

Frauensport

Sache der Männer und Frauen des Sports

**Protokoll einer Tagung des Frauenausschusses des Landessportbundes Nordrhein-
Westfalen e. V. am 16. November 1963 in Duisburg, WFV-Sportschule**

16 502
1.Ex.

02

1. Ex.



16502

1. Ex pl.

Grete B u s c h ,

Frauenwartin des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen:

Liebe Kameraden, liebe Kameradinnen!

Es ist wohl das erste Mal, daß der Landessportbund eine Arbeitstagung durchführt mit dem einzigen Thema: F r a u e n s p o r t . Das ist auch wohl der Grund, daß die Frauenwartin des Landessportbundes jetzt einige Sätze der Begrüßung sagt.

Ganz besonders herzlich möchte ich die Frauenwartin des Deutschen Sportbundes, Grete Nordhoff, begrüßen, die zu unserer Tagung gekommen ist und die gleich einige Worte an uns richten wird. Mit besonderem Dank begrüße ich unsere beiden Referenten, Frau Dr. Inge Bausenwein - Frau Bausenwein ist Vorsitzende im Arbeitskreis für Frauenfragen im Deutschen Sportärztebund - und Herrn Dr. Lotz, den Vorsitzenden des Sportbeirats im Deutschen Sportbund.

Ich bin überzeugt, daß unsere beiden Referate heute unsere Tagung über den Rahmen der sonst üblichen Versammlungen des Frauenausschusses herausheben.

Und nun möchte ich ganz besonders herzlich alle unsere Herren begrüßen, die unserer Einladung gefolgt sind und die mit uns zusammen über das Thema "Leibesübungen der Frauen" nachher sprechen wollen.

Der Bundestag des Deutschen Sportbundes im vergangenen Jahr in Berlin hatte uns allen eine Aufgabe gestellt: Eine Million Mitglieder mehr in unseren Turn- und Sportvereinen! Bei diesem Bundestag haben aber auch beide Referenten die sehr geringe Zahl der weiblichen Mitglieder im Deutschen Sportbund hervorgehoben. Wir Frauen fühlten uns angesprochen, als das gesagt wurde. Wir wissen aber auch, daß die verantwortlichen Männer in allen Instanzen des deutschen Sports sich ebenso angesprochen fühlten und daß wir alle gemeinsam uns bemühen müssen, diese Zahlen erheblich zu steigern.

Es kommt aber nun nicht nur darauf an, mehr Frauen zu den Leibesübungen zu bringen. Das Problem muß auch richtig angefaßt werden. Wir haben den Breitensport und den Leistungssport zu pflegen und zu betreuen. Bei den Frauen und Mädchen sind andere Bedingungen als bei den Männern. Darüber werden wir in den Referaten noch Genaueres hören. Diesen Anforderungen, die die Frauen und Mädchen an uns stellen, sollen wir gerecht werden.

Alle, die hier sind, betreuen weibliche Mitglieder. Sei es als Vorsitzende, sei es als Trainer oder als Abteilungsleiter. Und deshalb wollen wir uns heute darüber unterhalten, welche Wege wir nun einzuschlagen haben. Es sind zahlreiche ehemalige Leistungssportlerinnen, viele erfolgreiche Trainer und viele erfahrene Betreuer der Vereine und Verbände hier, und wir hoffen, daß alle nachher sich rege an der Diskussion beteiligen. Wir möchten wünschen, daß die Diskussion uns wichtige Erkenntnisse gibt und deren Ergebnisse sich nachher in unserer Arbeit hier im Landessportbund Nordrhein-Westfalen niederschlagen.

Daß der Vorstand des Landessportbundes unsere Arbeit immer unterstützt, haben wir in unseren Frauentagungen wiederholt festgestellt. Der Vorstand des Landessportbundes ist auch heute hier durch mehrere Mitglieder vertreten. Am liebsten hätte ich Ihnen jetzt die Mitglieder des Vorstandes und auch die Frauenausschuß-Mitglieder vorgestellt, aber ich glaube, Sie werden Sie in der Diskussion nachher noch kennenlernen. Sie haben sich in erfreulicher Zahl eingefunden.

Dann möchte ich außerdem noch die Herren der Presse begrüßen. Wir freuen uns immer, wenn in der Presse etwas Gutes über die Leibesübungen an sich steht. Selbstverständlich kann man über den Frauensport nicht so viel wie über große Kampfspiele und die Sportarten, die Massensportveranstaltungen durchführen, schreiben. Aber ich glaube, daß sich auch die Presse sehr gut für den Frauensport einsetzen könnte. Und ich glaube auch, daß im Anschluß an diese Tagung wir die Presse überzeugt haben, daß sie einer guten Sache dient, wenn sie auch für den Frauensport etwas tut.

Mit diesen Worten der Begrüßung möchte ich schließen. Anschließend wird Frau Nordhoff noch einige Worte an uns richten.

Grete Nordhoff,

Frauenwartin des Deutschen Sportbundes:

Liebe Kameraden und Kameradinnen!

Ich möchte mich herzlich für die Einladung zu der heutigen Tagung bedanken, zu der ich mit vielen Erwartungen und großem Interesse gekommen bin. Unsere Kameradin Grete Busch hat mit ihren Mitarbeiterinnen durch die Planung und Durchführung dieser Veranstaltung unserer Frauenarbeit einen neuen Akzent gegeben, den wir außerordentlich begrüßen und für den wir unseren Kameradinnen sehr dankbar sein müssen.

Es heißt hier heute, daß nicht die Frauen allein die Verantwortlichen für den Frauensport sind, sondern daß unsere Kameraden, die Männer, genau so an dieser Verantwortung beteiligt sind. Der Landessportbund Nordrhein-Westfalen hat immer bahnbrechend und beispielhaft in seiner Sportarbeit der Frauen gewirkt. Und heute will er mit dieser Tagung dafür eintreten und demonstrieren, daß wir, das heißt Mann und Frau, gemeinsam unsere Sache durchdenken, sie lenken und sie auch gemeinsam weiter verbreiten. Erstmals und hoffentlich nicht einmalig, haben die Frauen ihre Kameraden auf der Landesebene, die aus der Praxis im Frauensport kommen, und auch aus der Organisation und Verwaltung, eingeladen, um unsere Probleme, die auch ihre sein sollen, zu diskutieren und vielleicht ihrer Lösung näherzuführen. Dafür müssen wir allen, die heute guten Willens gekommen sind, danken.

Ich möchte diese Tagung als außergewöhnlich bezeichnen. Außergewöhnlich und ungewöhnlich ist ja schon der Teilnehmerkreis, der hier vor uns sitzt. Da sitzen die Jugendwartinnen, die Frauenwartinnen, die Sportwarte der Verbände. Aus der Praxis die Trainer aus verschiedenen Fachgebieten, ebenso wie die Vereinsvorsitzenden und andere Mitarbeiter aus dem Landessportbund. Das ist eine Vielfalt von Kräften. Wenn man diese zusammenfaßt und in der richtigen Weise einsetzt, dann kann das nur Gutes bringen. Ungewöhnlich ist vielleicht auch die Thematik, die uns die beiden Vorträge bieten werden. Die Mitarbeit der Frau in den Vereinen und Verbänden ist ja von jeher unser Anliegen und bewegt seit der Jahrhundertwende schon die Gemüter. Aber heute ist sie schon bald ein Kriterium für unsere Arbeit geworden. Daß nun ein führender Mann aus dem DSB, der Vorsitzende des Sportbeirats, Herr Dr. Lotz, sich dieses Referats angenommen hat, eröffnet hoffentlich und wahrscheinlich neue Perspektiven und gibt auch den Verantwortlichen wahrscheinlich überzeugende Argumente für die Gewinnung von fähigen Mitarbeiterinnen.

Neben diesen mehr allgemeingültigen grundsätzlichen Ausführungen wird der Vortrag von Frau Dr. Bausenwein stehen, der auf ein spezielles Gebiet zugeschnitten ist. Heute ist der Leistungssport der Frauen, drei Monate vor dem Beginn der olympischen Spiele, außerordentlich aktuell. Im DSB und im NOK werden darüber große Sitzungen abgehalten, und es ist ja auch schon viel von Erfolgen die Rede gewesen. Wir sehen, daß der Leistungssport auch im Frauensport seinen ihm gebührenden Platz einnimmt.

Und wir wollen den Frauensport auch nur so verstanden wissen: Eine Ausdehnung in weitester Form der Breitenarbeit, eine Vielfalt an Angeboten an alle Bevölkerungsschichten und dazu auch die Förderung der Begabten und besonders Befähigten bis in die Spitze, allerdings unter Berücksichtigung der weiblichen Psyche und Physis, die besondere Gesetze geben.

Wir erhoffen uns von der anschließenden Diskussion in diesem so verschiedenartig zusammengesetzten Gremium weitere Anstöße und brauchbare Ideen zur Sache, auch aufschlußreiche Erfahrungstatistiken der Praktiker und neue Richtungsmaße für die zukünftige enge Zusammenarbeit aller Verantwortlichen. Der Frauenausschuß im Deutschen Sportbund wird sich an der heutigen Tagung und ihren Ergebnissen orientieren, um ggf. und zu gegebener Zeit ähnliche Arbeitstagungen anderer Landessportbünde und Verbände zu propagieren.

Der Vorstand des Frauenausschusses des Deutschen Sportbundes wünscht einen erfolgreichen Verlauf dieser Tagung, der sich auf unser gemeinsames Tun auswirken möge.

Ria B ö b b i s ,

Beisitzerin im Vorstand des Landessportbundes NW:

Sehr verehrte Frau Dr. Bausenwein, sehr geehrter Herr Dr. Lotz!

Im Auftrage des Frauenausschusses und des "Kleinen Arbeitsausschusses" im Landessportbund Nordrhein-Westfalen danke ich Ihnen sehr herzlich für Ihre Ausführungen.

Wir kennen natürlich Ihre so sehr liebenswerte Art - darf man das zu einem Herrn sagen? -, Herr Dr. Lotz. Aber immerhin, wir meinen das auch so. Und wir finden das immer sehr nett, wenn Sie uns, wie wir in Nordrhein-Westfalen sagen, ein wenig anflachsen. Der Sport ist ja nicht eine Sache von Nordrhein-Westfalen; der Sport, der Frauensport, ist eine Sache des ganzen Deutschen Sportbundes. Und darum haben wir nicht lange gewartet. Das Beste ist uns gerade recht, wenn wir unseren Frauen und Männern in unserem Land etwas bieten können. Und daß Sie beide gerade aus Bayern sind, das finden wir besonders nett. Wir sind nun einmal für die Versöhnung in jeder Richtung und für die gemeinsame Arbeit. Sie werden vielleicht jetzt verstehen, daß wir uns zunächst an Herrn Daume gewandt haben, der ja aus Nordrhein-Westfalen, aus Dortmund, stammt. Und es ist doch naheliegend, wenn wir uns an einen solchen Herrn wenden. Und er hat gesagt: "Herr Dr. Lotz arbeitet in dieser Sache, er hat die entsprechenden Unterlagen, das wäre doch etwas." Und Frau Dr. Bausenwein kennen wir alle schon sehr gut. Sie ist doch immerhin Teilnehmerin an den olympischen Spielen gewesen. Sie ist selbst Sportlerin und Leichtathletin, und ich persönlich habe sehr lange mit ihr zusammengearbeitet in Bezug auf's Rudern, Riemenrudern der Frauen, Sportgesundheitspaß usw. Ich glaube, sehr geehrter Herr Dr. Lotz, Sie in diesem Sinne auch verstanden zu haben. Aber, von einer "Missionsfahrt" wollen wir doch einmal absehen.

Ich glaube, daß beide Referenten, Frau Dr. Bausenwein und Herr Dr. Lotz, uns so viele Anhaltspunkte gegeben haben, daß wir doch zu dem Ziel, das wir hier im Frauenausschuß anstreben, einmal zu einem gemeinsamen Gespräch zu kommen, über das Für und Wider mit ganz echter sportlicher Kritik doch gleich noch Stellung nehmen wollen. Und dazu möchte ich Sie recht herzlich bitten. Herr Dr. Schwarz wird die Diskussion leiten.

D i s k u s s i o n

Dr. S c h w a r z ,

stellv. Vorsitzender des Landessportbundes NW:

Der Kreis, der hier vertreten ist, ist nicht in sich geschlossen insofern, als jeder jeden kennt. Deshalb hatte ich vorgeschlagen - und es wurde auch gebilligt -, daß diejenigen, die sich zur Diskussion melden, hierherkommen, von hier aus sprechen, und daß

jeder dann nennt seinen Namen, den Verband und die Funktion. Nämlich wenn ich nur den Namen "Schmitz" höre, dann ist das nicht so interessant, als wenn ich weiß, er arbeitet speziell auf dem Gebiete des Trainings Rudern. Es soll kein Loblied sein, das der Einzelne sich dabei singt, sondern ein nüchterner und sachlicher Bericht aus dem jeweiligen Bereich. Das weitere, damit ergiebig diskutiert wird, nicht das "discutere", die Sache auseinandergeschnitten ist, wie das Wort es sagt, sondern daß hier schlüssig gezielt diskutiert wird, werden wir in den ersten Teil der Diskussion über den ersten Vortrag und was damit zusammenhängt, über den Vortrag von Herrn Dr. Lotz, sprechen und alle anderen Dinge, einschließlich des medizinisch-biologischen, in den anschließenden zweiten Teil nehmen. Da um 19.00 Uhr Schluß der Diskussion sein soll, wird damit auch das Ausmaß der Diskussionen zum Teil I und Teil II bestimmt.

Die Zusammenfassung, so hätte ich es am liebsten gehabt, könnten die Referenten zum Schluß machen. Aber es wurde anders gewünscht. Für mich ist es als Nichtmediziner, als Laien, natürlich schwierig. Sie müssen mir daher Nachsicht angedeihen lassen.

Zum Personenkreis, der hier ist: Wir sind zwar nur Landessportbund, also nur eine regionale Angelegenheit. Und trotzdem ist es, glaube ich, interessant, für die, die als Missionare in das Land der Heiden kommen, wie auch für diejenigen, die aus der Erfahrung des Alltags möglichst von unten her etwas berichten können.

Uns geht es ja nicht darum, daß wir abstrakt etwas sagen, sondern dann erfüllt ja diese Tagung erst ihren Zweck, wenn wir auch herunterkommen an den Mann, daß das Ganze praktiziert wird.

Und während im übrigen Herr Dr. Lotz das Verhältnis Mann zu Frau mit 5 : 1 angibt, ist es hier gerade umgekehrt, 5 : 1 Frauen zu Männern. Aber, freuen wir uns, daß hier 20 % Männer vertreten sind und der Einladung der Frauen gefolgt sind. Dann auch, glaube ich, ist es nicht uninteressant, mit w e m man sich unterhält. Ich hätte gerne angegeben, welche Verbände hier vertreten sind durch die "Funktionäre". Da aber die Anwesenheitslisten noch nicht durchgekommen sind, muß ich mich darauf beschränken, zu sagen, daß der größte Teil der uns angeschlossenen Verbände vertreten ist und daß diese bei den Vorträgen bereits ihre Früchte ernten. Ich nenne dafür ein Beispiel: Otto Vorberg, der "Vater des deutschen Kanusports", seines Zeichens Vizepräsident des Internationalen Kanuverbandes, sagte mir eben, er habe schon die Zusicherung bekommen, daß Frau Dr. Bausenwein bei der demnächst stattfindenden Internationalen Trainer-Tagung des Internationalen Kanuverbandes diesen oder einen ähnlichen Vortrag halten wird. Wir sehen also, diese Tagung ist nicht umsonst einberufen.

Das Zweite, wenn ich so in die Spitze gegangen bin. Ich fragte unseren Freund Jumpertz. Und wenn er sich nur so vorstellt, dann wissen manche nicht Bescheid. Wenn ich aber dann sage: Jumpertz, früher Düsseldorfer Puten, Forelle, mit 50 Rekorden und 40 deutschen Meisterschaften, dann, glaube ich, wird das, was der Mann

aus der Praxis sagt, dann auch sein Gewicht haben. So werden Sie verstehen, wir machen nicht hier in "Kling-klang" und rühren die Werbetrommeln, sondern nur, daß das, was gesagt wird, aus der Erfahrung für die Praxis gesagt wird.

Das meinte ich vorweg sagen zu müssen, damit wir uns auch nach dieser Seite untereinander immer mehr kennenlernen. Beim Fall Vorberg möchte ich noch umgekehrt sagen, daß das Geben und das Nehmen beiderseitig ist. Da wird dann die Frau nicht wie hier zu den Frauen mit ein paar Männern, sondern umgekehrt die Frau zu den Männern mit ein paar Frauen sprechen.

Nun zum 1. Vortrag, den ich Ihnen umschreiben möchte mit Grundlage, Organisation, Breite usw., und dann im zweiten Teil der Diskussion Training, Wettkampf, Leistungssport.

Detmar Wette,

Pressewart des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen:

Ich heiße Detmar Wette, bin im LSB-Vorstand und im Westdeutschen Hockey-Verband. 17 Jahre verantwortlich für die Aufstellung und Betreuung der deutschen Hockey-Nationalmannschaft.

Unser verehrter Freund Dr. Lotz hat in sehr überzeugender Weise uns die Notwendigkeit und Zweckmäßigkeit der Mitarbeit der Frauen im Verband und Verein vor Augen geführt. Er hat dabei uns Männern sehr heftig ins Gewissen geredet: Ja, das gehört eben zu den Aufgaben eines Missionars. Aber, meine Damen und Herren, zumal wir ja hier im Westen an Rhein und Ruhr als Männer in dem Ruf stehen, daß wir dem Charme einer Frau durchaus zugänglich sind, glaube ich sagen zu dürfen, daß wir keineswegs die männliche Vorherrschaft bis zum letzten Mann, oder, wenn Sie so wollen, bis zur letzten Frau, verteidigen wollen. Ganz im Gegenteil! Aber - und jetzt kommt das große Aber. Es hapert etwas, wenigstens im Westen, glaube ich, an der Bereitwilligkeit der Frauen zur Mitarbeit im Verband und Verein. Das ist in den verschiedenen Sportarten natürlich sehr unterschiedlich. Das betone ich ausdrücklich. Es gibt Sportarten, wo sich die Frauen geradezu zur Mitarbeit drängen. Eine ähnliche Feststellung hat ja auch Dr. Lotz schon gemacht, wobei ich allerdings den Eindruck hatte, daß er die Situation etwas zu optimistisch beurteilt. Ich muß aus den Erfahrungen meines Verbandes, des Hockeyverbandes, sprechen. Da sieht es allerdings, muß ich Ihnen ehrlich gestehen, sehr trübe aus. Gewiß, wir verfügen über einige sehr tüchtige Mitarbeiterinnen. Wir haben jetzt eine Verbandssportwartin, die ist anwesend, aber in einigen Bezirken, beispielsweise, suchen wir händeringend nach einer Bezirksfrauenwartin. Und ich höre es auch immer wieder aus unseren Vereinen, daß es sehr schwierig ist, Frauen für die Leitung der Frauenabteilungen zu bekommen, ebenso als Übungsleiterinnen. Es gibt gewiß einige, die bereit sind, ein Amt zu übernehmen. Aber sie sind nur sehr wenig.

Wenn ich noch einmal auf den Verband zurückkommen darf. Wir sind vor einigen Jahren einmal in eine böse Situation gekommen, daß wir nach einer Frauenwartin gesucht haben, ohne Erfolg zu haben. Wir sind an verschiedene Frauen herangetreten, die uns geeignet er-

schienen. Wir haben überall eine Absage bekommen, so daß wir schließlich gezwungen waren, das Amt der Frauenwartin mit einem Mann zu besetzen.

Es sieht nicht überall so ganz rosig aus. Ich glaube, daß ein sehr guter Weg wäre, etwas weiter zu kommen, wenn man bei der Schule anfinge. Das ist leider nicht von Herrn Dr. Lotz angeschnitten worden. Ich sehe da immer mit sehr viel Neid nach England herüber, wo, wie Sie wissen, der Frauensport in sehr starkem Maße schon in den Schulen betrieben wird, wo es eine sehr große Zahl von sehr tüchtigen Sportlehrerinnen gibt und wo auch die wissenschaftlichen Lehrerinnen durchaus fortschrittlich geschult sind. Ich glaube, wenn wir den Hebel hier ansetzen würden, daß man die Lehrerinnen etwas mehr für den Sport interessieren würde - es sind sicherlich hier zahlreiche Lehrerinnen anwesend - dann würde man mehr Erfolg als bisher haben. Das wäre dann auch eine sehr glückliche und wertvolle Vorarbeit für den Verein; denn ich könnte mir vorstellen, daß man damit auch sportbegeisterte Lehrerinnen für den Verein gewinnen würde. Ich habe Herrn Dr. Schwarz gebeten, mir gleich zu Anfang das Wort zu geben, weil ich gerade in dieser Hinsicht die Diskussion auf eine gewisse Fährte bringen möchte; denn Herr Dr. Lotz hat uns wohl sehr nachdrücklich auf die Notwendigkeit und Zweckmäßigkeit der Mitarbeit der Frauen im Verband und Verein hingewiesen, aber leider hat er uns nicht gesagt, wie man die Frau am besten für diese Mitarbeit gewinnen könnte. Wir haben uns in meinem Verband schon sehr oft den Kopf darüber zerbrochen, und es wäre sehr schön, wenn von unserem Referenten oder von dem einen oder anderen Diskussionsredner hier einige Tips gegeben würden. Und ich glaube, die Verbände, bei denen es eben an der Mitarbeit noch etwas hapert, die wären Ihnen recht dankbar dafür. Ich meine, wir Männer wissen im allgemeinen, wie wir die Sympathie einer Frau gewinnen können, aber wir wissen noch nicht alle, wie es uns gelingt, eine Frau für die Mitarbeit in Verein und Verband zu bekommen.

Dr. Lotz:

Ich bin Herrn Wette sehr dankbar, daß er unmittelbar gerade die Diskussion in die Richtung gelenkt hat, in der sie laufen soll. Wenn ich Rezepte wüßte, um die Frauen für die Mitarbeit zu gewinnen, würde ich sie Ihnen vervielfältigt überreichen. Ich bin deshalb sehr dankbar, daß ich diese Gelegenheit gehabt habe. Und ich möchte nochmals den Landessportbund Nordrhein-Westfalen zu dieser Tagung beglückwünschen, daß er diese Probleme vor Ihnen ausbreitet.

Es ist eine ganz entscheidende Frage in der Turn- und Sportbewegung, daß wir hier nach Wegen suchen. Und bei dieser großen Zahl von Frauen, die hier sind und aus der Turn- und Sportbewegung kommen, und wo ich mit Genugtuung sehe, daß nicht nur - wie soll ich einmal sagen - daß nicht nur die Jahrgänge über 30 hier vertreten sind, sondern auch jüngere, dann möchte ich doch schon sagen, daß das eigentlich schon als Positivum zu werten ist. Wenn wir Versammlungen nur unter männlichen Mitarbeitern haben, dann sind

diese Jahrgänge sehr selten. Sie wissen genau, daß unsere Jahrgänge und ältere in der Überzahl sind. Und es ist hier wahrscheinlich genau das gleiche Problem wie bei den Männern, daß es heute nicht mehr gelingt, eine große Zahl von Männern nach ihrer aktiven Zeit als Mitarbeiter, als Übungsleiter, als Betreuer zu behalten. Und ich glaube, daß das eine Frage wäre, die auch hier aus der Sicht der Vielzahl der hier vertretenen Verbände beleuchtet werden müßte, vor allem von den Frauen selbst, die sich unmittelbar mit den Problemen auseinandersetzen haben. Zu dem, was Sie über England sagten: Ich muß das noch einmal feststellen. Es gibt kein Land der Welt, das über eine so umfassende und wohldurchorganisierte Turn- und Sportbewegung verfügt wie Deutschland. Viele Aufgaben, die hier von der Turn- und Sportbewegung insbesondere für die Jahrgänge bis 18 übernommen werden, werden in anderen Ländern noch von der staatlichen Initiative und von den Schulen betreut. Und deshalb ist es dort auch viel eher möglich - wie wir es auch in Frankreich haben -, daß die in der Schule tätigen Lehrkräfte auch im außerschulischen Sport mitwirken, zum Teil, wie z.B. in Frankreich, sogar verpflichtet sind, das zu tun, zusätzlich zu ihrem Schulkontingent. Wir bedauern es außerordentlich, daß es heute nicht mehr der Fall ist wie früher, daß an und für sich jeder Turn- und Sportlehrer irgendwie als Übungsleiter, als Abteilungsleiter, Jugendwart, Oberturnwart eines Vereins tätig ist, sondern sich heute nur noch die Minderzahl unserer Kollegen für diese Arbeit zur Verfügung stellt. Sie können versichert sein, daß wir in unserem Teil, also bei der Ausbildung der Turnphilologen, alles möglich tun, um diese jungen Menschen für diese Fragen wieder zu interessieren. Es ist aber schwer, in einer Zeit, wo der Trend dagegen geht, sich ohne Entgelt für etwas zur Verfügung zu stellen, etwas zu erreichen. Aber, Sie können versichert sein, daß wir darum bemüht sind.

Sophie D a p p e r ,

Vertreterin im Bund Deutscher Leibeserzieher, Landesverband NW:

Ich habe 26 Jahre lang als Frauenwartin im Rheinischen Turnerbund, früher in der Rheinischen Turnerschaft, gearbeitet. Warum ich das sage? Wir standen in der Führung der Frauenarbeit durch die Frau einmal viel weiter als heute! Das Problem "Frau in der Führung der Leibesübungen" ist alt. Wir ringen darum seit mehr als 30 Jahren. Und wir hatten doch in Norddeutschland einmal alle Kreise besetzt mit einer Kreis- bzw. Bezirks-, Gau- oder Landesfrauenwartin. Wir hatten einmal die Führung der Leibesübung der Frau durch die Frau in den führenden Stellen. Und auch im Deutschen Turnerbund nach dem Krieg war verantwortlich für die Frauenarbeit nicht der Fraueturnwart, sondern die Frauenwartin. Das sage ich nur zur Richtigstellung, damit, wenn einmal eine Geschichte der Leibesübungen der Frau geschrieben wird, es auch so dargestellt wird, wie es wirklich war. Wenn damals der Mann etwas stärker in Erscheinung trat, so lag das vielleicht an seiner Bedeutung. Die Frau war klein und unbedeutender, aber verantwortlich für die Gestaltung, für den ganzen Aufbau der Frauenarbeit war auch nach dem Krieg im Deutschen Turnerbund die Frau, und zwar die Frauenwartin.

Warum haben wir heute viel weniger Frauen als früher? Es ist eben schon angeschnitten worden, wir haben nicht mehr die begeisterten Lehrerinnen, die in die Vereine gehen und die Arbeit aufnehmen. Sie sind nicht mehr da. Wir hatten früher ausgebildete Turn- und Sportlehrerinnen, die erst in die Vereine kamen, um sich weiterzubilden, die aber dann, begeistert von der Arbeit, auch gern die Führung aufgenommen haben. Nur dadurch ist es möglich gewesen, daß wir vor dem Zweiten Weltkrieg so viele führende Frauen in der Arbeit hatten.

Und wir müssen nun überlegen, wie bekommen wir wieder Frauen? Am besten wäre es, in viel größerem Maße als es heute ist, wieder die Ausbildung der Turn- und Sportlehrerinnen aufzunehmen, die bereitwillig auch in die Vereine gehen und dann auch von unten her mitarbeiten wollen.

Ein Weg wäre auch, in den Gauen oder Bezirken Führerinnen-Nachwuchs-Lehrgänge einzurichten, die jetzt weniger auf praktische Fortbildung ausgehen, sondern diesen jungen begeisterten Mädchen und Frauen geistiges Rüstzeug mitgeben, das sie zur Führung befähigt. Wir haben auch das früher getan, und ich glaube, daß wir gerade mit den Führerinnen-Nachwuchs-Lehrgängen die besten Erfolge gehabt haben. Sie könnten aufgegriffen werden von den Bezirken, von den Gauen, vom Land und auch von der Organisation oben.

Es ist selbstverständlich viel schwieriger, heute ehrenamtliche Führerinnen zu bekommen als früher, als es eine Ehre war, führen zu dürfen. Dieses Amt, das wir übernahmen, war eine besondere Auszeichnung. Und wir waren glücklich und froh, wenn wir die Arbeit übernehmen konnten. Nach Geld hat früher niemand gefragt. Ich weiß, daß ich überrascht war, als ich zu einem Vorturnerinnen-Lehrgang im Gau ging und zum ersten Male das Fahrgeld zurückbekam. Wir hatten so viel gelernt und bekamen dafür noch das Fahrgeld zurück! Diese Einstellung gibt es heute nicht mehr. Vielleicht könnten wir durch gut ausgerichtete Lehrgänge wieder etwas mehr Begeisterung von unten für die ehrenamtliche Arbeit wecken.

Es fehlt uns heute auch an Frauen im Alter von 20 bis 30 Jahren, die in die Führung hineinkommen könnten, weil die meisten Mädchen und Frauen heute viel früher heiraten und andere Aufgaben bekommen, als es früher der Fall war. Es sind also Schwierigkeiten zu überwinden, die wir vielleicht miteinander beraten und für die wir sicherlich auch miteinander eine Lösung finden können. Aber sicher ist, was Herr Dr. Lotz gefordert hat, daß wir viel mehr, als es heute der Fall ist, tun müssen, um recht viel Mädchen und Frauen verantwortungsvoll für die Arbeit zu gewinnen.

Hilde Brandt,

Frauenwartin im Westfälischen Turnerbund:

Leider hat es nur noch wenig Zweck, wenn ich nach Sophie Dapper spreche. Höchstens insofern, als ich aus einem Verband komme, in dem uns Sophie Dapper vor Jahrzehnten so viel vorwärts geholfen hat. Ich kann ihre Ausführungen in etwa ergänzen, als ich heute

noch in diesem Verband tätig bin und die schwere Verantwortung und das schwere Amt als Frauenwartin trage.

Was mir auffällt - ich darf das einmal hier ganz offen und ohne Verbrämung als kurze Kritik sagen -: Früher machte das Arbeiten in solch einem Verband mehr Spaß und Freude. Uns Frauen liegt nicht sehr die Art, wie sich die Verbandsarbeit heute entwickelt. Früher konnte man als Frau ungewunden und gefühlsmäßig, wie es einem ums Herz war, seine Meinung sagen, und die Teambrüder, die einem ja schon allein durch diesen kameradschaftlichen Ausdruck sehr eng verbunden sind, halfen einem auf die Sprünge. Heute bekommt man, wenn man irgendetwas mutig sagt aus einer Eingebung heraus, die einem am Herzen liegt und die auch bestimmt den Tatsachen entspricht, als Entgegnung: "Das ist nicht formgerecht beantragt worden." Ich kann hier nur sagen, das geht nicht nur mir so. Man bekommt viel mehr Rügen als früher, und man kommt mit seinen einfachen und schlichten Gedanken überhaupt nicht mehr zum Ziel. Es muß heute alles sofort formgerecht und in vollendeter Form vorgebracht werden, und das bedeutet für die meisten Frauen eine zusätzliche Belastung.

Ich darf daher eine freundliche Bitte an die anwesenden Sportkameraden richten, doch auch einmal daran zu denken, wenn irgendetwas schlicht, aber tiefempfunden von einer Frau in die Diskussion geworfen wird, das nicht als "formlos" abzutun, sondern sich anzuhören, ob nicht vielleicht etwas Vernünftiges dahintersteckt, und ihr mitzuhelfen bei der Formulierung, die nötig ist, um dann die nötigen Unterlagen zu gewinnen.

Jup J u m p e r t z ,

Schwimmtrainer:

Wie es besser gemacht werden kann, ist in der heutigen Zeit des Geldverdienens nur mit Geld zu erreichen. Ich will Ihnen dafür ein Beispiel erzählen. In unserem Club sind Mittwochsabends 200 Kinder in einer Stunde, davon 100 Nichtschwimmer. Die Wettkampfmannschaft muß die Kinder ausbilden. Warum? Ich bekomme keinen Jungen oder Mädchen zur Ausbildung. Ich bitte die Eltern, wenn die Kinder in den Club kommen, wenn die Eltern sie anmelden, mit in den Verein zu kommen und sich, wenn sie schwimmen können, zumindest um ihr eigenes Kind zu bemühen. Auch das schlägt fehl. Warum? Meistens ist vielleicht der Bauch zu dick oder das Trikot ist nicht dermaßen. In der Stadt Düsseldorf, ist man davon abhängig. Ich will Ihnen auch ein anderes Beispiel erzählen. Eine sehr charmante Dame kommt in den Club und möchte mitarbeiten. Aber wir waren nun einmal durch die Jahreshauptversammlung in den Vorstandsämtern festgelegt. Wir machten trotzdem ein Amt frei - ich will nicht sagen, um was für ein Amt es sich handelte -, aber es war irgendwie im Vorstand zu verkraften. Die Dame meinte, das wäre doch wohl nichts für sie. Sie brauchte fast nichts zu tun.

Ich kann Ihnen aber auch einen anderen Fall erzählen. Nachdem ich nun einmal die Sache anders beleuchtet habe und vielleicht in geldlicher Beziehung etwas tue, und zwar, wenn es heißt, wir gehen ins Theater und ich gebe dann Freikarten für das Theater aus, die natürlich unter dem Siegel der Verschwiegenheit gegeben werden müssen; denn es soll ja eine außergewöhnliche Angelegenheit sein. Aber, Herr Dr. Lotz, Sie haben die Frage des Herrn Wette gehört. Wenn Sie nicht geldliche Zuwendungen machen, bekommen Sie heute - so hart das klingen mag - und ich stehe 40 Jahre im Schwimmsport - keine Mitarbeiter. Es ist leider so, und Sie dürfen es nicht auf einen Einzelfall ankommen lassen. Im Schwimmen ist es so: Bei einer Körpertemperatur von mehr als dem doppelten der Wasserwärme von etwa 18 bis 20 sollen Nichtschwimmer ausgebildet werden. Da stehen die Leute bis zu den Knien im Wasser und sollen dann noch ausbilden, etwa eine halbe Stunde oder eine Stunde. Bei der Leichtathletik oder bei anderen Sportarten ist es besser. Glauben Sie mir, ich habe in den 40 Jahren auch schon sehr viel freiwillige und ehrenamtliche Mitarbeiter gefunden. Aber in der heutigen Zeit wird die Mitarbeit immer weniger. Warum? Das ist einfach zu erklären. Wenn Sie heute Menschen begeistern wollen, dann müssen Sie irgendetwas unternehmen. Gerade im Schwimmsport, wo es ja um sehr junge Menschen geht, bin ich schon so weit gegangen, daß ich gesagt habe, nicht nur betreuen, sondern bemuttern. Denn im Schwimmen und Eiskunstlauf gibt es ja den Sport, wo es Kinder zu Olympiasiegern bringen können. Da muß man eben bis zur Bemutterung gehen. Aber wo ist die Mutter, die die Kraft, die Zeit und das Wollen aufbringt, sich außer dem tagtäglichen Training noch irgendwie schönggeistig mit einer Mannschaft zu beschäftigen? Ich mache es seit vielen Jahren. Ich gehe mit der Mannschaft geschlossen ins Theater. Aber ich habe bis heute noch nie eine Mitarbeiterin gefunden.

Georg Geilenberg:

Mein Name ist Georg Geilenberg. Ich bin seit 50 Jahren im Verein tätig. Die Bürde eines Vorsitzenden trage ich seit 14 Jahren. Wenn ich das hier so höre - ich kann zwar nicht vom Fußball sprechen, denn letzten Endes gibt's bei uns im Fußball ja noch keine Amazonen - ab und zu mal eine wildgewordene, die Fußball spielen möchte, aber bei uns in der Spitze gibt es Missionare, die das verbieten. Denn letzten Endes ist das Fußballspielen eigentlich nichts für die Frau. Wenn ich wie bei einem roten Faden das durch die ganze Diskussion höre, wo bekommen wir die Mitarbeit der Frauen her, dann bin ich eigentlich der Meinung, wir müßten uns im Jahre des Vereins, das Daume ja proklamiert hat, hier in Nordrhein-Westfalen mit seinen mehr als 8.000 Vereinen eigentlich einmal die Vereinsvorsitzenden ansehen.

Ich bin der Meinung, alles, auch die Arbeit in der Spitze und die Mitarbeit in den Verbänden, die hängt nur davon ab, daß Sie einen Vereinsvorsitzenden von dieser Gilde der Menschen haben, die vernünftig und wirkliche Vereinsvorsitzende sind. Dann ist auch ein tüchtiger Jugendwart da, dann ist auch eine richtige Verteilung der

Ämter auf die Frauen da. In meinem großen Verein von 2.300 Menschen hatte ich gestern Abend unseren Fastnachtsball. 400 Männer, 600 Frauen waren anwesend. Und wir hatten dabei einige Einlagen von Twist. Ich habe gar nicht gewußt, daß das so eine Arbeit ist. Da habe ich gesagt, manche Übungsstunde ist nicht so anstrengend.

Ich habe in meinem Verein, in einem solchen "Warenhausverein", selbstverständlich überall Frauen, mit Ausnahme der Fußballabteilung. Es ist zwar so, daß die Frauen nicht gern zu einem Amt kommen wollen. Aber wir bekommen sie mittlerweile dazu. Die Verbände und Vereine müssen sich aber etwas einfallen lassen in ihrer sportlichen Betätigung auf allen Gebieten, die Dinge z.B. so erweitern, daß die Älteren weiter mitmachen. Das Turnen hat die "Männer mit dem Bart", wie wir spaßeshalber sagen. Warum haben sie nicht die anderen Fakultäten? Weil wir uns nichts überlegt haben. Der Fußball könnte die Menschen mit 28 Jahren noch halten. Sie gehen mit 28 Jahren weg. Warum? Weil der Platz zu groß ist. Also muß man für die alten Leute die Plätze kürzer machen. Dann bleiben sie auch dabei. Und das machen Sie einmal überall! Wir sind in unserer Selbstgefälligkeit der Verbandsarbeit heute so überheblich, daß wir sagen, was kann uns schon passieren? Minigolf ist keine Konkurrenz, die Vergnügungsindustrie ist keine Konkurrenz. Was das für eine Konkurrenz ist, das sehen Sie doch!

Schauen Sie sich die Vereinsvorsitzenden einmal näher an. Überall geschieht einmal etwas. Dann hört es aber schon wieder auf. Aber wo der Vereinsvorsitzende in Ordnung ist, ist auch der Verein in Ordnung, ist ein Jugendwart da und ist auch eine Frauenwartin da. Ich hole in meinem Verein die Frau. Als ich 1912 den Verein gründete als Pennäler, bin ich auch noch kein firmer Vereinsvorsitzender gewesen. Die haben bald eingesehen, daß der "Schnösel" das doch nicht richtig kann, und dann kam der Direktor Fugmann. Von dem habe ich es allerdings gelernt.

Wir müssen uns andere Gedanken machen über diese Dinge, und wir müssen dann zweifellos, und das ist heute schon durchgeklungen, die Arbeit innerhalb unserer Vereine leisten. Denn der Verein ist doch die Zelle. Ich habe so den Eindruck, als wenn die besten Vereinsvorsitzenden alle in die Funktionsstellen der Verbände gerutscht sind.

Grete B u s c h :

Detmar Wette zur Entgegnung: In England gibt es im Hockey wie in den anderen Sportarten entweder den Schulsport, da gibt es keine Jugendabteilung in den Vereinen, oder es gibt bei den Senioren die eigenständigen Sportverbände für die Männer und die Frauen. Also es ist ganz anders gelagert als bei uns. In Frankreich haben die Lehrer 17 oder 19 Wochenstunden, in Deutschland haben die Lehrer 25 bis 30 Wochenstunden. Das soll nur eine kleine Begründung dafür sein, warum man darüber hinaus nicht noch mehr Übungsstunden übernehmen kann. Es ist mit ein Grund. Inge Heuser hat einmal das Wort von der Drehbank gebraucht. Wenn man den ganzen Tag an der Drehbank steht, geht man abends in der Freizeit nicht auch noch

an die Drehbank. Wer 4 oder 6 Stunden Turnen gegeben hat, hat nicht Lust, abends noch einmal 2 Stunden Turnen zu geben.

Wie kommen wir an mehr Mitarbeiter? Ich muß Herrn Geilenberg unterstützen: Über die gute Arbeit im Verein! Wir haben in jedem Jahr 5 bis 6 Lehrgänge im Landessportbund, Frauenlehrgänge. Wir haben durchweg junge Frauen. Und es ist erschütternd, wie wenig diese jungen Frauen von ihrem eigenen Verein, von dem Verband, dem sie angehören, überhaupt wissen. Sie dürfen eine Übungsstunde leiten, vielleicht Kinder- oder Schülerturnen. Darüber hinaus erfahren sie von ihrem Vereinsgeschehen, vom Geschehen im Fachverband, nichts. Und das können wir mit den wenigen Lehrgängen, die wir im Landessportbund durchführen, nicht aufholen. Bitten wir daher unsere Vereinsvorsitzenden, sich etwas mehr darum zu bemühen. Dann werden wir mehr Mitarbeiterinnen auf der unteren Ebene haben. Und nur aus den vielen Mitarbeiterinnen auf der unteren Ebene kommen wir zu Mitarbeiterinnen auf der mittleren und auf der höheren Ebene. Wir können nicht auf einmal führende Frauen aus dem Boden stampfen, wenn sie es nicht von der Pike auf gelernt haben. Dann würden diese Frauen nach den ersten vier Wochen Schiffbruch erleiden, weil sie ganz sicher gegen die Männer den Kürzeren ziehen werden. Ich möchte daher allen Vertretern der Fachverbände sagen: Legen Sie es Ihren Vereinsvorsitzenden besonders ans Herz. Das ist der einzige Weg, auf dem wir wirklich weiterkommen.

Irmgard D a n i l o f :

Ich komme aus Gladbeck. Zwei Punkte, die ich erwähnen wollte, sind vorweggenommen worden. Herr Geilenberg hat einiges gesagt, Grete Busch hat mir etwas vorweggenommen. Als drittes hätte ich noch zu sagen: Bietet den Jugendlichen, den Kindern, den Frauen die ihnen gemäßen Übungsstunden an. Sie kommen. Ich bin seit ungefähr einem halben Jahrhundert in der Turnerei. Ich bin als Kleinkind hingekommen, ich bin auch jetzt noch da. Ich bin eine von den vielgeschmähten Leibbeserzieherinnen, stehe aber jede Woche vor einer Abteilungsabteilung. Warum? Weil es mir Freude macht. Die Frauen kommen, weil ich ihnen das ihnen gemäße anbiete. Ich habe früher, bevor ich die Frauen hatte, Jugendturnerinnen gehabt. Habe mit denen nicht nur Vorbereitung zu den Wettkämpfen gemacht, sondern ich habe auch Grundschulung betrieben, wie man es jetzt so schön nennt. Ich kann beurteilen, wie es Schülerinnen zumute ist, die ich als Lehrerin in einen Verein schicke. Ich tue das nämlich. Ich sage, Mädchen, du bist begabt, geh dort hin. Erst lasse ich sie einmal zwei Wochen hingehen, dann frage ich sie, wie war es denn? Die Antwort: Ich bin nicht wieder hingegangen. Dann schicke ich sie nochmals hin mit dem Auftrag, zu der und der Übungsleiterin zu gehen und zu sagen, daß sie sich ihrer einmal etwas annehmen möge. Dann werden sie beachtet, und dann fühlen sie sich auch wohl.

Ein armes kleines Mädchen, das in einen Verein kommt, ist fremd. Das muß man ein wenig an die Hand nehmen, ohne es zu bemuttern. Man muß ihm nur den Weg weisen. Diese Mädchen bleiben auch im Verein, auch, wenn sie einmal für zwei oder drei Jahre ausscheiden. Dann haben wir auch die Mitarbeiterinnen in den Vereinen. Vor al-

len Dingen müßten in sämtlichen Vereinen Abteilungen für Mütter mit Kindern, für Mütter mit Kleinkindern aufgezogen werden. Warum sollen sich die Frauen der Fußballer nicht einmal in der Woche in der Turnhalle treffen? Übungsstättenmangel wie vor fünf oder sechs Jahren gibt es heute nicht mehr. Eine Nachmittagsstunde läßt sich immer herauschinden. Und wenn die Kleinkinder hinkommen, dann bleiben diese auch später dem Verein treu. Und wenn die Leute eine Liebe zu ihrem Verein haben, werden sie sich später auch nicht sträuben, ein Amt zu übernehmen. Ganz im Gegenteil. Sie werden sagen, ich habe so viel Freude im Verein gehabt, ich habe viel gelernt, meine Gesundheit ist stabil geworden, ich habe jetzt eine oder zwei Stunden in der Woche für diesen Verein übrig. Die von Grete Busch erwähnte Übungsleiterausbildung möchte ich ganz dick unterstreichen.

Zwischenruf Jumpertz: Wer soll die Fußballfrau mit den Kindern betreuen?

Die Fußballfrau soll zu einem überfachlichen Lehrgang gehen und soll etwas bieten. Das ist das, was ich sagte: Bietet den Frauen etwas!

Prof. Inge Heuser:

Ich bin im Rheinischen Turnerbund als Frauenwartin tätig. Es ist jetzt etwas schwierig geworden, weil jeder von seiner Sicht aus die Dinge gesehen hat. Daher habe ich mir eben überlegt, inwieweit haben wir eben auf das geantwortet, was Dr. Lotz uns hier im Referat gesagt hat. Zunächst einmal, glaube ich, ist herausgekommen, daß wir im Grunde alle einer Meinung sind hinsichtlich des Gesagten, nämlich, daß Verein und Verband bis in die Bundesspitze hinauf der Mitarbeit der Frau und des Mannes bedürfen. Damit wäre uns praktisch die Diskussionsgrundlage entzogen worden, wenn nicht mit dem ersten Diskussionsbeitrag eine neue Frage aufgeworfen worden wäre, nämlich, wie bekommen wir die Frauen? Diese Frage ist dann etwas ausgeweitet worden in die Frage, woher bekommen wir auch Männer zur Mitarbeit, und dann noch weiter, wie bekommen wir mehr Mitglieder?

Ich darf vielleicht jetzt noch einmal etwas zurückführen auf die Ursprungsfrage. Es scheint, daß wir mehr Männer in der Mitarbeit haben als Frauen. Also konzentrieren wir uns noch einmal auf die Frage nach der Mitarbeit der Frauen.

Ich meine, sie wird in drei Ebenen gefordert. Nämlich einmal im praktischen Tun im Verein in der Übungsstunde. Und da, glaube ich, sind wir noch verhältnismäßig glücklich dran. Es gibt noch verhältnismäßig viele, die sich bereit finden. Jedenfalls möchte ich meinen, fast gleich viele wie bei den Männern.

Dann gibt es die zweite Ebene, wo man schon etwas mit der Verwaltung zu tun hat, wo es also schon etwas in die Funktionärstätigkeit hineingeht. Dieses Wort allein erschreckt schon manche Frau.

Aber, so weit ich das überblicken kann, wenn die Frau da in einem Gremium unter ihresgleichen ist, da ist sie ganz tapfer und meistert ihre Sache. Ich glaube, Grete Busch kann das von allen Tagungen, die wir gehabt haben, bestätigen, wo also Frauen nur untereinander waren. Da haben auch ganz zaghafte, ganz vernünftige Beiträge - nicht immer sehr elegant formuliert - wissenswertes und gutes beigesteuert. Nun sagen wir, ihr müßt jetzt auch einmal eine Stufe weitergehen, ihr müßt euren Männern auch einmal etwas sagen. Sie finden schließlich auch einmal eine, die bereit ist, einen solchen Posten zu übernehmen, sei es als Pressewartin, sei es als Beisitzerin, und wir schicken sie in eine Männerversammlung. Dann kommen die Männer hinterher und sagen, die hat ja nicht den Mund aufgemacht. Das nützt uns doch gar nichts. Dann muß man sich einmal fragen, warum hat sie jetzt plötzlich geschwiegen? Und warum hat sie bei uns so munter geredet? Da könnte man doch etwas von den Lehrern lernen, die ja auch das schüchterne Kind, das vielleicht ganz gut ist, aber sich nicht immer meldet, dann doch einmal aufruft und fragt, kannst du uns nicht einmal erzählen, wie du das siehst?

Die dritte Ebene: Die Frage des Leistungssports, der Zusammenarbeit zwischen Mann und Frau als Trainer und Übungsleiter. Die Leistungssportler brauchen einen Trainer, der überlegen ist, der die Bewegungen einmal selbst beherrscht hat. Da kann es dann sehr leicht sein, daß ein Mann geholt wird, weil ein mittelmäßiger Mann in der Leistung immer noch über der Leistung der guten Frau liegt, während das bei den Frauen schon die Beste der Besten sein müßte. Ist sie noch so gut, dann macht sie selber mit, ist sie nicht mehr so gut, dann hat sie meistens inzwischen soviel Zeit dem Sport gewidmet, daß sie sich endlich ihrem Manne und ihren Kindern widmen muß. Da liegt, glaube ich, ein großes Problem. Und da müßten m. E. Mann und Frau zusammenarbeiten. Das heißt, wir können da nicht auf die Hilfe des Mannes, seine Kenntnisse und sein eigenes Können, verzichten. Aber wir dürfen es ihm nicht allein überlassen, sondern es müßte eine Frau dabei sein. Und das geschieht auch weitgehend. Und diese Zusammenarbeit, glaube ich, müßte stärker gefördert werden überall, so daß dieser Mann, der verantwortlich gemacht wird, stärker auch bekannt gemacht wird mit dem, was für die Frau typisch ist. Er müßte einen solchen Vortrag, wie ihn Frau Dr. Bausenwein vorhin gebracht hat, sich einmal sehr nachdenklich anhören. Ich hoffe, daß recht viele Trainer hier sind. Das ist im großen und ganzen das Feld, das ich hier abstecken möchte. Es gäbe dann später zur Frage Leistungssport noch mehr zu sagen.

Frau Schneider-Fuchs,

Westdeutscher Schwimmverband:

Man fragt, warum sieht es nicht so rosig aus mit dem Führernachwuchs bei den Frauen? Ich betrachte die Sache als Frau, die im Beruf steht, ganz nüchtern, und will es auch ganz klar sagen. Die Frau ist bereit zur Mitarbeit. Aber sie wird abgeschreckt durch den Widerstand der Männer. Das ist nicht zum Lachen. Nehmen Sie eine junge Schwimkameradin oder Turnkameradin, die ein Amt einnimmt, und tritt zum ersten Mal in einen Verein - denn wir fangen ja alle einmal an - und sie sagt etwas, was nicht ganz hinhaut,

dann wird gelacht, und der gesamte Männervorstand fällt über die Frau her. Das ist mir von vielen Kameradinnen bestätigt worden. Ich muß natürlich feststellen, daß es in den oberen Gremien unbedingt besser ist.

Die Männer sehen in uns im Verein wie im Beruf eine Konkurrenz, die ihnen nicht willkommen ist. Und besonders nicht, seitdem in den Sportverbänden Geld den Charakter verdirbt. Ich sehe den Weg nur so: Man muß die Vereine zwingen, mindestens eine Frauen- und Jugendwartin zu haben. Ich glaube, es gibt noch sehr viele Vereine, wo Frauen- und Mädelswartinnen nur auf dem Papier stehen. Die jungen Kameradinnen werden zuerst abgeschreckt und die älteren später.

Liselott D i e m ,

Leiterin der Frauenausbildung an der Sporthochschule Köln:

Ich bin gleichzeitig Frauenvertreterin des Bundesverbandes Deutscher Leibeserzieher. Unsere elf Landesverbands-Frauenwartinnen sind alle hier, um in Nordrhein-Westfalen das Gastrecht zu genießen. Ich möchte die Behauptung aufstellen, die heute schon einmal gesagt worden ist, die nicht bewiesen werden kann, aber die wir durch Untersuchungen sehr schnell beweiskräftig machen können, daß nämlich unsere Jugend genauso aufopferungsfreudig ist wie es unsere Generation früher war. Sie braucht Aufgaben. Diese werden ihr aber oft nicht gegeben. Es ist so furchtbar harmlos, das zu sagen, daß sie die Aufgaben bekämen. Unsere Männer wissen auch manchmal nicht genau, was sie tun und was sie sagen. Wir haben vorhin nämlich ein Wort gehört, das war eigentlich das entscheidende Wort. Da wurde gesagt: Wir haben nun unseren Vorstand geöffnet, wir haben einen Anderen abgesetzt, wir haben einer Frau etwas geboten, und sie hätte gar nicht viel zu tun brauchen, sie hätte da sitzen können! Das ist ja gerade das, was eine Frau nicht haben möchte.

Ich kann Ihnen jetzt einmal etwas anderes sagen. Vielleicht können Sie das dann erweitern. Junge Studentinnen habe ich gebeten, einmal mehrere Semester lang nach ihrem Eintritt eine kurze Studie über das Thema "Mein Verein" zu schreiben. Unbefangen, ohne Namen. Wie war es? Was hast du Positives gehabt? Was würdest du sagen, wenn du später einmal die Dinge so ändern könntest, wie sie dir zusagen? Und da kommen jetzt die Dinge: Nämlich, Verantwortung übernehmen können, selber einmal etwas entscheiden können, sogar einmal mit über das Geld verfügen können, wenn die Jugendabteilung einmal das Geld hat, darf sie das Geld mit verwalten, also selbst verantwortliche Aufgaben, die ihr liegen. Und auch noch Dinge, ob es nun Twist ist oder "Er und Sie-Sport" oder solche Dinge, die im Ausland auch zum Teil schon - Orientierungslauf in der Schweiz - zu einem geselligen Beisammensein, wie es diesen jungen Menschen von 17 bis 18 Jahren gemäß ist, hinführen, also das, was Herr Geilenberg angedeutet hat. Und vielleicht auch - wir haben eine neue Untersuchung gemacht - eine Diplomarbeit, eine Untersuchung über den Mädelturnverein Krefeld. Warum klappt es dort? Warum ist die Struktur dieses Vereins völlig anders? Warum ist z.B. die Untersuchung, die wir angestellt haben, alle abgegangenen Vereinsmitglieder zu

fragen, warum, wieso usw., warum sieht die Struktur eines solchen Vereines anders aus, wieso ist dort ein gesundes Klima? Hängt das mit der Persönlichkeit zusammen, hängt das mit dem Angebot zusammen?

Ich erinnere mich - und Sophie Dapper sicher auch -, daß wir schon vor dreißig Jahren ähnliche Themen angerührt haben. Da standen wir noch mit einem Bein in der alten Frauenbewegung. Und das liegt uns gar nicht mehr. Wir haben eben entschieden, wir wollen mit Charme diese Frage des Frauensports und der Gewinnung der Männer für den Frauensport über die Bühne bringen. Diese alte Kampfsituation muß vorbei sein. Aber richtige Methoden anwenden, wenn sie heute soziologischer Art sind, Strukturen versuchen, Analysen, was geht hier vor? Anstatt immer wieder aus unserem Gefühl heraus zu sagen, das und das müßte so sein!

Ernst an Huef:

Ich heiße Ernst an Huef, bin Oberturnwart eines Turnvereins, überfachlicher Kreisjugendwart und bessere Eehälfte der Kreisfrauenwartin.

Es sind verschiedentlich schon die Stichworte Vereinsvorsitzender und Schule gefallen. Ich glaube, daß da, besonders für den Vereinsvorsitzenden, eine Aufgabe liegt. Es hat wenig Sinn, über die Schule und die Lehrerschaft zu schimpfen und andererseits nicht dafür zu sorgen, daß unsere turnbegeisterten Jugendlichen Lehrer werden. Ich glaube, das ist ein Weg, um aus der Schwierigkeit herauszukommen. Und ich möchte fast vorschlagen, ob wir nicht irgendwie, wenn wir schon so wettbewerbslustig sind, einen Wettbewerb für die Vereine machen, wieviel Prozent ihrer Mitglieder sie auf die Pädagogischen Hochschulen hinbringen, damit wir die sportbegeisterten Lehrerinnen und Lehrer haben, die von Jugend auf Freude an der Leibeserziehung haben. Die vielen Lehrgänge, die in guter Absicht das Kultusministerium und die Bezirksregierungen durchführen mit Lehrkräften, die nicht von Jugend auf Freude an den Leibesübungen haben, bringen nicht viel Erfolg. Mehr Erfolg bringt m.E. der Wettbewerb der Vereine um den Lehrernachwuchs aus ihren Reihen heraus. Dann wird auch die Frage, die heute hier besonders ansteht, die Mitarbeit der Frauen, besser gelöst werden. Denn wenn wir uns heute ansehen die Zahl der Studierenden - Frau Prof. Heuser wird noch genauere Zahlen geben können -, Verhältnis von Männern und Frauen, und wenn wir uns die Schulen selbst einmal ansehen, da ist die Situation nicht viel anders.

Heute fuhr ich mit Fräulein Hauth hierher. Ich fragte sie nach der Zahl der Lehrkräfte. An ihrer Schule sind 23 insgesamt, davon 7 Männer. Von diesen sieben Männern sind drei schon über 60 Jahre. Alles andere sind Frauen. Und ich glaube, wenn wir da unsere Arbeit auf die Vereinsvorsitzenden hinlenken, auf die Gewinnung des Lehrernachwuchses, dann kommen wir um sehr viel weiter.

Die staatlichen Stellen - ich darf hier auf die Richtlinien des Landes Nordrhein-Westfalen verweisen, vielleicht ist das auch etwas

für Herrn Dr. Lotz, damit er, wenn er als Missionar eine Missionsreise macht, etwas mitbringt - die ganz klar aussagen, daß es der Leibeserzieher verstehen muß, die Grunderfahrung gesunder und bewegungsfreudiger Lebenshaltung seiner Schüler so zu festigen, daß sie über die Schulzeit hinaus wirksam bleibt. Dieses gelingt umso besser, je mehr er selbst Verbindung zur außerschulischen Leibeserziehung hält. Ich glaube also, dieser Wettbewerb der Vereine um den Lehrernachwuchs könnte uns bei der Arbeit der Männer als auch der der Frauen sehr nützlich sein.

Gertrud R i n k e ,

Frauenwartin des Westdeutschen Skiverbandes:

Ich kann berichten, daß wir im Westdeutschen Skiverband fast 50 % Frauen unter unseren Mitgliedern haben. Als aktive Rennläuferin wurde ich vor sieben Jahren vor die Aufgabe gestellt, den Posten der Frauenwartin im Skiverband einzunehmen. Ich hatte zu der Zeit kein Konzept. Die Mitarbeiterinnen standen nur auf dem Papier. Es war also praktisch nichts vorhanden. Und ich stand dieser Frage gegenüber, die wir heute als Tagungsprogramm haben. Daraufhin bin ich in die Versammlungen der Bezirke gegangen, zu den Tagungen der Bezirksobmänner mit den Vereinsvorsitzenden und habe in allen Bezirken mein Sprüchlein heruntergesagt. Ich habe mir ein Programm aufgestellt. Jeder Sportwart weiß genau, was er zu tun hat, jeder Sozialwart hat seine Aufgabe. Aber die Frauenwartin hat eine Aufgabe, die nur sehr grob umrissen ist, die praktisch mit jedem anderen Wart zusammenarbeiten muß. Sie darf ihm aber bei Gott nicht auf die Füße treten. Das ist eine große Sache des Taktes, und das ist m. E. das Wichtigste. Ich habe überfachliche Lehrgänge durchgeführt, um die Frauen- und Mädelswartinnen einmal zusammenzuholen und habe dabei die Anregungen verwerten können, die ich mir hier im Landessportbund bei Grete Busch geholt habe. Bei meinem Fachverband habe ich mir natürlich die rein fachlichen Anleitungen geholt.

Eines sehe ich immer wieder: Man kann nur Mitarbeiterinnen gewinnen, indem man sie persönlich anspricht. Die Frau ist von Natur aus zurückhaltend. Das liegt in ihrer Mentalität. Sie will angesprochen werden, und es kostet sie Überwindung, in einem Gremium, wo nur Männer sitzen, es sei denn, sie ist das vom Beruf aus gewöhnt. Da muß man eben die Vorsitzenden und die höheren Warte bitten, Verständnis zu haben und den Mädchen oder Frauen ein Sprungbrett zu geben.

Nochmals zusammengefaßt: Das Programm ist das Wichtigste und die Ansprache der Frau.

Frau P r e y :

Ich komme vom Bundesverband der Leibeserzieher, Landesverband Saar. Dort vertrete ich die berufsbildenden Schulen.

Wenn zu Beginn der erste Diskussionsredner allgemein von Schulen sprach und das Wort Schule immer wieder gesprochen wurde, und Sie sich Sorgen machen, daß wir in den Vereinen die jungen Gruppen stark vertreten haben, die mittleren einigermaßen, die ab 20 nur noch in einem geringen Prozentsatz, dann könnte ich mir denken, daß viel daran liegt, daß 80 % der Jugendlichen, die Berufsschulen besuchen, fast keine Leibeseziehung haben. Sie stehen im Beruf sehr früh und sehr jung sehr einseitig eingespannt. Ich besuche häufig von der Volkshochschule die Betriebsbesichtigungen. Man ist erschüttert über das Bild, über die einseitige Arbeit, die die Jugendlichen, besonders die Mädchen, verrichten müssen. Der Junge hat immer noch irgendwo Möglichkeiten, sich etwas mehr auszutoben. Das Mädchen kommt müde nach Hause. Die Hausarbeit ist auch durch Automation einseitig. Und der Anreiz des Fernsehens ist auch da, so daß kaum Bewegung vorhanden ist. Das Trägheitsgesetz wirkt sich bei unseren Jugendlichen so stark aus, daß gesundheitliche Schäden nicht ausbleiben, denen auch das Gesundheitsamt bei allem guten Willen nicht gewachsen ist. In den Berufsschulen fehlt auch zum größten Teil die gute Überwachung in diesem Alter der puberalen Entwicklung.

Und wenn ich schon sehr lange in der Arbeit stehe und mit 14- bis 20-jährigen arbeite, zum Teil auch in einem Erziehungsheim mit Schwer- und Schwersterziehbaren, und da beobachten konnte, wie die Leibeseziehung gerade bei diesen Mädchen vom besonderen Wert war, sogar Erziehungsschwierigkeiten nicht aufhörten, aber nicht mehr in diesem Maße bestanden, dann dürfen wir doch auch heute sagen, daß wir viele, die wir nicht in den Erziehungsheimen haben, in den Berufsschulen haben. Die Frage ist nur, wie kann man die in denjenigen Schulen, die kein Fach Leibeseziehung oder Sport haben, ansprechen? Ich meine, da wäre dem Sportbund noch ein sehr großes Feld gegeben. Die Frage müßte nur gestellt werden, wie kommen wir an diese Jugendlichen heran? Wenn wir in Gesprächen mit den Schülerinnen die Fragen aufwerfen, besonders wenn gesundheitliche Schäden da sind, Menstruationsbeschwerden usw., machst du eigentlich Gymnastik? dann hören wir meistens ein Nein. Wenn wir dann aber ein wenig mehr auf Verstandesebene versuchen, dem Mädchen zu erklären, was im Körper vor sich geht, und ihnen nahelegen, doch in einen Verein einzutreten oder an einer Gymnastikstunde teilzunehmen, dann spüren wir, daß da oft sehr gute Resultate erzielt werden.

Ich meine, der Verband könnte einmal versuchen, über die Ministerien das Fach Leibeseziehung fester zu verankern als Pflichtstunde. Zum anderen müßte ein Verein in der Nähe einer Berufsschule einen Aushang haben, wo er auf seine Stunden, seine Möglichkeiten usw. hinweist. Denn oft ist es schwer, daß ein Jugendlicher den Weg in den Verein findet, wenn er nicht gerade durch Kameraden den Vereinsweg erklärt bekommt. Und zum anderen wäre gerade, was die Mädchen in den Vereinen angeht, zu überlegen, ob man die Stunden für sie nicht früher legt. Alle Eltern haben gerade in der Zeit der puberalen Entwicklung die größten Sorgen mit ihren Töchtern. Und es heißt sehr oft, ich darf nicht in den Verein, weil ich zu spät nach Hause komme.

Ich meine, für den Verein könnte das ein Sprungbrett zu einer zusätzlichen Mitgliederzahl und auch zu einer Erweiterung werden, wenn man über die Berufsschulen, über die 80 %, einen Weg sucht.

Dr. Lotz:

Ich glaube, daß mein Referat, nämlich die Probleme, die sich für diese Frage Frauensport ergeben, aus der Sicht der Vereine und Verbände, seinen Zweck insofern erreicht hat, als wir in der beschränkten Zeit eine Reihe von Diskussionsbeiträgen hatten, die uns Anregungen vermittelten. Wir haben sie gehört aus der Darstellung führender Leibeserzieherinnen, wir haben sie gehört aus der Darstellung der verschiedenen Frauenwartinnen der einzelnen Verbände, wir haben auch Beiträge gehört aus der Sicht des Vereinsvorsitzenden.

Ich möchte nur einige Dinge noch einmal kurz herausgreifen.

1. Übungsleiter: Sie können sich erinnern, im Jahre 1959 war hier diese große Arbeitstagung. Das Wort des Sportredakteurs des "Mittag", Dahmen, als er sagte: "Hier bricht mir eine Welt zusammen", habe ich noch in guter Erinnerung, nämlich, als ganz klar erklärt wurde, daß mit der ehrenamtlichen Mitarbeit allein heute die praktische Arbeit in den Vereinen und Verbänden nicht mehr zu leisten ist. Es ist eindeutig, daß die deutsche Turn- und Sportbewegung am ehrenamtlichen Mitarbeiter festhalten wird. Das ist die Grundlage seiner Arbeit. Aber allein kann der ehrenamtliche Mann die Arbeit nicht mehr leisten. Und deswegen wenden wir fortschreitend den nebenamtlichen Mitarbeiter haben und auch den hauptamtlichen. Die Landessportbünde und die Fachverbände sind ja auf diesem Weg schon viel weiter, als heute hier zum Ausdruck gekommen ist. Nordrhein-Westfalen ist speziell hier allen anderen Landessportbünden vorausgegangen. Vor dieser Entwicklung die Augen zu schließen hat keinen Zweck mehr. Und ich glaube auch, daß wir hier, und das ist eine Anregung, die ich für mich persönlich mitnehme, daß wir gerade in der Frage der Übungsleiterinnen, der fraulichen Mitarbeiterinnen, größere Aufmerksamkeit widmen müssen.

Das Zweite, was ich dazu sagen möchte, ist, daß der Aufbau von unten her erfolgt. Wir müssen beginnen bei den Vereinen und Verbänden und dann erst auf die höhere Stufe gehen. Und es wird hier genauso wie bei uns sein, die in der Pädagogik stehen, die tausendfachen Bemühungen werden einmal Erfolg haben. Wir müssen natürlich damit rechnen, daß viele, die zu den Kursen kommen, nicht lange bleiben oder nicht geeignet sind. Aber wenn es uns gelingt, einige daraus zu gewinnen, aktive Elemente zu gewinnen, dann ist das schon ein Schritt weiter.

Das Nächste, was ich für sehr wichtig halte, was von Herrn Geilenberg gesagt wurde, die Variation im Programm, daß wir unser Angebot ändern, der Lage gerecht werden, daß wir uns - wie er sagte - etwas einfallen lassen und der Situation, wie sie uns in diesem oder jenem Verein in dieser oder jener Form entgegentritt, gerecht werden! Und da war auch noch eine Anregung von einer Dame, die ich auch noch einmal unterstreichen möchte, daß wir in allen Fachclubs andere Elemente hineintragen, damit auch die Frau zur Betätigung angeregt wird. Das ist keine Theorie, das wird bereits vielfach praktiziert, und es würde zu weit führen, wenn wir auf die Anstrengungen eingehen, die heute überall unter dem Schlagwort "Zweiter Weg" unternommen werden.

* * *

Dann schließlich noch zwei Bemerkungen. Die eine kam von Frau Diem. Das heißt eine Ermutigung an junge Menschen unter frühzeitiger Heranziehung zu verantwortlichen Aufgaben. Daß man so nicht erst dem erwachsenen Menschen eine Verantwortung gibt, sondern bereits den Jugendlichen heranzieht. Wir wissen natürlich auch hier genau, daß nicht jeder nachher bleiben wird, aber daß wir einige behalten.

Und dann, was ich mir besonders gemerkt habe, daß wir die Frauen, besonders wenn sie nicht aus dem Beruf kommen, der sie in die Öffentlichkeit zwingt, der sie zwingt, zu sprechen, vor anderen Menschen zu stehen und seine Meinung zu sagen, daß wir diese Frauen von uns aus unterstützen müssen, helfen müssen, um ihnen den Platz im Rang der Männer zu erleichtern.

Dr. W. S c h w a r z :

Vielleicht für Nordrhein-Westfalen noch ein paar Hinweise, gerade auch darum, weil Herr Dr. Lotz darum gebeten hat. Frau Heuser hatte ja schon kurz zusammengefaßt, was bei dieser Diskussion genannt war.

Haben wir mehr Frauen, sind mehr dabei, dann ist das Reservoir, aus dem wir schöpfen können, größer. Die Statistiken und die Entwicklungen zeigen ja, daß ausgerechnet in den Altersstufen 18, 20, bei denen die Kurve immer absank, diese seit einigen Jahren ansteigt. Wahrscheinlich zurückzuführen auf die sportlicheren Moden und derartige Erscheinungen neben Gesundheit. Wir müssen diese Entwicklung zu nutzen verstehen. Das wichtigste, sind die Ämter da, sind sie geöffnet. Wenn viele Posten bei den Jahreshauptversammlungen der Vereine offen bleiben, die nicht besetzt werden können, von denen man nicht sagen kann, daß sie die Männer blockieren, bin ich der Ansicht, wenn wir in der Schule die Schülermitverantwortung, die Schüler selbstverwaltung haben, dann müssen wir auch lernen, nicht nur die Kinder- und Jugendabteilungen regelmäßig zu betreuen, sondern helfen, daß sie überfachlich in die Ämter hineinwachsen. Denn wenn wir uns die Organisationsformen anschauen, dann sind die Frauen natürlich in ihren fraulichen Bereichen da, darüber hinaus aber kaum, obwohl wir 600.000 Unternehmerinnen kennen, obwohl jeder Siebente einen weiblichen Chef hat. Und das könnte auch in der Turn- und Sportbewegung sein. Wir hängen noch weit dahinter zurück. Meinungsbildend versuchen wir hier in Nordrhein-Westfalen in unseren Aktionen, etwa in der Einbeziehung von 4.000 Ärzten und damit auch etwa 1.000 Ärztinnen, über 4.000 Leibeserziehern Kräfte hineinzubekommen. Ähnliches könnte ich auch sagen über die Gewerkschaft, Kirche und Sport, Arbeitgeberverbände usw., was wir alles für Aktionen hier bei uns durchführen.

Ich will das Wort von Dr. Lotz aufgreifen: Übungsleiter. Wir wurden angeschossen. Bei den Bayern, den Hessen, in Hamburg, in Berlin finden wir ähnliche Berichte und Bestimmungen wieder, wie wir sie haben. Wir haben 4.000 Übungsleiter im vergangenen Jahre gehabt, die wir nebenamtlich honorieren. Von diesen sind über 1.000 Frauen. Diese Kräfte können wir stärker an uns heranbringen. Bezüglich des Attraktiven, des Formalistischen, das durch Hilde Brandt eben gebracht wurde, da sind wir ebenfalls schon in unserem Generalplan

für die Förderung der Leibesübungen, den wir bereits im Jahre 1959 aufstellten, davon ausgegangen, daß wir in unserem ganzen Vereins- und Verbandsleben zu vereinsrechtlich denken und dadurch zu formalistisch werden.

Wir gehen auch mit den Ärzten in einer vollkommen aufgeschlossenen Weise vor. Frau Grete Nordhoff hatte als Vertreterin aller Frauen im Deutschen Sportbund darauf hingewiesen, daß Anregungen und Anstöße gegeben werden sollten. Wenn alles das, was hier gesagt wurde, und es waren sehr viele Dinge, viele Anregungen, nur hier hängenblieben, dann wäre das nicht genug. Sie müssen heruntergehen nach unten. Dort ist der Bereich der Mitte, wo der Mensch und wo der Verein in der mitmenschlichen Gemeinschaft steht. Wir wollen dieses bedenken, wir wollen darüber diskutieren. Vor allem wollen wir aberhandeln!

Dr. Lotz:

Noch ein Wort zur Frage der Berufsschule. Das ist natürlich ein äußerst wichtiges Problem. Es würde die Zeit überfordern, wenn wir darauf eingehen wollten. Ich möchte nur sagen, es ist nicht nur ein deutsches, es ist ein internationales Problem. Und es wird auch auf dieser Ebene versucht, zu einer Lösung zu kommen. Es ist jetzt einfach nicht möglich, in wenigen Sätzen zu sagen, was nun vom deutschen Sport aus geschieht. Auf jeden Fall möchte ich eines sagen, dieses Problem ist nicht außer der Diskussion. Und es wird als ein sehr schwieriges, aber einer dringenden Lösung bedürftiges angesehen.

Dr. Schwarz:

Wir haben einen "Arbeitskreis Leibeserziehung an berufsbildenden Schulen" in Nordrhein-Westfalen. Wir haben schon oftmals getagt, auch in Benehmen mit den Arbeitgeber- und Arbeitnehmerverbänden. Auch das, Herr Dr. Lotz, nur zur Kenntnis.

Wir kommen nun zu dem zweiten Problemkreis, nämlich zu dem Vortrag Frau Dr. Bausenwein, "Neuzeitliche Trainingsmethoden im Frauensport".

Wir wollen in diesem Teil speziell über die Wettkampfs- und Trainingsfragen sprechen, und ich bitte auch da um Wortmeldungen.

Herr J u m p e r t z :

Zunächst möchte ich meinen Dank dafür aussprechen, daß Sie auch die Leute, die täglich am Bassinrand, an der Aschenbahn oder wo auch immer stehen, zu dieser Tagung eingeladen haben. Was Sie, Frau Dr. Bausenwein, gesagt haben, das ist von meiner Warte aus gesehen nur zu unterstreichen. Eine Kritik an medizinischen Erkenntnissen zu üben, wäre für einen Laien zwecklos. Aber es sind da verschiedene Dinge klar und deutlich ausgesprochen worden, die zu unterstreichen ich nicht versäumen möchte. Die Presse macht sehr oft einen bedenklichen Fehler. Wenn gerade bei einer Frau die Form einmal nicht so ist wie acht Tage vorher, dann ist die Presse, besonders die "Gewaltpresse", sehr schnell dabei, etwas Unschönes zu schreiben. Das ist m. E. für den Frauensport nachhaltig und unschön. Das beste Beispiel hat es ja in der Leichtathletik gegeben, bei der Weltrekordlerin Blankers-Koen, die bei den olympischen Spielen nicht so in Schwung war. Sie hat alle Vorrennen verloren, um acht Tage später die Olympiasiegerinnen zu schlagen. Ich bin sehr froh, aus so berufenem Munde zu hören, daß ein Eingriff in die Natur von medizinischer Seite nicht erwünscht ist, und ich kann Ihnen vom Deutschen Schwimmverband aus sagen, daß der an der Spitze mitstehende Dr. Gebhardt, ein Mediziner, hier die gleichen Ansichten vertritt. Ich bin weiterhin der Meinung, daß gerade dieses Referat uns allen eine Unterstützung in verschiedenen Dingen gegeben hat, des Trainings, des Aufbaus, und ich muß sagen, es freut mich, daß wir, nicht ich allein, nach der Methode bisher gearbeitet haben.

Dieses Thema ist für mich beendet. Ich muß aber nochmals auf das vorher Gesagte zurückkommen. Wir haben gehört, wenn ein jugendlicher sich im Verein meldet, dann wird er meistens ausgelacht. Hier in diesem Saal sitzen eine Reihe von jüngeren Menschen, und auch von diesen hat sich keiner hier zu Wort gemeldet. Wir versprechen Ihnen, Sie nicht auszulachen. Vielleicht kommen Sie beim zweiten Thema dann zur Diskussion.

Dr. S c h o r s c h e r :

Bis vor wenigen Monaten war ich noch Dozent einer medizinischen Fakultät in Rumänien. Heute bin ich beim Max-Planck-Institut in Dortmund für Arbeitsphysiologie. In den Jahren in Rumänien habe ich mich mit Physiologie beschäftigt, besonders aber mit deren Anwendung in der Leichtathletik, vor allem bei den Jugendlichen, Mädchen und Jungen.

Zum Vortrag von Frau Dr. Bausenwein möchte ich sagen, daß sie in manchen Dingen ruhig hätte mehr über die Leistungsfähigkeit des weiblichen Organismus sagen können. Sie hat nur angedeutet, aber vielleicht nicht ganz so, wie sie selbst überzeugt ist.

Wesentlich wird gegenwärtig hingestellt, daß der weibliche Organismus weniger leistungsfähig ist als der männliche Organismus. Das stimmt, wenn wir das als absolute Arbeitsleistung sehen. Wenn wir das aber als relative Leistungsbreite betrachten, dann stehen die Dinge ein wenig anders. Und zwar wird als Dauerleistungs-

grenze für weibliche Arbeit ein Umsatz von etwa 3.200 Kalorien gerechnet. Das bedeutet aber etwa 1.600 Arbeitskalorien für den weiblichen Organismus, was eine Leistungssteigerung von etwa 100 % Umsatz ist. Beim männlichen Organismus ist der Arbeitsumsatz insgesamt etwa 4.200, 4.300 Gesamtkalorien, von denen 2.000 reine Arbeitskalorien sind, was aber nur etwa 85 % ausmachen. Also ist die relative Leistungsbreite des weiblichen Organismus als Arbeitsleistung größer. Es wird behauptet, die Trainierbarkeit des weiblichen Organismus sei nicht so groß wie die des männlichen. Das stimmt ausschließlich für das Muskelkrafttraining. Was aber Koordination betrifft, ist der weibliche Organismus überlegen, Koordination sowohl was die Motorik betrifft, als auch was die Koordination im Funktionsbereich des Vegetativums sowohl nervös wie humoral belangt. Auch da ist es beim weiblichen Organismus besser. Besonders in der Leichtathletik haben wir das beobachtet und auch beim Schwimmen, obwohl ich im Schwimmen weniger Erfahrung habe. In der Leichtathletik sehen wir, daß diese Umstellung der vegetativen Tonuslage gegen die parasympathische vagotone Reaktionslage bei den Frauen viel ausgesprochener ist, besonders bei den Mädchen, als bei den Männern. Andererseits ist sie aber auch störanfälliger. Deshalb müßte in Betracht gezogen werden, daß beim Training im Frauensport Trainingsformen verwendet werden, die diese vegetative Umstimmung fördern, und nicht nur die vegetative Umstimmung fördern, also erreichen lassen, sondern auch sie wahren. Denn solange diese vegetative Umstimmung gewahrt bleibt, ist die Störanfälligkeit geringer. Wir sehen, daß der Monatszyklus der Frau bei der trainierten Frau eigentlich wenig Einfluß auf die sportliche Leistung hat. Bei ungenügend Trainierten ist das anders. Also dort, wo die Störanfälligkeit des vegetativen Gleichgewichts größer ist, verändert sich die Leistungsbreite wesentlich. Deshalb würde ich sagen, daß das Training der Frau vor allem ein Augenmerk auf diese vegetative Umstimmung haben muß und diese vegetative Umstimmung nicht nur ständig beeinflussen und fördern, sondern auch kontrollieren muß. Jegliche Veränderung, jegliche Störung der anderen Funktionen, wirken sich sofort auf die vegetative Regelung aus, und eine Störung des Trainingsverlaufes ist aus der Störung der vegetativen Reaktionslage vorklinisch noch erkennbar. Deshalb wäre es wichtig, daß die ärztliche Betreuung des Frauensports von physiologisch interessierter Seite geschieht, nicht nur allein vom rein kurativen oder vom unfallheilenden Standpunkt aus.

Ein zweites Problem wäre dann die Betreuung der Jugendlichen. Einen Leichtathleten bildet man aus frühester Jugend, also in einer Altersstufe, in der der ganze vegetativ-humorale körpermäßige Umbau des Mädels in die junge Frau erfolgt. Das erstreckt sich über viele Jahre, über Jahre, in denen eben die Technizität, die Kraft usw. gefördert wird. Da ist besondere Vorsicht geboten. Aber man kann gefördert werden. Nun ist beim Training des weiblichen Organismus ruhig mehr verlangen. Nun ist bei der Individualisierung der Frauen und der Mädels im größeren Maße eine Individualisierung notwendig als im Training der Männer. Aber als Belastung kann man mehr verlangen als man gewohnheitsmäßig verlangt.

Dr. S c h w a r z :

Das meiste war schon gesagt worden. Frau Dr. Bausenwein wird nachher aber noch dazu sprechen.

Ria B ö b b i s :

Ich habe eine konkrete Frage zu den Ausführungen von Frau Dr. Bausenwein. In Ihrem Referat klang einmal an - und man liest es ja auch im "Sportarzt" und anderen Zeitungen -, daß man bei den Frauen mehr mit Hanteltraining usw. beginnt. Ich hätte gern einmal gewußt, inwieweit das schon durchgearbeitet und ausgearbeitet ist. Kann man der Frau analog zu ihrer Wirbelsäule und ihrer sonstigen Muskulatur das überhaupt zumuten? Das würde mich sehr interessieren. Es sollte nichts ungeklärt im Raume stehen bleiben.

Dr. Inge Bausenwein:

Ich werde hierzu und vielleicht auch zu den Ausführungen des Kollegen Stellung nehmen.

Es ist natürlich klar, daß man zu dem Problem der Leistungsfähigkeit der Frauen noch viel mehr sagen kann. Aber schließlich muß man ja auch wissen, vor wem man spricht. Ich kann Ihnen keine medizinische Diskussion über dieses Thema zumuten. Das ist dann weder in Ihrem noch in unserem Sinne. Sicherlich hätte man noch etwas mehr auf die hormonalen Dinge allgemein eingehen können. Man hätte z.B. auch noch davon sprechen können, daß die Leistungsfähigkeit der Frau nach einer sehr entscheidenden hormonalen Umstellung, wie es z.B. die Gravidität darstellt, erheblich gesteigert wird, und daß diese Leistung diese Steigerung in der Leistungsfähigkeit, die eben durch die Beanspruchung der Gravidität auch dann der sportlichen Betätigung zugute kommt, und daß wir also aus diesem Grunde bei Frauen, die eine Geburt hinter sich haben, häufig auch eine erhöhte Leistungsfähigkeit im Sport feststellen können.

Dann zur Frage des Muskelkrafttrainings: Ich glaube, das ist doch sehr deutlich in dem Referat angeklungen, daß die Trainierbarkeit der Frau in Bezug auf das Muskelkrafttraining nicht so intensiv ist wie beim Mann. Diese Untersuchungen sind gerade, Herr Dr. Schorsch, an dem Institut gemacht worden, an dem Sie jetzt tätig sind.

Ich glaube auch, darauf hingewiesen zu haben, daß die Koordinationsfähigkeit der Frau eine günstigere ist als die des Mannes. Ich glaube auch, die praktischen Konsequenzen in der Form herausgezogen zu haben, daß ich im Hinblick auf die Trainingsmethode, auf das Muskelkrafttraining, darauf hingewiesen habe, daß wir eben die wahre Stärke der Frau nutzen sollten, die in der Geschicklichkeit und Koordinationsfähigkeit liegt, und daß wir auch, um auf das Hanteltraining zu kommen, eben nicht nur auf Kraft trainieren sollten, sondern uns auch darum bemühen sollten, die Fähigkeiten anzusprechen, die eben der Frau besonders liegen. Und dazu gehört eben die Fähigkeit der Koordination.

Dadurch, glaube ich, ist auch sehr deutlich geworden, daß der Leistungsrhythmus der trainierten Frauen eben auf Grund der vegetativen Umstimmung, die das Training mit sich bringt, eben günstiger ist als bei untrainierten Frauen. Und nachdem diese vegetative

Steuerung oder der Rhythmus der vegetativen Steuerung mit dem Zyklusgeschehen der Keimdrüsenfunktion einhergeht, ist es eben so, daß bei trainierten Frauen diese Dinge eben günstiger ab-laufen.

Dann, vegetative Umstimmung! Es sind Trainingsformen gefordert worden, die eben zu dieser vegetativen Umstimmung führen sollen oder zu einer Verminderung des Sympathicustonus und einer günstigeren Ausgangslage im Sinne des Parasympathicustonus. Ich glaube, daß sich hier eine Trainingsmethode besonders anbietet. Das ist eben das sog. Intervalltraining, wie es ja auch sehr intensiv heute betrieben wird, oder ein Waldlauf mit verschiedenen Anforderungen mit leichter Steigung, mit leichten Senken, das man vielleicht im Gehen bewältigt, mit Kraftanstrengung usw., mit längeren Laufstrecken, mit kürzeren Laufstrecken, wie es nach meinem Dafürhalten ein phantastisches Training ist, um eben eine solche vegetative Umstimmung zu erreichen.

Nun zur Frage des Muskeltrainings. Ich glaube, doch auch hier ziemlich deutlich darauf hingewiesen zu haben, daß man hier sehr sorgfältig aufbauen sollte und daß man nicht gleich eine schwere Hantel nehmen sollte, 70, 80 oder 100 Pfund, sondern daß man zunächst einmal im Sinne der körperbildenden Arbeit tätig sein sollte; denn körperbildende Übungen können ja schon eine ganz erhebliche Beanspruchung der Muskulatur bedeuten. Man sollte dann mit Fremdgewichten arbeiten. Zunächst mit leichteren Gewichten, das wäre der Medizinball oder Sandsäcke und ähnliche Dinge. Auch Kurzhanteln sind zu empfehlen. Und erst im letzten Stadium sollte dann die Hantel in die Hand genommen werden, wobei es m.E. besonders wesentlich ist, daß man Übungen zunächst im Sitzen und im Liegen ausführt, weil man eben beim Sitzen und beim Liegen das Becken fixieren kann und die Gefahr des Ausweichens und des ins Hohlkreuzkommens und damit der massiven Belastung der Wirbelsäule und der Bandscheibe auf diese Weise unterbunden wird. Und dann kann man eben eigene Übungen aus dem Programm des Gewichthebens machen.

Ich darf in diesem Zusammenhang vielleicht sagen, daß sich der Frauenarbeitskreis im Deutschen Sportbund sehr intensiv mit Fragen des Krafttrainings beschäftigt hat. Wir haben damals auch Vertreter des methodisch-wissenschaftlichen Ausschusses gebeten, uns aus der Praxis die Dinge zu demonstrieren, und wir haben auch die Absicht, daß eine Anleitung für das Krafttraining im Frauensport publiziert wird. Es ist geplant, im "Methodisch-Wissenschaftlichen Ausschuss" eine solche Anleitung für den Männersport zu geben, und ich halte es unbedingt für notwendig, daß die Ausführungen, die den Frauensport betreffen, nicht einfach als ein Anhängsel in diesem Buch erscheinen, sondern daß hier wirklich entsprechend methodisch aufgebaut wird und auch eine Anleitung gegeben wird, die dem Frauensport gemäß ist.

Dr. S c h w a r z :

Ich glaube, ich darf zusammenfassend, nachdem ich von keiner Wortmeldung mehr höre, sagen: Das Gebiet Leistungssport der Frauen ist

ja aus den verschiedensten Hinsichten außerordentlich interessant und attraktiv. Der Mode und dem Zeitgeist entsprechend bringt er eigentlich für viele Illustrierten die Bilder ein. Gerade in den letzten Tagen haben wir ja noch die Bilder gesehen von dem Krafttraining der Leichtathleten oder ähnliches. Wir lesen von Nordkorea, der Frau, die unter 2 Minuten gelaufen ist usw. Die Dinge stehen uns also irgendwie in der Praxis, im Erfolg, vor Augen. Oder das alte blöde Wort von diesem Vermännlichenden des Leistungssports! Also, es ist ein ungemein interessantes Gebiet. Für uns Laien ist dieses ganze Gebiet allerdings ungemein schwierig. Und da auch Dr. Bausenwein nicht hier vor Medizinern gesprochen hat, bin ich ihr dankbar, daß sie dieses Gebiet in einer so leicht faßbaren und praktikablen Form uns vor Augen geführt hat, auch daß sie in dieser Überschau über die neuesten Erkenntnisse, das, was man sich sonst aus Büchern und Zeitschriften nicht zusammensuchen kann, daß sie dieses in der grundsätzlichen Form, auch bezogen auf die einzelnen Übungsgebiete, auch, wenn sie Mann und Frau gemeinsam berühren oder die Frau speziell besonders ansprechen, daß zu der Frage des Trainings der längeren Strecken, des Monatsrhythmus usw. doch hier Erkenntnisse gebracht hat und uns in den Schoß gelegt hat in der Zusammenfassung, in der Form des Vortrages, den wir von ihr bekommen haben.

Frau Dr. Bausenwein, Ihnen als der vielfachen früheren deutschen Meisterin und Olympiakämpferin und jetzt eine der berufensten Vertreterinnen auch der Theorie der Wissenschaft auf diesem Gebiete gilt unser herzlichster Dank.

Ich darf zum Abschluß der Diskussion auch sagen: Ihnen allen bin ich sehr dankbar. Die ausrichtenden Frauen hatten große Bedenken, sie müßten einige Säulen hier in die Versammlung hineinsetzen, damit auch eine Diskussion aufkomme. Wir waren doch heute in der Lage, eigentlich, besonders auch im ersten Teil, die Rednerliste ab-schneiden zu müssen. Aber wir waren durch die Zeit dazu gezwungen. Ich bin allen, die mithelfen, aus der Praxis, aus der Erfahrung zu sprechen - ob nun auf die früheren Zeiten hingewiesen wurde oder auf die Gegenwart und die Zukunft - dankbar. Von uns Männern, da die Tagung ja so ausgeschrieben war "Frauensport, Sache der Männer und Frauen des Sports", bin ich dankbar, da wir Männer vom Landessportbund aufgefordert wurden, mit dabei zu sein, darf ich sagen, daß uns die Tagung sehr viel gegeben hat. Wir gingen zum Teil davon aus, jetzt spreche ich einmal für die Anderen, daß Frauen ja nur durch Frauen geführt werden wollen. Aber diese Vorträge und die Diskussion haben ergeben, daß nicht die Frauen nur durch Frauen geführt werden und daß das vielleicht auch falsch wäre und daß erst durch diese Spannung zwischen den Polen Mann und Frau das Ganzmenschliche erst richtig zur Auswirkung gebracht würde. Und so wollen wir dann als Mann und Frau auch an der Förderung des Frauensports, des Gedankens einer guten, sich weiter entwickelnden Leibesübung der Frau, mitwirken.

Grete B u s c h :

Als Ausrichter, als Erste, die heute gesprochen hat, möchte ich auch den Schluß machen. Ich möchte mich noch einmal sehr herzlich bei unseren beiden Referenten bedanken, die den Anstoß gegeben haben zu unserer Aussprache. Ich möchte mich noch einmal bei Grete Nordhoff bedanken. Sehr herzlich auch bei Herrn Dr. Schwarz, der als Mitglied des engeren Vorstandes des Landessportbundes sich sehr intensiv beteiligt hat, ebenso bei den anderen Mitgliedern unseres Vorstandes, die uns immer unterstützen. Nicht zu vergessen auch diejenigen, die sich zu Wort gemeldet haben.

Ich möchte das noch einmal unterstreichen, was Herr Dr. Schwarz gerade sagte: Ich glaube, daß wir unsere Kameraden heute hier überzeugen konnten, daß wir gar keine Forderungen stellen wollen nach Vorstandsposten, daß wir nur - ich möchte das Wort von Herrn Dr. Lotz über die gesunde Partnerschaft vielleicht zu einem Schlagwort machen - diese gesunde Partnerschaft in alle Instanzen hineintragen möchten, daß wir das jetzt von den Teilnehmern der Tagung erwarten, daß sie das in ihre Verbände, in ihre Vereine auf allen Ebenen mitnehmen. Vielleicht wäre es auch ganz schön, wenn einige "benachbarte" Verbände, d.h. Verbände, die ähnliche Sorgen haben, sich einmal in einem kleineren Kreis zusammensetzen, wo man auch die einzelnen Fragen noch genauer besprechen könnte. Heute war ja nicht der Zeitpunkt dafür da, das zu tun.

Ich hoffe, daß diese Tagung, die wir heute in dieser Form zum ersten Male hatten, als Beitrag des Frauenausschusses des Landessportbundes zu der Arbeit des Gesamtvorstandes angesehen wird, ein Vorstand, dem wir immer wieder unseren Dank sagen müssen für die Unterstützung, die wir jederzeit finden. Sonst hätte man diese Tagung hier ja gar nicht ermöglicht. Ihnen allen möchte ich noch einmal danken, daß Sie zu unserer Tagung gekommen sind. Ich wünsche eine gute Heimfahrt!

Referat Dr. Franz Lotz, Würzburg:

Die Mitarbeit der Frau in Vereinen und
Verbänden

Meine sehr verehrten Damen und Herren!

Als ich die Einladung zu der heutigen Veranstaltung bekam und die Namen der Referenten gedruckt vor mir sah, haben mich etwas zwiespältige Gefühle bewegt. Ist es doch ein wenig auffallend, daß der Landessportbund Nordrhein-Westfalen zu diesem ebenso wichtigen wie heiklen Thema zwei Vortragende aus Süddeutschland gebeten hat, und zwar nicht gemeinhin aus Süddeutschland, sondern aus Bayern, und hier wiederum aus zwei Städten, für die sich in den vergangenen Monaten die gesamte Publizistik der Bundesrepublik sehr interessierte. Vielleicht, meine Damen und Herren, wollte Nordrhein-Westfalen hiermit in politischer Weitsicht eine unterstützende Geste gegenüber den "süddeutschen Hilfsvölkern" machen. Ein besonders erhebendes Gefühl wäre es sicher für uns, verehrte Kollegin, wenn wir diese Wahl unserer besonderen Eignung für die betreffenden Themen zu verdanken hätten. Aber - ich weiß nicht, ich weiß nicht! Wenn bei uns in Bayern ein Pfarrherr mit dem Verhalten der Schäflein seiner Gemeinde nicht mehr zufrieden ist und all sein Mahnen und Predigen nichts erreichen, dann holt er sich einen Missionar zu Hilfe, der den säumigen und nachlässigen Gemeindekindern herzbewegend ins Gewissen redet. Vielleicht, Frau Dr. Bausenwein, haben wir unsere Reise nach Duisburg in diesem Sinne als Missionsfahrt zu unseren irrenden Brüdern und Schwestern im hohen Norden anzusehen.

Wenn nun ein solcher Missionar in der Gemeinde eingetroffen ist, dann dauert es nicht allzu lange, bis man ihm mündlich oder brieflich nahelegt, er möge doch diesen oder jenen besonders vornehmen, so etwa den Männern gründlich Bescheid sagen,

daß sie nicht mehr so viel ins Wirtshaus gehen, nicht so viel Karten spielen usw. So ähnlich ist es mir auch ergangen. Bei allem Dank für das geschenkte Vertrauen und bei selbstverständlicher Diskretion möchte ich doch sagen, daß ich rührenderweise, bevor ich überhaupt meine Schritte gen Norden lenkte, sehr formgerecht, aber ebenso bestimmt aufgefordert wurde, bei dieser Gelegenheit den Verbandsgewaltigen und Vereinsvorsitzenden in Nordrhein-Westfalen einige Probleme besonders eindringlich darzulegen. Nun, wir werden sehen, was sich in diesem Sinne tut!

Meine Damen und Herren! Ich halte es für außerordentlich günstig und gut, daß der Landessportbund Nordrhein-Westfalen gerade dieses Thema zum Gegenstand seiner Tagung gemacht hat. Die Zeit ist dafür reif! Zwar möchte ich nicht so weit gehen, wie neulich in einer Tageszeitung zu lesen war: Mitarbeit der Frauen - Existenzfrage des deutschen Sports. Ich bin gegen eine solche extreme These, weil ich gegen jede Übertreibung bin. Der deutsche Sport würde selbstverständlich auch so weiterbestehen und seine Bedeutung behalten.

Eine andere Frage ist aber, ob er seinen Aufgaben nicht besser, sinnvoller und umfassender gerecht zu werden vermag, wenn es ihm gelingt, die Frauen mehr als bisher entsprechend ihrer Zahl und der ihnen gegebenen Möglichkeiten in die Arbeit der Vereine und Verbände an den ihrer Eignung am besten entsprechenden Stellen einzubauen. Hier sind m. E. noch außerordentlich reiche Möglichkeiten ungenutzt, und viele Kräfte, die bereit sind, dem deutschen Sport zu dienen, liegen brach.

Die Gleichberechtigung der Frau steht heute außerhalb jeder Diskussion. Sie ist nicht nur im Grundgesetz festgelegt, sondern eine Selbstverständlichkeit, die das Gesicht der Öffentlichkeit und des kulturellen Lebens unserer Zeit mitprägt. Es ist auch heute weiterhin keine Streitfrage mehr, daß diese Gleichberechtigung nicht im Sinne von Gleichheit, sondern als Gleichrangigkeit und Gleichwertigkeit zu verstehen ist. Wir finden heute Frauen in allen Berufen und in allen Verbänden; die Frau als Leiterin eines großen

Unternehmens, als Organisatorin, als Politikerin und als Regierungsmitglied ist uns eine alltägliche Erfahrung. Auch die nicht berufstätige Ehefrau ist heute leistungs- und verantwortungsmäßig mehr gefordert als früher. Die "Gnädige Frau" mit zwei Dienstboten gehört bereits fast ganz der Vergangenheit an. Heute muß jede Frau selbst ihren Haushalt organisieren, die Handarbeiten tun, einkaufen, Kinder und Mann versorgen. Bei der Entfernung von Arbeitsplatz und Wohnstätte obliegen ihr oft der Haushalt und das Haus, die Erziehung der Kinder fast ganz allein. Darüber hinaus sind auch viele Frauen in Bildungswerken, Volkshochschulen, Bürger-Vereinigungen usw. tätig.

Nur im Bereiche des Sportes - so scheint es - hat diese Entwicklung nicht ganz den gleichen Verlauf genommen. Unstreitig galt der Sport - und er gilt es z. T. auch heute noch - als ein ausgesprochen männliches Reservat, in dem die Frauen lange Zeit nur geduldet waren und am männlichen Gängelband in der Nachhut mitmarschierten. Die Männer waren es, die für sie die Übungsformen und die Art der Betriebsweise bestimmten. Diese männliche Diktatur in ihren Ausläufern kann man noch in unseren Tagen feststellen. Hierfür einige eklatante Beispiele:

In einem Großteil der verbreitetsten Sportarten werden Meisterschaften für Frauen erst seit den Zwanziger Jahren durchgeführt. Noch 1952, also vor 11 Jahren, gab es im Deutschen Turnerbund einen Frauenturnwart, der auch Vorsitzender des Frauen-Turnausschusses war. Bis heute ist der Senat des Weltsportes, das Internationale Olympische Komitee, eine rein männliche Angelegenheit, und bis heute hat noch niemand gewagt, an dieses Tabu zu rühren.

In den Organisationen der Turn- und Sportbewegung sind die Auswirkungen dieser Vernachlässigung der Frauen und die versäumte Gewinnung zur Mitarbeit mit den Händen zu greifen. Zur Beleuchtung einige Zahlen, die sich auf die Bestandserhebung von 1962 stützen: Von den nahezu 6 Mill. Mitgliedern des Deutschen Sportbundes sind nur 1,1 Mill. Frauen und Mädchen. Von den Männern über 21 Jahren gehört jeder 6. einer Sportorganisation an, bei den Frauen nur jede 27. Bei den Mädchen und Frauen haben wir folgende

Mitgliedszahlen: Im Alter zwischen 6 und 14 Jahren gehören 13 % dieser Altersklasse der Turn- und Sportorganisation an; zwischen 14 und 18 = 12,8 %; zwischen 18 und 21 = 8,1 % und über 21 Jahre nur noch 1,8 %. Selbst wenn man in Rechnung stellt, daß der höhere Beitrag, die Eheschließung, die starke Inanspruchnahme durch den Beruf usw. viele um die 21 zum Austritt veranlassen, so müssen diese Zahlen die Verantwortlichen unserer Turn- und Sportverbände sehr zum Nachdenken anregen. Irgendetwas stimmt hier nicht! Irgendwie drängt sich die Überlegung auf, daß es uns bisher in den Vereinen nicht gelungen ist, das Angebot gerade für die Frauen dieses Alters attraktiv zu gestalten, sie durch die ganze Anlage unseres Vereinslebens anzusprechen und bei uns zu halten. Wenn dies auch nicht den einzigen Grund darstellt, so halte ich doch als hierfür mitentscheidend, daß es uns bisher nicht gelungen ist, sachkundige Frauen in ausreichender Zahl mit entsprechenden Arbeitsmöglichkeiten für unsere Vereine und Verbände zu gewinnen.

Meine Damen und Herren! Das Kapitel "Frau und Sport" hat meines Erachtens im Laufe der Entwicklung nunmehr den Übergang von der zweiten zur dritten Phase erreicht. In der ersten Phase ging es noch um das Recht der Frau auf Leibesübungen, um das Recht, sich körperlich zu üben, den Leib zu kräftigen und zu formen, sowie in Spiel und ~~Kampf~~ die Kräfte zu erproben und zu messen. Kein ernstzunehmender Mensch wird heute noch den Frauen und Mädchen dieses Recht bestreiten und selbst bei den auf religiöser Basis arbeitenden Bildungsstätten, die lange - zu Recht oder zu Unrecht, sei dahingestellt - als Points de Résistance gegenüber dem Sport galten, sind heute fast durchwegs vorzüglich ausgestattete und musterghlütig arbeitende Pflegestätten der Leibesübungen.

Zu Beginn dieser Phase, der ersten Phase, standen die Leibesübungen der Frauen und Mädchen weithin noch unter dem Einfluß der Männer, waren zum Teil ein Abklatsch der männlichen Übungsformen, und wurden auch nach ihren Vorschriften und unter ihrer Leitung praktiziert. Die Entwicklung hat aber sehr bald gezeigt, daß die Leibesübung der Frauen und Mädchen nach einer Lenkung durch die weibliche Hand verlangen. In der zweiten Phase ging es und geht es

also um die Selbstbestimmung der Frau im sportlichen Bereich, um ihr gutes Recht, ihre Leibesübungen nach Art und Betriebsweise selbst auszuwählen, zu gestalten und zu leiten. Diese Auseinandersetzung, dieses Freimachen, dieses Selbständigwerden hat lange gedauert und ist heute noch nicht allenthalben abgeschlossen. So mancher ehrenwerte und diensteifrige Turnwart und Übungsleiter kann sich offenbar von dem ihm lieb gewordenen Arbeitsgebiet nicht trennen. Vielleicht befürchtet er auch, daß Frauen nicht in der Lage seien, einen ordnungsgemäßen Übungsbetrieb zu organisieren. Trotzdem dürften, soweit ich es aus meiner Sicht zu beurteilen vermag, heute etwa 70 - 80 % des allgemeinen Übungsbetriebes von Frauen selbst verantwortet und geleitet werden.

Für meinen beruflichen Arbeitsbereich, das Studium der Leibeserziehung an Universitäten, kann ich ebenfalls feststellen, daß nach unserer Ansicht die gesamte praktische Ausbildung der Studentinnen in die Hände weiblicher Lehrkräfte gehört. Und wenn hie und da noch in einzelnen Disziplinen Männer tätig sind, so liegt es daran, daß die Frauen sich dieser speziellen Aufgabe nicht gewachsen fühlen. Auch diese Einstellung und ihre Verwirklichung in der Praxis werden dazu beitragen, daß über die künftigen Leibeserzieherinnen diese Auffassung mehr und mehr zur allein gültigen wird.

Die Frage der Selbstbestimmung der Frauen im Sport ist aber dort noch nicht gelöst, wo es um Training und Wettkampf geht. Es ist unverkennbar, daß hier die männliche Leitung weitgehend überwiegt. Liegt es daran, daß die Männer mehr von diesen Dingen verstehen oder daß sie eher bereit sind, ihre Zeit für diese umfangreiche Aufgabe zu opfern? Fühlen sich die Frauen diesem Bereich nicht gewachsen oder wollen sie sich überhaupt nicht damit befassen?

Meine Damen, ich halte es für sehr wichtig, daß in der späteren Diskussion zu diesen Fragen Stellung genommen wird; denn gerade hier ergibt sich eine Reihe von Beanstandungen, an denen sowohl die Kritik der Eltern wie auch die der Frauen selbst ansetzt. In konsequenter Weiterführung der oben vertretenen Einstellung wäre es eine gute Lösung, wenn die Leitung des Trainings ganz in

die Hände der Frauen gelegt würde. Sie vermögen sehr viel besser als die Männer zu beurteilen, was man einem Mädchen oder einer Frau zumuten kann, was mit der weiblichen Konstitution vereinbar ist und was nicht, welche Formen des modernen Trainings von den Frauen angewendet werden dürfen und welche man aussparen sollte. Die Männer würden sich glücklich schätzen, auf diese Weise von der doch sehr großen Verantwortung entlastet zu werden.

Niemand weiß aber, meine Damen und Herren, ob jemals hierfür geeignete Mitarbeiterinnen in ausreichender Zahl zur Verfügung stehen werden. Man wird also bis auf weiteres auf die Hilfe der Männer nicht verzichten können. Es wäre aber sehr zu wünschen, daß jeder solchen Trainingsgruppe eine Frau beigegeben wird, die gemeinsam mit der männlichen Lehrkraft den Trainingsbetrieb leitet, den Mädchen beratend zur Seite steht und deren Wort in allen wichtigen Fragen entscheidend gehört wird. Ferner sollte man in jedem Falle Training und Wettkampf der Frauen und Mädchen unter die regelmäßige Aufsicht einer erfahrenen und anerkannten Sportärztin stellen. Gegen ihr vom sportlichen Sachverstand getragenes und vom ärztlichen Gewissen diktiertes Votum sollte es keine Berufung mehr geben.

Ich zweifle nicht daran, daß diese Auffassung von dem weitaus größten Teil der Mitarbeiter der deutschen Turn- und Sportbewegung geteilt wird und, wenn man ihr noch nicht allenthalben Rechnung getragen hat, so liegt es im wesentlichen daran, daß es an geeigneten Mitarbeiterinnen fehlt. Es wird also in erster Linie Aufgabe der Frauen sein, sich um die Auswahl und Heranbildung geeigneter Übungs- und Trainingsleiterinnen sowie um die Gewinnung von ärztlichen Beraterinnen zu kümmern. Vereine und Verbände sollten sich nicht auf eine theoretische Zustimmung beschränken, sondern diese Bemühungen mit allen ihnen zur Verfügung stehenden Möglichkeiten unterstützen.

Meine Damen und Herren! Nach meiner Erfahrung ist die Entwicklung im Arbeitsgebiet "Frau und Sport" bei einigen unserer Vereine und Verbände bereits über das Stadium der zweiten Phase hinausgegangen.

Das Recht des weiblichen Geschlechts auf Leibesübungen ist dort unbestritten. Ebenso ist es bei diesen Organisationen eine Selbstverständlichkeit, daß die Frauen ihre Angelegenheiten in eigener Zuständigkeit regeln, ihren Übungsbetrieb ordnen, ihre Wettkämpfe organisieren, sich um die Heranbildung des sportlichen Nachwuchses kümmern und damit den Vereins- und Verbandsverantwortlichen ein erhebliches Stück an Arbeit abnehmen. Trotz dieser unübersehbaren Leistung aber wird man innerhalb dieser Verbände den Mitarbeiterinnen nicht immer ganz gerecht. Man ist ihnen wohl dankbar für ihren erfolgreichen Einsatz, ohne daß aber dieser Dank die entsprechenden Konsequenzen zeitigt. Ist es nicht, meine Damen und Herren, bei einem solchen Stand der Dinge, also am Eingang der dritten Phase, hoch an der Zeit, sich über eine gesunde Partnerschaft unserer leitenden Männer und Frauen in den Vereinen und Verbänden der deutschen Turn- und Sportbewegung Gedanken zu machen? Wenn wir die Leibesübungen der Frauen und Mädchen uneingeschränkt bejahen, wenn wir ihnen Selbstbestimmung und Selbstverantwortung zuerkennen, wenn sich die von ihnen aufgebauten und geleiteten Abteilungen als gesunde und wertvolle Glieder dieser Gemeinschaft erweisen, dann müssen wir auch den für sie verantwortlichen Persönlichkeiten die Möglichkeit und das Recht der Mitarbeit in Verein und Verband sichern. Hier geht es nicht allein um Sitz und Stimme im Vorstand. Das dürfte heute ja überall gegeben sein. Es geht darum, daß die Vertreterinnen der Frauen an allen für das gemeinsame Wohl wichtigen Fragen beteiligt werden, daß man sie ferner zu Verhandlungen heranzieht, ihre Meinung hört und die von ihnen gemachten Vorschläge ernst nimmt, diskutiert und berücksichtigt. Das Bild der Vereine und Verbände, ihre Zielsetzung und ihre Arbeit, können nicht allein von den Männern bestimmt werden, sondern sollten immer das Mitwirken und die Hand der ihnen angehörenden Frauen erkennen lassen. Vielleicht findet diese Forderung nicht überall Verständnis, vielleicht gibt es noch eine Großzahl von Männern, die wenigstens die Leitung der Turn- und Sportbewegung als eine rein männliche Domäne verteidigen möchten. Diese Einstellung würde dann aber konsequenterweise verlangen, die Sportorganisationen zu reinen Männerbünden umzugestalten

und es den Frauen zu überlassen, ob sie sich in eigenen Vereinen und Verbänden zusammenschließen wollen. Eine solche Entwicklung aber wäre - und ich hoffe, in diesem Punkte mit Ihnen einig zu sein - ein Rückschritt und gleichbedeutend mit einer außerordentlichen Verarmung der Vereine und Verbände.

Unsere Welt ist nun einmal auf der Polarität von Mann und Frau aufgebaut, und der Sport kann sich hiervon nicht ausschließen. Wenn es uns auch nicht immer angenehm ist, so wissen wir doch um die Wichtigkeit des Widerspruchs, um die Ergänzung des eigenen Urteils durch ein anderes, um die Korrektur des persönlichen Verhaltens. Daran klären sich die Meinungen, gewinnt das Ziel an Profil und das Wollen an Stoßkraft.

Sicher trifft das Frauenbild aus "Hermann und Dorothea" für uns nicht mehr zu. Die Frau des 20. Jahrhunderts ist kein verschüchtertes weibliches Wesen mehr, das sich kritiklos dem tatsächlichen oder vermeintlichen besseren Wissen des Mannes unterwirft. Die Frauen unserer Zeit wissen um ihr Können, haben ihre eigene Meinung und verstehen sie auch zu vertreten. Warum sollten wir davor zurückscheuen, sie anzuhören und, wenn sie die besseren Argumente haben, auch ihre Auffassungen verwerten? Nur durch eine solche Möglichkeit zur Mitarbeit, zur Mitbestimmung, zur Einflußnahme auf die Gesamtentwicklung wird man bei den Frauen das Interesse für den Gesamtverein und den Verband wecken und wachhalten. Bei einem gegenteiligen Verhalten aber wird diese Bereitschaft verkümmern und schließlich ganz absterben.

Der Verein und der Verband, die sich für die Frauen entschließen, sind meines Erachtens gut beraten, und so mancher unter ihnen wird auf die entscheidende Mitarbeit der Frauen gar nicht mehr verzichten wollen. Gibt es doch in den Vereinen über die Frauen- und Mädchen-Abteilungen hinaus eine ganze Reihe von Aufgaben, die geradezu nach der Übernahme oder nach der Mitwirkung der Frauen rufen, so etwa die Betreuung der Abteilung der Buben und der männlichen Jugend. Diese Abteilungen haben sofort ein anderes Gesicht, sobald dem verantwortlichen Manne eine Frau helfend

und beratend zur Seite steht. Das gilt, wie die Erfahrung zeigt, in besonderem Maße für die überfachliche Jugendarbeit, deren für diese Jahrgänge angemessene Gestaltung am besten und wirkungsvollsten in weiblichen Händen liegt. Bis heute ist es noch bei den meisten Gemeinschaften üblich, die Betreuung des Vereinsheimes oder des Clubhauses einem Manne zu übertragen. Liegt es nicht nahe, auch hierfür eine Frau heranzuziehen, die ja vom Haushalt her bei den meisten einschlägigen Fragen besser unterrichtet ist als der Mann? Soll man nicht auch bei der Organisation eines gesunden gesellschaftlichen Lebens innerhalb des Vereins die Mitwirkung einer Frau wünschenswert erscheinen lassen? Was spricht gegen die Mitarbeit der Frau als Schriftführerin, als Kassenwartin usw.? Ich glaube, in so manchem Verein, der unter dem Mangel an geeigneten Mitarbeitern leidet, ließe sich dieser Notstand beheben, wenn man die Ansicht überwinden könnte, der Vorstand eines Turn- und Sportvereins müßte eine rein männliche Domäne bleiben.

Meine Damen und Herren! Ich bin mir völlig darüber im klaren, daß Sie meinen Ausführungen und Vorschlägen eine ganze Anzahl von Fragen und Erfahrungen aus der Praxis entgegenstellen können. Ich weiß auch, daß wir alle weder Engel noch vollkommene Menschen sind und wir uns stets mit der eigenen und fremden Unzulänglichkeit auseinandersetzen müssen. Ja, manchmal scheint uns die Welt so völlig aus den Fugen, daß wir gar nicht mehr wissen, von wo wir ausgehen und wo wir ansetzen können. Selbst im polaren Verhältnis der beiden Geschlechter, das durch alle Darlegungen dieses Referates hindurchschimmert, hat es den Anschein, als vollziehe sich eine Entwicklung im spezifischen Sinne der Nivellierung, d. h., die geschlechtsspezifisierten Eigenschaften und Verhaltensweisen gleichen sich mehr und mehr an, Mann und Frau unterlägen einem Wesenswandel, und die natürlichen Grenzen begännen sich zu verwischen.

Die Mißachtung natürlicher Gegebenheiten aber, aus dem Mißbrauch des Begriffs "Gleichberechtigung" entstanden, kann nur, wie uns die Erfahrung lehrt, zu einer heillosen Unordnung führen. Nichts

wäre verfehlt, als wenn man im Sport versuchen sollte, solche Wege zu gehen oder nur zuzulassen. In unseren Reihen sollte das Verhältnis der Männer und Frauen so geordnet bleiben, wie es den natürlichen Veranlagungen entspricht und wie die jeweiligen Stärken und Fähigkeiten am besten zur Auswirkung kommen können. Bestimmte Arbeitsbereiche werden besser von den Männern verwaltet, während die Frauen für diese oder jene Aufgaben geeigneter sind. Die gegenseitige Ergänzung wird der Sache am besten gerecht. Dort, wo es jedoch Schwierigkeiten gibt, wo die Männer aus Tradition oder aus Unbeweglichkeit noch hartnäckig an der alten Vorherrschaft festhalten, wäre es aber mindestens undiplomatisch, wenn nun die Frauen ihrerseits zu männlichen Kampfmethoden greifen würden, um ihr Recht durchzusetzen. Die im Umgang mit den Berufskollegen oder dem Ehemann gesammelten Erfahrungen sollten auch hier nicht vergessen werden. Männliche Vorurteile werden nicht durch lautstarke Proteste, durch Resolutionen oder durch Barrikadenstürme überwunden. Die Leistung und das rechte Wort zur rechten Zeit werden hier viel mehr erreichen. Gerade, weil der sachliche Ausgleich und das persönliche Vermitteln mehr dem Wesen der Frau entsprechen, hat sie im sportlichen Reich der Männer über die fachliche Arbeit hinaus eine wichtige Aufgabe und eine sehr gute Chance. Wieviel Männer würden z. B. auf den Inseln der unabdingbaren Forderung und der kompromißlosen Überzeugung elend zugrunde gehen, wenn nicht eine nüchtern denkende Frau ihnen gangbare Brücken in die Lebenspraxis bauen würde. Würde es andererseits dem Ansehen und dem Wert der Frauen schaden, wenn sie zugeben würden, daß bestimmte Aufgaben besser bei den Männern aufgehoben sind?

Nun, meine Damen, ich möchte es nochmals sagen: Bei aller Zustimmung zu Ihren berechtigten Wünschen würde ich es für wenig zweckdienlich halten, wenn Sie von heute auf morgen die in langen Jahren aufgebauten Festungen der Männer in Schutt und Asche legen wollten. Ich glaube, daß Sie mit sanfter Gewalt viel mehr erreichen werden. Nicht Revolution, sondern Evolution! Nicht Verfügung von oben, sondern planmäßiger Aufbau auf allen Ebenen, von unten beginnend, möchte ich Ihnen anraten!

Ich kann mir einfach nicht vorstellen, daß der Vorstand eines Vereins oder Verbandes die Mitarbeit eines klugen und einfallsreichen Menschen nur deshalb ablehnen sollte, weil dieser Mensch eine Frau ist. Wenn sie ihre Aufgaben mit Bedacht, mit Klugheit, mit Weitblick, Geduld und Verständnis für das Ganze, voll Liebeshwürdigkeit und Charme vertreten, wer könnte, ja, wer wollte da auf die Dauer widerstehen!

Referat Frau Dr. Bausewein, Nürnberg, gehalten bei der Tagung
"Frauensport - Sache der Männer und Frauen des Sports" am
16.11.1963 in Duisburg, WFV-Sportschule

Neuzeitliche Trainingsmethoden im Frauensport

Bevor wir uns mit dem Thema "Neuzeitliche Trainingsmethoden im Frauensport" befassen, ist es notwendig, einige Begriffe zu klären, nicht etwa, um Sie mit theoretischem Wissen belasten zu wollen, sondern aus praktischen Gründen.

T r a i n i n g ist dem Begriff der Übung verwandt, aber vor allem in der Zielsetzung unterschieden. Unter dem Training verstehen wir eine, wie es Wagner sehr gut formuliert hat, besondere Art von Übung, eine intensive und systematische Vorbereitung auf Wettkämpfe und Höchstleistungen. Training beinhaltet demnach eine maximale Leistungsbereitschaft, und die gesamte Lebensführung wird auf dieses Ziel eingestellt.

Um dieses Ziel zu erreichen, bedienen wir uns eines planmäßigen Vorgehens, einer bestimmten Methode. Dabei soll der Organismus in Anpassung an systematisch gesteigerte körperliche und seelische Reize zu maximaler Funktionstüchtigkeit geführt werden. Bewegungsabläufe werden vervollkommen und immer mehr automatisiert. Organe und Organsysteme werden geschult, um damit reaktionsschneller, geschickter, ausdauernder, kraftvoller, also letztlich ökonomischer arbeiten zu können, Das Intervalltraining oder Muskeltraining sind bestimmte Methoden, die, der individuellen Leistungsfähigkeit angepaßt, zu maximaler Leistungssteigerung führen sollen. Der Ablauf der einzelnen Übungen selbst soll dabei möglichst optimal gestaltet werden unter Berücksichtigung mechanischer Naturgesetze. Wir bemühen uns deshalb um die beste Ausführungsweise in den verschiedenen Sportarten, um die zweckmäßigste Technik z.B. um die beste Hochsprungtechnik in der Leichtathletik, die richtige Kraultechnik im Schwimmen, die beste Technik des Skulens im Rudern usw. Schließlich möchte ich noch, wie in letzter Zeit sehr oft geschehen, darauf hinweisen, daß man den Technik- und Stilbegriff nicht unbedenklich gegeneinander austauschen darf. Stil kann als individuelle Variante einer Technik angesehen werden, wobei Konstitution, Temperament und vor allem auch Geschlechtsunterschiede eine entscheidende Rolle spielen.

Jede Trainingsmethode muß sich, wenn sie erfolgreich sein will, den biologischen Grundlagen des Organismus anpassen. Diese sind für Männer und Frauen im wesentlichen gleich. Beide unterliegen denselben Naturgesetzen, die z.B. im Zell- und Organaufbau, in der Herz und Kreislauftätigkeit, der Funktion der Atmungsorgane oder Nerventätigkeit zum Ausdruck kommen. Männliches und weibliches Prinzip verhalten sich wie zwei Varianten zu der Grundmelodie Mensch.

Unterschiede ergeben sich allerdings insofern, als Mann und Frau besondere Lebensaufgaben zu erfüllen haben, die in der Verschiedenartigkeit der äußeren und inneren Geschlechtsmerkmale zum Ausdruck kommen, aber auch Bau und Funktion des gesamten Organismus sowie das psychische Verhalten mitbestimmen.

Daraus ergibt sich: Trainingsmethoden, die auf allgemein biologischen Grundlagen aufbauen, sind für beide Geschlechter geeignet und sinnvoll. Sie müssen jedoch die notwendige Abwandlung und Schwerpunktverlagerung erfahren, die sich z.B. in einer anderen D o s i e r u n g, in einem speziellen T r a i n i n g s - r h y t h m u s, in einer individuellen p s y c h o l o g i - s c h e n Führung und Betreuung beim Training und während der Wettkämpfe zeigen

Unterschiede ergeben sich auch in der Belastbarkeit und damit Anfälligkeit für bestimmte Organe und Organsysteme, die eine besondere Übungsauswahl und die Bevorzugung bestimmter Bewegungsabläufe bedingen. Die technische Durchführung der Übungen selbst hat sich, wenn sie optimal sein soll, für Mann und Frau nach den gleichen mechanischen Naturgesetzen zu richten. Allerdings ist durch die anatomisch-physiologischen Eigentümlichkeiten bei Frauen eine bestimmte Disposition für Überbelastungsschäden oder Verletzungen festzustellen.

Selbstverständlich ist der Bewegungsstil der Frau aus physiologischen, aber auch psychologischen Gründen ein anderer als der des Mannes.

Schließlich muß noch erwähnt werden, daß für den Frauensport, insbesondere in der Frage der Sparteignung nicht nur medizinische sondern auch soziale und ästhetische Erwägungen eine nicht zu unterschätzende Rolle spielen.

Die unterschiedliche Trainingsdosierung ergibt sich ganz allgemein aus der Tatsache, daß die Leistungsfähigkeit für maximale Arbeit bei Frauen etwa um 1/3 niedriger liegt als bei Männern. Dafür sind im besonderen verantwortlich zu machen das grazilere, rumpfbetonte und durch geringere Stabilität ausgezeichnete Skelettsystem der Frau, der geringere prozentuale Gewichtsanteil der Muskulatur und des Knochengewebes, die absoluten aber auch relativen Gewichtsunterschiede des Herzens und der Lunge, wahrscheinlich auch die verschiedene chemische Zusammensetzung der Gewebe, insbesondere des Muskels. Diese anatomischen und chemischen Unterschiede spiegeln sich in der Funktion der Organe wider. So ist z. B. die Kraftleistung und Trainierbarkeit der weiblichen Muskulatur geringer, d.h., die Muskulatur der Frau ist nicht so rasch und so hoch zu trainieren wie die des Mannes. Dem geringeren Herzgewicht entspricht ein geringeres Schlagvolumen, so daß Frauen den durch körperliche Arbeit verursachten Mehrbedarf an Sauerstoff durch die unökonomischere Erhöhung der Schlagfrequenz ausgleichen müssen. Andererseits sind Frauen Männern in der Geschicklichkeit überlegen, und sie besitzen die Fähigkeit guter Koordination. Aus diesen Untersuchungsbefunden, die noch durch weitere zu ergänzen wären, ergibt sich die praktische Konsequenz, daß man Frauen ein geringeres Leistungsmaß zubilligen muß. Das gilt in erster Linie für Kraft- und Ausdauerübungen. Man wird deshalb z.B. das Training mit Gewichten, das sich als Konditionstraining im Frauensport immer mehr einbürgert, auf die geringere Leistungsfähigkeit der Frau abstimmen müssen. Man wird das Trainingsprogramm sehr sorgfältig und individuell aufbauen und steigern müssen. Man beginnt am besten mit Übungen aus dem Bereich der körperbildenden Arbeit, Dabei kann schon die Überwindung des eigenen Körpergewichtes bei richtiger Übungsausführung eine erhebliche Belastung bestimmter Muskelgruppen bedeuten. Das Anheben der Beine aus der Rückenlage, die etwa 40% des Körpergewichtes ausmachen, ist z.B. eine intensive Belastung für die Bauchmuskulatur. Außerdem haben solche Übungen den Vorzug, die verständliche Voreingenommenheit vieler Wettkämpferinnen gegenüber dem Gewichtstraining überwinden zu helfen. Eine weitere Steigerung des Übungseffektes kann durch Fremdgewichte mit gleichbleibender oder veränderlicher Belastung erreicht werden, mit Medizinbällen, Kugeln, Sandsäcken oder Kurzhanteln. Zuletzt kann man sich bestimmten Übungsformen

mit der Hantel zuwenden, wobei man m.E. darauf achten sollte, zunächst im Liegen oder im Sitzen zu üben, um das Becken fixieren und die Wirbelsäule zu entlasten. Neben der Dosierung ist, um einen maximalen Übungseffekt erreichen zu können, eine richtige Übungsausführung unerlässlich. Die Natur steuert jede unserer Bewegungen durch Gesetze, die wir lernen und denen wir gehorchen müssen. Mit summarischen Vorstellungen ist es nicht getan. Ich will das nur an einem Beispiel, das für Ungezählte gelten mag, kurz erläutern:

Beim Heben eines Gewichtes kommt es darauf an, durch eine Kniebeuge den Rücken zu entlasten, aus den Beinen anzuheben und die anschl. Aufrichtung aus den Hüftgelenken folgen zu lassen, um die Hauptarbeit den Gesäßmuskeln zu übertragen, die dieser Belastung am ehesten gewachsen sind; Die Lendenwirbelsäule soll dabei, durch Muskelzüge verstrebt, gerade gehalten werden, um die Bandscheiben gleichmäßig zu beanspruchen und eine Gefährdung weitgehendst zu vermeiden, eine Gefährdung, die bei Frauen leichter gegeben ist als bei Männern. Bückt man sich mit rundem Rücken, dann folgt die Aufrichtung in den Wirbelgelenken, der Lendenwirbelsäule und die Arbeit wird den weit schwächeren Rückenmuskeln überlassen, während die Kraft der Gesäßmuskeln weitgehend ungenutzt bleibt. Die Arbeitsweise ist dadurch unökonomischer und die Gefährdung der Wirbelsäule viel größer. Die Bandscheiben haben dabei den doppelten bis dreifachen Druck auszuhalten und Rückenschmerzen können sich einstellen.

Außerdem ist es bei Frauen wichtig, auf die Kräftigung bestimmter Muskelgruppen zu achten, z.B. der Rumpf vorwiegend Bauchmuskulatur. Schließlich sollte uns die Tatsache, daß sich der weibliche Organismus nur in geringerem Umfang als der männliche dem Muskeltraining anpassen kann, dazu veranlassen, die wirklichen Stärken der Frau zu nutzen, die in der Geschicklichkeit und koordinativen Leistungsfähigkeit liegen.

Auch für den Leistungsrhythmus ergeben sich Besonderheiten, auf die ich im folgenden eingehen möchte. Die Leistungsfähigkeit eines Menschen läuft ja nun nicht wie die eines Motors ständig auf gleichen Touren. Sie unterliegt rhythmischen Schwankungen, die von zahlreichen Faktoren abhängig sind. Für Frauen ist die Monatsrhythmik, die durch die hormonale Tätigkeit der Keimdrüsen bestimmt wird, von besonderer Bedeutung. In diesem Zusammenhang ist es wichtig festzustellen, daß es sich nicht um ein rein örtliches Geschehen handelt. Die hormonale Tätigkeit der Keimdrüsen geht vielmehr mit einer Verschiebung der vegetativen Tonuslage Hand in Hand. Diese wechselnde vegetative Steuerung ist an vielen Körperfunktionen abzulesen, z.B. an der Temperatur, am Blutbild, Blutzucker Grundumsatz, an der Pulsfrequenz, am Blutdruck, an dem Fassungsvermögen, Lunge, der sog. Vitalkapazität usw., und sie beeinflusst damit auch die allgemeine körperliche und psychische Leistungsfähigkeit. Danach darf heute als gesichert angenommen werden, daß in der Zeit vor der Menstruation der Sympathicustonus, der Leistungsbereitschaft sozusagen auf "Hochtouren". Dadurch stehen nur geringere Reserven für zusätzliche körperliche Belastungen zur Verfügung. Anders ist es in der Zeit nach der Menstruation. Hier überwiegt der Parasympathicus, der Körper arbeitet gewissermaßen im Schongang, und damit ist die Ausgangsposition für sportliche Leistungen wesentlich günstiger. Wir sehen also, worauf gerade in

letzter Zeit mehrfach hingewiesen wurde, daß die absolute Größe der Höchstleistung von der Erregungssteigerung im vegetativen Nervensystem abhängig ist. Je weiter die vegetativen Ruhewerte vom sympathischen Maximaltonus entfernt sind, um so größer ist die Leistungsbreite und umgekehrt. Ganz sicher erschließen uns diese Tatsachen einen tieferen und umfassenderen Einblick in die Ursache des Leistungsrythmus, als es bei ausschließlicher Betrachtung des örtlichen Geschehens der Fall wäre. Tatsächlich beobachten wir auch im Sport während und vor allem kurz vor der Menstruation häufig eine schlechtere Leistungsfähigkeit. Wir wissen das aus praktischer Erfahrung und aus den Ergebnissen exakter wissenschaftlicher Untersuchungen. Allerdings ist das Ausmaß der Beeinflussbarkeit in der Leistung durch den Zyklus nicht in jedem Fall gleich groß, sondern von vielen Faktoren abhängig. Eine sehr wesentliche Rolle spielt dabei das körperliche Geübtsein, d.h. gut trainierte Frauen werden im allgemeinen durch den Zyklus weniger beeinflusst als Untrainierte. So zeigten nach unseren Erhebungen nur 23% der Wettkämpferinnen eine schlechtere Leistungsfähigkeit kurz vor und während der Periode, während die Prozentzahlen für Sportstudentinnen und ungeübte Frauen bei 39% bzw. 65 - 80 % liegen. Diese Tatsache überrascht nicht, wenn man u.a. bedenkt, daß durch systematisch aufgebautes Training auch das vegetative Nervensystem ökonomischer und ausgeglichener arbeiten lernt. Außerdem haben wir die Beobachtung gemacht, daß unter gewissen Voraussetzungen die Leistung während der Periode sogar besser sein kann. Es ist bekannt, daß Wettkämpferinnen in dieser Zeit Rekorde aufgestellt und Olympiamedaillen gewonnen haben. Allerdings beschränkt sich die bessere Leistungsfähigkeit auf Sportarten, die schnelles Reaktionsvermögen verlangen. Die Ursache liegt wahrscheinlich in der erhöhten Reizbarkeit des Nervensystems begründet. Außerdem macht sich die Kongestion des Unterleibs bei diesen kurzdauernden Übungen noch nicht bemerkbar, ebenso wie die zu dieser Zeit vorhandene schnellere Nerven- und Muskelermüdung.

Die durch die Periode bedingte schnellere Nerven- und Muskelermüdung sowie die geringere Konzentrationsfähigkeit dürfte wohl auch mit die Ursache dafür sein, daß zur Zeit der Periode eine erhöhte Unfallgefahr besteht. Diese Beobachtungen werden vor allem von arbeitsmedizinischer Seite gewonnen. Entsprechende Erfahrungen liegen im Sport auf dem Gebiet der Frauensegelflugschulung, im Skilauf und in der Leichtathletik vor.

Aus diesen Tatsachen geht hervor, daß man den durch die hormonale Tätigkeit der Keimdrüsen bedingten Leistungsschwankungen auch in der Trainingsdosierung individuell Rechnung tragen sollte. Wichtig ist die Durchführung eines individuell angepaßten und sachgemäß aufgebauten Trainings, wobei sich in der Reaktionsweise des Organismus häufig schon zeigt, ob die zyklischen Funktionen stabil oder labil sind. Vor allem muß jeder Zwang vermieden werden. Die durch die Menstruation bedingte Leistungsschwankung kann vor allem Wettkämpferinnen dazu veranlassen, den Regeltermin verschieben zu wollen. Die Möglichkeiten dazu sind in den letzten Jahren wesentlich erweitert und vereinfacht worden, so daß auch eine ausgedehnte Diskussion darüber entstanden ist, ob eine sportliche Indikation für die Menstruationsverschiebung besteht. Abgesehen von medizinischen Argumenten sind zur Beurteilung dieser Frage auch allgemein menschliche Gründe mit maßgebend.

Zunächst interessiert die Frage, ob dadurch wirklich die Leistung verbessert wird. Nach unseren bisherigen Erfahrungen ist der gewünschte Erfolg nicht immer gewährleistet, sei es, daß der Verschiebungseffekt nicht in der erwarteten Weise eintritt, oder sei es, daß die sportliche Leistungsfähigkeit trotzdem enttäuscht. Das gilt vor allem, wenn die ohnehin weniger leistungsfähige Phase vor der Periode künstlich verlängert wird. Andere Methoden, z.B. Verkürzung des Zyklus, stellen eine wesentlich eingreifendere Methode für den Organismus dar, und es ist noch nicht geklärt, ob solche Eingriffe nicht für den Organismus schädlich sind. Das gilt vor allem für solche Wettkämpferinnen, die noch sehr jung und zum Teil mehr oder weniger am Beginn der sexuellen Reife sind. Zudem ist jede Wettkämpferin versucht, von der Periodenverschiebung häufiger Gebrauch zu machen, da sie meist viele Jahre aktiv sportlich tätig ist. Außerdem wird nach unseren bisherigen Erfahrungen eine Menstruationsverschiebung vor allem von solchen Sportlerinnen angestrebt, deren Periode in irgendeiner Weise gestört ist. Eine eingehende fachärztliche Untersuchung ist hier zweifellos erstes Gebot. Die festgestellte Diagnose muß dann zu den im Einzelfall notwendigen therapeutischen Maßnahmen veranlassen. Sollte sich herausstellen, daß die körperliche und seelische Belastung des Wettkampfes und Leistungstrainings die Ursache der Beschwerden ist, so müssen die Anforderungen herabgesetzt und dem individuellen Leistungsvermögen angepaßt werden. Ähnliche Maßnahmen werden ja auch bei Störungen anderer Organsysteme getroffen, z.B. der Herz- und Kreislauftätigkeit.

Die medizinischen Fragestellungen sind aber nicht allein maßgebend. Wir müssen uns doch darüber im klaren sein, daß durch eine Menstruationsverschiebung die natürlichen Bedingungen des weiblichen Organismus entscheidend verändert werden. Man könnte einen derartigen Eingriff auch als Doping werten. Napp bemerkt m.E. mit Recht, daß der Frauensport zu einer Farce würde, wenn seine Ausübung an die Unterdrückung einer der wichtigsten weiblichen Körperfunktionen gebunden wäre. Ein derartiges Vorgehen entspricht auch nicht unserer Auffassung über das Wesen des Sports. Sport ist seinem tiefsten Sinne nach spielerische Tätigkeit und Ausdruck der Lebensfreude. Man verkennt diesen Sinn, wenn man durch Anwendung künstlicher Mittel gewaltsam eine Leistungssteigerung herbeiführen will.

Neben der Trainingsdosierung und einem der Frau angepaßten Trainingsrhythmus spielt auch die individuelle psychologische Führung und Betreuung beim Training und während der Wettkämpfe eine wichtige Rolle. Es ist nicht einfach, eine psychische Differenzierung der Geschlechter vorzunehmen, und es würde auch den Rahmen dieser Ausführungen zu weit spannen, wenn wir die verschiedenen Einstellungen der Soziologen und Psychologen zu diesem Thema diskutieren wollten. Aber zweifellos steht bei der Frau, schon auf Grund ihrer besonderen Lebensaufgabe das beharrende und bewahrende Element im Vordergrund. Sie ist natur- und erdverbunden und in ihrer Lebenseinstellung viel persönlicher. Gerade durch diese persönliche Lebenseinstellung ist auch die Frau sehr stark abhängig davon, wie sie im Training und bei Wettkämpfen betreut wird. Sie reagiert viel eher als der Mann auf Lob oder Tadel, Anerkennung oder Zurücksetzung oder gar Ungerechtigkeit, und namhafte Trainer haben auch erkannt, daß Vermittlung einer bestimmten Trainingsmethode oder technischen Könnens nicht genügt, sondern daß auch die menschliche Führung sehr entscheidend ist. Wir haben auch immer wieder beobachtet, daß Frauen in der Erfüllung der an sie gestellten Aufgaben sehr gewissenhaft, oft zu gewissenhaft sind und nicht selten in übertriebenem Ehrgeiz ihre Kräfte überfordern. Auch hier gilt es

das rechte Maß zu finden. Wir sind deshalb der Meinung, daß sich Frauen mehr als das bisher geschehen ist, in die Mannschaftsbetreuung und ärztliche Betreuung mit einschalten sollten, da sie doch mehr Einfühlungsvermögen in die weiblich-seelische Struktur besitzen. Bei der ärztlichen Betreuung steht nicht die Behandlung von Verletzungen allein im Vordergrund, die genauso gut von einem Arzt durchgeführt werden könnte, sondern die psychologische Führung, auf die es immer wieder in erster Linie ankommt.

Es wurde eingangs davon gesprochen, daß die biologische Eigenart des weiblichen Organismus eine besondere Übungsauswahl, die Bevorzugung bestimmter Bewegungsabläufe verlangt.

Trainingsweise, aber auch Technik haben sich in den letzten Jahren erheblich gewandelt. Im allgemeinen werden heute sportliche Übungen rhythmischbetrieben, in stetig wiederkehrendem Wechsel von Spannung und Lösung. Der Bewegungsablauf wird schneller, schwungvoller, flüssiger und damit ökonomischer. So ist z.B. die kraftraubende Stemmtechnik im Skilauf der schwungvollen Technik des Wedelns gewichen, beim Diskuslauf begnügt man sich nicht mehr mit einer Drehung, die nicht genügend Antriebsschnelligkeit verleiht, und vieles andere mehr. Es ist wohl kein Zweifel, daß diese Art der Übungsgestaltung dem fraulichen Bewegungsbedürfnis und Bewegungsvermögen entgegenkommt.

Trotzdem werden Frauen eine besondere Übungsauswahl treffen, d.H. bestimmte Bewegungsweisen bevorzugen.

Die Frage, ob längere Laufstrecken für Frauen eine gefährliche Belastung des Herz-Kreislaufsystems darstellen, wurde in den letzten Jahren lebhaft diskutiert. Dabei ist an die 400 und 800 m-Strecke in der Leichtathletik, an den Skilanglauf und die längeren Schwimm- und Ruderstrecken zu denken. Es wurden bereits Untersuchungen bei 800 m-Läuferinnen und Skilangläuferinnen durchgeführt. Diese haben gezeigt, daß bei genügend intensiver und über längere Zeit anhaltender Vorbereitung und geeigneter Trainingsmethode eine Anpassung des Organismus an die Belastung stattfindet, daß aber andererseits, wenn diese Voraussetzungen fehlen, es zu einer verzögerten Rückkehr der Pulsfrequenz, zu einer Durchblutungsnot des Herzens kommt, Befunde, die im Sinne einer Herz-Kreislaufüberlastung zu werten sind. Der Skilanglauf gestaltet sich durch die ständig wechselnden Anforderungen, wenn er nicht zu anstrengende Anstiege enthält, günstiger als die leichtathletischen Läufe. Er entspricht darin eher einem Waldlauf, der Frauen durchaus anzuraten ist.

Im Rudersport stellen lange Strecken von 1000-7000 Metern eine zu starke Beanspruchung für das Herz mit der Gefahr der Prossung dar. Schwimmen schafft dadurch, daß es sich in einem anderen Medium abspielt, andere Voraussetzungen. Besonders bemerkenswert ist die Tatsache, daß auch in diesem Sport eine sehr anstrengende Strecke (400 m) und zwar von noch sehr jugendlichen Schwimmerinnen absolviert wird. Neuere sportmedizinische Untersuchungen liegen m.W. auf diesem Gebiet nicht vor.

Im Rudersport wurde darüber diskutiert, ob die einseitige und intensive Belastung der Wirbelsäule, wie es das Riemenrudern darstellt, nicht eine zu unzumutbare Beanspruchung der Wirbelsäule für Frauen darstellt. Das Fahren im Riemenboot verleitet zu einem Seitenschwigen des Rumpfes und wirkt damit in Richtung einer ein-

seitig betonten Ausbildung der Rückenmuskulatur und Belastung der Wirbelsäule. Möglicherweise könnte dadurch einer seitlichen Verbiegung Vorschub geleistet werden oder eine dafür vorhandene Anlage begünstigt werden. Wenn wir bedenken, daß Frauen auf Grund ihrer Konstitution und besonderen Entwicklungsverhältnisse mehr als der Mann zu Wirbelsäulenverbiegungen prädestiniert sind, so müßten sich gerade bei ihr und besonders im Entwicklungsalter das Riemenrudern nachteilig auswirken.

Die Frage einer möglichen Überbeanspruchung des Stützapparates spielt auch im Geräteturnen eine Rolle. In diesem Zusammenhang ist die Tatsache besonders bemerkenswert, daß man das Turnen am Barren mit gleich hohen Holmen weitgehend durch das Turnen am Stufenbarren ersetzt hat. Am Barren mit gleich hohen Holmen muß der Schwerpunkt höher gehoben werden. Dazu ist mehr Körper-, Arm- und Schulterkraft erforderlich als beim Turnen am Stufenbarren. Das bedeutet geringere Belastung des grazioler gebauten Schultergürtels der Frau und Vermeidung einer unphysiologischen Beanspruchung des Ellenbogengelenkes. Auf diese Weise ist auch der früher sehr häufig beobachtete und geradezu sprichwörtlich gewordene Turnerbuckel kaum mehr zu beobachten. Die Veränderung der Übungsbedingungen zeigt, wie man Sportunterricht und Training dem fraulichen Bewegungsbedürfnis und der Bewegungsfähigkeit der Frau anpassen kann. Gerade in diesen Fragen eröffnet sich Trainern und Sportärzten in enger Zusammenarbeit noch ein weites Betätigungsfeld. Zunächst müßten die vorliegenden Untersuchungsergebnisse, die meist nur an einem sehr kleinen Beobachtungsgut gewonnen wurden, durch breitere und sich über einen längeren Zeitraum hin erstreckende Untersuchungsergebnisse erweitert und fundiert werden. Eine regelmäßige sportärztliche Untersuchung und Kontrolle der Leistungssportlerinnen in Zusammenarbeit mit dem Trainer wäre schon aus diesem Grunde anzustreben.

Daß die technische Durchführung der Übung selbst, wenn sie optimal sein soll, sich für Männer und Frauen nach den gleichen mechanischen Naturgesetzen zu richten hat, ist m.E. an verschiedenen Beispielen gerade in letzter Zeit recht deutlich geworden. So hat sich z. B. auch die Frau dem technisch überlegenen Roll- und Wälzerstil im Hochsprung überraschend schnell und erstaunlich gut angepaßt. Während noch in Helsinki diese Technik zu den Ausnahmen gehörte, bildete sie in Rom und jetzt in Tokio die Regel. Daß aber auch Ausnahmen die Regel bestätigen können, beweist der orthodoxe Sprungstil von Jolanda Balas. Wahrscheinlich spielen hier konstitutionelle Eigentümlichkeiten eine wesentliche Rolle.

Bei den von Männern und Frauen betriebenen Sportarten besteht nun infolge anatomischer, physiologischer und psychologischer Geschlechtsdifferenzen eine bestimmte Disposition zu Überlastungsschäden und Verletzungen. Sicher ist die Frau durch die anatomische Eigentümlichkeit der X-Arm- und X-Beinstellung eher zu Verletzungen an den Knie-, Sprung- und Ellenbogengelenken disponiert. Die durch falsche Technik bedingte Ellenbogenverletzung beim Speerwerfen z. B. scheint bei Frauen infolge des physiologischen Cubitus Valgus häufiger vorzukommen. Dem unphysiologischen Bewegungsablauf wird vielleicht noch dadurch Vorschub geleistet, daß bei manchen Frauen der zur Beherrschung der Schlagwurftechnik notwendige schnellkräftige Einsatz der Rumpf- und Schultergürtelmuskulatur nicht in ausreichendem Maße vorhanden ist. Neureuther hat darauf hingewiesen, daß im Frauenskillauf vor allem Knieverletzungen im Vordergrund stehen. Die Ursache hierfür liegt zunächst in der physiologischen

X-Beinstellung begründet, aber auch darin, daß die Frau mit steigendem Tempo in Rücklage bei gebeugtem Knie gerät. wobei der gelockerte Bandapparat am Kniegelenk bes. das Innenband die Wucht des rotierenden Ski abfangen kann, während der Mann eher aufrecht fährt, mit gestreckten Kniegelenken und Vorlage. Kommt es bei dieser Stellung zum Sturz, bricht eher der Unterschenkel, als daß die gestrafften Bänder am Kniegelenk nachgeben. Aus diesen wenigen Beispielen geht eindeutig hervor, wie wichtig neben richtiger Übungsauswahl ein sorgfältig aufgebautes Konditionstraining und eine entsprechende technische Schulung sind.

Im Frauensport interessiert im allgemeinen die Frage; Kann intensive sportliche Betätigung die Keimdrüsenfunktion schädigen? Bei der Beurteilung spielen neben konstitutionellen Faktoren die Intensität des Trainings, die betriebene Sportart und der Zeitpunkt des Trainingsbeginns eine Rolle. Außerdem muß geklärt werden, ob die geklagten Beschwerden wirklich mit dem Training zusammenhängen, oder ob nicht andere Ursachen dafür verantwortlich zu machen sind. In jedem Fall handelt es sich dabei, wie schon Löhöffel betonte, um Anpassungsvorgänge, die so lange andauern, wie die besonders starke körperliche Beanspruchung wirksam war. In den meisten Fällen kam es wieder zu einer Normalisierung der Regel, sobald die Leibesübungen müheloser und kraftsparender beherrscht wurden. Bemerkenswert ist die Tatsache, daß die Prozentzahlen für Olympiakämpferinnen ähnlich wie bei der Leistungsfähigkeit während der Menstruation z.B. gegenüber Sportstudentinnen deutlich niedriger lagen. Nach Befragungen von Ingmann und eigenen Untersuchungen liegen sie bei 11 bzw. 13%. Diese Tatsachen widerlegen die in Laienkreisen vorherrschende Meinung, daß der Wettkampfsport einen besonders ungünstigen Einfluß auf den Menstruationsablauf ausübe. Bei den Leistungssportlerinnen handelt es sich um eine konstitutionelle Auslese, um vitale und meist bewegungsbegabte Frauen, die den Körper an ein durch Jahre hindurch systematisch aufgebautes Training gewöhnt haben. In den meisten Fällen wurde auch mit der Wettkampftätigkeit erst nach der Menarche, also zu einer Zeit, in der die Pubertätsentwicklung bereits zu einem gewissen Abschluß gelangte, begonnen. Hinsichtlich der Sportart zeigten Eiskunstläuferinnen und Schwimmerinnen das ungünstigste Ergebnis. Das frühe, meist vor der Menarche liegende Trainings- und Wettkampfbeginn, das sehr intensive Training und thermische Einflüsse sind dafür verantwortlich zu machen. Jedenfalls veranlassen uns diese Untersuchungsergebnisse, mit dem Training gerade während der Pubertätszeit Maß zu halten. Außerdem ist die im Verlauf eines Trainings auftretende Störung stets ein guter Gradmesser für die notwendige biologische Gestaltung der Leibesübungen.

Zweifelsohne ist Frauen auch im allgemeinen ein besonderer Bewegungsstil eigen. Buytendijk glaubt, daß es einen angeborenen Unterschied im psychischen Verhalten der Geschlechter gibt und daß dieser Unterschied den dynamischen Typ betrifft. Natürlich kann die Frau eine männliche und der Mann auch eine weibliche Bewegungsweise haben, aber im allgemeinen ist die Bewegungsweise der Frau schwingend, elastisch und durch stärkere Mitbewegungen gekennzeichnet. Frauen bevorzugen demnach Übungsformen mit Ausdrucks- und Druckmotorik, also Bewegungen, die Einfühlungsvermögen verlangen und individuelle Gestaltungskräfte wecken, während dem Mann im allgemeinen Übungsformen mit Willensmotorik besonders liegen, wo-

bei entschlossenem Zupacken und das Prinzip der Leistung überwiegen. Es ist daher verständlich, daß Frauen Gymnastik und ihr verwandte Sportarten, z.B. Tanz, Eiskunstlauf, Rollschuhlauf, Kunstspringen, Dressurreiten bevorzugen und darin auch etwas leisten. Zum Schluß möchte ich noch darauf hinweisen, daß insbesondere in der Übungsauswahl nicht nur biologische Fragen maßgebend sind, sondern daß auch ästhetische und soziale Fragestellungen eine wesentliche Rolle spielen. Jede Kultur hat eine ganz bestimmte Vorstellung, eine festgelegte Meinung, nach denen die Rollen der Geschlechter verteilt werden, und mit der Änderung der Gesellschaftsstruktur ändern sich auch die Anschauungen darüber, was man für die Frau im Sport, auch im Leistungssport schicklich hält oder nicht. Hören wir, was unter einer Karikatur aus dem Simplizissimus des Jahrgangs 1897 zu lesen steht: So sittlich und edel, lieber Kollega, die Leibesübung dem Manne zusteht, so sehr ist der Anblick eines Radfahrenden Weibes geeigenschaftet, unseren am klassischen Geiste geläuterten Schönheitssinn in seiner vollen und ganzen Tiefe zu empören. - Oder in einem Amtsblatt des Deutschen Schwimmsports aus dem Jahre 1895 wurde mitgeteilt: Noch sind wir nicht derart entnervt, um uns durch solchen sinnlichen Köder einfangen zu lassen, und wir wollen von der Damenschwimmerei absolut nichts wissen.

Heute sind wir davon überzeugt, daß gerade Schwimmen eine der besten Leibesübungen für die Frau ist.

Die vorstehenden Ausführungen berechtigen uns zweifellos zu dem Schluß, daß der Frauensport seine eigenen Gesetze hat, nach denen er leben muß. Es besteht kein Zweifel, daß sich die Tendenz der Gleichberechtigung auch im Sinne einer mißverstandenen Gleichheit auf dem Sportfeld auswirken kann. Die Gleichberechtigung darf aber nur im Sinne der Gleichwertigkeit verstanden werden. Margret Mead sagt dazu: Kulturen sind umso reicher, bunter und differenzierter, je größer in ihnen der Spannungsbereich und der Unterschied zwischen den Geschlechtern ist, und unsere Welt ist immer in Gefahr, mehr zu verlieren als zu gewinnen, wenn sie die Geschlechtsdifferenz opfert. Diese Überlegungen müssen wir uns auch in den Leibesübungen, beim Training, bei der technischen Durchführung der Übungen und der Übungsauswahl zu eigen machen und den Sport so gestalten, wie wir ihn als für Frauen besonders geeignet erkannt und geschildert haben.

Sich selbst zu erkennen, sich zu bescheiden und das rechte Maß zu finden, sind die drei wichtigsten Grundregeln, um auf dem weiten Feld des Leistungssports vollendet und meisterhaft spielen zu können.