



Fig. 1. Reifstreiben.

## Laufspiele.

### Reifstreiben.

[1.] **H**at der Knabe einen langweiligen Weg zurückzulegen und soll doch rasch wiederkommen, so vertreibt er sich unterwegs die Zeit auf der glatten Straße mit Reifschlagen. So thaten's schon die Kinder der alten Griechen vor zweitausend Jahren. Sie wählten die Reife von der Höhe der Hüfte oder der Brust, und ließen sich Blechstückchen innen am Reif lose annageln, damit der Reif auch hübsch Musik mache. Zum Schlagen dient ein Stab, etwa zwei Spannen lang. Der Reif wird mit Bindfaden oder Draht fest zusammengebunden. Ist der Reif größer, so macht sich ein gewandter Knabe auch ein Vergnügen daraus, während des Laufens gelegentlich durch den Reif hindurchzuspringen, ohne daß derselbe dadurch gestört wird.

### Wettlaufen.

[2.] Beim Wettlaufen kommt es sehr darauf an, ob das Ziel näher oder weiter entfernt ist. Bei einem nicht fernen Ziele mögen die Läufer ihre ganze Kraft sofort aufbieten; ist das Ziel dagegen weit, so wird es rathsam, daß man sich anfänglich schont und erst allmählig die Schnelligkeit steigert. Wie bei allen Laufspielen, so gilt auch besonders beim Wettlaufe die Vorsichtsmaßregel, daß man sich vor Erkältungen zu hüten hat. Wer erhitzt ist und schwitzt, darf nicht an einem Orte verweilen, an dem kalte Zugluft herrscht; er darf sich nicht auf den kühlen Erdboden setzen, am allerwenigsten kurz darnach trinken.