

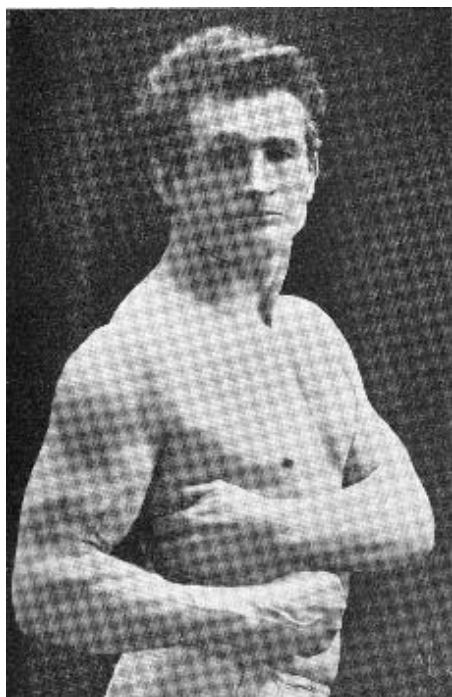
Van mannenkracht tot vrouwenpracht (6)

Gedurende het jaar leest u in diverse nummers van de **Lichamelijke Opvoeding** weer een reeks geschiedkundige artikelen. In deze aflevering over de lichaamscultuur een vervolg op het verhaal van Toepoel waarin de rol van de vrouw aan de orde komt.

Door: J. Steendijk-Kuypers

Lichaamscultuur, ook voor de vrouw

Het spreekt voor zich dat de Haagse fitnessschool onder leiding van Toepoel geen eendagsvlug was. De modelschool ging uit van de nieuwste ideeën over de positieve invloed van licht, lucht, water, en beweging op de gezondheid. Even opmerkelijk was ook de locatie van het instituut in de moderne wijk het Bezuidenhout. Bij de inrichting werd rekening gehouden met hygiënische inzichten. De zaal had openslaande deuren op het zuiden en in de tuin was een oefenterras. Aan de andere zijde waren hoge tuimelramen aangebracht en aan de zijwanden hing grote spiegels in plaats van afbeeldingen van bokkers in de ring. Terzijde bevonden zich douches en kuipbaden. Om (bacterie)stof te voorkomen waren



Bernarr Macfadden

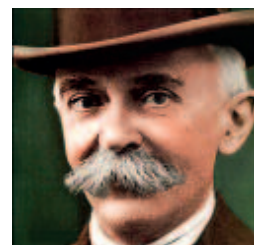
de randen van vloer en wanden afgerond. Uiteraard was de zaal uitgerust met boksering en judomatten, maar er was ook heel wat handgereedschap aanwezig zoals halters en knotsen van verschillend gewicht, bokszakken, een hangend gespannen punchball, de knijphalters van Sandow, de medizijnbal van Sayers, spring- en trektoeven, alsook de Velotrabi-fiets-trainer en een roeitrainer met de moderne slidingseat. Om een echte straatoverval te simuleren kon hij de zaal half duister maken. Met staande spiegels aan de muren had men de illusie van ruimte en was houdingscorrectie mogelijk. De bezoekers van de school waren afkomstig uit de ambtenaren- en kantoorwereld, mensen met een zittend beroep. Een vaste kern werd gevormd door Leidse en Delftse studenten. Toepoel had gekozen voor het leermeesterschap en droeg zijn kennis op allerlei manieren over. Overeenkomstig de Amerikaanse methode van Bernarr Macfadden gaf hij een schriftelijke cursus *physical culture* aan corresponderende leerlingen. Hij gaf privélessen aan huis, demonstratielessen op diverse locaties en organiseerde cursussen voor bepaalde doelgroepen, bijvoorbeeld voor degenen die wilden vermageren of hun houding wilden verbeteren. Een bijzondere categorie waren de vrouwen die voor lessen in zelfverdediging kwamen of die hun figuur wilden modelleren. Sinds 1880 bestonden er vrouwengymnastiekverenigingen en vanaf haar oprichting in 1883 bevorderde de ANWB het fietsen door

dames. Hen werd wel geadviseerd eerst een arts te raadplegen, want de medicus wist hoe ver en met welk tempo zij moesten rijden om geen schade aan de gezondheid op te lopen. Er werd gediscussieerd over de juiste zithouding, over de gezondheidskleding en over een gezondheidszadel, dat door een Amsterdamse winkelier als Treubzadel - genoemd naar de bekende Amsterdamse gynaecoloog - werd verkocht. Bij vrouwen die zich met andere

sporten bezighielden, was het niet anders gesteld. (Heren)artsen wisten wat goed voor hen was en de manlijke bestuurders van sportverenigingen luisterden met een gewillig oor om vervolgens voor hun vrouwelijke leden beperkende reglementen op te stellen. Omstreeks 1900 veranderde de Victoriaanse *True woman* in de *New woman*, te herkennen aan het

opgestoken haar, haar ruime kleding en ... haar neiging tot (bewegings)vrijheid.

Voorheen hadden vrouwen die aan golf of tennis deden zich in kleding en beweging vooral *ladylike* te gedragen. Het fanatieke netspel van tennister Susanne Lenglen was ongepast, en Miss Ryan maakte zich met haar overheadservice belachelijk. Bij een van de eerste mixed-hockeywedstrijden snauwde een speler zijn te vlot spelende verloofde toe: als je zo doorgaat, stap ik op je voet en is het



Pierre de Coubertin

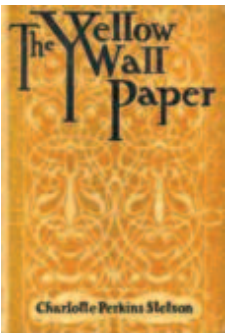
uit met je spel. Het *zwakke geslacht* creëerde een eigen sportwereld en behield noodgedwongen(!) een vrouwelijk bewegingspatroon. Zo bestreed men het zwaarwegende argument van tegenstanders dat fanatieke damessporters geen vrouw zouden zijn. Het



Physical culture uit februari 1936



The Duncan Dancers, 1900-1914, originally uploaded by Gatochy.
 'The Duncan dancers pose in classical costume, an influential fashion trend of the time. Isadora Duncan had caused controversy with her free-moving dance techniques that contrasted with the disciplined movement of classical ballet. She danced barefoot to the music of Brahms and Wagner and later founded her own dance school in Moscow.'
 Gescand uit het boek *Decades of Fashion*



Yellow wallpaper

is duidelijk dat een instituut als van Toepoel voor hen niet op propaganda kon rekenen. Vanaf 1910 zien we vanuit Amerika een vrouw-specifieke lichaamscultuur opkomen die wel aansprak.

Deze werd ondermeer gepresenteerd door Isadora Duncan, en in Duitsland met name door Hade Kalmeyer gepropageerd in haar *Schönheit und Gesundheit des Weibes durch Gymnastik*, met als inleiding *Körperkultur auch für die Frau*. Spierontwikkeling was geen doel maar een voorwaarde om te komen tot een harmonische lichaamsvorm met de klassieke kenmerken van schoonheid uit de Oudheid. Een andere in Nederland bekende pedagoog uit deze nieuwe richting was Bess M. Mensendieck. In haar *Körperkultur der Frau*

(1912) nam ze de spiertonus als uitgangspunt voor een correcte vrouwelijke lichaamspresentatie. Om vooral duidelijk te zijn, illustreerde zij haar boek met naaktfoto's, met uitzondering van de Zeeuwse melkmeisjes die in klederdracht lieten zien hoe men (melk)emmers moest dragen. In Frankrijk was het George Hébert die met *Muscle et beauté plastique féminine* (1919, met herdrukken tot 1948) vrouwen een sportief schoonheidsimago wilde bezorgen, en wel onder het motto: *Frankrijk wordt nóg mooier*. De krachtige gestalte won terrein en omstreeks 1920 sprak men van een *athletic look*. De trend werd ondersteund door filmsterren die bij instituten met halters, knots, springtouw of andere toestellen hun figuur perfectioneerden. Anderzijds gingen sportidolen zich gedragen als filmsterren. De tennisspeelsters Lenglen en Wills werden door dure Parijse modehuizen gekleed, met als gevolg dat tennis in 1924 door strenge hantering van de amateurbepalingen als olympische sport werd geschrapt. Dit had de volle instemming van De Coubertin die zijn visie op deelname van vrouwen aan de Spelen als volgt verwoordde: *Its is against the law of nature* (1902), *It's illegal* (1925), en in 1928, toen vrouwen voor de disciplines atletiek en gymnastiek werden toegelaten: *it's against my will*. Nog in 1936 uitte de IOC-voorzitter Avery Brundage zich over vrouwelijke deelname: *her charms sink to something less than zero*. De Coubertin was niet tegen vrouwensport, maar

tegen hun sportoptreden in het openbaar: als vrouwen willen voetballen of boksen – zoals in Engeland en Duitsland het geval is – doen ze dat maar, mits zonder publiek, want de toeschouwers die komen kijken, doen dat zeker niet uit belangstelling voor de sport.

De Amerikaanse schrijfster en *physical culture* fanate Charlotte Perkins Gilman wist uit ervaring - men leze haar *The Yellow Wallpaper* - hoe de vrouw werd opgesloten in het hokje van het zwakke geslacht. Ze verkondigde met volle inzet haar standpunt dat door opbouw van fysieke kracht de vrouwelijke afhankelijkheid zou verdwijnen. Ze zag in fitheid door sport de beste emancipatiestrategie. Nog duidelijker was de uitspraak van Elisabeth Blachwell, de eerste Amerikaans/Engelse vrouwelijke arts: *The woman who controls her body, controls her destiny* (1877).

Het damesblad *Eigen Haard* kwam in 1922 met een themanummer over sport: speciaal voor hen die nog weinig bekend zijn met *physical culture*. Maar wie dacht dat na de Olympische Spelen van 1928 mede door de succesvolle gouden Nederlandse damesploeg de toon gezet zou zijn voor een crescendo, kwam bedrogen uit. Nog in 1939 verwees de gymnastiekdocente E.J.M. Broekhuizen naar deze damesploeg met een klassiek verwijt: 'Deze *mannetjesputters* met verkeerde mentaliteit staan negatief tegenover het eigen vrouw-zijn'. Ze volgde de lijn van de gezaghebbende Duitse gymnastiekpedagoog Margarete Streicher uit de jaren dertig: de vrouw moet naar haar biologische gegevens vrouw blijven.

Wordt vervolgd



Suzanne Lenglen

niet tegen vrouwensport, maar