

VAN MANNENKRACHT TOT VROUWENPRACHT (1)

Dit is het eerste in de reeks geschiedkundige artikelen die gedurende het jaar zullen verschijnen. Daarin krijgen we inzicht in de geleverde strijd en in de ontwikkelingen die ons vak en de sport hebben doorgemaakt en tevens van de rol van de vrouw daarin. Basis is de lichaamscultuur. In deze aflevering zien we dat de grondslag voor ons vak, halverwege de negentiende eeuw gelegd, vooral de gezondheid was. **Door: J. Steendijk-Kuypers**

In de jaren veertig van de negentiende eeuw legde de Duitse turnmeester Carl Euler in Nederland de basis voor gymnastiekbeoefening. Euler had papieren die zowel zijn bekwaamheid als gymnastiekdocent alsook zijn geschiktheid als heilgymnast bevestigden. De gymnastiekregels die hij voor de Haarlemse Nutsgymnastiekschool opstelde, werden in andere steden overgenomen. In deze scholen van de Maatschappij tot Nut van het Algemeen werden de eerste gymnastiekonderwijzers opgeleid.

BEWEGING

Ondanks weerstand en kritiek kwam in de tweede helft van de negentiende eeuw een gymnastiekbeweging op gang die, door medici ondersteund, in brede kringen aanhangers kreeg.

Door de aandacht voor dit *nieuwe bewegen* kwam het bewegende lichaam in beeld, maar het duurde geruime tijd voordat *lichaamscultuur* inhoudelijk een begrip zou worden. Welke

factoren zorgden ervoor dat *lichaamscultuur*, als een bepaalde levensstijl gericht op het lichaam, omstreeks de voorgaande eeuwwisseling een ingeburgerd begrip werd? De cultuurhistoricus Johan Huizinga schreef in 1935: *De nieuwe cultus van lichaamskracht, behendigheid en moed voor vrouwen en mannen, is op zichzelf beschouwd ongetwijfeld een positieve cultuurfactor van de hoogste waarde.* Centraal staat daarin dat aan het lichaam zelf een bepaalde sociale betekenis werd toegekend.

LICHAAMSOEFENING IN DIENST VAN DE VOLKSGEZONDHEID

Omstreeks 1880 was de wetenschappelijke vooruitgang



op velerlei medisch gebied spectaculair. Kennis van de bacteriologie zorgde ervoor dat ziektepreventie de nodige aandacht kreeg. Therapeutische geneeskunde kreeg als partner de preventieve gezondheidsleer, die zich zowel op de individuele mens als op de gemeenschap richtte, met als ideaal: een collectieve volksgezondheid.

Daarenboven werd gezondheid het ijkpunt voor de op prestatie georiënteerde moderne maatschappij die aan de fysieke gesteldheid van de burgers steeds hogere eisen ging stellen. Gezondheid was niet slechts het ontbreken van ziekte, het begrip hield ook een optimaal functioneren van het lichaam in: het gezonde lichaam als basis voor maatschappelijk succes. Dit leidde tot talloze adviezen van artsen aan stedelijke besturen en burgers over optimale levensomstandigheden.

Deze arts-specialisten noemden zich *hygiënisten*.

Al omstreeks 1800 waren er medici en pedagogen die zich zorgen maakten over de futloosheid van de jeugd. Beide groepen spraken zich kernachtig uit. De medisch hoogleraar en propagandist van de verlichtingsideologie Matthias van Geuns: *Een zwak lichaam kan niet genieten van het goede dat de moderne maatschappij biedt;* de grondlegger van pedagogische gymnastiek J.C.F. Gutschmuths zei: *wij zijn zwak omdat we niet weten dat we sterk kunnen zijn*, en de vader van het verenigingsturnen F.J. Jahn hield de moedeloze Duitse jeugd voor: *wij zijn nog te redden, maar alleen door onszelf.* Zijn turnbeweging, gericht op weerbaarheid, werd in de eerste helft van de negentiende eeuw een succes. Bij gymnastiek voor mannen stond de term *kracht* centraal, met spierkracht, daadkracht, wilskracht, moed en vaardigheden. Bij de vrouw ging het om uiterlijk schoon, om elegantie, en als er van kracht sprake was, dan doelde men op *levenskracht*, met een letterlijke verwijzing naar het toekomstig nageslacht. De hygiënist G.A.N. Allebé stelde: *Een zwakke vrouw die het bezielende gezondheidsgevoel mist, verzwakt de kracht en welvaart der natie.* De jaarlijkse propa-

Karikatuur als reactie op physical culture (1909)





Bokstraining tijdens de mobilisatie (Loosduinen, 1914-1918)

gandademonstraties van turnverenigingen trokken met krachttoeren en levende piramides veel belangstelling. Bij *plastische standen* vormde de turngroep historische, vaak mythische beeldengroepen, waarbij het om spierbehéersing ging. De meisjesgymnastiek kende ook twee aspecten: Hygiëa - ofwel haar gezondheid - en de Gratiën - ofwel de vrouwelijke schoonheid. Hun oefeningen bestonden uit elegante gaande en staande bewegingen. Een van de eerste gymnastiekonderwijzeressen, Johanna Berkhout, stelde zich in de jaren tachtig kritisch op; in het vakblad voor gymnastiekonderwijs, *Olympia* schreef ze: de huidige meisjesgymnastiek dient meer de Gratiën dan de gezondheid. Zelf gebruikte ze in de les het springtouw en oefende ze met knotsen om de meisjes een krachtiger figuur te geven. Pas toen hygiënisten wezen op het belang van buik- en rugspieroefeningen ten nutte van een voorspoedige bevalling, werden ook bepaalde turnoefeningen aan apparaten aanbevolen. De Amsterdamse damesvereniging *Hygiëa* gaf in

P.M.C. TOEPOEL, PIONIER VAN LICHAAMSCULTUUR IN NEDERLAND

1913 als propagandamiddel een serie ansichtkaarten van hun brugoefeningen uit: de oefening voor de rugspieren diende voor de rechte houding, terwijl oefeningen voor de dwarse en schuine buikspieren van nut waren voor de *vrouwelijke taken*. Inspannende oefeningen werden geweerd. De Rotterdamse gymnastiekdocent S. van Aken, die voor jongens een gedisciplineerde militaire schoolgymnastiek voorstond, was een van de eersten (1914) die in *Revue der Sporten* over *physical culture* voor meisjes sprak. Geheel nieuw was zijn argument dat lichamelijke oefening naast een welgevormd lichaam en gracieus bewegen ook tot doel had het verouderingsproces te vertragen. Maar Van Aken ontwikkelde voor meisjes geen nieuw oefensysteem van *physical culture*.

MANKRACHT IS VOLKSKRACHT

Naar het voorbeeld van de Duitse *Turnerei* van Jahn bleef krachtsontwikkeling met behulp van toestellen voorop staan. Een gymnastiek die zeker geen waardering kreeg, was de zogenaamde *parterregymnastiek*, die niet op kracht, maar op lenigheid berustte. Deze acrobatische grondgymnastiek werd de broodwinning van minder geslaagde gymnasten; zij gaven als kunstmakers op pleinen hun show ten beste. In Zeist beklagde de elite zich erover dat men rijdend in het rijtuig beklaagd werd door hardrenners, kunstmakers en springers die hardlopend naast het rijtuig de rust verstoorden tot men hen geld toewierp. De ervaren turner moest er bij zijn rekstok- of brugoefening voor waken niet het verwijt te krijgen een acrobaat te zijn. Naast het toestelturnen werd ook grondgymnastiek met handgereedschap als halters, staaf en knots beoefend. Toen in de jaren tachtig de sportrage - voetbal en wielrennen - de gymnastiekverenigingen bedreigde, zochten ook de gymnasten naar een competitie-element. Dit was slechts mogelijk wanneer men voor een jury optrad. Zo werd er ook bij de heren meer gelet op expressieve houdingen waarin de kracht van het lichaam als geheel tot uitdrukking kwam. Aan het eind van de negentiende eeuw verschoof het accent van de krachtige oefening naar de uitstraling van het gespierde mannenlichaam zelf. Het was de tijd waarin Pierre baron de Coubertin de Olympische Spelen deed herleven (1896). Daarmee kwam de Griekse lichaamscultuur naar voren met het ideaal van een Hercules en andere beelden uit de Oudheid. Niet primair de gezondheid, maar de uitstraling van kracht en schoonheid in harmonie verenigd, werd voor velen het doel van de lichaamsoefeningen. In *Revue der sporten* verschenen afbeeldingen van gespierde lichamen van atleten; indrukwekkend is het beeld dat Enrico Roscitano maakte van de wereldkampioen wielrennen, Piet Moeskops (1928). Foto's van gespierde mannen werden voor hen, die door oefening een naar de klassieke geproportioneerde lichaam trachtten te verkrijgen, tot voorbeeld gesteld.

Wordt vervolgd