hinreichend, um dem geübten Auge des Gymnastikers mit schnellem Blicke das Hauptsächlichste auffassen zu lassen.

---

# Vierte Abtheilung.

## Fortbewegung des Körpers von der Stelle, Gehen, Marschiren, Laufen.

Reinhard. Nachdem wir nun die Ausbildung des Körpers auf der Stelle durch die für die einzelnen Glieder desselben zweckmäßigen Bewegungen beendigt, und somit den wichtigsten Theil der niederen Gymnastik geschlossen haben, so gehen wir weiter, und kommen zunächst auf die

### Fortbewegung des Körpers von der Stelle.

Das Gehen, ob es gleich bei allen Menschen auf denselben Grundsätzen der Muskelbewegung beruht, ist doch bei jedem Menschen durch die Art, wie diese Bewegung von ihm ausgeführt wird, sehr verschieden, und bezeichnet zum Theil den Charakter und die Lebensweise desselben; so wird derjenige, dessen Beruf es mit sich bringt, täglich mit einem Schubkarren oder Wagen zu fahren, mit vorwärts gelegtem Leibe, als ob er noch an den Karren gespannt wäre, daher gehen, und Handwerker, welche viel sitzen, wie z. B. die Schneider, behalten selbst beim Gehen noch etwas von dieser ihnen eigenthümlich gewordenen Form des Körpers. Hierzu kommt noch die Angewohnheit eines Jeden insbesondere, der Eine geht und schleudert dabei die Arme, der Andere setzt die Füße einwärts wie die Enten oder Gänse. Mancher macht beim Gehen einen hohlen Rücken und beugt

https://doi.org/10.24355/dbbs.084-202208051346-0