

und Anaben
f hatte Turu
der größeren
der Düssel-
verlor 6:2.

Schiedsrich-
ter Gau.
pperialer
eines regen
die Turnhalle
if den letzten
den 80 Wett-
lichtern. Be-
erfahrenen
ne am Wett-
den jüngeren
gleich alten
ringen. Der
Schlusskampf in
Lebungen am
Freilübungs-
turnerisches
e von Kraft
ie Zuschauer
mpf Zeugnis
auf dem Ge-
eraler Gau.
für die mei-
am 20. Juni
rf.

Schaft

er Gau.

pperialer
eines regen
die Turnhalle
if den letzten
den 80 Wett-
lichtern. Be-
erfahrenen
ne am Wett-
den jüngeren
gleich alten
ringen. Der
Schlusskampf in
Lebungen am
Freilübungs-
turnerisches
e von Kraft
ie Zuschauer
mpf Zeugnis
auf dem Ge-
eraler Gau.
für die mei-
am 20. Juni
rf.

g errang mit
Lv.): 2. B.
unkte; 3. R.
4. B. Win-
C. Herren-
A. Schlüter
(Konsdorfer
ann) 139 P.;
3 P.; 10. B.
insgesamt 16

teilung wurde
er Tg.): 2. C.
aratott (Lv.
Lv. Elber-
v. Elberfeld)
54 P.; 6. A.
6. R. Lüg-
(Bohiv. Lv.)
Lv.) 148 P.;
7 P.; 10. A.
insgesamt 24

haften

id 55 und
er.

kamen vor-
le in Hand-
inland der
risterischen
n Turne-
in 48 über-
a offen zu
2 gegen die
d. Auch das
Krefeld-
Doch war
enberg ver-
schließlich
mit 3:2 die
iederringen.
tischen Ver-
eilen durch
wir noch

emacher.

er Draht-
ber deutsche
rg) mit 2:40
eter-Draht-
amit seine
en. Bei der
(!!) der
in 50-Yard-
allerdings

rfeld

s 5 1/2 Uhr:

London

Elberfeld

Lieg,
dönt, Straße 50.

Sie

wir

Sie

billig

Westdeutsche Sport Zeitung

29. März 1926

Verlag W. Girardet

Nr. 13

Vorbereitungsarbeit der Leichtathleten

Von Klemens Wildt, Dipl.-Turn- und Sportlehrer.

Wer will unsere Jugend, wenn die Sonne lacht, wenn es sie treibt, sich leicht zu bewegen, aus innerer Freude heraus zu laufen, zu springen, zu werfen und zu stoßen, wer will sie dann mit trockener Methodik, mit reiner Gymnastik quälen? Gewiß können wir schon aus rein pädagogischen Gründen im Sommer nicht ganz auf Gymnastik verzichten, aber sie bleibt doch immer untergeordnet.

In der Zwischenzeit wird das Nebensächliche zur Hauptsache. Die Gymnastik hat das Wort! Die Gymnastik, die zielbewußt eine Körperausbildung anstrebt. Jetzt darf und soll die Gymnastik fast

alles andere verdrängen. Jetzt hat sie aber auch erst die beste Gelegenheit dazu. Schon der beengte Raum ist uns dabei eine gute Hilfe. Es kann nun nicht jeder üben und sich betätigen, so wie es ihm gerade Spaß macht, dafür ist die Freizeit des Abends, sondern der Hauptteil des Abends wird so ausgefüllt, wie es der Übungsleiter für richtig erkannt hat. Die „stille Zeit“ ist der gegebene Augenblick, durch gymnastische Arbeit die vorhandenen Mängel, die uns im Sommer schon unliebsam aufgefallen sind, auszugleichen, auszumerzen. Das kann nämlich die Leichtathletik nicht, die Hemmungen, Verkürzungen, Verbildungen, kurzum all die „Konstruktionsfehler“, die der Mensch teils mit auf die Welt, teils aber erst mit auf den Sportplatz bringt, auszubessern. Das ist die Aufgabe der Ausgleichsarbeit, die individuell, auf jeden einzelnen und seine Mängel zugeschnitten sein muß.

Wir müssen uns nun endlich damit abfinden, daß der Mensch, so wie wir ihn anfänglich in die Finger bekommen, nicht der Normaltyp eines voll entwickelten, gesunden Menschen ist. Zivilisation und manchmal auch Vererbung stehen dem entgegen. Dieser üble Einfluß muß durch Gymnastik, eben die individuelle Ausgleichsarbeit, ausgeglichen werden. Die zweite Stufe der Körperarbeit, der der nun normalisierte Mensch dann zum Opfer fällt, ist die Grundgymnastik. Das bis zu

dieser Stufe erreichte Maß ist zwar unbedingt nötig, befähigt aber noch nicht, Sport recht auszuüben. Organ und Muskelkraft in rechter Harmonie zu stärken und zu fördern, das ist die Aufgabe der Grundgymnastik. Diese Harmonie des Körpers ist

die Grundbedingung für die Ausübung der Leichtathletik, die uns aber nicht anfliegt, auch nicht durch leichtathletische Übungen allein erreicht werden kann, sondern systematisch durch eine harte gymnastische Schule anezogen, erarbeitet werden muß. Vielseitig muß diese Stufe der körperlichen Ausbildung sein. Schnell, stark und ausdauernd, in richtigem Wechsel und Abmaß muß die Arbeit sein. Das führt geistig zur vollendeten Kraft der Organe, zur vollen Gesundheit und Leistungsfähigkeit des Körpers, die sich auch äußerlich durch Schönheit in der Form zeigen. Das muß das Gesetz unserer Arbeit sein: „Durch dreifache Arbeit zur Harmonie: äußerlich in der Form, innerlich in der Funktion!“ (Waher).

Von dieser Grundlage eines ganz gesunden Körpers und funktionstüchtiger Organe aus kann ich daran denken, wettkampfmäßige Leichtathletik einzuführen und zu verlangen. Aber auch dann darf ich immer noch nicht die Gymnastik vergessen, sondern jetzt tritt die Zwedgymnastik auf, die einen ganz bestimmten Zweck verfolgt, für eine ganz bestimmte Übung der Leichtathletik bestimmt ist. Benutzen wir die „stille Zeit“ in diesem Sinne für eine gymnastische Ausbildung in allen Stufen in Verbindung mit Walbläufen und auch sonstiger spielerischer Betätigung, dann ist uns der Winter nicht mehr die schlimme Zeit, sondern erst die Quelle alles Schönen und besonders alles Erfolges.

Lockerungsübungen der Gymnastik: Armschwingen und Beinspreizen nach vorn.

Phot. G. B. Müller.

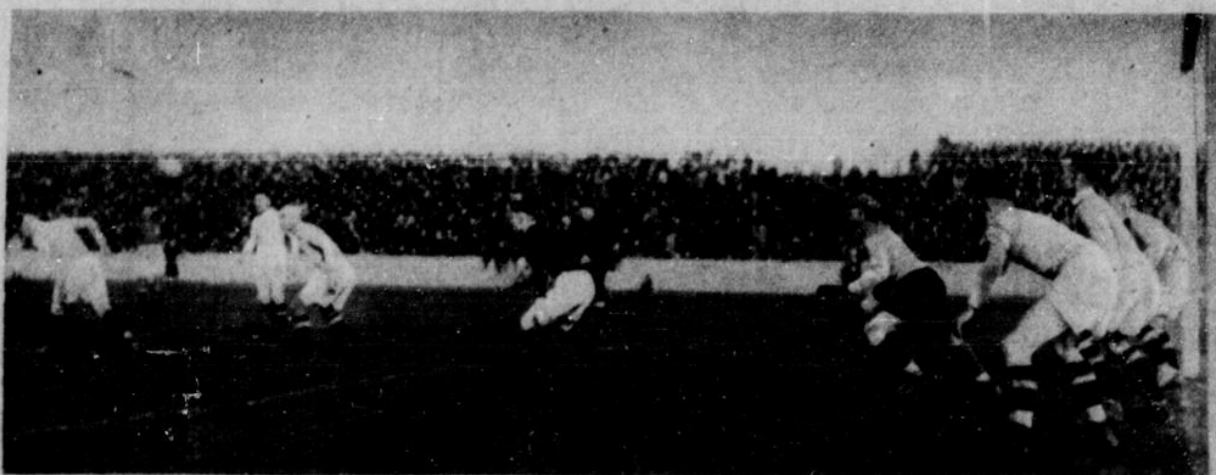
Aber fallen wir nicht in den Fehler, Leichtathletik in der Halle treiben zu wollen. Die Leichtathletik ist ein Kind des Sommers. Nur im Sommer, im Sonnenschein auf grünem Rasen und der Aschenbahn soll sie gepflegt werden, aber nicht im Winter in die Halle gezwängt, bei Lampenlicht künstlich wieder belebt werden. Das ist dann doch immer nur ein Scheindasein.

Der Sommer gehört der Leichtathletik, aber auch die Leichtathletik dem Sommer!



Der Entscheidung im Fußball entgegen ...

Die Runde der Ersten.



Metz-Photo. Im Kölner Stadion troigte D. f. R. rzg. Köln dem Duisburger Sp. D. mit 1:1 einen Punkt ab. Grubers äußerst scharf geschossener Straßstich war von Kölns zahlreicher Verteidigung nicht zu halten. Ein Vorstoß des D. f. R.

Westf. Bilderz.

Zuru Düsseldorf holt Tore und Punkte.

Die Runde der Zweiten.



Der Hessenmeister Sport unterliegt in Kassel der Turn 1:10. Das 3. Tor für Düsseldorf.

Sein Leidensgefährte Kurhessen Kassel verlor in Duisburg gegen 08 0:3. Grabowski (08) best.

Phot. W.

Schwarz-Weiß Essen arbeitet sich langsam an die Spitze.



Hagen 1911 ließ in der Essener Radrennbahn 2:7 Federn gegen den Essener Altmüller. Zwei prächtige Einzelleistungen des repräsentativen Mittelfürmers Horn: links köpft er das 6. Tor, rechts erzielt er den 7. Treffer.

Aufnahmen unseres Essener-Bl.

In Venrath.

Im Wuppertal.

Venrath -

Eller 04 3:2.

Sp. u. Sp.
Elberfeld -
1:0

Preußen
Duisburg



Venraths Torwart weicht im Gewühl ab.

Phot. Buschhausen.

Ein Kampf um den Ball.

Aufnahmen Photo-Garia.

Vorstoß Elberfelds in Tornähe.

+++ Die „Westdeutsche Sport-Zeitung“ wird der „Essener Allgemeinen Zeitung“, den „Düsseldorfer Nachrichten“, dem „General-Anzeiger für Elberfeld-Barmen“ und den „Niederrheinischen Nachrichten“ in Duisburg jeden Montag beigelegt.

Druck von W. Stauder, Essen.