

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Neue Frauenkleidung und Frauenkultur

Deutscher Verband für Verbesserung der Frauenkleidung

Karlsruhe, 6.1910 - 10.1914; 12.1916

Die körperliche Ausbildung der Frauen von Dr. Leonhard Fuld, New-York

[urn:nbn:de:bsz:31-107152](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-107152)

Verschiedenes.

Eine Modekrise. ~ Sie fing damit an, daß eine Reihe tonangebender Pariser Damen einen Aufruf erließen, in dem sie alle Damen der Gesellschaft aufforderten, gegen die jetzige Moderichtung zu protestieren und an die Verantwortung zu denken, die sie durch ein schlechtes Beispiel auf sich laden. Vorher allerdings schon hatte die katholische Kirche Hirtenbriefe über die ganze Welt gesandt, die den Bann über die unsittliche Mode aussprachen. Wir können aber nicht beurteilen, ob das Manifest der Pariser Damen eine Folge der Hirtenbriefe war. Jedenfalls äußerte sich Poiret nach einer amerikanischen Geschäftsreise, daß ihm die katholische Priesterschaft überall Hindernisse in den Weg gelegt habe, sodaß immerhin ein großer Einfluß von den Hirtenbriefen zu erwarten ist. — Auf den obenerwähnten Aufruf der Pariser Damen, antworteten die Pariser Schneider in einer Weise, die etwas Überraschendes hatte. Sie bekannten zum großen Teil, daß die Angreiferinnen der Mode recht hätten, daß sie (die Schneider) aber nicht allein gegen den Strom schwimmen könnten. Übrigens sei an der Unsittlichkeit der heutigen Mode hauptsächlich die Amerikanerin schuld, der nichts extravagant genug sei. Für sie seien die enthüllenden Gewänder geschaffen, die Pariserin mache so etwas garnicht mit. — Dagegen lesen wir in einem Pariser Modebrief von Ende März, daß in den feinsten Pariser Restaurants die Hälfte der halbnackten Damen ehrbare Ehefrauen sind, die mit ihren Männern speisen, während an den Nebentischen die nicht weniger angezogenen Halbweltlerinnen paradieren. — Ende März geschah nun das merkwürdige Ereignis, daß die Leiterin eines eleganten Pariser Modeblattes nach Rom entsandt wurde um beim Kardinalstaatssekretär Merry del Val eine Privataudienz nachzusuchen. Sie hatte den Auftrag, den Papst zu bitten, von weiteren bischöflichen Verboten gegen die französische Mode abzusehn. — Als Letztes, was vor Drucklegung dieser Nummer in dieser Angelegenheit mitzuteilen wäre, ist noch zu berichten, daß in Deutschland in letzter Zeit drei große Protestversammlungen gegen die Mode stattfanden, angeregt durch den katholischen Frauenbund: in Bonn, Coblenz und Paderborn. Wir möchten die Leserinnen dieser Zeitschrift bitten, der Schriftleitung Mitteilung zu machen, wenn auch in andern deutschen Städten derartige Protestversammlungen stattfinden.

Die körperliche Ausbildung der Frauen.* I. Du brauchst weder in eine Turnhalle zu gehen, noch überhaupt einen besonderen Turnkursus zu besuchen, um die Vorteile zu erlangen, die das Turnen bringt. Körperliche Ausbildung bedeutet diejenige systematische Durchbildung der Muskeln, die auf gute Körperform hinwirkt. Ihr Ziel ist, Anmut zu lehren und strahlende Gesundheit zu schenken. Im Verlauf deiner täglichen Verrichtungen bist du gezwungen, deine Muskeln fortwährend zu gebrauchen. Wenn du weißt, wie diese Muskeln richtig zu gebrauchen

* Diese Ausführungen, denen später weitere folgen werden, enthalten die erste Übung einer Folge von Maßnahmen zur täglichen körperlichen Kräftigung. Sie können allerdings einen gewissen Ersatz für das systematische Turnen bieten, was denjenigen zum Trost reichen mag, die hierfür keine Zeit erübrigen können. Vollständig dem Turnen gleichwertig können jene Maßnahmen selbstverständlich nicht werden — allein schon deshalb nicht, weil das Moment der Disziplin des gemeinsamen Turnens in Wegfall kommt.

sind, kannst du bei der Ausübung deiner täglichen Arbeit alle Vorteile erlangen, welche durch systematisches Turnen erreicht werden. Du kannst alle diese Vorteile gewinnen, ohne deine kostbare Zeit an eine Turnstunde zu verwenden. — Wie stehst du morgens auf? Rollst du dich wie ein Matrose aus deinem Bett heraus? Oder versuchst du etwa aus dir eine Kugel zu machen, ehe du aufstehst, indem du die Kniee anziehst und den Rücken beugst? Betrachtst du das Aufstehn jedesmal als ein glückliches Ereignis? Es müßte so sein. Du bist erfrischt durch die Nachtruhe und bereit für die Freuden

eines anderen Lebenstages. — Versuche also folgende Methode beim Aufstehen: Wenn du aufwachst, lege dich auf den Rücken, ganz ausgedehnt, die Arme über dem Kopf ausgestreckt. Recke dich und versuche, dich so lang wie möglich zu machen. Atme mehrmals tief. Unbehindert der Zusammenschnürung durch deine Kleidung, die dich am Tage hindert diese Stellung einzunehmen, wirst du das angenehme Gefühl haben, daß dir das Blut von oben bis unten durch die Adern strömt. Das Ausstrecken der Arme über dem Kopf bewirkt das Dehnen der Brust und der Rücken wird durch die Stellung gekräftigt. Diese tägliche Stellung bezweckt, die Tendenz zur flachen Brust und zu den runden Schultern zu überwinden, die alle Leute haben, die nicht täglich üben. Wenn du aufstehst, so drehe dich also nicht auf die Seite und rolle wie ein Matrose aus dem Bett. Nimm jeden Vorteil der Bewegung wahr. Halte die Hände in den Hüften und hilf dir sitzend auf, ohne die Hände zu benutzen. Du wirst diese Übung im Anfang etwas schwierig finden, weil du bei der Übung die Bauchmuskeln benutzen mußt, die während des Tages kaum gebraucht werden. Bei den meisten von uns haben diese Muskeln durch Nichtgebrauch eine Fettschicht bekommen. Bei täglicher Übung werden sie kleiner und fester und auf diese Art wird die Ausdehnung des Rumpfes schmaler. Dazu hat diese Übung eine gute Wirkung auf die Eingeweide. Wenn deine Bauchmuskeln besonders



Abb. X.
Festkleid von Elisabeth Merkel,
Freiburg i. Br.



Abb. XI. Phot. C. Mader, Görlitz.
Einfaches Kleid aus weißem Baumwollfrotté mit gehäkeltem Gürtel
und Besatz von Ida Franke, Görlitz.
Beschreibung Seite IX u. f.

schwach sind, mußt du dir die Übung zuerst so erleichtern, daß du deine Hände auf das Bett neben die Hüften legst, anstatt auf die Hüften, und dir so aufhilfst. Diese Bewegung ist leichter und natürlich dementsprechend weniger wirksam. Diesen Behelf sollte man nur wählen, wenn es durchaus notwendig ist. Die Übung mit den Händen auf den Hüften sollte sobald als möglich vorgenommen werden. *Dr. Leonhard Fuld, New-York*
Mitglied d. amerik. Akademie f. körperliche Erziehung.

Berufskleidung einst und jetzt. Von A. von Langermann-Schwerin i. M. Vor einigen Jahren war das «Fräulein Rechtsanwältin» das sich mehr mit der Wahl ihres Kleides als mit ihrer Verteidigungsrede beschäftigt, eine stehende Figur der Witzblätter. In diesem bissigen Scherz steckt ein Körnchen Wahrheit: Die Frau, die einen ungewöhnlichen Beruf ergriff, mußte mehr als der im gleichen Beruf tätige Mann an die äußere Erscheinung denken, weil ihr kein Herkommen und keine Vorschrift zur Seite stand. Zu allen Zeiten sind Frauen ausnahmsweise in Männerberufen tätig gewesen, und nicht selten wurde ihnen die Verpflichtung auferlegt, bei der Ausübung ihres Berufes Männerkleider zu tragen. In vielleicht unbewußter Anlehnung an dies Herkommen bemühten sich anfangs die studierenden Frauen, der Männertracht möglichst nahe zu kommen. Kurz geschnittene Haare, runder Hut, gesteierte Leinenkragen und Bluseneinsätze,

schwarze Kravatte und ein Jackenkleid aus dunklem schwerem Stoff — das ist die Tracht der Studentin, solange sie nur vereinzelt in den Hörsälen erscheint. Schön war das nicht — bequem und gesund auch nicht, doch mochte diese der weiblichen Gestalt so unvorteilhafte Kleidung aus ähnlichen Gründen praktisch sein, wie sie Rosa Bonheur veranlaßten, ihre Studien auf den großen Viehhöfen in Männerkleidern zu machen. Auch die in kaufmännischen Betrieben angestellte Frau glaubte lange Zeit auf alles verzichten zu müssen, was ihrem Ansehen Schönheit und Schmuck verleihen könnte. Die Verkäuferin und die Kontorarbeiterin zwängten sich während der langen, anstrengenden Dienststunden in heiße schwarze Schneiderkleider, wobei Hals und Handgelenke noch besonders durch steife Leinenkragen und Manschetten von Luft und Freiheit abgesperrt wurden. Erst der mit der Jahrhundertwende einsetzenden Reformbewegung war es vorbehalten, hier Wandel zu schaffen und für schnell anzulegende, gefällige und gesunde Kleidung zu sorgen. Fast gleichzeitig wurden den Frauen viele bisher verschlossene Berufe freigegeben, so daß aus geduldeten Eindringlingen Berechtigte wurden. Da nun kein Grund mehr vorhanden war, die weibliche Eigenart zu verbergen, durften die Frauen nicht nur ihr Gewand so hübsch und freundlich wie möglich gestalten, sondern es wurde für sie zur Pflicht. Nicht zum wenigsten durch ihre unharmonische, schönheitsverachtende Tracht war die erwerbstätige Frau in den Ruf der Unweiblichkeit gekommen, der jetzt erst wieder zerstört werden muß. Für Putz und Tand hat die Berufsfrau allerdings weder Zeit noch Geld noch Sinn, aber wenn ihr Gewand auch noch so schlicht und zweckmäßig ist, so braucht es doch nicht Schönheit und Kleidsamkeit außer Acht zu lassen.

Frauenstudium. Das höhere Mädchenschulwesen in Preußen umfaßt nach den Angaben des «Kalenders für das höhere Schulwesen Preußens und einiger anderer deutscher Staaten» 259 Bildungsanstalten, darunter 108 Vollanstalten, 151 Lyceen, 77 Oberlyceen, 38 Frauenschulen und 33 Studienanstalten. Privatanstalten werden nicht aufgeführt. Unter den Leitern dieser Anstalten sind 13 Direktorinnen, die sich wie folgt verteilen: Brandenburg 2, Schlesien 1, Sachsen 1, Westfalen 3, Rheinprovinz 6. Die meisten Vollanstalten hat die Rheinprovinz, nämlich 22 neben 22 Lyceen und 13 Oberlyceen. Gleich darnach kommt Brandenburg mit 19 Vollanstalten, 34 Lyceen und 13 Oberlyceen. Am geringsten bedacht ist Posen, wo es nur 3 Vollanstalten, kein Lyceum und 3 Oberlyceen gibt. Frauenschulen bestehen 38 und zwar hat die Rheinprovinz mit 11 bei weitem die größte Anzahl. 33 Studienanstalten gibt es, die sich so auf die Provinzen verteilen: Ostpreußen 1, Westpreußen 1, Berlin 3, Brandenburg 4, Pommern 1, Posen 1, Schlesien 5, Sachsen 3, Schleswig-Holstein 0, Hannover 2, Westfalen 1, Hessen-Nassau 3, Rheinprovinz 8. — Pro facultate docendi geprüfte weibliche Oberlehrer gibt es in Preußen 41 (32 Protestantinnen, 8 Katholikinnen, 1 Jüdin); anstellungsfähige Kandidatinnen waren 38 vorhanden, Probantinnen (im 2. Vorbereitungsjahr) und Seminarkandidatinnen (im 1. Vorbereitungsjahr) je 18. — Die Zahl der Studentinnen auf deutschen Hochschulen belief sich im Winter-Semester