

**Leibesübungen mit
Kraft durch Freude**



Olympia-Heft

**Nr.
25**

Leibesübungen mit „Kraft durch Freude“



Mit Geleitworten
von Staatsrat Dr. Ley, Reichsorganisationsleiter
und von Tschammer und Osten, Reichsportführer

In Gemeinschaft mit dem Reichsportamt der NSG „Kraft durch Freude“ heraus-
gegeben vom Propaganda-Ausschuß für die Olympischen Spiele Berlin 1936
Amt für Sportwerbung

Zu diesem Heft lieferten Photos:
Argusfoto, Berlin / Hans Bittner,
Berlin-Charlottenburg / Edith Boed,
Berlin / Werner Knackmuß, Berlin /
G. Niebide, Berlin-Charlottenburg
/ Scherls Bilderdienst, Berlin /
Schirner Sportbilder, Berlin / Ro-
bert Sennede, Berlin / R. Sturm,
München / Zeichnungen: Schidert,
Berlin

Wegweisung

Jeder deutsche Arbeiter der Stirn oder der Faust ist in diesen Zeiten der Not Deutschlands Schwerstarbeiter!

Nach der Arbeit gebührt ihm Freizeit, um Kraft zu sammeln für den kommenden Tag — dazu gehört auch die Freizeit des Jahres, der Erholungsurlaub. Das nationalsozialistische Deutschland hat ihm diese Freizeit nicht nur geschaffen und verbürgt, sondern will ihm auch die Möglichkeit geben, diese mehr oder weniger kurze Erholungspause zu gestalten, d. h. auszunutzen.

Der Freizeitgestalter aller deutschen Volksgenossen heißt:
„NS.-Gemeinschaft „Kraft durch Freude“.

Berlin, im Januar 1935.

Dr. R. Ley,
Reichsorganisationsleiter.

Die mir vom Führer gestellte Aufgabe ist die körperliche Erleichterung und charakterliche Erziehung des ganzen deutschen Volkes durch Leibesübungen.

Es gilt darum für mich nicht nur, die im Reichsbund für Leibesübungen zusammengeschlossenen Turn- und Sportverbände zu führen und der Sportausbildung in den Wehrverbänden Ziel und Richtung zu geben, sondern darüber hinaus die gesamten noch abseits stehenden Volksgenossen den Leibesübungen zuzuführen und dadurch gesund und leistungsfähig zu erhalten. Zur Bewältigung dieser Riesenaufgabe wird das im vergangenen Jahre gegründete Sportamt der NS.-Gemeinschaft „Kraft durch Freude“ beitragen.

Die Leibesübungen sind im nationalsozialistischen Deutschland nicht mehr Sache des einzelnen, die aus Eigennutz betrieben wird, sondern

Pflicht und Dienst an der Gemeinschaft des Volkes.

Berlin, im Januar 1935.

Der Reichssportführer
von Tschammer und Osten.



Ballen, ein lustiges Spiel für jedermann

Olympia-Heftreihe.

Das Amt für Sportwerbung des Propaganda-Ausschusses für die Olympischen Spiele Berlin 1936 gibt gemeinsam mit dem Reichssportführer

26 Werbe- und Aufklärungshefte

heraus. Sie stellen sich in den Dienst der olympischen Schulung des deutschen Volkes, die mit dem Aufruf der Reichsminister Dr. Frick und Dr. Goebbels und des Reichssportführers v. Tschammer und Osten Anfang November 1934 eingeleitet worden ist.

So wie die gesamte olympische Werbeaktion die Aufklärungsarbeit für die Olympischen Spiele mit sportlicher Massenerziehung verknüpft, verfolgen auch die Olympiahefte das Ziel, in den breitesten Kreisen des deutschen Volkes Verständnis für die olympischen Sportarten zu verbreiten und gleichzeitig die Lust zu eigener Sportbetätigung zu fördern. Hat doch die Erfahrung gelehrt, daß immer nur solche Völker in der Lage sind, Spitzenleistungen zu erzielen, bei denen sportliche Ertüchtigung und körperliche Erziehungsarbeit Allgemeingut geworden sind. Es soll daher jedem Volksgenossen die planmäßige körperliche Ertüchtigung ermöglicht, ihm aber auch gleichzeitig die freiwillig übernommene körperliche Durchbildung als moralische Pflicht auferlegt werden.

Die Olympiahefte sind für jedermann verständlich gehalten. Sie geben sowohl dem Sportkameraden als auch dem Laien einen zusammengefaßten Überblick über das behandelte Sportgebiet und sind mit zahlreichen Lichtbildern illustriert. Die Heftsolge ist auf der 3. Umschlagseite dieses Heftes wiedergegeben. Sie erscheinen in kurzer Folge; der Preis für jedes Einzelheft beträgt 10 Pfennige.

Bestellungen auf die Hefte nehmen alle Organisationen entgegen, die sie dann an den örtlichen Sachbearbeiter des Amtes für Sportwerbung bei der Gemeinde weiterleiten. Die Anschrift des Sachbearbeiters ist bei sämtlichen örtlichen Dienststellen der NS. Gliederungen und Formationen, bei den Vereinen des Reichsbundes für Leibesübungen und bei der Gemeinde zu erfragen.

Dies Büchlein — für wen?

Wenn ein Buch das Licht der Welt erblickt, dann hat der Verfasser im allgemeinen einen bestimmten Personenzirkel im Auge, an den er sich zu wenden wünscht, den er beeindrucken will, dem er etwas zu sagen hat. Bücher werden zur Unterhaltung, zur Belehrung oder zur Werbung geschrieben.

Dieses Büchlein soll aufklären und werben. Es wendet sich an alle diejenigen Volksgenossen, die vielleicht keine Gelegenheit hatten oder es aus mancherlei Gründen nicht für notwendig hielten, sich mit den Leibesübungen zu befassen. Es soll für eine vernünftige, regelmäßig betriebene Übung des Körpers werben, soll darlegen, daß es in der heutigen Zeit nicht nur Selbsterhaltung, sondern auch Pflicht ist, Sport zu treiben. Pflicht gegenüber seinen Familienangehörigen und darüber hinaus auch gegen die Volksgemeinschaft. Diese Pflicht muß sich allerdings jeder freiwillig und freudig auferlegen. Es darf keinen Zwang, keinen Befehl dazu geben, denn Leibesübungen müssen stets frei-



Die Schaukel, eine leichte und körperbildende Übung

willig betrieben werden. Unser vereinigter Reichspräsident und Generalfeldmarschall von Hindenburg prägte das Wort:

„Leibesübungen sind Dienst am Vaterlande!“

Daß Leibesübungen Freude machen, wissen die Millionen von Menschen, denen Turnen, Sport, Spiel und Gymnastik bereits eine Lebensnotwendigkeit geworden sind, die freiwillig und gern sich zu jener deutschen Sportgemeinschaft zusammengeschlossen haben, die ihre Organisationsspitze im Deutschen Reichsbund für Leibesübungen (Führer: v. Tschammer und Osten, Reichssportführer und Gruppenführer der SA.) hat. Diese Turner und Sportler durch dieses Heftchen von der Notwendigkeit regelmäßig betriebener Leibesübungen zu überzeugen, ist nicht mehr vonnöten, und dennoch wird auch sie dieses Heftchen interessieren, weil es über die Organisation der National-Sozialistischen Gemeinschaft

„Kraft durch Freude“

aufklären und bestehende Zweifel und Irrtümer beseitigen will.

In erster Linie aber wendet sich das Reichssportamt der National-Sozialistischen Gemeinschaft „Kraft durch Freude“ als Herausgeber dieses Heftchens an alle diejenigen deutschen Volksgenossen der Faust

und der Stirn, die bisher den Weg zur körperlichen Ertüchtigung durch regelmäßig und vernünftig betriebene Leibesübungen nicht fanden. Diese will es anregen, belehren und aufklären und in ihre Reihen führen.

Frage dich doch jeder Leser dieser Zeilen einmal selbst: Weshalb triebst du bisher noch nicht Sport? Weshalb bist du nie auf der Aschenbahn oder dem grünen Rasen sportlich aktiv gewesen? Weshalb bleibst du fern der Gemeinschaft

derer, die sich aus innerstem Drang Kraft und Freude auf dem Sportplatz holen, vom Wasser und von den Bergen? Weshalb überliest du immer den Sportteil deiner Tageszeitung oder suchst darin nur die sensationellen Berichte aufregender Berufskämpfe? Weshalb folgest du bisher nicht dem Rufe des Reichssportführers?

Sei ehrlich, lieber Leser, liebe Leserin! Du warst zu bequem, sicher auch oft zu müde nach deiner Tagesarbeit und glaubtest, dich auf dem Sportplatz nicht noch müder machen zu müssen! Kennst du aber einen gewaltigen Unterschied zwischen der schwächenden Arbeitsmüdigkeit und jener wohligen, schlafstärkenden Müdigkeit nach einer Stunde sportlicher Betätigung? Wohl nicht, sonst würdest du wenigstens einmal in der Woche deinem Körper diese wohlverdiente Wohlthat angedeihen lassen.

Nun wird manch einer sagen: Ich habe nie Zeit! Ich aber frage dich: ist dies nicht vielleicht nur eine billige Ausrede? Denn: zu soviel anderen Dingen hast du doch auch Zeit in der Woche, am Wochenende oder Sonntags. Sollte da nicht wenigstens wöchentlich eine Stunde für die Gesunderhaltung und Kräftigung deines Körpers abfallen? Es ist dir doch anezogen und schließlich zur Gewohnheit und Selbstverständlichkeit

geworden, dich täglich zu waschen! Ja hast du denn in deinem Leben überhaupt schon — und sei es nur einmal — den guten Willen aufgebracht, dich sportlich zu betätigen?



Schlagwechseübung mit dem Partner



Und wenn du nun sagst: Ich muß rastlos arbeiten und schuften, um mein Auskommen zu haben, um meine Familie zu ernähren, dann sagen wir dir, daß du dann erst recht einmal ausspannen mußst, um vermehrt arbeiten zu können und dich für deine Familie gesund und kräftig zu erhalten.

Wir wissen schon, nun kommt deine letzte Ausflucht: Wo soll ich nun aber Sport, Spiel oder Gymnastik treiben? Ich möchte

doch nicht gleich in einen Sportverein eintreten und mich auf längere Zeit binden!

Hier die Antwort: Dann komm zum Sportamt der Nationalsozialistischen Gemeinschaft „Kraft durch Freude“! Für dich, für alle Volksgenossen wurde dieses Werk geschaffen, für dich sind die Sportämter und ihre zahlreichen Kurse aller Art da! Du brauchst nur zu kommen, wir erwarten dich, wir wollen dir helfen, dich anleiten, dich bewegen und mit dir üben! Bei uns holst du dir Kraft durch Leibesübungen, im frohen Kreise gleichgesinnter und gleichem Ziel zustrebender Volksgenossen.

Sei fernerhin nicht mehr so bequem, sonst wirst du es später einmal bereuen! Das Krankenhaus wird teurer als der Sportplatz! Und wir wollen dich ja nicht für ewig fesseln! Mach nur einmal einen Versuch! Danach wollen wir uns wieder sprechen.

Glaube nicht, daß du zu alt, zu schwächlich oder zu ungelentig bist! Unsere Sportlehrer werden dich langsam an die Leibesübungen gewöhnen und dir deine etwa vorhandenen Minderwertigkeitskomplexe in der ersten Stunde nehmen. Je ungeeigneter du dir selbst vorkommst, um so eher solltest du an unserem fröhlichen Übungsbetrieb teilnehmen, denn dort bist du unter deinesgleichen.

Laß dir noch heute durch deinen Obmann der Deutschen Arbeitsfront oder der NSG. „Kraft durch Freude“ in deinem Betrieb oder in deinem Wohnblock das Sportprogramm zur Einsicht geben, oder wende dich noch besser an dein zuständiges Sportamt, wo du bereitwilligst jede Auskunft erhältst (s. Verzeichnis auf S. 25).

Vor allen Dingen aber lege dieses Büchlein nicht un-gelesen auf die Seite! Durchblättere es einmal, überfliege nur die einzelnen Überschriften, du findest bestimmt etwas, das dich interessiert.

Dieses Büchlein ist für dich geschrieben!

Arbeit und Freizeit.

Wir leben im Zeitalter der Technik, der Maschine. Schon der kleinste Pimpf schaut interessiert in jeden Motor, kennt Name und Art ganz genau — wir Älteren aber wundern und freuen uns darüber. Und eins wissen wir auch als Laien: Kein Motor, und sei es der beste der Welt, kann ununterbrochen mit höchster Kraft arbeiten. Er muß auch einmal langsamer laufen, muß eine Ruhepause haben, muß gepflegt, gereinigt und gut behandelt werden.

Sollten wir diese Kenntnis vom Motor nicht auch auf unseren Körper anwenden? Wer in der glücklichen Lage ist, Arbeit zu haben, muß oft bis an die Grenze seiner Leistungsfähigkeit schaffen. Das Leben ist hart, ein ewiger Kampf, der täglich sich erneuert. Und wenn wir nun einmal unsern Tageslauf betrachten, so gibt es mindestens acht Stunden zu arbeiten (der Motor läuft), dann benötigt der Körper seine Ruhe (der Motor ist abgestellt), und dann sehnen wir uns nach Ablenkung von den Sorgen des Alltags und suchen Zerstreuung (der Motor wird gereinigt), um mit frischer Kraft an das neue Tagewerk zu gehen.



Deutsches Reichsportabzeichen
Dieses Zeichen
soll auch deine Brust schmücken



Zwei mehr oder weniger starke Mannschaften sind schnell zusammengestellt . . . und schon entpinnst sich der Kampf um den Ball in dichtem Gedränge, bis ein flinker Spieler die Bunte in gestrecktem Lauf ins gegnerische Tor trägt

In dieser Freizeit zwischen Arbeit und absoluter Ruhe (Schlaf) bauen wir die Kräfte des Körpers und der Seele wieder auf. Der nationalsozialistische Staat sieht nun seine Aufgabe nicht nur darin, Arbeit zu schaffen und zu organisieren, sondern darüber hinaus auch den täglichen Feierabend und den Feierabend des Jahres (Urlaub) aller arbeitenden Volksgenossen gestalten zu helfen.

Hören wir den Führer der Deutschen Arbeitsfront, Staatsrat Dr. Ley, den Schöpfer der NSG. „Kraft durch Freude“ selbst (Auszug aus seiner Rede vom 27. November 1933 auf einer Sonderstagung der Deutschen Arbeitsfront in Berlin):

„Es ist mit eines der Kapitalverbrechen einer vergangenen und erledigten margiftischen Zeit gewesen, daß ihre Machthaber dem Volke großmütig und triumphal den Achtstundentag proklamierten und es dadurch zwangsläufig der Mechanisierung und Rationalisierung auslieferten, ohne sich aber gleichzeitig wenigstens um die Ausfüllung der Freizeit dieses Volkes zu kümmern.“

Was wollen wir mit der Schaffung der Freizeitorganisation? Dem Volk die Nerven erhalten! Deshalb wollen und müssen wir dem schaffenden deutschen Menschen in seiner Freizeit eine völlige Ausspannung seines Körpers und seines Geistes geben.

Müdigkeit ist ein Gefühl der Leere. Es werden im Arbeitsprozeß Kraft und Nerven substanz verbraucht. Sie erzeugen das Gefühl der Kälte und der Leere. Wir wissen, daß man diese Leere des Körpers und der Seele nicht dadurch bannst und ausfüllst, daß man den Menschen auf ein Ruhebett packt und gegen die Decke starren läßt, sondern nur dadurch, daß man dem Geiste und dem Körper neue Nahrung zuführt. Und da die Arbeitszeit von dem schaffenden Menschen

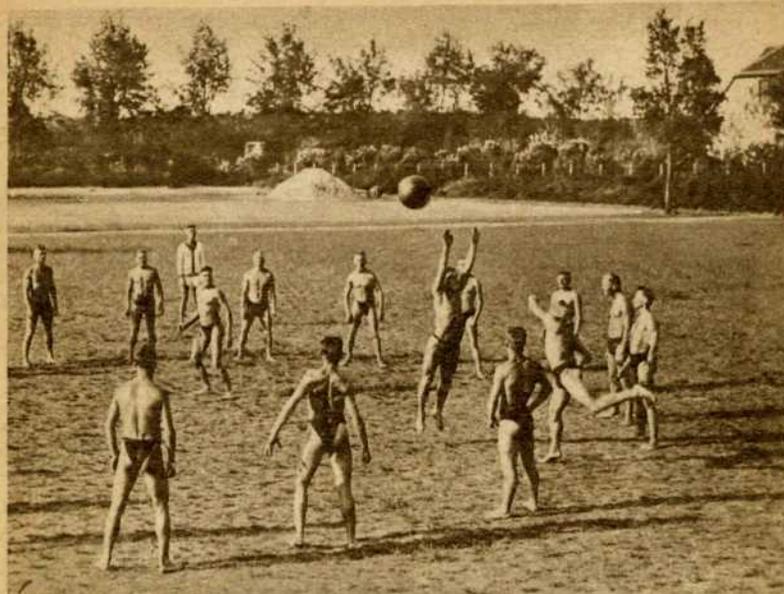
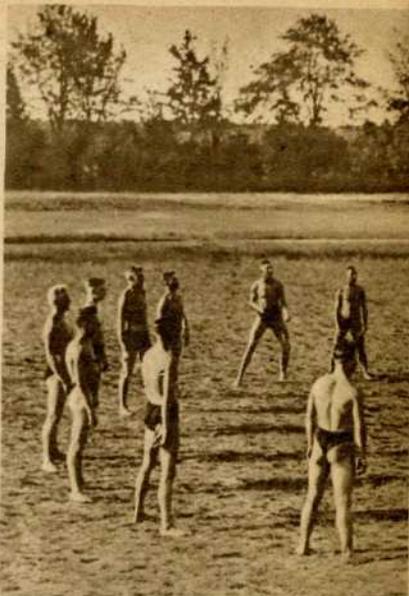


Höchst- und Spitzenleistungen verlangt, muß man in der Freizeit als Nahrung der Seele, des Geistes und des Körpers das Beste vom Besten geben.

Der Mensch lebt nicht von Brot allein.

Die früheren Machthaber glaubten, allein ein Volk mit vollen Mägen und Bäuchen glücklich zu machen. Materielle Forderungen, materielle Wünsche waren der Inhalt ihrer ganzen Staatskunst. Ja, ich wage zu be-

stimmeln geht der Ball von Hand zu Hand, da heißt es für den Mann im Kreise tüchtig laufen und springen



haupten, selbst wenn sie das gekonnt hätten, wäre unser Volk nicht etwa glücklich geworden, sondern unzufriedener denn je. Wir Nationalsozialisten wissen, daß wir die materielle Not nicht von heute auf morgen beheben können. Gewiß, die Erfolge in diesen Monaten sind gewaltige. Aber das eine wissen wir, daß wir alle deutschen Menschen an der überreichen und hohen Kultur der Kunst, der Musik, des Theaters und des Films, an den Schönheiten unseres Landes, der sportlichen Ertüchtigung unseres Volkes, mit einem Wort, an der Freude und der Schönheit des Lebens in unserem Volke teilnehmen lassen können. Die finanziellen und materiellen Vorbedingungen hierfür sind äußerst gering gegenüber dem gewaltigen Widerhall und Erfolg, den eine solche Aktion im Volke finden wird.

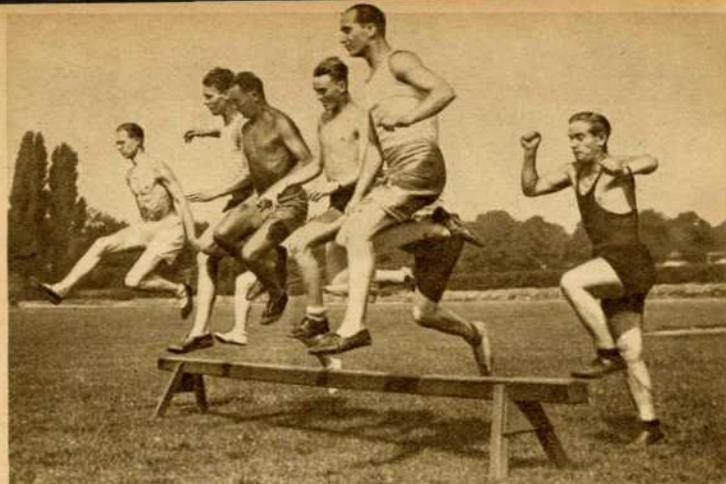


Tennis, das Spiel,
das immer Freude bereitet

Die Organisation. Wie werden wir diese Ziele erreichen? Die Freizeitorganisation „Kraft durch Freude“ wird ganz analog dem Aufbau der Partei von unten nach oben vor sich gehen. Überall im Lande, wo wir früher im Kampfe um die Partei waren, werden Gemeinschaften gebildet werden, aus allen Schichten und Klassen des Volkes, da die Arbeitsfront, im großen gesehen, die Zusammenfassung aller schaffenden deutschen Menschen ist. Gemeinschaften des Dorfes, Gemeinschaften der Straßen oder der Stadtteile, Gemeinschaften der Betriebe, Gemeinschaften, die besondere Zweige der Kultur pflegen wollen, wie Gesangsvereine, Theatervereine, Vergnügungsvereine. Diese Vereine werden wir zur größeren Aktionsfähigkeit zusammenfassen.

Und in jeder größeren Stadt oder in einem Distrikt wird der Mittelpunkt dieses geselligen Lebens das „Haus der Deutschen Arbeit“ bilden. Dieses Haus der Arbeit soll und muß das Zentrum des geselligen und kulturellen Lebens werden.“

Was damals am 27. November 1933 Dr. Ley zielbewußt und mit weitausschauendem Blick programmatisch auseinandersetzte und ankündigte, ist in kürzester Zeit zur Tat geworden.



Vorstufe zum Hindernislauf

Daran Anteil zu nehmen, ist deine Sache, Volksgenosse! Wir bieten dir die Hand — auf sportlichem Gebiet will dieses Büchlein dir die Wege weisen.

Die Deutsche Arbeitsfront und die NSG. „Kraft durch Freude“.

Aus dem Durch- und Nebeneinander der zahlreichen Arbeitgeber- und Arbeitnehmerverbände der Vorkriegs- und marxistischen Nachkriegszeit schuf Staatsrat Dr. Ley in kurzer Zeit die machtvolle Arbeitsfront, die jetzt etwa 30 Millionen schaffender deutscher Menschen der Stirn und der Faust, Arbeitgeber und Arbeitnehmer, umfaßt.

Diese Riesenorganisation betreut die Armee des hart und schwer arbeitenden deutschen Volkes, in weltanschaulicher, politischer und sachlicher Hinsicht. Das Primat der NSDAP. kommt selbstverständlich stark zum Ausdruck.

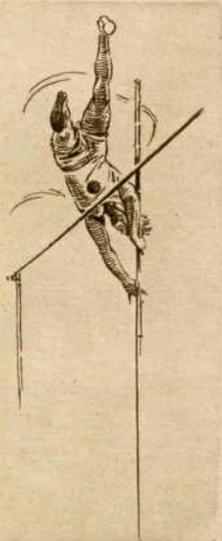
Die Deutsche Arbeitsfront hat als erste und höchste Aufgabe, den nationalsozialistischen Gedanken der Gemeinschaft in der breiten

Masse des Volkes in die Tat umzusetzen. Die Gemeinschaft wird im Betrieb, in der Werkstatt den Menschen am eindringlichsten zum Erlebnis. Deshalb muß sich die DAF. in ihrer Organisation auf dieser Betriebsgemeinschaft aufbauen.

Sie hat daher die Verbände aufgelöst und an ihre Stelle die Reichsbetriebsgemeinschaften gesetzt, die sich wiederum auf den einzelnen Betriebsgemeinschaften aufbauen und damit die Aufgabe haben, Betriebsführer, Angestellte und Arbeiter in einer Gemeinschaft zusammenzuführen, damit die Menschen innerhalb dieser Gemeinschaft ihre Interessen ausgleichen, sich aussprechen und erkennen, wo die eigenen Interessen diejenigen der Interessengemeinschaft verletzen; denn nach dem nationalsozialistischen Grundgesetz hat die Betriebsgemeinschaft die Aufgabe, allen Beteiligten innerhalb der Gemeinschaft klarzumachen, daß ihre eigenen Interessen dort aufzuhören haben, wo das Interesse der Gemeinschaft beginnt. Dies allein ist wahrer und echter Sozialismus. Die DAF. will die Menschen führen und sie in ihrem eigenen Interesse zur Anständigkeit und Kameradschaft erziehen.

Daß die DAF. auf dem richtigen Wege ist, wurde durch die Anfang November erfolgte Anerkennung durch unseren Führer Adolf Hitler bekräftigt.

So wie die Gesamtheit der schaffenden Deutschen durch die Arbeitsfront politisch und wirtschaftlich geschult und betreut wird, so soll von nun an jeder Deutsche Gelegenheit haben, an den kulturellen Werten der deutschen Nation teilzunehmen. Diesen Weg zeigt der Nationalsozialismus durch die neugeschaffene Organisation der NSG. „Kraft durch Freude“. — Dank dieser Organisation wird der Feierabend aller



Stabhochsprung —
eine Übung nur für Männer

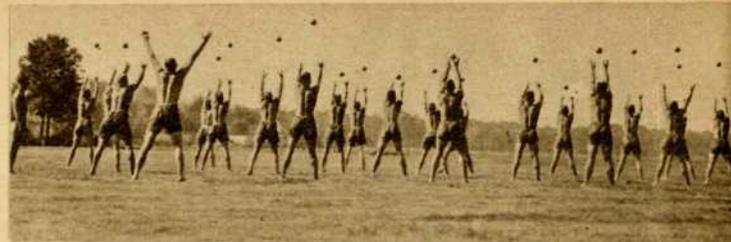
schaffenden Deutschen zum wahren Feierabend werden. Die NSG. „Kraft durch Freude“ wird die kulturelle Erzieherin aller Deutschen zur deutschen Nation werden.

Schon vor uns haben einige Staaten den Versuch gemacht, den Feierabend der schaffenden



Mit Speer und Kugel



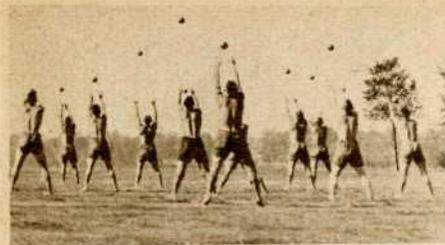


Menschen zu gestalten. Es blieb jedoch nur bei Versuchen, die zum Teil kläglich scheiterten oder ohne wesentlichen Erfolg blieben. Man wird sich noch heute lächelnd der hoffnungslosen Versuche erinnern, die von unseren „verflorenen Politikern“ unternommen wurden, um den breiten Schichten Freude zu bringen. Man kam dabei selten über Vereinsmeierei bzw. die politische Schulung weniger Funktionäre hinaus.

Die Deutsche Arbeitsfront wird jedoch ihre vornehmste Aufgabe darin erblicken, durch rastlose Arbeit innerhalb dieser Freizeitorganisation die wahre nationalsozialistische Gesellschaftsordnung zu formen. Um die Gestaltung dieser Gesellschaftsordnung durchzuführen, ist es notwendig, daß das Volk auf breiter Basis an diesem Aufbau teilnimmt. Die Zeit, in der fast 90 Prozent des deutschen Volkes von dem Genuß der kulturellen Güter ausgeschlossen waren und eine kleine Gesellschaftsschicht glaubte, diese Höchstwerte des deutschen Volkes für sich in Erbpacht nehmen zu dürfen, ist ein für allemal vorüber. Wir werden manche Eigenartigkeiten gerade bei den handarbeitenden Schichten unseres Volkes zu überwinden haben, und unser dankbarster Lohn soll sein,



Kugelgymnastik



Kugelgymnastik

Schleuderball



ihnen den Persönlichkeitswert wieder geschenkt zu haben.

Unsere heiligste Aufgabe soll sein, dem Volke das Beste zu bieten und die dafür in Frage kommenden Kräfte darauf hinzuweisen, daß sie sich voll und ganz in den Dienst des gesamten Volkes zu stellen haben, gehorchend unserem alten Kampfruf: „Wir alle wollen Diener sein am deutschen Volk.“

Die Organisation der NSG. „Kraft durch Freude“ erstreckt sich über das gesamte Reichsgebiet und erfaßt das ganze deutsche Volk.

An der Spitze der NSG. „Kraft durch Freude“ steht der Staatsrat Dr. Ley. Diesem Reichsorganisationsleiter der NSDAP. stehen zur Lösung der Aufgaben der Freizeitgestaltung folgende Ämter zur Seite: Organisationsamt; Schachamt; Propaganda- und Presseamt; Amt für Reisen, Wandern und Urlaub; Amt für Volkstum und Heimat; Amt für Ausbildung; Sportamt; Amt für Schönheit der Arbeit; Amt für Siedlung; Amt der NS. Kulturgemeinde; Jugendamt.



Baumstammwerfen, etwas für kräftige Männer

Das Sportamt der National-Sozialistischen Gemeinschaft „Kraft durch Freude“.

Unter den elf Ämtern der NSG. „Kraft durch Freude“ nimmt das Sportamt eine besonders wichtige Stelle ein. Es hat die schöne, zugleich aber auch außerordentlich schwierige Aufgabe im Rahmen der Freizeitgestaltung, die Aufgaben der Körpererziehung zu erfüllen. Es soll Millionen von Volksgenossen davon überzeugen, daß zur Ausfüllung der Erholungspausen zwischen den sechs Werktagen auch die Kräftigung des Körpers durch Turnen, Spiel, Sport und Gymnastik gehört. Ebenso wichtig ist aber gleichzeitig die Gesunderhaltung durch Bewegung in frischer Luft. Kraft und Gesundheit des Leibes und der Seele jedes einzelnen Volksgenossen sind die Fundamente, auf denen die Arbeitsleistung und das Wohlergehen des gesamten Volkes ruhen.

Unseren Pflichten im Beruf und in der Familie können wir nur nachkommen, wenn wir gesund sind und uns die Kraft des Körpers und der Nerven erhalten. Wir könnten vielleicht auf Vergnügungen, Zeitvertreib, Kino und Theater, auf alle die schätzenswerten Schönheiten des Lebens verzichten, ohne daß unsere körperliche Gesundheit oder unsere Arbeitskraft darunter erheblich leiden würde. Wir können aber nicht verzichten auf Turnen, Sport und Spiel, auf die Übung und Stählung des Leibes, ohne uns der ernststen Gefahr der Erschlaffung und Verweichlichung auszusetzen. Ein schwacher Körper ist erfahrungsgemäß viel eher den vielfältigen Krankheitsgefahren ausgesetzt, als ein kraftvoller. Der dauernde Angriff, den Bakterien und krankhafte organische Veränderungen auf uns fast täglich unternehmen, muß um so erfolgreicher sein, je schwächer unser Körper ist. Ein harmloser Schnupfen wird einen Schwächling um ein gut Teil seiner Arbeitskraft bringen, vielleicht sogar sehr ernsthafte Folgen nach sich ziehen, während der kraftstrotzende Mensch ihn kaum merkt und in kürzester Zeit ungefährdet überwindet.

Woher holen wir uns nun diese natürlichen und vorbeugenden Kräfte zur schnelleren Überwindung aller Unpäßlichkeiten und Krankheiten? Doch sicherlich nicht im Gasthaus oder auf dem Sofa, sondern nur auf dem Sportplatz oder in der Turnhalle, beim Baden, Spielen und Lummeln, wo der Körper bewegt und durchgearbeitet wird und das Blut schneller und kräftiger durch die Adern schießt, als in der Ruhelage oder bei der Arbeit. Durch das schnellpulsierende Blut werden aufgefangene Krankheitsstoffe besser und sicherer wieder aus dem Körper ausgeschleudert, oder wir erliegen ihnen jedenfalls nicht so schnell, als wenn wir körperlich schwach sind.

Um jedem Volksgenossen billig und bequem die Möglichkeit zu geben, sich körperlich zu bewegen und in wahrer Volksgemeinschaft Spiel, Sport, Turnen und Gymnastik zu treiben, schuf Staatsrat Dr. Ley im Rahmen der Deutschen Arbeitsfront die NSG. „Kraft durch Freude“ und darin auch das Sportamt, das der Reichssportführer von Tschammer und Osten betreut.

Wohl bestanden schon früher Einrichtungen, die das gleiche Ziel wie die NSG. „Kraft durch Freude“ verfolgten, doch meist nur mit recht mangelhaften Mitteln und für einen relativ beschränkten Kreis von bessergestellten Volksgenossen. Vor allen Dingen aber entsprangen

diese Einrichtungen früher mehr oder weniger der *P r i v a t*initiative, während heute der nationalsozialistische Staat darin seine besondere Aufgabe sieht.

So hatte der ehemalige Deutsche Reichsausschuß für Leibesübungen, der Vorläufer des jetzigen Deutschen Reichsbundes für Leibesübungen, schon im Jahre 1919 in Berlin im Rahmen der Deutschen Hochschule für Leibesübungen Volkssportkurse ins Leben gerufen, die sich regen Interesses erfreuten. Diese Kurse waren jedoch mangels jeder finanziellen Unterstützung durch den Staat nicht in der Lage, die große Masse der Berliner Bevölkerung zu erfassen, weil die Gebühren relativ hoch waren.

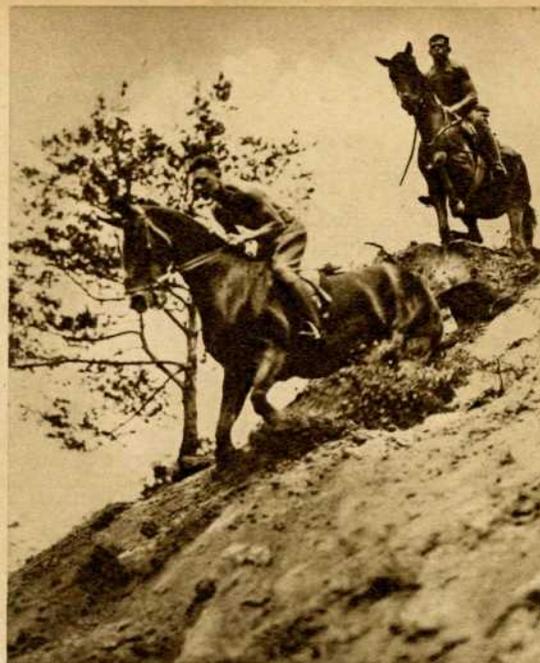
Ein vergleichendes Beispiel macht dies deutlich: der Schwimmunterricht kostete damals etwa 1,30 R M. *p r o S t u n d e* einschließlich des Eintritts in die Badeanstalt. Heute kostet die gleiche Stunde im Sportamt der NSG. „Kraft durch Freude“ nur 0,30 R M. Früher war es einfach aus finanziellen Erwägungen nicht möglich, Minderbemittelten eine erhebliche Ermäßigung zu gewähren. Heute werden auf Antrag die Kursgebühren weitestgehend *h e r a b g e s e t z t*.



Auf froher Wanderfahrt

Der Aufbau der Sportamtsorganisation vollzog sich ab Anfang Januar 1934 in ziemlich schnellem Tempo. Nur wer ermessen kann, welche verwaltungstechnischen und organisatorischen Schwierigkeiten bei einem solchen Riesenwerk auftauchen, wird diese vom Geist des Nationalsozialismus restlos durchdrungene Arbeit des Reichs-

sportführers voll und ganz zu würdigen wissen. Monatelange intensivste Arbeit war notwendig, um die Grundlagen für eine gute Organisation zu schaffen, ohne Krisen durchzumachen, ohne Stockungen eintreten zu lassen und Fehlschläge zu bekommen. Die Auswahl der Orte, der Sportamtsgeschäftsführer, der Lehrkräfte und der Lehrstätten war nur Teilarbeit. Die wichtigste Aufgabe aber war die *P r o p a g a n d a* in der Presse, im Rundfunk, durch Schallplatten und Wort und Bild und die Herausgabe von Spezialprogrammen u. a. m. Hunderte, ja Tausende von Mitarbeitern, angefangen von der mechanischen Bürohilfskraft bis zur geistigen Lei-



Das höchste Glück der Erde liegt auf dem Rücken der Pferde!



Froh und reich an Erleben
kommt man heim von der Ruderwanderfahrt

tung mußten angelernt, ausgebildet und richtig eingesetzt werden, um die Riesenaufgabe zu bewältigen. Heute ist die Aufgabe gelöst, die Arbeit geschafft, die Organisation des Sportamtes steht!

Unter der direkten Leitung des Reichssportführers arbeitet in Berlin-Charlottenburg 2, Hardenbergstr. 43, VII Treppen (Fernruf C 1, Steinplatz 7111), die Reichsleitung des Sportamtes, die für alle bestehenden und kommenden Sportämter im Reich die Richtlinien und Anweisungen herausgibt und sich darüber hinaus noch Sonderaufgaben für das gesamte Reichsgebiet vorbehalten hat (vgl. S. 28). Hier ist die Zentrale des Sportamtes der NSG. „Kraft durch Freude“. Von hier aus erfolgt auch die dauernde Überwachung der zahlreichen Sportämter im Reich. Hier sitzt die Organisationsleitung, die immer wieder neue Erfahrungen den bereits seit Jahren gesammelten hinzufügt, um sie nutzbringend in das Reich weiterzuleiten. Hier im „Hochhaus am Knie“ fin-

den alle Mitarbeiter im Reich die Quelle ihrer Informationen, hier sitzt der Befehlsstab, der jede entstehende Schwierigkeit zu überwinden in der Lage sein muß.

Hier in Berlin sitzt auch der Finanzwart, der alle Stellen im Reich nicht nur berät und überprüft, sondern der auch die recht erheblichen, von der Deutschen Arbeitsfront überwiesenen Zuschüsse verteilt, die notwendig sind, um die Kursgebühren so niedrig wie nur möglich zu halten.

Auch werden hier vor allen Dingen die großen Richtlinien gegeben, nach denen die umfangreiche Werbung zu erfolgen hat, die ja nur dann durchschlagend sein kann, wenn sie immer wieder und möglichst in veränderter Form bis auf den Arbeitsplatz und in das Haus eines jeden Volksgenossen dringt.

Als erstes Amt wurde das Sportamt Berlin errichtet, und zwar am 13. April 1934 in direkter Überleitung aus den fast seit 14 Jahren bestehenden Volkssportkursen des Deutschen Reichsausschusses für Leibesübungen. Dieses erste Sportamt (im Gau Groß-Berlin) wurde als Mustereinrichtung auf- und ausgebaut, und es steht auch heute noch in direkter Verbindung mit dem Reichssportamt, als Quelle immer neuer praktischer Erfahrungen. Nach Berliner Muster wurden dann bis zum 1. Juli 1934 weitere 24 Sportämter eingerichtet, und am 1. Oktober 1934 hatten insgesamt 44 Sportämter die Arbeit aufgenommen.

Die Sportämter verteilen sich auf das ganze Reichsgebiet wie folgt: Augsburg, Berlin, Bochum, Braunschweig, Bremen, Breslau, Chemnitz, Cottbus, Danzig, Dessau, Dortmund, Dresden, Duisburg-Hamborn, Düsseldorf, Elbing, Essen, Frankfurt a. Main, Gelsenkirchen, Görlitz, Gleiwitz D.-S., Halle, Hamburg, Hannover, Harburg-Wilhelmsburg, Kaiserslautern, Karlsruhe i. Baden, Kassel, Kiel, Köln a. Rh., Königsberg i. Pr., Leipzig, Magdeburg, Mainz, Mannheim-Ludwigshafen, München, Münster i. W., Nürnberg-Fürth, Oldenburg, Regensburg, Schwerin-Mecklenburg, Stuttgart, Ulm a. d. Donau, Wuppertal, Waldenburg, Würzburg.

Im Laufe des Winters ist beabsichtigt, Sportämter in nachstehenden Orten einzurichten: Erfurt, Koblenz, Stettin. — Danach werden weitere Ämter voraussichtlich in folgenden Städten entstehen:

Lachen, Bayreuth, Bielefeld, Cleve, Flensburg, Frankfurt a. d. Ober, Freiburg i. Breisgau, Hagen i. W., Krefeld-Uerdingen, Lübeck, Osnabrück, Rostock, Trier, Wesermünde.

Die bestehenden und noch entstehenden Sportämter bilden in den Gauen und Kreisen (die Organisation läuft parallel mit der politischen Gliederung der Partei und der Arbeitsfront) die Hauptstützpunkte für den weiteren Ausbau der Arbeit des Sportamtes der NSG. „Kraft durch Freude“. Aus den vorläufigen noch örtlichen Sportämtern, die allerdings schon jetzt die Ortsumgebung weitgehend erfassen, sollen nach und nach die Gau- und Kreisportämter entwickelt werden, die auch die kleineren Städte ihres Bereiches und das flache Land erfassen sollen.

Mit der Durchführung dieser Aufgaben wird man etwas Geduld haben müssen. Wenn nur die Städte in Deutschland, die über 10 000 Einwohner zählen, erfasst werden sollen, dann bedeutet dieses die Einrichtung von allein über 600 Sportämtern bzw. Sportamts-geschäftsstellen. Hier wird man dem Reichsportführer wohl mindestens einen Zwei- oder Dreijahresplan zugestehen müssen. Überstürzung oder mangelhafte Durchorganisation muß Fehlschläge bringen, die unter allen Umständen vermieden werden müssen, denn in Deutschland muß und darf es nur vorwärts gehen!

Es ist begreiflich, daß die Sportämter zuerst in Großstädten aufgezogen wurden, weil hier die Lebensbedingungen der Volksgenossen, vom Standpunkte der Gesundheit und Erholung aus betrachtet, am schlechtesten gelagert sind. Die großen Entfernungen zwischen Wohnung und Arbeitsplatz erfordern die Benutzung der Verkehrsmittel, die zwar schnell und sicher zum Ziele führen, andererseits aber die körperliche Bewegung stark hindern. Der Großstädter ist durch die Segnungen der Zivilisation fast zwangsweise immer mehr zur Bewegungslosigkeit und damit auch zur verminderten Gelenkigkeit und Geschicklichkeit verurteilt. In den Großstädten, besonders in denen der großen Industriegebiete, mußte darum also die Arbeit der Sportämter, die ja das ausgleichende Moment in sich birgt, beginnen. Der industrielle Handarbeiter ist es, dem diese sportlich-kulturelle Fürsorge in erster Linie gelten muß, weil er in der Großstadt am meisten unter den mangelhaften hygienischen Verhältnissen leidet.

Es gilt besonders ihm den Feierabend gestalten zu helfen, und hierin sieht das Sportamt seine größte und hoffentlich auch erfolgreichste Arbeit.

Reichsbund für Leibesübungen und Sportamt „Kraft durch Freude“.

Viele Volksgenossen, besonders die aus dem Lager der Turn- und Sportvereine, werden bei flüchtiger Überlegung und unter Verkennung der Aufgaben der Sportämter der NSG. „Kraft durch Freude“ sagen: wozu neben dem Deutschen Reichsbund für Leibesübungen eine zweite sportliche Organisation? Diese fragenden Stimmen könnten vielleicht recht haben, wenn irgend jemand g-bliebendes die Leitung des Sportamtes der NSG. „Kraft durch Freude“ in Händen hätte. Aber schon die Tatsache, daß der Reichsportführer von Tschammer und Osten zugleich Führer des Deutschen Reichsbundes für Leibesübungen und Amtsleiter der NSG. „Kraft durch Freude“ ist, schließt doch für jeden Tieserdenkenden eine „Konkurrenz“ beider Organisationen aus. Der Reichsportführer betreut mit der einen Hand nicht den Reichsbund, um ihn mit der anderen Hand zu erschüttern; der organische Einbau des Sportamts in den Reichsbund ist daher nur eine Frage der Zeit.



Ausgelassene Freude



Startsprung zum Wetzschwimmen

gehend beschäftigen. Denn nur dadurch ist es möglich, den zu einer richtigen Einschätzung der Verhältnisse notwendigen Abstand von den „Parteien“ zu bekommen. Dies wird nicht immer und für jeden ganz leicht sein, weil enge Verbundenheit der einen oder anderen Seite die Dinge oft in einem schiefen Licht oder verzerrt erscheinen lassen wird.

Aufgabe des Reichsbundes für Leibesübungen ist es, Turnen, Sport, Spiel und Gymnastik zu fördern. Aufgabe des Führers des Reichsbundes, des Reichsportführers ist es, die bestehenden Vereine in organisatorischer Beziehung zu erfassen, ihnen die Richtung zu geben und die Reichsaufsicht über sie zu führen.

Die Vereine des Reichsbundes haben die Pflicht, die Leibesübungen nicht nur im eigenen Kreise zu fördern, sondern auch in die weitesten Volkskreise hinauszutragen. Daß dies vielfach mit ehrlicher Mühe und zum Teil auch erfolgreich versucht wird, muß anerkannt werden.

Doch noch immer stehen von etwa 30 Millionen „sportfähigen“ Menschen 25 Millionen außerhalb des Reichsbundes für Leibesübungen, an die der Gedanke der Leibesübung überhaupt erst herangetragen werden muß. Gewiß, es ist ein Marathonweg, der zu diesen Millionen führt, und jeder immer noch abseitsstehende Volksgenosse ist wie ein kleines Steinchen zu betrachten, das hemmend auf dem Wege liegt.

Soll diese Sammlung der Nichtsportler aber auch nur zu einem geringen Teil gelingen und gleichzeitig damit eine zahlenmäßige Auffüllung der Turn- und Sportvereine nach sich ziehen, so wird es notwendig sein, den jetzt eingeschlagenen Weg weiter fortzusetzen, unter Berücksichtigung aller Punkte, die von dieser oder jener Seite einen Erfolg zu versprechen scheinen. Vorbedingung dafür ist, aus

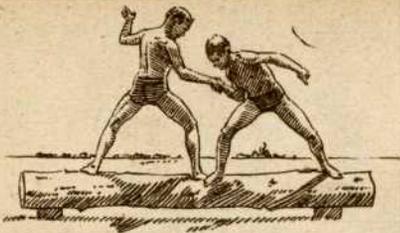
Um zur richtigen Erkenntnis der Dinge zu kommen, muß man sich allerdings mit dem Aufgabengebiet des Reichsbundes und dem des Sportamtes, der NSG.

„Kraft durch Freude“ ein-



Reitertampf im Wasser

der Praxis zu wissen, wie schwer der Nichtsportler, der von Dingen der Leibesübungen aus irgendwelchen Gründen keine Ahnung hat, zu werben ist. Dieser Nichtsportler, dem die Vorführung einer athletischen Höchstleistung jeglichen Gedanken einer zu erwägenden sportlichen Betätigung von vornherein erstickend würde und der da zu sagen geneigt ist: „Das ist doch nicht Sport, das ist Mord!“ Der Laie ist ja viel zu unerfahren, um zu wissen, daß eine momentane Besinnungslosigkeit, eine plötzliche Ermattung, resultierend aus der letzten Hingabe aller körperlichen und geistigen Kräfte, durchaus nicht schädlich zu sein braucht. Ferner glaubt in vielen Fällen der Sportlaie irrtümlicherweise, daß alle Mitglieder der Turn- und Sportvereine Athleten und Idealfiguren sind. Ein Blick auf seine körperlichen Rundungen oder seine nicht gerade kraftstrotzende Gestalt läßt in ihm darum Hemmungen aufkommen, die ihn von einem Eintritt in einen Turn- oder Sportverein abzuhalten imstande sind. Er „geniert“ sich, weil er glaubt, daß er dort nicht hineinpaßt, und er befürchtet, ausgelacht zu werden.



Es besteht also die nicht von der Hand zu weisende Möglichkeit, daß dieser Volksgenosse, trotz aller Bemühungen der Vereine und Verbände, den Leibesübungen verlorengelassen, daß er Nichtsportler bleibt, manchmal sogar Sport-

gegner werden kann und diesen falschen Standpunkt außerdem noch weiter verbreiten und andere von dem Wege zur Kraft und Erfrüchtigung durch Leibesübungen abbringen wird.

Hier setzt nun die aufklärende Propagandaarbeit der Sportämter der NSD. „Kraft durch Freude“ ein. Sie will den Sport als solchen direkt nicht fördern, sondern sie will die sportlich bisher noch nicht tätigen Volksgenossen belehren, aufklären, propagandistisch erfassen und veranlassen, sich mit der Frage der Leibesübungen, und sei es zunächst auch nur kurzfristig, überhaupt einmal zu befassen. Ihr stehen zu diesem Zwecke alle Hilfsquellen der Werbung, die die Riesenorganisation der Deutschen Arbeitsfront bietet, zur Verfügung. Die NSD. „Kraft durch Freude“ leistet somit für das Gesamtwohl des Volkes und für den einzelnen segensreiche Arbeit und für die Turn- und Sportvereine wertvolle Hilfe und Vorarbeit im besten Sinne. Wer da noch von Konkurrenz sprechen will, dem fehlt entweder die Fähigkeit zur Erkenntnis der Dinge oder der gute Wille, sie erkennen zu wollen.

Wie die NSD. „Kraft durch Freude“ ihre, die Lösung der Aufgaben der Turn- und Sportvereine vorbereitende oder zusätzliche Arbeit leistet, lesen wir auf Seite 35 ff.

Mit den Aufgaben des Reichsbundes für Leibesübungen, im Kreise seiner Mitglieder volkstümliche Breitenarbeit zu leisten und darüber hinaus seine Mitglieder sportlich, d. h. insbesondere auf dem Gebiet der systematischen Leistungsförderung bis zur Höchstleistung zu fördern, hat die NSD. „Kraft durch Freude“ gar keine Schnittlinie. Der Reichsbund wird und muß in erster Linie Repräsentant des nationalsozialistischen deutschen Sportes schlechthin sein, nach innen und außen. Er hat die Belange der deutschen Sport-

gemeinde auch gegenüber der Reichsregierung zu vertreten und die internationalen Beziehungen zu pflegen, ohne die es keinen erfolgreichen deutschen Sport geben kann.

Den Olympischen Spielen entgegen!

In allen zivilisierten Staaten der Erde gibt es Organisationen, ähnlich dem Deutschen Reichsbund für Leibesübungen. Überall haben sich die Sporttreibenden zu Vereinen, zu Verbänden und letzten Endes zu einer nationalen Spitzenorganisation zusammengeschlossen. Außerdem haben sich aber die einzelnen Sportverbände in jedem Lande der Erde zu einer internationalen Organisation zusammengetan, die ihre Spitze im Internationalen Olympischen Komitee hat.

Dieses Internationale Olympische Komitee veranstaltet alle vier Jahre die sogenannten Olympischen Spiele, wobei jedesmal ein anderes Land mit der Durchführung beauftragt wird. Die Zeit zwischen den Spielen bezeichnet man als Olympiade.

Die nächsten, die XI. Olympischen Spiele, finden 1936 in Deutschland statt, und zwar die Winterspiele (Skilaut, Eislauf, Eishockey, Bob, Rodeln usw.) in der Zeit vom 6.—16. Februar in Garmisch-Partenkirchen und die Sommerspiele in der Zeit vom 1.—16. August in dem im Bau begriffenen Reichssportfeld in Berlin-Grünwald.

Nun wirst du, verehrter Volksgenosse, den wir ja durch dieses Büchlein gerade erst für den Gedanken der Leibesübungen erwärmen und werben wollen, die berechtigte Frage stellen: Was sollen mich die Olympischen Spiele interessieren, auch wenn sie diesmal in Deutschland stattfinden. Ich springe ja nicht einmal einen Meter hoch!

Du hast sicher aber schon davon gehört, daß irgendein „Filmstar“ irgendwo im entlegendsten Winkel der Welt entdeckt worden ist. Auf





Mutsprung in die Grube

ähnlicher Suche befindet sich nun auch der Reichssportführer von Tschammer und Osten, nämlich auf der nach dem „unbekannten Sportsmann“, und er benützt dabei auch die NSG. „Kraft durch Freude“ als Weg zu seinem Ziel. Wenn der Erfolg dieses Suchens für 1936 auch noch nicht von ausschlaggebender Bedeutung sein mag, so gibt es doch 1940 erneut Olympische Spiele, und wenn du es nicht bist, so ist es vielleicht dein Sohn oder deine Tochter im Jahre 1944.

Ist es schon für Deutschland eine große internationale Ehre, die Spiele im Dritten Reich durchzuführen zu dürfen, so verbindet sich damit die Aufgabe, im Kampfe der Nationen um die olympischen Vorbeeren möglichst erfolgreich abzuschneiden. Haben wir doch schon oft einer Welt von Gegnern gegenübergestanden. Nun gilt es, 1936 im eigenen Lande unter Beweis zu stellen, daß das „Hitler-Deutschland“ auch auf sportlichem Gebiet seinen Mann stellt“. Zwar ist die Zahl der aktiven Kämpfer auf dem grünen Rasen, auf dem Wasser und den anderen Kampfbahnen relativ sehr gering, denn nur die erfolgreichsten Meister werden antreten dürfen, doch muß

jeder Volksgenosse,

ob Sportsmann oder nicht, sich mit diesem für Deutschland so besonders bedeutsamen Weltereignis zum mindesten innerlich befassen.

Auch du, lieber Volksgenosse, bist ein Teil dieser deutschen Volksgemeinschaft und auch du sollst dich auf dieses Ereignis vorbereiten. Verfolge in den Zeitungen die Entwicklung der Organisation der Spiele. Nimm Anteil daran, und interessiere deine Angehörigen, insbesondere Jungen und Mädchen, dafür. Sprich davon zu deinen Freunden und Arbeitskameraden! So wirst du auch als Nichtsportler oder sportlicher Anfänger für die Olympischen Spiele 1936, mit deren Durchführung Deutschland ehrenvoll beauftragt ist, und auf dessen Erfolg du mit Recht dann stolz sein willst und kannst.

Bedenke aber auch, daß ein deutscher Erfolg in sportlichen Weltspitzenleistungen, wann und wo es immer auch sei, nur dann möglich ist, wenn die Basis, auf der dieser Erfolg ruht, möglichst breit und fest ist. Tritt darum vor allem du selbst ein in die Reihe der Sportfreunde und der aktiv Leibesübungstreibenden und hilf dadurch, die für den Spitzenerfolg notwendige Basis zu verbreitern.



Radshlagen

Treibe Sport beim Sportamt der NSG. „Kraft durch Freude“, welches dir die Hand bietet bei deinen ersten Schritten auf deiner vielleicht sogar recht aussichtsreichen sportlichen Laufbahn.

Die Aufgaben des Sportamtes der NSG. „Kraft durch Freude“.

Nachdem wir im Kapitel Reichsbund für Leibesübungen und Sportamt „Kraft durch Freude“ in großen Umrissen die Aufgaben der Turn- und Sportverbände im Rahmen der körperlichen Erziehung des deutschen Volkes behandelt haben, wollen wir nun auf die Sonderaufgabe der NSG. „Kraft durch Freude“ eingehen, um unseren Lesern auch die richtige Einstellung und dasjenige Vertrauen zu vermitteln, welches unbedingt notwendig ist, wenn man diese Einrichtung selbst, und sei es nur probeweise, benutzen will.

Das Sportamt der NSG. „Kraft durch Freude“ wirbt in erster Linie für den Gedanken der Leibesübung, d. h. für die körperliche Betätigung durch Turnen, Spiel, Sport und

Gymnastik. Es geht dabei von dem einfachen Gedankengang aus, daß Körperbewegung, Leibesübungen Kraft bringen und die Gesundheit erhalten. Es verzichtet dabei bewußt auf die Erzielung einer sportlichen mit Stoppuhr und Bandmaß meßbaren Leistung.

Es will jeden Volksgenossen nur so viel und so lange

körperlich bewegen,

als es ihm Freude macht, und es erwartet oder verlangt dabei keine Höchstleistungen von ihm. Jeder soll mittun, ganz ohne Zwang und ohne jede Verpflichtung.

Wer z. B. am Montag an einem Körperschulungsabend teilnimmt und am nächsten Übungsabend verhindert ist, bleibt fort, ohne womöglich einen Vorwurf einstecken zu müssen. Wir sind aber sicher, daß jeder, der erst einmal da war, wieder kommt und vielleicht andere Dinge hinten an stellt, die ihm früher viel wichtiger erschienen als körperliche Übung und Gesundheit. Wir sind sogar davon überzeugt, daß vielen bald ein Übungsabend in der Woche nicht mehr genügt, und daß sie dann nach weiteren Umschau halten



Kleinkaliberschießen



Fechtergruppe

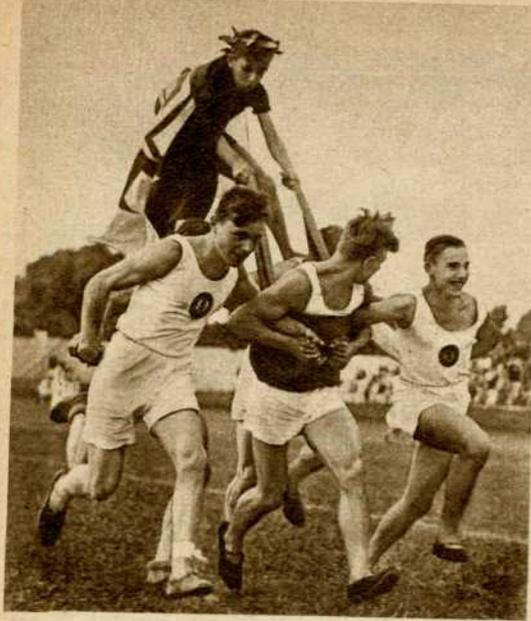
werden. Das Sportamt der NSG. „Kraft durch Freude“ ist weder ein Verein, noch will es dazu beitragen, neue Vereine entstehen zu lassen — es gibt deren mehr als genug.

Wer von den Leserinnen dieses Büchlein glaubt, beim gemeinsamen Üben mit Männern Hemmungen zu haben, für die sind die Kurse für „fröhliche Gymnastik und Spiele“ oder irgendein Spezial-Frauengymnastikkursus eingerichtet, in denen Frauen ganz unter sich sind.

Wir wissen, daß der allererste Schritt am schwersten ist, und gestehen ganz offen, daß für fast jeden Hemmungen zu überwinden sind —

doch nur Mut! Es gelingt!

Die vorgenannten allgemeinen körperlichen Bewegungsabende, an die jeder voraussetzungslos ohne Vorkenntnisse herangehen kann, bilden zugleich die Grundlage zu weiteren Versuchen auf irgendeinem Sportgebiet. Es dauert gar nicht lange, dann hat man an der körperlichen Bewegung Freude gefunden und merkt selbst, daß man alle Übungen viel länger und kräftiger mitmachen kann. Der freundliche Lehrer oder die liebenswürdige Lehrerin ziehen jeden ganz in ihren Bann, die Begleitmusik (in vielen Kursen) ermuntert, man lernt neue Menschen kennen und erlebt wahre praktische nationalsozialistische Volksgemeinschaft. Im Badetrikot oder Trainingsanzug auf dem Turnboden oder Sportplatz sind wir ja alle gleich, ob arm oder reich, ob jung oder alt, ob dick, ob dünn, denn hier gilt nur das körperliche Können. Zudem sind alles



Römischer Rennwagen

Dabei fällt der Blick auf die Schwimmkurse für Anfänger.

Beinahe möchten wir allen, die noch nicht schwimmen können, zurufen:

Schäme dich!

Fast überall gibt es Wasser, Flußläufe, Seen. Im Sommer daran vorbeizugehen, ohne zu schwimmen, oder nur am Rande im Wasser herumzuplanschen, ist doch ziemlich beschämend. Jeder Deutsche in Schwimmer! ist der Ruf des Reichssportführers und des Deutschen Schwimmverbandes. Und erst, wenn man richtig und ausdauernd schwimmen kann, macht das Baden wirklich Freude.

Später entsteht bei vielen der Wunsch, einen Leichtathletikkursus zu besuchen, und wer auch nur einen kleinen Funken von Ehrgeiz

haben und Anfänger, und niemand braucht darum zu befürchten, gegen die Leistungen eines Rekordmannes abzustehen. Keine Sorge! Mit Ausnahme des Lehrers macht uns niemand etwas vor, das wir nicht nachzumachen in der Lage sind — sei es auch erst nach einigem Üben.

Auf diese Weise vorgebildet, wird jeder das Programm des Sportamtes gern wieder unaufgefordert in die Hand nehmen.

in sich verspürt, wird langsam seine körperlichen Leistungen steigern und an einem Spezialkursus teilnehmen, der sporttechnisch auf das Deutsche Reichssportabzeichen vorbereitet.

Die vorgenannten Kurse (allgemeine Körperschule, Schwimmen für Anfänger, Frauengymnastik, Leichtathletik und Reichssportabzeichen) sind diejenigen, auf deren Durchführung und Besuch der Reichssportführer den allergrößten Wert legt. Sie bilden den Grundstock der Arbeit aller Sportämter; hier stehen die Grundpfeiler der körperlichen Erziehung und Ertüchtigung.

Die weiteren Sportkurse (Schwimmen für Fortgeschrittene, Tennis, Bogen, Fechten, Rudern, Skilaufen, Eislauf, Jiu-Jitsu, Kleinkaliberschießen und andere mehr) gehören natürlich ebenfalls zu den Aufgabengebieten des Sportamtes, kommen aber erst in zweiter Linie. Jeder Volksgenosse soll sich billig allgemein ertüchtigen können, soll schwimmen lernen usw., nicht jeder aber will, kann oder braucht Jiu-Jitsu zu treiben oder Tennis zu spielen. Diese Trennung nach wichtigen und weniger wichtigen Aufgabengebieten im Rahmen der Sportämter bedeutet natürlich keine Kritik oder gar keine Herabsetzung des Wertes der einen oder anderen Sportart.

Und wenn du dich, lieber Volksgenosse, durch die Kurse des Sportamtes der NSD. „Kraft durch Freude“ langsam dazu durchgerungen hast, daß dir Turnen, Sport, Spiel oder Gymnastik zu einer liebengewohnheit geworden sind, wenn du merkst, daß du körperlich, vielleicht sogar auf einem Spezialsportgebiet, mehr leisten kannst, wenn du dir eine Sondersportliebe (nachdem du „sie“ in den Kursen kennengelernt hast) erwählt hast, dann gehe zu deinem Sportlehrer und frage ihn nach einem für dich geeigneten



Sechttolle

Turn- oder Sportverein,

um dich dort auf verbreiteter Basis zu vervollkommen und dich vom Klubsportlehrer oder Trainer (wenn du Lust hast) in deinen Leistungen steigern zu lassen. Tritt ein und treibe nicht mehr Leibesübungen, sonder Leistungssport, mit dem Ziele der Hoch- oder gar Höchstleistung; die NSG. „Kraft durch Freude“ will dich nicht halten. Dann gehörst du in den Reichsbund für Leibesübungen. Dort erprobe deine Kräfte bis zur Hochspannung, bis zum letzten Herausholen aus Herz, Lunge und Muskeln. Nimm teil an Wettkämpfen für deinen Klub und für deinen Verband und, wenn es dir körperlich vergönnt ist, auch für Deutschland.

Und die Kosten?

Jeder weiß, was Krankheiten kosten, und manch ein Leser dieses Büchleins wird schon einmal in der üblen Lage, eine hohe Arztrechnung und die Apothekerrechnung dazu, womöglich in monatelangen Raten abzahlen zu müssen, gewesen sein. Und was kommt sonst noch alles hinzu! Verlust der Stellung, lange Rekonvaleszenz, Arbeitslosigkeit — ein Unglück kommt doch selten allein! Oft geht der Schaden in die Hunderte von Mark.

Ein alter Grundsatz ist:

Vorbeugen ist besser als heilen!

Soweit es möglich ist, sollte man Krankheiten durch Leibesübungen vorbeugen. Viele würden der Volksseuche Tuberkulose entgehen, wenn sie des öfteren aus ihrer engen Behausung auf den Sportplatz flüchten würden. Dazu bietet die NSG. „Kraft durch Freude“ jedem die Hand. Die Vierteljahres-Sportprogramme der Sportämter verraten,

wie wenig Geld

man auf diesem Wege für die Erhaltung seiner Gesundheit, für sein eigenes „Ich“ zu „opfern“ braucht.

Allerdings: ganz „ohne“ geht es nicht! Jeder muß schon sein Scherflein dazu beitragen, und die NSG. „Kraft durch Freude“ tut das übrige, um die Sportkurse so billig wie möglich zu machen. Mitglieder der Deutschen Arbeitsfront und der NSG. „Kraft durch Freude“ genießen besondere Vorzüge, denn sie tragen ja durch ihre Mitgliedsbeiträge mit dazu bei, daß die Riesenorganisation der



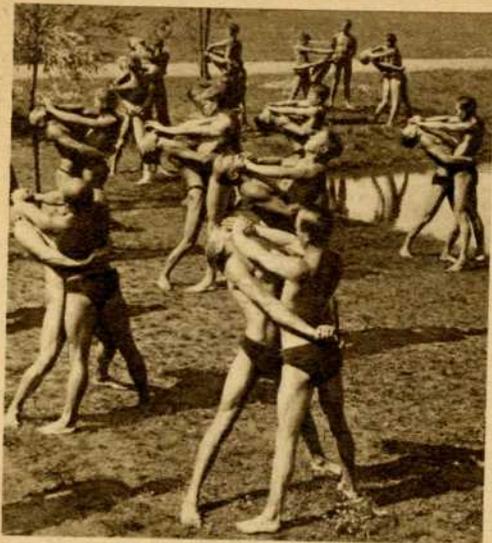
Gymnastik für die Kleinen

NSG. „Kraft durch Freude“ durchgeführt und erhalten werden kann. Nichtmitglieder müssen allerdings etwas mehr zahlen.

Die Gebühren für die Teilnahme an den Sport-, Spiel- und Gymnastikkursen bewegen sich fast in allen Sportämtern des Reiches auf der gleichen Höhe. Geringe Unterschiede sind durch die örtlichen Verhältnisse bedingt.

Hier folgen einige Beispiele: Ein Übungsabend (Doppelstunde = 1½ Stunden) für allgemeine Körperschule kostet für Mitglieder der Deutschen Arbeitsfront nur 20 Rpf.! Dafür stehen der Sportlehrer, die Turnhalle oder der Sportplatz mit den evtl. benötigten Übungsgeräten zwei Stunden lang zur Verfügung. Nichtmitglieder der Deutschen Arbeitsfront zahlen dafür 40 Rpf.

Was kann man sonst mit 20 Rpf. groß anfangen; es reicht doch kaum zu einer Straßenbahnfahrt? Der Schwimmunterricht kostet pro Abend einschließlich des Eintritts in die Badeanstalt, Benutzung der Brausen usw. 30 Rpf., d. h. der eigentliche Unterricht durch einen geprüften Sportlehrer kostet ganze 10 Rpf. für 1¼ Stunden! Fröhliche Spiele und Gymnastik für Frauen kosten



Abwehr! Jiu-Jitsu

pro Abend (1½ Stunden) ebenfalls nur 20 Rpf. Spezialfrauen-gymnastik im kleinen Kreis 40 Rpf. Für 40 Pfennig wird man eineinhalb Stunden lang von einem erstklassigen Voglehrer in die Kunst des Faustkampfes eingeweiht. Für Tennisunterricht braucht man pro Doppelstunde einschließlich Lehrer, Platzbenutzung, Balljungen und Bällen und meist so-

gar noch gegen Bestellung des Schlägers nur 80 Rpf. bis 1 Mark zu zahlen. Jeder bilde sich selbst ein Urteil, ob es da nicht lohnt, mindestens einmal probeweise mitzumachen.

In sehr vielen Kursen ist, bedingt durch die Übungsgeräte oder den Sportplatz, die Teilnehmerzahl beschränkt. Es findet zwar Gruppenunterricht statt, doch wird auf keinen Fall eine billige Massenabfertigung geboten.

Wir wollen und können natürlich nicht Einzelunterricht erteilen, denn jeder Teilnehmer soll ja nicht einzeln vom Sportlehrer bewegt werden, sondern soll

selbst mitmachen

in der frohen Gemeinschaft von Kameraden. Der Übungsbetrieb in den Kursen und Lehrgängen hat überhaupt eine ganz eigene Note und unterscheidet sich absichtlich und wesentlich von dem

Sport- und Trainingsbetrieb in einem Sportverein. Wir wollen ja die Teilnehmer überhaupt erst einmal bewegen und nicht gleich „trainieren“. Aus diesem Grunde, und hauptsächlich auch deshalb, weil fast alle Teilnehmer Nichtkünstler sind, ist der ganze Übungsbetrieb mehr auf Freude an der Bewegung, auf Freude am Mitmachen eingestellt als auf den strengen Trainingsbetrieb in einem Klub. Muß dieser doch mehr oder weniger darauf bedacht sein, die rein sportliche Seite der Übungen in den Vordergrund zu schieben, weil es ja dort meist wesentlich auf Steigerung der Leistungen ankommt.

Bei uns fällt jeder Zwang zum Üben fort. Es wird auch niemand „gedrillt“, um so mehr aber redet der Lehrer gütlich zu und muntert auf.

Die Kurse und Übungsabende sind ganz bewußt auf Freude, nicht nur auf Kraft eingestellt, und fast immer geht es recht lustig zu. Jeder Abend ist neben der körperlichen Ertüchtigung ein Genuß froher Stunden im Kreise gleichgesinnter Menschen unter Leitung eines vorzüglichen Lehrers. Das Sportamt kann für sich mit

Recht am meisten die Bezeichnung in Anspruch nehmen:

„Kraft durch Freude“.



Jiu-Jitsu

Dein Sportlehrer.

Für denjenigen, der sich nun entschlossen hat, wirklich einmal bei „Kraft durch Freude“ an einem Sportkursus teilzunehmen, tritt naturgemäß die Frage auf: „Wem muß ich mich denn nun anvertrauen?“ Gewiß, wie es Schuhmacher und Schuster, Ärzte und Kurpfuscher gibt, so findet man auch unter den Lehrern solche, die sich eignen, und andere, die nicht gar sehr viel taugen!

Die Lehrer und Lehrerinnen im Sportamt der NSG „Kraft durch Freude“ sind aber einer ganz besonderen Auswahl unterzogen worden. Sie gehören bis auf ganz wenige Ausnahmen alle dem Reichsverband deutscher Turn-, Sport- und Gymnastiklehrer E. V. im nationalsozialistischen Lehrerbund an und sind dort schon vor ihrer Aufnahme durch ein enges Sieb gegangen. Die Fachgruppenleiter des Reichsverbandes kennen auf ihrem Spezialgebiet fast alle guten und auch weniger geeigneten Kräfte und sichten im Interesse der Sache recht gründlich aus. Es gibt scharfe Fachgruppenprüfungen, bei denen mehr als 50 Prozent der Bewerber glatt durchfallen und schon deshalb nicht Aufnahme finden. Außerdem spricht sich in einem kleinen Fachbund bald ein Nichtstönner herum. Viele Lehrer sind alte Praktiker, die jahrelang ihren Mann gestanden haben, die jüngeren Kräfte kommen von Hochschulen für Leibesübungen oder aus Gymnastikschulen, die unter der Kontrolle des Reichsverbandes stehen.

Der Reichssportführer steht auf dem Standpunkt, daß diejenigen Lehrkräfte, die unter seiner direkten Aufsicht arbeiten, ganz besondere Qualitäten aufweisen müssen.

Ein Sportlehrer kann vieles erreichen und alles verderben. Hier im Sportamt wird ihm wertvolles Menschenmaterial zum Formen in die Hand gegeben, welches mit besonderer Liebe, mit großer Nachsicht und mit Freude und Frohsinn langsam und zielsicher behandelt werden muß, um erst einmal Geschmack und Befallen an den Leibesübungen zu finden. Unsere Lehrer müssen in erster Linie Psychologen sein. Sie müssen es verstehen, sich von der Höhe ihres eigenen körperlichen Könnens herabzuschrauben bis zu der Sphäre der Kursteilnehmer, die dem Sport und der Gymnastik vollkommen fremd, oft sogar mißtrauisch und feindselig gegenüberstehen.

Der Sportlehrer steht in unserer Arbeit für die Erzüchtigung aller Volksgenossen in vorderster Front, gewissermaßen auf Vorposten, und nur ganz gewissenhafte und zuverlässige Menschen sind da zu gebrauchen.

Es ist nicht einfach, im „Privatleben“ ein hervorragender Skifläufer zu sein, dem die schwierigsten Schwünge und Sprünge sicher gelingen, und dann als Sportlehrer von der Höhe dieses Könnens herabzusteigen in die „tiefften sportlichen Tiefen“, auf denen sich der ungeschickte, unerfahrene und ungelente „Stifläugling“ bewegt. Nur wer das kann, wird pädagogisch den richtigen Weg finden, um Können und Leistungen seiner Schüler zu fördern. Der Lehrer muß bei uns mehr väterlicher Führer als gestrenger Trainer sein! Der Anfänger hat ein außerordentlich feines Gefühl dafür, ob sich der Lehrer gerade für ihn eignet. Ist dies nicht der Fall, dann lehnt er ihn instinktiv ab.

Wenn wirklich einmal in einem neueingerichteten Kursus eine Lehrkraft auftaucht, die nicht den Spezialforderungen für diese Art Unterricht genügt, dann macht sich dies in den ersten Wochen an der sinkenden Teilnehmerzahl bemerkbar, die vom Leiter des Sportamtes kontrolliert



Fröhliches
Hudepade-
Wettrennen

wird. Dann werden sogenannte Kursusbeobachter in die Übungsstunden des Lehrers gesandt, die ihm natürlich nicht bekannt sind, und bald ist das endgültige Urteil zutreffend gefällt. Man kann aus vorstehendem ersehen, welche Sorgfalt angewendet wird, um nur wirklich geeignete Lehrkräfte zu verwenden.

Ein Lehrer kann auf seinem Gebiet ein fabelhafter Könnler sein, er kann über glänzende fachliche Fähigkeiten verfügen, und dennoch unter Umständen für den Lehrbetrieb in den Kursen des Sportamtes der NSG. „Kraft durch Freude“ nicht geeignet sein, weil er sein Können nicht in der hier geforderten Weise vermitteln kann.

Manchen Lehrern ist es in der ersten Zeit nicht ganz leicht geworden, sich vom Einzelunterricht (z. B. beim Tennis) auf Gruppenunterricht umzustellen, weil hier die Lehrweise eine andere sein muß. Aber über diese Schwierigkeiten sind fast alle beim Sportamt beschäftigten Lehrkräfte nunmehr längst hinweg. Sie sind alle ernsthaft und mit Erfolg bemüht, neben der sporttechnischen Anleitung viel Frohsinn walten zu lassen, also

nicht nur Kraft,

sondern gerade auch Freude zu vermitteln.

Ob viele Volksgenossen zu den Sportkursen kommen, ist eine Angelegenheit der Werbung, ob sie aber bleiben und gerne bleiben und später einmal tüchtige Sportsleute werden, liegt in der Hand des Lehrers oder der Lehrerin, welche die ersten Schritte auf dem Gebiete der Leibesübungen leitet und überwacht.

Wir hoffen, durch diese eingehenden Erläuterungen nicht nur das Vertrauen zur Organisation der NSG. „Kraft durch Freude“, sondern auch zu den Lehrern gestärkt zu haben. Sollte jemand aber einmal enttäuscht sein, dann möge er dies nicht im Herzen tragen und dadurch zum stillen Mörgler und Kritiker werden, nein, dann bitten wir um ein offenes Wort an das zuständige Sportamt, damit nötigenfalls Abhilfe geschaffen werden kann.

Wähle — und komm!

Lieber Volksgenosse! Wir hoffen nun, daß wir dich davon überzeugt haben, daß die Einrichtung des Sportamtes der NSG. „Kraft durch Freude“ dir vom gesundheitlichen Standpunkt betrachtet recht nützlich sein kann, und stellen anheim, unter nachstehend aufgeführten



Hau rud! Das macht unbändigen Spoh,
den Gegner am Tau übers Feld zu ziehen

Sportarten, Gymnastikkursen usw. etwas auszuwählen. Wir wollen dir behilflich sein und einige kurze Erläuterungen geben, welche die „Qual“ der Wahl erleichtern können. Vielleicht räumen wir dabei auch mit falschen Begriffen und Vorurteilen auf, die bezüglich der einen oder anderen Sportart noch bestehen. Wie man sich die beste körperliche Grundlage für irgendeinen Sportsport schafft, haben wir bereits eingehend auseinandergesetzt, aber schließlich

braucht man sich ja auch nicht sklavisch an einen schematischen Aufbau zu halten.

Nicht System ist Trumpf

— viel wichtiger ist, daß man überhaupt etwas für seinen Körper auf sportlichem Gebiete tut.

Wir empfehlen, erst einmal die Seiten 49 bis 64 zu überfliegen, sicher bleibt der Blick bei irgendeiner Sportart interessiert haften.

Wie oft ist es schon vorgekommen, daß wir die falsche Ansicht gehört haben: Jiu-Jitsu ist doch Knochenbrechen! Andere haben gefragt: hoffentlich erlerne ich das Schwimmen auch an der Angel! — Sie glauben noch immer an die veraltete, für sie aber anscheinend allein seligmachende Angel aus Urgroßvaters Zeiten und können sich nicht vorstellen, daß man gewissermaßen „stehend freihändig“ im Wasser viel schneller und vor allen Dingen sicherer schwimmen lernen kann.

Bitte, lieber Leser, lege dies Büchlein aber nicht fort, ohne noch heute eine Karte an das zuständige Sportamt (vgl. Seite 25) zu schreiben, die wie folgt lauten soll:

An die NSG. „Kraft durch Freude“, Sportamt,
in, Straße Nr. . .

Ich habe durch das Büchlein „Kraft und Freude durch Leibesübungen“ Interesse am Sport und an der Gymnastik gefunden und möchte an einem Kursus teilnehmen. Senden Sie mir bitte kostenlos und unverbindlich das zurzeit gültige Sportprogramm.

Ich habe besonderes Interesse für (Sportarten aufzählen).

Heil Hitler!

(Name und Vorname.)

(Ort und Postamt.)

(Str., Nr. . . Tr., bei . .)

Es empfiehlt sich, die Adresse recht deutlich und vollständig zu schreiben, damit das Programm auch wirklich eintrifft.



Eine Brücke



Grätsche über den Kasten

Bezüglich der Sportbekleidung in den Kursen möchten wir folgendes sagen: die zweckmäßige Bekleidung für die einzelnen Sportarten ist bei jeder der nachfolgenden kleinen Abhandlungen angegeben. Bei Neubeschaffung von Sportbekleidung empfiehlt sich Rückfrage in einem guten Sportgeschäft, beim zuständigen Sportamt oder bei den Lehrkräften. Auf sogenannte „vorschriftsmäßige“ Sportbekleidung wird in den Kursen kein Wert gelegt. Die Ausgabe für eine sportgemäße Bekleidung sollen sich die Teilnehmer erst dann machen, wenn sie glauben, für eine besondere Sportart ein erhöhtes Interesse zu haben. Die Sportlehrer(innen) beraten die Kurssteilnehmer in diesen Fragen gern, auch bezüglich der späteren Beschaffung des eigenen Sportgerätes. Die Empfehlung besonderer Fabrikate oder Händler ist ihnen jedoch strengstens untersagt.

a) Kurse, zu denen lediglich Männer zugelassen werden.

Allgemeine Körperschule: Für härtere gymnastische Arbeit sind Sonderturfe für Männer in einigen Sportämtern eingerichtet.



Auf der Stiwiese

Bogen: Die Kurse können und sollen nur in die Kunst des Faustkampfes einführen. Es werden die grundlegenden Stöße und Paraden gezeigt und geübt und mit ganz weichen, ungefährlichen Handschuhen wird dann auch Mann gegen Mann gearbeitet. Zur Verfügung stehen Sandsack, Doppelnendball und Punktballer und alle übrigen Boggeräte. Wer sich Boghandschuhe leihen kann oder gar eigene besitzt, bringe sie mit.

Wohl wenigen ist bekannt, daß der Führer und Volkskanzler Adolf Hitler in seinem

grundlegenden Buch über den Nationalsozialismus „Mein Kampf“ über das Bogen folgendes geschrieben hat:

„Es ist unglaublich, was für falsche Meinungen in den Gebildetenkreisen verbreitet sind. Daß der junge Mensch fechten lernt und sich dann herumprahlt, gilt als selbstverständlich und ehrenwert, daß er aber bogt, das soll roh sein! Warum? Es gibt keinen Sport, der wie dieser den Angriffsgeist in gleichem Maße fördert, blitzschnelle Entschlußkraft verlangt, den Körper zu stählerner Geschmeidigkeit erzieht. Es ist nicht roher, wenn zwei junge Menschen eine Meinungsverschiedenheit mit den Fäusten ausfechten als mit einem geschliffenen Stück Eisen. Es ist auch nicht unedler, wenn ein Angegriffener sich seines Angreifers mit der Faust erwehrt, statt davonzulaufen und nach einem Schutzmann zu schreien. Vor allem aber, der junge, gesunde Knabe soll auch Schläge ertragen lernen. Das mag in den Augen unserer heutigen Geisteskämpfer natürlich als wild erscheinen. Doch hat der völkische Staat eben nicht die Aufgabe, eine Kolonie friedlicher Ästheten und körperlicher Degeneraten aufzuzüchten.“

Wer sich nach dem Kursus weiterbilden will, soll in einen Bogklub eintreten. Unterscheiden wir aber den Bogsport als körperliche Übung recht streng von dem Bogkampf der Berufssportler. Berufsbogkämpfe sind von geschäftstüchtigen Unternehmern meist so aufgezogen, daß der wahre Sportmann berechtigterweise

die Frage stellt: Geht es noch um den Sport, oder geht es nur um das Geschäft?

Daß der Bogsport für die Frau vollkommen ungeeignet ist, bedarf wohl keiner Erläuterung.

B e k l e i d u n g : kurze Sporthose, evtl. -hemd, leichte Sportschuhe.

Deutsches Reichssportabzeichen. Das Deutsche Reichssportabzeichen (Abbildung siehe Seite 9) ist ein sportliches Leistungsabzeichen, welches vom Reichssportführer in drei Ausführungen, getrennt nach

Alter und Geschlecht, in Bronze, Silber und Gold verliehen wird. Daneben gibt es ein Reichsjugend-sportabzeichen. Das Abzeichen kann auf der linken Brustseite getragen werden. Die sportlichen Leistungen, welche von dem Bewerber gefordert werden, sind eine sinnvolle Zusammenstellung von Kraft-, Dauer- und Schnelligkeitsleistung; zudem muß jeder nachweisen, daß er schwimmen kann.

Die gedruckten Bedingungen für den Erwerb

Stiparade
im Trodenturmus



des Reichsportabzeichens sind im Büro des Reichsportführers (Sportabzeichen-Abteilung), Berlin-Charlottenburg 2, Hardenbergstraße 43, und durch die Sportlehrer kostenlos zu haben. Zusendung erfolgt gegen Einsendung von 5 Rpf. Portospesen.

Das Deutsche Reichsportabzeichen muß erkämpft werden. Es werden absolut mittelmäßige Leistungen verlangt, die sich mancher „aus dem Armel schüttelt“. Es ist aber im allgemeinen doch so, daß jeder Bewerber auf irgendeinem der fünf Leistungsgebiete eine gewisse Schwäche aufweist; irgendwo „haperts“ bei den meisten. Manchmal ist der „leidene Faden“, an dem der Enderfolg hängt, eine Spanne von Sekundenteilen bei der Kurzstrecke, bei anderen fehlt es an 2—3 cm beim Hochsprung.

Die Kurse des Sportamtes sind als Vorbereitungs-, Nachhilfe- oder Wiederholungskurse gedacht. Oft hängt die Erreichung der Leistungen nicht von einem verstärkten Training, sondern von einem kleinen sporttechnischen Trick ab, den der Laie ohne Speziallehrer fast nie herausbekommt. Oft wird auch der Lehrer mit geübtem Blick den auf 100 Meter fleißig, aber hoffnungslos Trainierenden auf eine längere Strecke verweisen, auf der das Ziel einfacher und schneller erreicht wird. Wer es nicht ausnahmsweise auf Grund einer guten körperlichen Veranlagung auf den ersten Anhieb schafft, der sollte einen solchen Vorbereitungskursus mitmachen.

Bekleidung: leichte Turnschuhe und Sporthose (Laufhose), evtl. Sporthemd. Rennschuhe (Spikes) sind nicht notwendig, wer solche besitzt oder welche benutzen will, kann sie mitbringen. Bei schlechter Witterung ist warmes Überzeug (am besten Trainingsanzug) erwünscht.

(Reichsportabzeichen-Kurse für Frauen siehe im nächsten Kapitel und unter Leichtathletik.)

b) Kurse, zu denen lediglich Frauen zugelassen werden.

Diese sind, ihrer ganzen Art entsprechend, absichtlich so zugeschnitten, daß der Mann dafür kaum Interesse haben dürfte. Ausnahmen werden nicht gemacht. Außerdem soll die Rechnung getragen werden, daß es Frauen gibt, die aus vielerlei Gründen nicht mit Männern zusammen üben wollen.

Fröhliche Gymnastik und Spiele. Der Mann muß bis zu einem gewissen Grade für kräftigen Muskelaufbau sorgen. Eine Frau soll



Die ersten schülternen Versuche

sich auf andere Weise körperlich bilden und kräftigen. Ihr liegt viel mehr die leichtere Gymnastik, die des Spielerischen nicht entbehren soll. Neben einer leichten Körperschule wird der Ball in den Kursen eine gewisse Rolle spielen, um die Frau nicht zu verhärten, sondern ihr die angeborene Leichtigkeit und Anmut zu erhalten. Fröhliches Turnen und Spielen ist das Charakteristikum dieser Abungsabende.

Bekleidung: Turn-, Gymnastik- oder Badeanzug, leichte Schuhe.

Gymnastik. Wir können hier nicht alle brauchbaren Gymnastiksysteme aufzählen, die besonders der Frau gewidmet sind. Es sind unzählige Namen, die für Laien auf diesem Gebiet eben nur Namen sind. Für den Laien ist es im Anfang vollkommen zwecklos, „System-mählerisch“ zu sein, aber jede Frau, die durch Beruf und Haushalt den schädigenden Einflüssen des zu langen Stehens und

Sitzens, der einseitigen und mechanisierten Bewegung ausgeföhrt ist, sollte in der Gymnastik einen Ausgleich suchen. Die Gymnastik lehrt sie, durch Vermittlung der genauen Kenntnis ihres Körpers ihre Alltagsbewegungen sinnvoll und richtig ausführen und gibt ihr durch die Freude an der schönen und richtigen Bewegung neue körperliche und seelische Kraft für Beruf und Leben. Die einzelnen Sportämter haben Kurse in den verschiedensten Gymnastiksystemen eingerichtet.

Bekleidung: Turn- evtl. Gymnastik- oder Badeanzug, dazu leichte Schuhe.

Das Reichsportabzeichen. Im allgemeinen ist es aus vielerlei Gründen üblich, die Frauenvorbereitungskurse für das Reichsportabzeichen in Verbindung mit den Leichtathletikkursen abzuhalten. Im übrigen verweisen wir auf den entsprechenden Sonderabschnitt (Seite 51). Einige Sportämter richten auch Kurse für Frauen ein. Gegebenenfalls bitten wir, bei dem zuständigen Sportamt anzufragen.

c) Kurse, zu denen Männer und Frauen gemeinsam zugelassen werden.

Allgemeine Körperschule (vgl. auch das auf S. 35—39 u. 49 darüber Gesagte). Die allgemeinen Körperschulungskurse sollen in erster Linie dazu dienen, allen Volksgenossen, die den Tag über entweder immer dieselbe eintönige körperliche Bewegung in ihrem Beruf ausführen, oder die durch langes Sitzen oder langes Stehen überhaupt kaum Bewegung haben, die Grundlage für die Wiedererlangung der ursprünglichen Beweglichkeit des Körpers zu geben. In den allgemeinen Körperschulungskursen wird der ganze



Er kann's schon

Körper vom Kopf bis zu den Füßen vom Sportlehrer systematisch gymnastisch durchgearbeitet. Wie der Körper bewegt wird, ist unwichtig, die Hauptsache ist, daß er bewegt wird. Es wird von keinem Teilnehmer irgend welche Gewandtheit oder Geschicklichkeit vorausgesetzt. Je unbeweglicher einer ist, je ungeschickter er sich anstellt, um so mehr gehört er gerade in diese Klasse. Jeder, ob dick oder dünn, ob groß oder klein, ob alt oder jung, kann unbedingt mitmachen. Die Übungen werden fast ohne Gerät durchgeführt; die verwendeten Hilfsgeräte (Hanteln, Stäbe, Medizinbälle usw.) kann jedermann ohne Vorkenntnisse benutzen. Niemand hat zu befürchten, daß er an „Hörperschulungskurse für Damen und Herren gemeinsam sind, ist Gewähr dafür geboten, daß eine Überanstrengung des einzelnen in diesen Kursen nicht vorkommt. Im übrigen kann jeder Teilnehmer zu jeder Zeit des Unterrichts die Übungen unterbrechen, wenn er glaubt, sich allzusehr anzustrengen.

Bekleidung: Für Frauen: Badeanzug, Gymnastikmittel, leichte Sportschuhe. Für Männer: Sporthose evtl. Sporthemd, leichte Sportschuhe. Im Freien ist bei schlechter Witterung Überzeug angebracht.

Eislauf. In trockner Wintertälte sich beschwingt auf der Eisfläche in schönen Bogen zu bewegen, nach der Schallplatte (Lautsprecher) einen Walzer zu tanzen, das ist ein herrliches Vergnügen. Wer auch nur ein bißchen rhythmisches Gefühl in den Gliedern hat, wer ein wenig beschaulich ist und gern einen Rückblick tut auf die mit der Stahlkante in das harte Eis gezogene Linie, der wird gern an einem solchen Kursus (für Anfänger, Fortgeschrittene oder Kunstläufer) teilnehmen. Manch einer hat es verabsäumt, diese schöne Kunst als Kind zu erlernen. Aber es ist nie zu spät, um etwas nachzuholen. Außerdem ist die Erlernung des Eislaufes gar nicht schwer. Die Knie etwas gebeugt, den Körper etwas nach vorngelegt, wippende kleine Schritte — und bald ist man über den schlimmsten Anfang hinweg.

Jiu-Jitsu. Jiu-Jitsu ist die Kunst der Selbstverteidigung. In unsern Kursen wird gelehrt, durch bestimmte Tricks einen Gegner kampfunfähig zu machen. Es wird also Kampfsport im reinsten

Sinne betrieben, und mit geringstem Kräfteaufwand gilt es größte Wirkung zu erzielen. Wenn wir heute auch in erfreulich ruhigen Zeiten leben und nicht täglich zu erwarten haben, von irgend jemandem angegriffen zu werden, so ist es doch gut, wenn man Mittel kennt, um sich im Ernstfalle einen Angreifer vom Halse zu halten. Jiu-Jitsu stammt aus Japan und ist dort ein Sport, der bei jung und alt stark verbreitet ist. Jiu-Jitsu hat mit Knochenbrechen nichts zu tun, wenn man auch im Ernstfalle mit einem richtigen Griff dem stärksten Mann Schaden zufügen kann. Wer eine schnelle Auffassungsgabe hat, kann es auf diesem Gebiet zu etwas bringen.

Reichswehr und Schutzpolizei werden in diesem Sportzweig besonders ausgebildet; der sogenannte Polizeigriff ist nichts anderes als ein Spezial-Jiu-Jitsu-Griff. Auch die Postverwaltungen hat den Wert des Jiu-Jitsu erkannt und läßt die besonders gefährdeten Geldbrieftträger Jiu-Jitsu erlernen.

Der erste Kursus kann natürlich in den wenigen Stunden nur eine Einführung bringen. 90% der Teilnehmer setzen sich aus Männern zusammen, doch gibt es auch recht beherzte Frauen, die aus irgend welchen Gründen (beruflicher Art, nächstlicher Heimweg durch unbeleuchtete oder menschenleere Gegenden) für diesen Sport Interesse zeigen. Deshalb werden die Kurse für beide Geschlechter durchgeführt.

Bekleidung: leichte Schuhe, Sporthose, Sporthemd.

Regeln. Wenn der Laie das Wort „Regeln“ hört, dann verbindet sich damit für ihn leider auch heute noch die Vorstellung einer Kegelhahn mit kaltefeuchtem Geruch im tiefen Keller und einer Unmenge geleerter und noch zu leerender Bier- und Schnapsgläser. Bestritten soll nicht werden, daß es so etwas auch heute noch gibt. Der Regel sport hat aber in den letzten Jahren eine außerordentlich erfreuliche Wendung ins rein Sportliche genommen. Auch Regeln will gelernt sein; Frauen regeln ebenso beherzt und kraftvoll wie Männer. Außerdem kommt gerade bei diesem Sport der Humor zu seinem Recht. Im sportlichen Wettkampf 100 Kugeln zu schießen, ist bestimmt eine gewaltige körperliche Leistung. Über diesen Sport empfiehlt sich evtl. Anfrage beim Sportamt.

Bekleidung: möglichst leicht, kurze oder lange Hose, Sporthemd.



Alles Anfang ist schwer

Kleinkaliberschießen. Die Lust am Schießen brachte früher der Mann vom Militär mit, nachdem ihn schon in der Jugend die Schießbude auf dem Rummelplatz außerordentlich interessiert hatte. Das Schießen mit der Kleinkaliberbüchse ist ein Sport, der sich in den letzten Jahren in stark aufsteigender Linie bewegt und sich mit Recht immer größerer Beliebtheit erfreut. Die Waffe arbeitet trotz eines Kalibers von nur 5,6 mm mit unübertreffbarer Präzision und ist eine ideale Sportwaffe. „Ab' Aug' und Hand fürs Vaterland!“

Bekleidung: ohne jede besondere Vorschrift.

Leichtathletik. Was stellt sich der Laie manchmal darunter vor: Arbeiten mit leichten Gewichten oder noch Verworreneres! Dabei ist Leichtathletik lediglich der Sammelbegriff für die natürlichen Bewegungen des Menschen, nämlich Laufen, Springen und Werfen.

Beim sportlichen Lauf unterscheidet man drei verschiedenen lange Strecken, den Kurzstreckenlauf über 50, 100 und 200 Meter, den Mittelstreckenlauf über 400, 800, 1000 und 1500 Meter, den Langstreckenlauf über 2000, 3000, 5000 und 10 000 Meter bis zum Marathonlauf, der bekanntlich über 42,2 Kilometer geht. Dazu gehören auch Hürdenlauf, Hindernislauf und Waldlauf, bei denen man auch verschieden lange Strecken unterscheidet. Der Lauf erfordert Ausdauer, Schnelligkeit und eine bestimmte Lauftechnik.

Der Sprung zerfällt in vier Unterabteilungen, und zwar in Hochsprung, Stabhochsprung, Weitsprung und Dreisprung. Neben einer außerordentlichen Körperbeherrschung ist er im hohen Maße eine Angelegenheit der Beinmuskulatur.

In der Wurfgruppe unterscheidet man die folgenden Übungen: Diskus-, Speer- und Hammerwerfen und das Kugelstoßen, also Übungen mit einem Sportgerät. Der Wurf verlangt in erster Linie Technik und Armkraft.

Wer in allgemeinen Körperschulungskursen eine gewisse Beweglichkeit und Gewandtheit erreicht hat, wird zur Vervollkommnung seiner Leistungen am besten an einem Leichtathletikkursus teilnehmen. Für Frauen dienen diese Kurse oft gleichzeitig auch als Vorbereitung für den Erwerb des Reichsportabzeichens.

Bekleidung: Sporthose (Laufhose), Sporthemd, dazu leichte Sportschuhe; Rennschuhe (Spikes) sind nicht notwendig. Wer solche besitzt, kann sie mitbringen. Bei schlechter Witterung ist warmes Überzeug (am besten Trainingsanzug) sehr erwünscht.

Reichsportabzeichen. (Siehe vorstehend unter Kurse für Männer, für Frauen siehe unter Leichtathletik).

Reiten. Der Reitsport war genau wie der Tennissport ein Vor-

recht der Begüterten, hat sich aber in den letzten Jahren durch die vielen ländlichen Reitervereine und durch die berittenen SA-Stürme allmählich den Weg zum Volkssport gebahnt. Reiten ist ein Sport, der neben körperlicher Gewandtheit Mut und Ausdauer

überschlag
über die Pant



Fröhliche Gleichgewichtsübung

erfordert. Die Frage der Einrichtung von Reitkursen hängt davon ab, ob das notwendige und geeignete gute Pferdmaterial zu annehmbaren Bedingungen zu haben ist.

Bekleidung: Breecheshose oder Reithose.

Rudern. Ruderkurse werden nur dort eingerichtet, wo Gelegenheit ist, den Rudersport auszuüben. Die Technik des Ruderns muß unter der Leitung eines guten Ruderlehrers erlernt werden. Erst dann wird man in der Lage sein, den Kampf mit Boot und Wellen erfolgreich zu bestehen. Wasserstraßen und Seen reizen besonders dazu, das Wochenende im Zelt und auf dem Wasser zu verbringen. — **Bekleidung:** Sporthose, Sporthemd, dazu Abblaskuhschuhe, es genügen auch alte Straßenschuhe. Bei schlechter Witterung Überzeug.

Schwimmen. Jeder Deutsche ein Schwimmer!

Jeder Schwimmer ein Retter!

Es ist wohl nicht zuviel gesagt, daß es in der heutigen Zeit als ganz bedenkliches Manko gilt (nicht nur in sportlicher, sondern auch in hygienischer Hinsicht), wenn jemand nicht schwimmen kann. Schwimmen ist eine Brauchluft — man kann sie für sich, aber auch zur Hilfeleistung für andere gebrauchen. Es gibt für Nichtschwimmer



Springe

keine Entschuldigung und keine Ausrede mehr, nachdem der nationalsozialistische Staat durch die NSD. „Kraft durch Freude“ dafür sorgt, daß die Kosten für den Unterricht nur etwa 30 Reichspfennig für 1½ Stunden betragen einschließlich des Eintritts in die Schwimmlehrstätte. Die nunmehr schon altbewährte „neue“ Methode des Schwimmunterrichts ohne Gerät (d. h. ohne „Angel“), ermöglicht auch die Ausbildung in Gruppen und gibt dem Lernenden viel größeres Selbstbewußtsein als der Einzelunterricht an der Stange. Den praktischen Übungen gehen meist Trockenübungen in der Turnhalle voran.

Wenn es schon eine Selbstverständlichkeit ist, daß jeder deutsche Volksgenosse Brustschwimmen kann, so ist es doch erstrebenswert, auch in anderen Schwimmarten, wie Crawlen, Rückenschwimmen usw., in das Springen oder in das Gebiet des Rettungsschwimmens eingeführt zu werden. Diesem Zweck dienen unsere Kurse für Fortgeschrittene.

Bekleidung: Für Frauen Badeanzug, für Männer Badehose oder Schwimmtrikot. Für die Trockenübungen dazu Sportschuhe.

Skitrockenkurse. Darunter kann sich auch heute noch manch einer nichts Rechtes vorstellen, trotzdem Skitrockenkurse bereits seit etwa

15 Jahren eingeführt sind. (Vergleiche auch die Ankündigungen über praktische Skilehrgänge im Gebirge Seite 63.)

Man kann durch einen Skitrockenkursus schneller das Skilaufen erlernen, besonders dann, wenn man in der meist schneearmen Großstadt lebt und im Winter nur über kurzen Urlaub verfügt. Skitrockenkurse im Gebirge sind überflüssig.

Ein Skitrockenkursus verbindet Theorie mit praktischen Übungen. Er bringt den „Skiflügel“ schneller voran.

Bekleidung: Badeanzug, Turnanzug, leichte Kleidung (schlechte Sachen), hohe feste Straßentiefel, Berg- oder Skistiefel.

Skigymnastikkurse. Bei den praktischen Skikursen im Gebirge wurde die Beobachtung gemacht, daß nach drei bis vier Tagen ein Muskellater eintrat, der viele Kursusteilnehmer zwang, den Kursus ein oder zwei Tage zu unterbrechen. Aus dieser Erfahrung heraus entstanden Skigymnastikkurse, die die spezielle Skimuskulatur auf ihre Sonderarbeit während der Winterfahrt vorbereitete und durch allgemeine gymnastische Übungen auch den Nichtskiläufern Gelenkigkeit und Geschmeidigkeit vermittelten.

Bekleidung: Badeanzug, Turnanzug, leichte Schuhe, leichte Kleidung.

Skitrockenübungen auf Sand. Bitte, wir wiederholen: Skitrockenübungen auf Sand! Ohne Schnee... trocken! Ja, etwas Neues und Praktisches. Die Trockenkurse auf Sand sind eine sehr gute Ergänzung der Turnhallenübungen und ein hervorragendes Wintertraining.

In der Turnhalle hat man leider nur eine Ebene, also keinen Übungshang, man muß ihn sich vorstellen, einbilden. In der Natur, auf dem Schnee-Ersatz — sprich Sand — kann man die Falllinie bezeichnen und sehen, man kann im Gräten- und Treppenschritt mit wirklich gekanteten Schneeschuhen den mühevollen Weg bis zum „Gipfel“ des Berges erklimmen. Auch die Übungspuren sind deutlich zu sehen. Der Länglauf kann auf längeren Strecken geübt werden als in der Turnhalle. Am steilen Hang wird man trotz der Benutzung der Stöcke die Schwierigkeiten der Kehrtwendung aus der Turnhalle noch einmal, und zwar in erhöhtem Maße durchkosten, besonders dann, wenn (bei Tempo 2) das erhobene Bein gar nicht herum will. Die Kehrtwendung im Sprung können alle Teilneh-

mer zugleich und unentwegt ohne Matte üben. Vor allen Dingen kann am Hang in vorzüglicher Weise der Stemmbo gen dadurch sichtbar erläutert werden, daß mehrere Kursusteilnehmer in den verschiedenen Stellungen „zeitlu penartig“ aufgebaut werden, so daß der Ablauf der Bewegungen (Stemmen, Körpergewichtverlegen usw.) deutlich erkennbar wird. — Schneeschuhe und Stöcke stehen los zur Verfügung; es wird nur mit gut verpackten Stiern geübt.

Bekleidung: St- oder Wanderstiefel, alte Sachen der Witterung entsprechend, alte Handschuhe.

Sportfechten. Wie oft ist der Begriff des Sportfechtens mit der Vorstellung von Schmissen verbunden. Nichts von alledem! Das Fechten mit den leichten Waffen (Florett, Säbel, Degen) bedingt durch den beweglichen Abstand der Gegner eine gewissenhafte Durchbildung des gesamten Körpers.

Die Erziehung zum schnellen richtigen Handeln, das durch die verschiedenartige Einstellung der Gegner oft zu schnellsten Entschlüssen zwingt, umgrenzt das Gebiet, das Mut und Geistesgegenwart, Ausdauer und Kraft erzeugt. Dieses ungefährliche Spiel mit den Waffen, das eine Frau in ihrer Annut ebenso gut beherrschen kann wie ein Mann in kraftvollem Draufgängertum, wird nach einigen Stunden des Lernens eine angenehme geistige und körperliche Erholung von wertvoller Arbeit sein.

Bekleidung: Sporthose, Sporthemd und leichte Sportschuhe.

Tennis für Anfänger (Einführung). Der weiße Sport — früher ein Vorrecht der Begüterten — ist in den letzten Jahren fast Volkssport geworden. Für manchen Volksgenossen waren die Kosten des Einzelunterrichts unerschwinglich. Eine genügende Anzahl von Partnern zur Minderung der Unkosten zusammen zu bringen, stieß meist auf Schwierigkeiten. Hier setzt die NSB. „Kraft durch Freude“ ein, die stets zahlreiche Kurse in allen Sportämtern zusammenbringt. Im Winter findet der Unterricht in Hallen statt.

Jeder Kursus beginnt gewöhnlich mit einem einleitenden Vortrag (etwa eine Stunde) über Gerät, Spielregeln usw.

Tennis für Fortgeschrittene. Wer die einfachsten Grundregeln des Tennispielens erlernt hat, wird in den meisten Fällen dem Spiel auf dem roten Platz soviel Interesse abgerungen haben, daß er eine Fortbildung wünscht, die sich nach und nach zu kleinen



Lustige Reiterspiele

privaten Wettspielen der Teilnehmer entwickelt. Die Möglichkeiten, den Ball aufzugeben und zurückzugeben, sind so vielseitig, daß zur Kenntnis und Ausnutzung aller Möglichkeiten das scharf beobachtende Auge des Lehrers unentbehrlich ist.

Bekleidung: am besten (aber nicht unbedingt notwendig) weiße Tennishose und Tennishemd. **Bedingung:** Tennisschuhe ohne Absatz, und zwar mit Rücksicht auf die Erhaltung des Tennisplatzes.

Stilehgänge im Gebirge.

Wenn der Reichssportführer im Rahmen der Sportämter der NSB. „Kraft durch Freude“ dem Skilaut eine besondere Beachtung schenkt, so sind dafür mehrere Gründe maßgebend. Auch der Skilaut war bis vor kurzer Zeit wie Tennis und Reiten eine sogenannte „feudale“ Angelegenheit. Dies hat sich in diesem Jahre insbesondere bezüglich der Unkosten erheblich geändert.

Der Skilaut ist von allen Sportarten am besten geeignet, den „Feierabend des Jahres“, d. h. den Urlaub, ganz oder teilweise zu verbringen. Zudem bietet der schöne Schneeschuh sport die beste Gelegenheit, praktische nationalsozialistische Volksgemeinschaft auf sportlichem Gebiet zu pflegen, weil der Kursus die Teilnehmer ja mindestens acht Tage zusammenhält.

Die Skilehrgänge bieten mehrfachen:

1. den unergleichlichen Genuß eines Aufenthaltes in der winterlichen Gebirgswelt, der vielen Volksgenossen bisher überhaupt noch nicht vergönnt war.
2. Erholung und Ausspannung von der Werktagsarbeit in Verbindung mit sportlicher Betätigung.
3. Erschließung eines Stückes schöner deutscher Heimat, und damit Verbindung von Sport und Wandern.

Darüber hinaus tun wir ein kleines Winterhilfswerk, indem wir der armen Bevölkerung in den Gebirgsnotstandsgebieten über schlechte Winterszeiten hinweghelfen.

Nach einer Vereinbarung werden die Skilehrgänge, d. h. die Winterurlaubsfahrten, in Zusammenarbeit mit dem Amte Reisen, Wandern und Urlaub der NSG. „Kraft durch Freude“ im ganzen deutschen Reiche durchgeführt. Alle Anfragen, insbesondere über Kosten, Dauer und Ziel der Lehrgänge und Reisen, sind daher direkt an die örtlichen Sportämter und die Geschäftsstellen der NSG. „KdF.“ zu richten. Über diesen Rahmen hinaus führen die Sportämter im Reiche Skiwochenendsfahrten und stundenweise Skikurse in der Nähe ihres Geltungsbereiches durch.

An den Skikursen können Männer und Frauen und selbstverständlich auch Jugendliche teilnehmen.

Der Skiuunterricht findet werktäglich vier bis fünf Stunden statt und wird von Skilehrern des Reichsverbandes deutscher Turn-, Sport- und Gymnastiklehrer im NS-Lehrerbund geleitet, denen die notwendige Zahl von Hilfskräften beigegeben wird, die ebenfalls für diesen Sonderunterricht gut ausgewählt sind.

Die Lehrgangsteilnehmer werden ihrem Können nach in verschiedene Gruppen (etwa 20 Schüler pro Lehrer) eingeteilt, so daß nach Möglichkeit die schlechten Läufer (Skiflügel!) nicht die besseren in ihrer sportlichen Fortbildung behindern. Dem Unterricht liegt der amtliche Lehrplan des Deutschen Skiverbandes zugrunde. Es wird auf gute Anfangsausbildung geachtet, die sobald als möglich vom Übungshang in das Gelände (Wanderungen) verlegt wird. Auf sturzfreies Lourensfahren und Skiwandern wird besonders hingearbeitet.

Die 26 Hefte der Olympia-Hefreihe

Preis des Einzelheftes 10 Pfennig

- 1 Olympia 1936, eine nationale Aufgabe
- 2 Skilauf
- 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 Verdeutschungsheft für Sportausdrücke