

[ABSCHRIFT]

Abschrift.

Prüf.-Nr.: 9825 Zulassungskarten für Bildstreifen sind öffentliche Urkunden im Sinne des § 267 Reichs-Strafgesetzbuchs. Ohne amtlichen Stempel sind sie ungültig. Aenderungen dürfen nur von der Filmprüfstelle angenommen werden.

Antragsteller: Universum-Film-Aktiengesellschaft Berlin W 9,  
Ursprungsfirma: Köthenerstr 1-4.

Titel des Bildes: Wege zu Kraft und Schönheit.

Ein Film über moderne Körperkultur in sechs Teilen.

Hergestellt von der Kulturabteilung der Universum-Film-Aktiengesellschaft.

Regie: Wilhelm Prager.

Manuskript und wissenschaftliche Bearbeitung: Dr.med. Nicholas Kaufmann.

Künstlerische und wissenschaftliche Beiräte: Prof. Dr. Arthur Kampf, Professor Fritz Klimsch, Prof. Karl Ebbinghaus, Dr. Aug. Köster. (Kustos am Alten Museum zu Berlin.)

Musik: Dr. Guiseppe Becce.

Photographie: Weinmann, Hrich, Paulmann.

Zeitlupe: Schatzow, Stöcker.

Trickzeichnungen: Hans Büchel.

Bauten: Sohnle und Erdmann, Rotmil und Depenau, Gustav Hennig.

Aufnahmeleitung: Artur Ohme.

Untertitel. 1. Teil. Die alten Griechen und wir. 1. Goethe sagt: „Wenn wir das Altertum anschauen, so gewinnen wir die Empfindung, als ob wir erst eigentlich zu Menschen würden.“ 2. Die klassische Kultur war harmonisch. Die Pflege des Körpers war gleichberechtigt mit der des Geistes. Plato und Aristoteles lehrten im „Gymnasium“, der „Stätte des Nacktübens“. 3. Damals trieben die Gymnasiasten Gymnastik! Das Gymnasium unserer Tage ist hiergegen bescheiden...4. ...hier herrschte bis vor kurzem statt Gymnastik vorzugsweise Grammatik. 5. Der heutige Daseinskampf erfordert ständige scharfe Schulung des Geistes, der Körper aber verkümmert zwischen Büchern und Maschinen. 6. ...und Maschinen. 7. Wir gehetzten Menschen der Großstadt...8. ...vernachlässigen den Körper notgedrungen im Beruf. 9. Aber auch in den Mußestunden vernachlässigen wir die Rechte des Körpers, nicht aus Not, sondern aus Leichtsin. 10. Doch alle Schuld rächt sich auf Erden! 11. Von Jugend an vernachlässigte Körper altern meist vorzeitig. Der geübte Körper bleibt viel länger jung! 12. Ein 50 jähriger, der nie einen Sportplatz sah....13. ....und ein 62 jähriger, der von Jugend an Sport

getrieben hat. 14. Der 59 jährige Gottschling, Brieg, Sieger in vielen Marathonläufen. Er läuft im Sommer wie Winter täglich barfuß 15 km, um sein Bad in der Oder zu nehmen. 15. Schön und gut zugleich zu sein war das Ideal der alten Griechen. 16. Der Mensch unserer Zeit ist nicht immer schön, nicht immer gut, immer aber - nervös. 17. Dreck! 18. Au! 19. Dumme Gans! 20. Für solche Leute genügt es nicht, bewundernd zu den Werken Altgriechenlands aufzuschauen! 21. Wir müssen versuchen den alten Griechen nachzueifern! Welche Wege führen zu der verloren gegangenen Kraft und Schönheit zurück? 32. Ende des 1. Teiles.

2. Teil. Hygienische Gymnastik. 1. Entscheidend für die Schönheit des Körpers ist die harmonische Ausbildung seiner Kraft. 2. Man kann nicht früh genug damit beginnen. 2. Säuglingsturnen, begründet durch Major a.D. Neumann-Neurode, Berlin. 4. Kleinkinder-Gymnastik. 5. Uebungen im Schulalter. 6. Vorbedingung jeglicher Körperkultur ist Beseitigung körperlicher Mängel und Erhaltung der gesunden Körperform. 7. Haben Deine Kinder ein gerades und starkes Rückgrat? 8. Nein? - Dann lasse sie kriechen! 9. Kriechübungen nach Prof. Klapp - Berlin. 10. Steil-Kriechen gegen seitliche Verbiegung der Wirbelsäule (Skoliose). 11. Den Erwachsenen erhalten Kriechübungen geschmeidig. 12. Dauerndes Sitzen schädigt auf das stärkste die Koerperhaltung! 13. Auf die Dauer wird aus der schlechten Haltung eine bleibend schlechte Form! 14. Tägliche Übungen! Kein Apparat! Keine Kosten! Nur wenige Minuten! 15. Der Berufsmensch hat die Pflicht, seinem Körper Erholung zu gönnen. 16. Ein Sonnabend Nachmittag auf der Themse. 17. Besonders wirksam gegen Sitzschädigungen sind Uebungen am Ribbstol. (Schwedische Sprossenleiter.) 18. Wer sich's leisten kann, verlängert durch „heilkneten“ seine Jugend. 19. Bei Sitzmenschen leidet besonders auch die Atmung. Links: Normale Atmung. Rechts: Ungenügende Atmung im Sitzen. 20. Die natürliche Atmung ist eine Kombination von Brust- und Bauchatmung. Jede soll für sich täglich geübt werden! 21. Brustatmung, beim viel sitzenden Großstädter fast ganz verkümmert. 22. Bauchatmung. 23. Jahrhundertelang zwang Tracht und Mode den weiblichen Körper in den Schnürleib; und heute noch entstellt und schädigt Eitelkeit so manche Frau. 24. Die schöne Frau kennt kein Korsett! 25. Das Ebenmaß des

menschlichen Körpers war das Schönheits-Ideal der alten Griechen. Das Urteil des Paris. 26. Ende des 2. Teiles.

3. Teil. Rhythmische Gymnastik. 1. Anmut ist bewegliche Schönheit. (Schiller.) 2. Zur Schönheit der Körperform muß die Schönheit der Bewegung treten. 3. Die Bewegung wird schön durch Rhythmus. In der Natur ist er Gesetz. 4. Der Sinn für Rhythmus schlummert auch in jedem Menschen; er muß nur geweckt werden. 5. Die Schule Hellerau bildet den Sinn für Rhythmus durch Musik. (Methode Jaques Dalcroze). 6. Führen und folgen: Der kleine Dirigent bestimmt den Takt der musikalischen Begleitung. Die Gruppe folgt. 7. Rasches Reagieren erzieht zur Geistesgegenwart. 8. Darstellung der musikalischen Notenwerte durch verschiedene Schrittformen. 9. Taktieren im Kanon: „Deine rechte Hand soll nicht wissen, was deine linke tut“. (Eine schwierige Uebung.) 10. Nach Bode beruht die Schönheit der Bewegung auf dem rhythmischen Wechsel von Spannung und Entspannung der Muskeln. 11. Entspannung, falsch und richtig. 12. Falsch. 13. Richtig. 14. Die einfachsten Bewegungen des täglichen Lebens - Stoß, Druck, Zug - werden auf diese Weise veredelt. 15. Stilisierte Arbeitsbewegungen. 16. Ziehen. 17. Dreschen. 18. Die künstlerische Wirkung dieses Wechsels zwischen Spannung und Entspannung zeigt uns Niddy Impekoven... 19... mit ihrer Groteske „Die Pinnerpuppe“. 20. Rudolf Laban de Varalja steigert gymnastische Bewegungen durch rhythmische Beseelung zum Tanz. 21. Auf dem inneren Rhythmus der Atmung beruht die Körpererziehung der Schule Loheland. 22. Uebungen der Schule Anna Herrmann, Charlottenburg, die ihre Körpererziehung auf den Grundlagen Lohelands aufbaut. 23. Schreiten mit Spannung. 24. Atmungsschreiten. 25. Gleichgewichtsstudie. 26. Die Amerikanerin Dr. med. Beß Mensendieck hat Uebungen erdacht, die für den weiblichen Körper besonders geeignet sind. 27. Dr. Mensendieck korrigiert durch ihre „Aufbauübungen“ den Körper in allen seinen Teilen. 28. Uebungen der Schule Hedwig Hagemann, Hamburg, die vom Prinzip Mensendieck ausgeht. 29. Ende des 3. Teiles.

4. Teil. Tanz. 1. Das Tanzen ist ein Urtrieb des Menschen. Jedes Volk hat daher charakteristische Tänze. 2. Tanz auf Hawaii. 3. Japanischer

Möwentanz. Bao und Konani Ishii. 4. Indien. (Birma.) 5. Phantasietanz bayer. Wilderer. (Der Streit um die Beute.) 6. Spanischer Tanz. Carolina de la Riva. 7. Dem Trieb zum Tanzen werden auch die Gymnastik-Schulen gerecht. Eine der reizvollsten Formen ihrer Ausbildung ist die Tanz-Pantomime. 8. Schlußszene aus Labans Tanzdrama „Der lebende Götze“. 9. Die Orchidee. Dussia Bereska. Schule Laban, Hamburg. 10. Niddy Impekoven. „Das Leben der Blume“. 11. Das Erblühen. 12. Das Sterben. 13. Niddy Impekoven als „Münchener Kaffeewärmer“. 14. Der Japaner Bao Ishii in der Pantomime „Der Gefangene“. 15. Jenny Hasselquist. „Die weiße Rose“. 16. Tanzgruppe Mary Wigman. Finale aus dem Tanzdrama „Die Wanderung“. 17. Die russische Tänzerin Tamara Karsavina. 18. Ihren Weltruf verdankt sie strenger gymnastischer Arbeit. Sie übt täglich 3-4 Stunden. 19. Szene aus dem Ballet „Sylvia“ von Delibes. (Karsavina und Peter Wladimiroff.) 20. Die ganze Kraft und Schönheit in Kasavinas Kunst kann uns nur die Zeitlupe offenbaren. 21. Ende des 4. Teiles.

5. Teil. Sport. 1. Leichtathletik. 2. Diskuswerfen. 3. Hochsprung. 4. Brown - U.S.A. sprang bei den olympischen Spielen in Paris 1,96 m. 5. Stabhochsprung. Normale und Zeitlupenaufnahme. 6. Wie bei den Griechen, ist auch in der modernen Leichtathletik der Lauf die wichtigste Übung und der Schlüssel zur gymnastischen Ausbildung. 7. Paddock, der schnellste Mann Amerikas beim Training. (Normale und Zeitlupenaufnahme.) 8. Ein idealer Start. (Stadion zu Berlin) 9. Ein denkwürdiger Tag in der deutschen Leichtathletik: 10. Der deutsche Hürdenläufer Houben schlägt im 100 m-Lauf die Olympia-Sieger Paddock und Murchison (Amerika) und Porrit und Garr (Australien). 11. Die Zeitlupe zeigt deutlich Houbens Ueberlegenheit. 12. H.H. Meyer, Amerikas bester Hürdenmann. (Hürde: 1 Yard gleich 90 cm). 13. Lehninger. (Sport-Club Charlottenburg.) (Hürde 1 Meter). 14. 110m-Hürden-Laufen. Man beachte den klassischen Stil des Siegers in der Mittelbahn. (Riley U.S.A.) 15. Turnen. 16. Rudolf Kobs, der Sieger im deutschen Turnfest München 1923. 17. Schottische Priester in Rom.... 18. Match des Seminars schottischer Geistlicher gegen den Sport-Club Lazio zu Rom. 19. Pushball. 20. Tennis. 21. Helen Wills, die erfolgreichste Tennisspielerin Amerikas. (Zeitlupe.) 22. Ruderklub am Wannsee. 23. Schwimm-

sport. Hans Luber-Berlin, der Weltmeister im Kunstspringen. 24. Angewandter Sport. 25. Fechten. 26. Ein Fechter-Geschlecht: Die Nadi zu Livorno. 27. Aldo Nadi, Meister von Italien. 28. Weltmeister Nedo Nadi, Sieger der Olympischen Spiele, Stockholm 1912, Antwerpen 1920. 29. Säbelfechten. Aldo und Nedo Nadi. 30. Florett. Der 66 jährige Altmeister Italiens, Guiseppe Nadi und sein jüngster Schüler. 31. Zwei kleine „Nadis“. 32. Boxen. 33. Training. Erich Mielenz und Rocky Knight. 34. Dauerlauf zur Verringerung des Körpergewichts. 35. Schatten-Fechten. 36. Training mit 16 Unzen-Handschuhen. 37. Uebung am Punching-ball. 38. Jiu Jitsu. Unter dem Namen Jiu Do, Japans volkstümlichster Sport. 39. Freier Kampf. 40. Abwehr eines Schlages durch Ueberwurf. 41. Wozu Jiu Jitsu gut ist. 42. In England und Amerika ist der Sport das Lebenselement des Volkes. 43. Die Henley-Regatta (England) ist ein nationales Ereignis. 44. Der Endkampf. 45. Abeg kämpft. 46. Amerika. Kinder beim Golfspiel. 47. Baseball. 48. „Babe“ Ruth, ein Nationalheld. 49. Gesunder Körper! Gesunder Geist! Diesem Grundsatz huldigten bereits unsere Vorfahren. 50. Der Sage nach wurde bei einem Stamme der Germanen ein Krieger, der über sechs Pferde springen konnte, zum König erhoben. 51. Der Königs-Sprung. Die Springer: Arth, Holz, Heinz Neusel, H.Westerhaus, Konr. Thieß. (Lehrer der Deutschen Hochschule für Leibesübungen.) 52. Die Wettbewerber. 53. Das fünfte Pferd. 54. Noch ein Pferd! 55. Ende des 5. Teiles. 6. Teil. Sonne, Luft, Wasser. 1. Gymnastik mit Holz und Eisen. (Arbeitsgemeinschaft deutscher Sportlehrer.) (Normale und Zeitlupen-Aufnahmen.) 2. Hammerschwingen: der sogenannte „Hammer“ besteht aus einer 10 kg schweren Eisenkugel. 3. Hammerwerfen. 4. Kugelstoßen. 5. Rundgewicht. 6. Amerikanisches Wurfgewicht. 7. „Medizin“-Ball. 8. Wer diese „Pille“ braucht, spart Medizin. 9. Zeitlupenaufnahme. Man beachte die vollkommene Entspannung der Muskeln beim Fang und ihr plötzliches Anspannen beim Wurf. 10. Schottisches Baumstammwerfen. 11. Der Freiluftmensch verzichtet auch im Winter nicht auf sein Bad in Luft und Licht. 12. J.P. Müller-Kopenhagen, der Schöpfer der bekannten „Müller-Uebungen“. 13. Morgen-Toilette bayrischer Bergsöhne. (Die vier Brüder Neff, Garmisch.) 14. Selbst Führer der Nationen finden Zeit,

Sport zu treiben. Körperlich rüstig, geistig frisch, sind sie dem Volk ein Beispiel. 15. Der englische Minister Balfour beim Tennis. 16. Lloyd George beim Golfspiel. 17. Die norwegische Königsfamilie bei einem Sportfest auf Skiern. 18. Der Thronfolger Norwegens beim Ski-Sprung. 19. Mussolini, bei seinem täglichen Morgenritt. 20. Gerhart Hauptmann am Strande von Rapallo. 21. Frau Gehart Hauptmann. 22. Die Sonne scheint für Alle! Ein Sommertag im Volksbad Wannsee bei Berlin. 23. Das Seebad der Großstadt-Jugend: Eine Plantschwiese im Norden Berlins. 24. Wickersdorf in Thüringen. Eine deutsche Freiluftschule. 25. „Danziger Tanzkultur“ am Strande der Ostsee. (Ein Verein von Berufsmenschen aller Stände.) 26. Familien-Nacktbad. 27. Eine noch weit bedeutendere Rolle, als in unserer Zeit, spielte das Badewesen im Altertum. Davon zeugen noch heute die gewaltigen Ruinen ausgedehnter Badeanlagen in Rom. 28. Die Thermen des Caracalla zu Rom. 29. Das Bad einer vornehmen Römerin. 30. Die Räume und Garten-Anlagen sind eine genaue Nachbildung eines römischen Hausbades aus den ersten Jahrhunderten nach Christi Geburt. 31. Ein Archeologe des Alten Museums zu Berlin überwachte in allen Einzelheiten die kulturhistorisch getreue Wiedergabe des Bade-Vorgangs. 32. Vor dem Bad waren gymnastische Spiele üblich. Ballspielen der Sklavinnen. 33. Die Domina befiehlt das Bad! 34. Die Vorbereitungen zum warmen Bade. 35. Rasch, rasch, die Domina kommt! 36. Auch das Altertum kannte bereits das Busenband. 37. Vor dem Bad wurde der Körper gesalbt und geölt. 38. Auch die Badehaube fehlte nicht. 39. Das warme Wannenbad. (Tepidarium.) 40. Das kalte Bad. (Frigidarium.) 41. Erneute Salbung nach dem Bade und Behandlung mit dem Strigilis. 42. Ruhe nach dem Bade. 43. So pflegten die antiken Völker im Stadion und den Thermen ihren Körper. 44. In unserer Zeit wurde bis vor kurzem fast nur die männliche Jugend und meist nur durch die Wehrmacht körperlich geschult. 45. Heute ist in Ländern ohne allgemeine Dienstpflicht der Sport die Hauptquelle der Volkskraft. 46. Und so ersteht uns neu die ideale Körperkultur der Antike. 47. Alt-Griechenland. 48. Jung-Deutschland. 49. Und wie vor 100 Jahren die Not der Zeit die Banner Jahns entrollte....50.....so weisen uns auch heute wieder deutscher Sportsinn und deutscher Turngeist den Weg zu Kraft und Schönheit. 51. Ende.

Länge	Teil I:	260 m	
	II:	245 m	
	III:	393 m	
	IV:	472 m	
	V:	560 m	
	VI:	645 m	nach Kürzung 637,25 m

---

Gesamtlänge: 2575 m nach Kürzung 2567,25 m.

Der Bildstreifen wird zur öffentlichen Vorführung im Deutschen Reiche, auch vor Jugendlichen, zugelassen.

Folgende Teile sind verboten:

Im 6. Akt nach Titel 36: „Auch das Altertum kannte bereits das Busenband“: die Szene, in der einer Römerin, die rechts im Bilde vor dem Bade sitzt, das Busenband abgewickelt wird. Das Abnehmen der allerersten Wickelung kann bleiben. - Länge: 4,55 Meter.

Ferner die Szene nach Titel 40: „Das kalte Bad“: bei der zwei junge Römerinnen an einer Hecke sich ankleiden, indem sie ihre Kleider über den nackten Rücken und die nackte Brust nehmen. - Länge: 3,20 Meter.

Gesamtlänge der Ausschnitte: 7,75 Meter.

Die verbotenen Szenen dürfen auch an anderer Stelle des Bildstreifens nicht gezeigt werden.

Gebührenfrei!

Berlin, den 16. Februar 1925.

Film - Prüfstelle Berlin.

-----