Das Klimmen oder Klettern und das Steigen.

Alle hierher gehörige Uebungen haben zwey sehr von einander abweichende Zwecke: Muskelkraft und Nervenstärke. Der Turnlehrer unterscheide sie genau und fasse sie bey der Ausführung streng ins Gesicht.

Die deutsche Jugend soll kraftvolle Hände, Arme und Schenkel haben. In der That könnte man in Hinsicht auf diese in jedem Zimmer die nöthige Anstrengung zur Erlangung der Körperkraft und Gewandtheit treffen, weil es z. B. schon thunlich ist, im Zimmer am Tau die Höhe eines Thurms zu erklimmen, ohne je höher als einige Fuß vom Boden zu kommen; aber den Muth, die Nervenstärke, die schwindellose Fassung eignet man sich auf diese Art eben so wenig an, als die Schwimmkunst außer dem Wasser.

Das bey diesen Uebungen ohne Gefahr zu erwerbende ist in der That die Muskelkraft, darum sey sie das Erste, und sie werde nicht bloß in Hinsicht auf Größe, sondern vorzüglich auch auf Dauer geübt. Es ist dabey etwa dieselbe Gefahr, wie beym Gehen, Laufen, Springen u. dergl., der jeder Mensch täglich ausgesetzt ist. Mit mehr Sorgfalt sind die Uebungen für den zweyten Zweck; der aber eben sowohl ein Hauptzweck ist, zu betreiben. Aber wie? —

https://doi.org/10.24355/dbbs.084-202208171329-0