem Überschlag vorwärts über der Redstange, an die so mancher Meisterturner nicht herangeht, genügt Winter, dem Weltmeister am Red, nicht einmal, er fügt dem Überschlag über dem Red einen zweiten hinzu. Sein wundervoll gelungener doppelter Salto in Dortmund war der Glanzpunkt der Deutschen Gerätmeisterchaften 1934 in Dortmund.

Unerreichter Schwierigkeitsgrad und Sicherheit sind das Ziel der kommenden Monate, bis die Stunde des Weltkampfes im Jahre 1936 schlägt.

Anwärter zur Meisterschaft.

Kann jeder Gerätturner? Ja! Es bietet Übungsmöglichkeiten für Vier- bis Achtzigjährige. Es ist die billigste aller Leibesübungen. Kann jeder

zur Meisterschaft reifen? Nein! Dazu gehört einmal körperliche Veranlagung. Diese Veranlagung ist aber nicht gebunden an einen bestimmten Körpertyp. Am leichtesten fällt es ganz gewiß dem sogenannten pyknischen Typ, dem kräftigen, gedrungenen Menschen, dessen klassischer Vertreter unter den gegenwärtigen Meisterturnern Bedert-Neustadt ist. Aber auch Winter-Frankfurt und Steffens-Bremen, die Astheniker, das sind die schlanken und sehnigen Menschen, und Sandrock-Immigrath, der Herkuliker, das ist der starkknochige und kräftige Bursche, können Hervorragendes leisten — Winter ist Weltmeister am Red und wurde bei den letzten Gerätmeisterschaften der D.L. zweiter, Sandrock dritter und Steffens vierter Sieger — wenn sie die viel

wesentlichere Voraussetzung für Meisterleistungen erfüllen: Jeder Gerätturner muß einen unbändig starken Willen zur Leistung und zum Aus- und Durchhalten trotz tausend Mißerfolgen aufbringen. Meister im Kunstturnen wird nur der harte, der heldische Mensch. Es ist nichts für Fünf-Uhr-Teegünglinge und Tanztee-Kavaliere, nichts für Schaumschläger und Maulhelden. Sage mir, was du körperlich betreibst, und ich will dir sagen, wer du bist!

Ein ganzer Kerl muß der Gerätturner sein.

Kein anderes Übungsgebiet führt so zur Körperbeherrschung wie das Gerätturnen. Kein anderes Übungsgebiet erzieht so zum feinen Zusammenspiel von Nerven und Muskeln wie das Gerätturnen. Mag Schwarze nennt das Gerätturnen eine Hochschule der Muskel- und Nervenzucht. Die Eigenschaften, die das Gerätturnen vermittelt, nennen wir Gewandtheit oder Geschicklichkeit. Schnelligkeit und Sicherheit, Entschlossenheit und Geistesgegenwart sind die Erfolge der Geschicklichkeitsschulung an den Geräten. Je größer die Fertigkeit am Gerät, desto stärker sind die geistigen Wirkungen. Wer unsere guten Gerätturner beobachtet, hat immer seine helle Freude gerade an ihrer Gewandtheit und Sicherheit, Entschlossenheit und Geistesgegenwart, mit der sie die Formen meistern. Das Gerätturnen ist aber auch eine Willens-



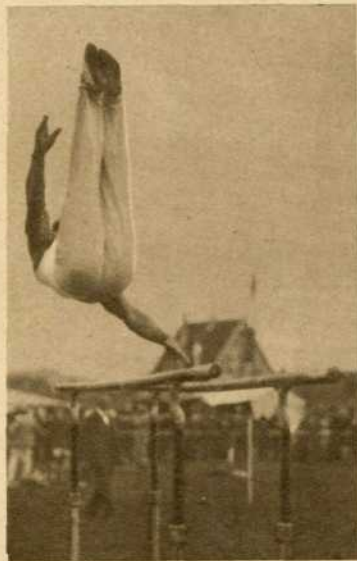
Freier Felgüberschwing rücklings vorwärts

schulung ersten Ranges. Es erzieht insbesondere zu jener Eigenschaft, die das neue Deutschland von jedem wehrhaften Manne verlangen muß: zu Mut und Zähigkeit und Ausdauer. Das neue Deutschland verlangt den kämpferischen Menschen. Der hochwertige Gerätturner ist ein solcher. Mut muß jeder Gerätturner haben, wenn er es zu einigermaßen etwas bringen will. Zum Mute erzieht die Erlernung jeder neuen schwierigen Form. Mut gehört schon bei dem weniger Veranlagten dazu, eine Flanke oder Grätsche auszuführen. Höchsten Mut erfordern aber die schwierigen Abgänge des Saltos oder gar Doppelsaltos vom Reck. Dadurch, daß wir im Gerätturnen immer und immer wieder neue Schwierigkeiten an den Turner heranbringen, wird das Gerätturnen zu einer Hochschule des Mutes, und damit der

Erziehung zum kernhaften Menschen, zu einem ganzen Kerl.

Der „Turnerbüdel“.

Es ist nicht wahr, daß das Gerätturnen den „Turnerbüdel“ bringt. Dann müssen unsere besten Turner alle mehr oder weniger verbildete Menschen sein. Wer aber jemals gerade unsere besten Gerätturner hat sehen können, mußte immer wieder seine Freude an diesen aufrechten, kraftstrotzenden Menschen haben. Krumme Rücken sind immer die Folgen ganz allgemeiner schlechter Haltung oder einseitiger körperlicher Haltung oder Beschäftigung im Berufsleben, aber nicht die Folge des Gerätturnens. Die körperlichen Wirkungen des Gerätturnens sind die gleichen segensreichen wie bei



Freier Überschlag vorwärts zum Außenquerstand



Hohe Stützlehre am Barren

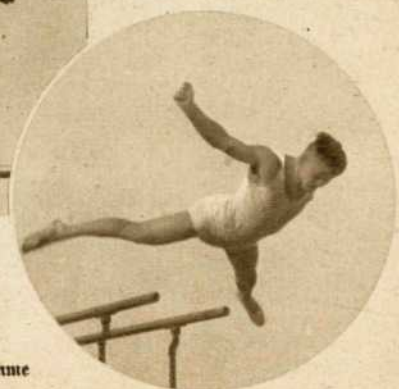
den anderen Leibesübungen. Die starke Aus- und Durcharbeitung, die gerade das Gerätturnen mit sich bringt, bedingt eine Befundung und Kräftigung des gesamten Körpers und seiner Organe. Jede körperliche Betätigung fördert den Blutkreislauf und damit den aufbauenden Strom unserer Lebensäfte und Lebensträfte. Wer im Berufsleben steht und bis in die sinkende Nacht hinein berufstätig sein muß, für den bleibt als Betätigungsmöglichkeit im allgemeinen nur das Hallenturnen, das unabhängig von Jahreszeit und Witterung in den Abendstunden regelmäßig betrieben werden kann. Im Hallenturnbetrieb steht neben dem Freiübungsturnen als Mittel der Körperformung und Bewegungsschulung das Gerätturnen von jeher im Vordergrund. Es bringt nach seiner Art einen wirkungsvollen Ausgleich gegenüber der beruflichen Gebundenheit in der Bewegungsmöglichkeit. Es dehnt und reckt und streckt den Körper im Stütz- und Schwung- und Sprung. Es erfährt in seinen Wirkungen bei den Sprungübungen die Beine ebenso wie bei den Stütz- und Schwungübungen Arme und Brust und Rücken. Die Gerätübungen sind zum großen Teil allerdings mehr örtliche Kraftübungen, sind also hauptsächlich bedingt von einer hochgesteigerten Arbeit einzelner Muskelgruppen. Daß dabei die Arme den Hauptgewinn haben, ist

kein Nachteil. Die Hang- und Stützübungen nötigen aber immer auch zu starker Rückenstreckung. Ohne eine intensive Streckung der Bauchwand verläuft kaum eine Bewegung, und die Flankenmuskeln erleben bei vielen Übungen eine wertvolle Kräftigung. Wer die Einzelform, und wenn sie noch so einfach ist, sauber turnt, hilft die Wirbelsäule strecken, die für die Schönheit in Gestalt, Haltung und Bewegung von größter Bedeutung ist. Gerätturnen weitet den Brustkorb und schafft damit die Voraussetzung für die kräftige Entwicklung von Herz und Lunge, die in diesem Brustkorb eingebettet liegen.

Tatsache ist und bleibt, daß bei sinnvollem Betrieb das Gerätturnen eine Quelle körperlicher Gesundheit und Kraft ist. Und dieser Gesundbrunnen kann für jedes Alter und für jede körperliche Fertigkeitstufe fließen. Deutsches Gerätturnen eignet sich für den turnerischen Betrieb im Kleinkinderturnen ebenso, wie für die in der Reifung sich befindlichen Menschen, wie für die im Vollbesitze ihrer Kraft stehenden, ja bietet sogar Betätigungsmöglichkeit bis in das hohe Alter hinaus. In unseren Turnvereinen wird an den Geräten geturnt vom Vierjährigen bis zum Achtzigjährigen.



Hohe Lußtrolle



Hohes Ausgrätschen vorwärts mit gestreckten Hüften aus der Schwungstemme

Die Kampfstärke der Nationen.

Die Leistungstüchtigkeit der 24 Nationen, die dem Internationalen Turnverband angeschlossen sind, ist sehr verschieden. Bei den letzten Weltmeisterschaften des Internationalen Turnverbandes vom 31. 5. bis 3. 6. 34 in Budapest traten von den 24 Nationen nur dreizehn zum Wettbewerb an. Daß die restlichen elf nicht mitturnten, lag daran, daß sie den geforderten Pflichtübungen nicht gewachsen waren. Die Nationen gliedern sich hinsichtlich ihres Leistungsstandes in etwa drei Gruppen, in eine Spitzengruppe von etwa sechs Nationen; zu ihnen dürften zählen: die Schweiz, die Tschechoslowakei, Italien, Ungarn, Finnland, Amerika und Deutschland; in eine Mittelgruppe von etwa ebenso viel Nationen, und zwar Frankreich, Luxemburg, Belgien, Holland, Polen, Bulgarien und die restlichen Nationen, die in ihrem Leistungsstand gegenüber den anderen wesentlich zurück liegen. Eine Übersicht über die Kampfstärke der Nationen, die 1936 in Berlin antreten, dürfte die Rangliste von den Weltmeisterschaften im Kunstturnen 1934 in Budapest geben, die wie folgt aussieht:

| | | | | | |
|-----|--------|--------------------------|-----|--------|---------|
| 1. | Sieger | Schweiz | mit | 788,20 | Punkten |
| 2. | " | Tschechoslowakei | " | 772,90 | " |
| 3. | " | Deutschland | " | 769,55 | " |
| 4. | " | Italien | " | 760,35 | " |
| 5. | " | Ungarn | " | 754,80 | " |
| 6. | " | Finnland | " | 754,45 | " |
| 7. | " | Frankreich | " | 730,35 | " |
| 8. | " | Luxemburg | " | 623 | " |
| 9. | " | Belgien | " | 592,90 | " |
| 10. | " | Holland | " | 585,80 | " |
| 11. | " | Polen | " | 568,90 | " |
| 12. | " | Bulgarien | " | 558,20 | " |
| 13. | " | Mexiko | " | 427,15 | " |

Ein entscheidendes Wort dürfte noch Amerika mitsprechen, das bei den letzten Olympischen Spielen 2. Sieger im Vänderkampf geworden, aber in Budapest nicht angetreten war.



Ein vollendeter Abgang vom Barren im einarmigen Handstand

Der Werdegang der deutschen olympischen Anwärter.

Auscheidungslämpfe der D.L. am 7./8. April 1934 in Leipzig
zur Ermittlung der Nationalmannschaft für Budapest.

Fünfkampfkampf: (10 Geräteübungen, 2 Freilübungen, 3 vollst. Übung.)

| | | | | | |
|--------------|----------------|--------|-------------|-------|--------|
| 1. Krösch | 134,4 | Punkte | 8. Steffens | 125,1 | Punkte |
| 2. Sandrod | 133,6 | " | 9. Rod | 124,6 | " |
| 3. Winter | 133 | " | 10. Müller | 124 | " |
| 4. Lorenz | 129,1 | " | 11. Frey | 123,7 | " |
| 5. Limburg | 128,5 | " | 12. Kleine | 123,5 | " |
| 6. Friedrich | 127,1 | " | 13. Hauke | 120,7 | " |
| 7. Bolz | 126,4 | " | 14. Bedert | 120,6 | " |
| | 15. Kindermann | 116 | Punkte | | |

Schwarzmann war an der Teilnahme dienstlich verhindert.

Weltmeisterschaften im Kunstturnen von 31. Mai bis 3. Juni 1934 in Budapest.

Fünfkampfkampf: (10 Geräteübungen, 2 Freilübungen, 3 vollst. Übung.)

| | | | | | |
|----------------------|--------|--------|--------------------|--------|--------|
| 1. Rod-Schweiz | 138,95 | Punkte | 10. Winter | 131,90 | Punkte |
| 2. Heri-Italien | 137,75 | " | 11. Bedert | 131,85 | " |
| 3. Röffler-Schweiz | 136,15 | " | 12. Walter-Schweiz | 130,95 | " |
| 4. Savolainen-Finnl. | 135,75 | " | 13. Sandrod | 130,85 | " |
| 5. Stadel-Schweiz | 134,90 | " | 17. Lorenz | 128,85 | " |
| 6. Gabos-Schweiz | 133,15 | " | 25. Frey | 125,20 | " |
| 7. Riez-Schweiz | 132,45 | " | 41. Steffens | 120,90 | " |
| 8. Hoffinen-Finnl. | 131,95 | " | 43. Limburg | 118,15 | " |
| 9. Carlos-Rugarc | 131,90 | " | 97. Krösch | 55,45 | " |

Schwarzmann war an der Teilnahme dienstlich verhindert.

Deutsche Kampfspiele vom 21. — 28. Juli 1934 in Nürnberg.

3wöftkampff: (8 Geräteübungen, 1 Freilübung, 3 vollst. Übungen)

| | | | | | |
|----------------|-------|--------|------------|-------|--------|
| 1. Schwarzmann | 230 | Punkte | 4. Limburg | 216,5 | Punkte |
| 2. Friedrich | 227,5 | " | 5. Göbig | 215,5 | " |
| 3. Lorenz | 222 | " | 6. Rod | 213,5 | " |

Deutsche Geräte-meisterschaften am 3./4. November 1934 in Dortmund.

3wöftkampff: (10 Geräteübungen, 2 Freilübungen)

| | | | | | |
|----------------|-------|--------|---------------|-------|--------|
| 1. Schwarzmann | 234,3 | Punkte | 6. Kindermann | 217,6 | Punkte |
| 2. Winter | 226,7 | " | 7. Bolmar | 217,4 | " |
| 3. Sandrod | 223,4 | " | 8. Friedrich | 216,8 | " |
| 4. Steffens | 223 | " | 9. Trostheim | 216,5 | " |
| 5. Bedert | 222,3 | " | 10. Frey | 214,1 | " |

Schwarzmanns Kürübungen.

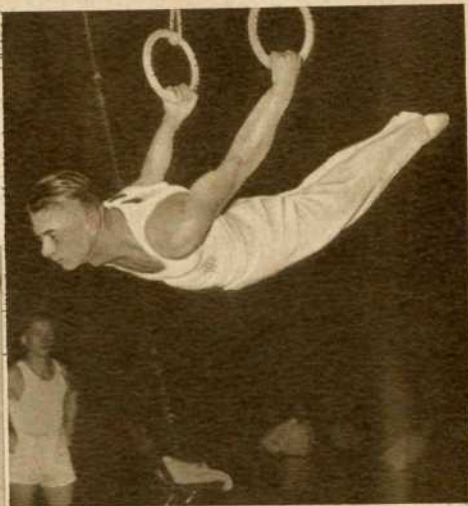
Der Fürther Turner Alfred Schwarzmann, Deutscher Geräte-meister und Kampfspieleführer, hatte bei den Deutschen Meisterschaften in Dortmund in den folgenden schwierigen Übungen die Note „sehr gut“ erhalten:

Die **K e ü b u n g** beginnt mit einer Schwungstemme mit Übergrätschen in den Schwebestütz, Senten, Rückgrätschen, Rippe, Felge vorlings vorwärts in den Handstand mit sofortigem Umspringen in den Kammgriff, Riesenfelge vorwärts, Durchhocken in den Ellhang, Schwungstemme Ellgriff, Griffwechsel mit sofortigem Übergrätschen in den Schwebestütz . . . Riesenfelge, Untergreifen, Drehschwungstemme in den Hang. Abgang: Hechtgrätsche aus der Sturzfelge. Später, vielleicht für die Olympischen Spiele, soll diese Übung ein Hecht aus der Sturzfelge mit anschließendem Salto beenden.

Am Barren beginnt die Kür mit einem Felgauffschwung in den Handstand . . . Schwungstemme mit sofortigem Übergrätschen, Handstand, Stützlehre vorwärts, Unterschwingung in die Ripplage . . . freie Stützwaage, Heben in den Handstand, Luftrolle unter den Holmen in den Stütz, Luftrolle seitwärts über einen Holmen zum Stand. Hier soll der Anfang einmal aus folgenden Teilen bestehen: Luftrolle aus dem Handstand in den Handstand und Stützlehre vorwärts.

Die **F r e i ü b u n g** setzt sich aus folgenden Hauptteilen zusammen: Rad in den Handstand mit gegrätschten Beinen, langsamer Überschlag in die Standwaage vorlings, Überschlag vorwärts mit

Sangwaage rücklings
an den Ringen



Der Turner geht in
den freien Handstand



anschließendem Hecht in den Handstand, Senken zur Bauchlage, Heben des gestreckten Körpers in den Handstand. Abgang: Radschlagen mit Vierteldrehung und Salto rückwärts in den Stand. Diese Übung findet vorläufig keine Abänderung.

Als Sprung über das Langpferd zeigte Schwarzmann in Dortmund den „Hecht“. Es war unbedingt der beste Sprung, der bei den Deutschen Meisterschaften ausgeführt wurde. Auch er wird weiterhin der Kürsprung von Schwarzmann bleiben. Die Schwünge am quergestellten Pferd beginnen mit einer neunfachen Kehre, Scheren vor-

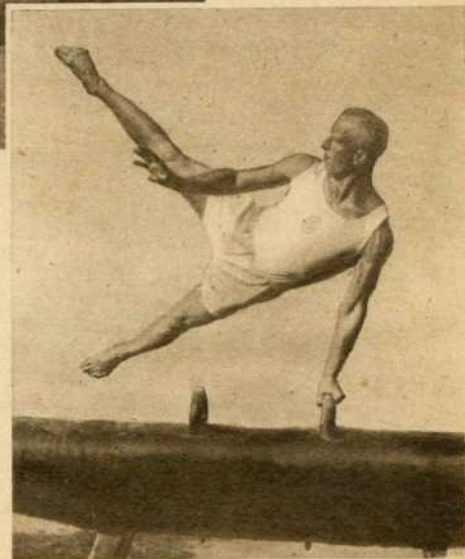
und rückwärts, zweimal Wendkehrschwung, Bänderflanken mit sofortigem Einkehren. Als Abgang: Kreiskehre über den Hals mit Vierteldrehung und anschließendem Wendschwung.

Der Schwierigkeitsgrad dieser Übungen wird bis 1936 kaum

überboten werden, es sei denn am Reck, an dem der Frankfurter Winter mit Höchstleistungen aufwartete. Eine Ausnahme bildet die Ringeübung, die bis 1936 sich noch wesentlich ändern wird und die wir deshalb nicht bekanntgegeben haben.



Das berühmte
„Schweizer Stöckli“,
der übliche Schweizer
Abgang vom Pferd



Hohes Scheren
am quergestellten Pferd

Die Olympiaarbeit des Jahres 1935.

Die Deutsche Turnererschaft als Trägerin des Gerätturnens führt nachfolgende Veranstaltungen durch:

Februar/März 1935: Ländertkampf im Kunstturnen Ungarn — Deutschland in Breslau (Jahrhunderthalle).

31. März 1935: Olympia-Prüfungs- und Werbeturnen in den Gauen.
16.—28. September 1935: Schulung der Nationalmannschaft in der Deutschen Turnschule verbunden mit einem Olympia-Werbeturnen.

3. November 1935: Deutsche Gerätmeisterschaften als Olympia-Prüfungsturnen der 100 Besten Deutschlands. (Der Ort steht noch nicht fest.)

1. Dezember 1935: Ländertkampf im Kunstturnen. (Gegner und Ort stehen noch nicht fest.)

Für den Oktober 1935 ist der Rückkampf des Ländertkampfes Ungarn — Deutschland in Budapest in Aussicht genommen. Anschließend ist ein Olympia-Werbeturnen in Butarest und in Siebenbürgen geplant.

Literatur für Kunstturnen.

Arno Kunath, Die Zeichnung der Geräteübungen, Verlag Schönmeyer, Bremen.
Max Schwarz, Das Turnen in den Entwicklungsjahren, Verlag Limpert, Dresden.

Arno Kunath, Mein Sportturnerbuch, Ober- und Meisterstufe. I. Teil: Reckübungen, II. Teil: Barrenübungen, III. Teil: Pferd- und Ringübungen. Verlag Schönmeyer, Bremen.

Hugo Käfer, Kunstturnen an den Geräten, Union Deutsche Verlags-Ges., Stuttgart, Berlin, Leipzig.

Gutsch-Wiedemann, Das Kunstturnen, Stalling Verlag, Oldenburg.

Übungsbeilage der Deutschen Turnzeitung liegt monatlich der T. Z. bei.

Ständiges Gerätturnen erhält jung bis ins hohe Alter



Die 26 Hefte der Olympia-Hefereihe

Preis des Einzelheftes 10 Pfennig

- 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, Freübungen, Klettern)
- 19 Schwimmen
- 20 Wasserball und Wasserspringen
- 21 Rudern und Kanu
- 22 Segeln
- 23 Radfahren
- 24 Segelflug
- 25 Leibesübungen mit „Kraft durch Freude“
- 26 Verdeutschungsheft für Sportausdrücke

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