

Prüf.-Nr.:
9825

Zulassungskarten für Bildstreifen sind öffentl. Ortlunden im Sinne des § 267 Reichs-Strafgesetzbuchs. Ohne amtlichen Stempel sind sie ungültig. Änderungen dürfen nur von der Film-Prüfstelle vorgenommen werden.

Antragsteller:

Ursprungs-Firma:

Titel des Bildes:

Universum-Film Aktiengesellschaft
Berlin W 9, Köthener Strasse 1-4

Wege zu Kraft und Schönheit.

Ein Film über moderne Körperfunktion in sechs Teilen.
Herstellvert 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, Prof. Erich Klumisch, Prof. Carl
Ebbinghaus, Dr. Aug. Köster. (Ausstos am Alten
Museum zu Berlin.)

Musik: Dr. Giuseppe Vecce.

Photographie: Weinmann, Hrich, Paulmann.

Zeitlupe: Schatzow, Stöder.

Zeichnungen: Hanns Büchel.

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

Aufnahmeleitung: Arthur Ohme.

Untertitel. 1. Teil. Die alten Griechen und wir. 1. Goethe sagt: „Wenn wir das Akteum 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 „Gymnasion“, der „Stätte des Nachübens“. 3. Damals trieben die Gymnasiasten Gymnastik! Das Gymnasium unserer Tage ist hiegegen bescheiden 4. . . . hier herrschte bis vor kurzem statt Gymnastik vorzugsweise Grammatik. 5. Der heutige Daseinstampf 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 Mühlstunden vernachlässigen wir die Rechte des Körpers, nicht aus Not, sondern aus Leichtsinn. 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 50jähriger, der nie einen Sportplatz sah 13. . . . und ein 62jähriger, der von Jugend auf Sport getrieben hat. 13a. Ein zweijähriger Radler. 14. Der 59jährige Gotischling, Brieg, Sieger in vielen Marathonläufen. Er läuft 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 Altrichter-
lands aufzuschauen! 21. Wir müssen versuchen, den alten Griechen
nachzueifern! Welche Wege führen zu der verloren gegangenen
Kraft und Schönheit zurück? 22. Ende des 1. Teils.

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. 3. Säuglings-
Turnen, begründet durch Major a. D. Neumann-Neurode, Berlin.
4. Kleinkinder-Gymnastik. 5. Übungen im Schulalter. 6. Vor-
bedingung jeglicher Körperfertigkeit ist Beseitigung körperlicher Mängel
und Erhaltung der gesunden Körperform. 7. Haben Deine Kinder
ein gerades und stolzes Rückgrat? 8. Nein? — Dann lasse sie
kriechen! 9. Kriechübungen nach Prof. Klapp-Berlin. 10. Teile-
Kriechen gegen seitliche Verbiegung der Wirbelsäule (Scoliose).
11. Den Erwachsenen erhalten Kriechübungen geschmeidig. 12. Da-
uerndes Sitzen schädigt auf das stärkste die Körperlaltung! 13. Auf
die Dauer wird aus der schlechten Haltung eine bleibend schlechte
Form! 14. Tägliche Übungen! Kein Apparat! Kleine Kosten!
Nur wenige Minuten! 15. Der Verfassmensch hat die Pflicht,
seinem Körper Erholung zu gönnen. 16. Ein Sonnabend nach-
mittag auf der Themse. 17. Besonders wirksam gegen Sit-
z-Ängstigungen sind Übungen am Rübbstol. (Schwedische Sprossen-
leiter.) 18. Bei Sitzmenschchen leidet besonders auch die Atmung.
Links: Normale Atmung. Rechts: Ungenügende Atmung im Sitzen.
19. Die natürliche Atmung ist eine Kombination von Brust- und

Bauchatmung. Jede soll für sich täglich geübt werden! 20. Brustatmung, beim viel sitzenden Großstädter fast ganz verkümmert. 21. Bauchatmung. 22. Jahrhundertelang zwang Tracht und Mode den weiblichen Körper in den Schnürleib; und heute noch entstellt und schädigt Eitelkeit so manche Frau. 23. Die schöne Frau kennt kein Vorrecht! 24. Das Ebenmaß des menschlichen Körpers war das Schönheits-Ideal der alten Griechen. 25. Der moderne Mensch ist nicht minder schön als der klassische, wenn er seinen Körper pflegt und Sport treibt. 26. Das Urteil des Paris. 27. Ende des 2. Teiles.

3. Teil. Rhythmische Gymnastik. 1. Anerkent 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 Notentexte durch verschiedene Schriftformen. 9. Taktieren im Kanon: "Deine rechte Hand soll nicht wissen, was Deine linke tut." (Eine schwierige Übung.) 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. Stilli-

sterke Arbeitsschwingungen. 16. Ziehen. 17. Dreschen. 18. Die künstlerische Wirkung dieses Wechsels zwischen Spannung und Entspannung zeigt uns Niddy Impeloven 19. . . . mit ihrer Grotese „Die Pinnerpuppe“. 20. Rudolf Laban de Baralja steigert gymnastische Bewegungen durch rhythmische Besetzung zum Tanz. 21. Auf dem inneren Rhythmus der Atmung beruht die Körpererziehung der Schule Loheland. 22. Übungen der Schule Anna Herrmann, Charlottenburg, die ihre Körpererziehung auf den Grundlagen Lohelands aufbaut. 23. Schreiten mit Spannung. 24. Atmungsschreiten. 25. Gleichgewichtsstufen. 26. Die Amerikanerin Dr. med. Beß Mensendieck hat Übungen erdacht, die für den weiblichen Körper besonders geeignet sind. 27. Dr. Mensendieck korrigiert durch ihre „Aufbauübungen“ den Körper in allen seinen Teilen. 28. Übungen 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 (Originalaufnahmen: Paul Gräb). 3. Japanischer Möwentanz. Bae und Konani Ishii. 4. Indien. (Birma.) 5. Phantasietanz bayerischer 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. Schlüsszsene aus Labans Tanzdrama „Der lebende Göte“. 9. Die Orchidee.ussia Veresla. Schule Laban, Hamburg. 10. Niddy Impeloven. „Das Leben der Blume“. 11. Das Erblühen. 12. Das

- Sterben. 13. Niddy Impesoven als "Münchener Kassewärmer".
14. Der Japaner Bac Ichii in der Pantomime "Der Gesangene".
15. Jenny Hasselqvist, "Die weiße Rose". 16. Tanzgruppe Mary Wigman. Finale aus dem Tanz-Drama "Die Wandzung". 17. Die russische Tänzerin Tamara Karsavina. 18. Ihren Weltreis verbannt sie strenger gymnastischer Arbeit. Sie übt täglich 3-4 Stunden.
19. Szene aus dem Ballett "Sylvia" von Delibes. (Karsavina und Peter Wladimiroff.) 20. Die ganze Kraft und Schönheit in Karsavinas 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 1924 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. Baddock, der schnellste Mann Amerikas beim Training. (Normale und Zeitlupenaufnahme.) 8. Ein idealer Stati. (Stadion zu Berlin.) 9. Ein denkwürdiger Tag in der deutschen Leichtathletik: 10. Der deutsche Läufer Houben schlägt im 100-m-Lauf die Olympia-Sieger Baddock und Murchison (Amerika) und Porrit und Carr (Australien). 11. Die Zeitlupe zeigt deutlich Houbens Überlegenheit. 12. H. L. Meyer, Amerikas bester Hürdenmann. (Hürde: 1 Yard gleich 90 cm.) 13. Lehninger. (Sport-Club Charlottenburg) (Hürde 1 Meter.) 14. 110-m-Hürden-Läufen. Man beachte den klassischen Stil des Siegers in der Mittelbahn. (Niley U.S.A.) 15. Turnen. 16. Rudolf Robs, 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. (Zeitslupe.) 22. Rudern. Ruderclub am Wannsee. 23. Schwimmsport. 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 66jährige Altmeister Italiens, Giuseppe Nadi und sein jüngster Schüler. 31. Zwei kleine „Nadis“. 32. Boxen. 33. Training. Erich Mielenz und Rocky Knight. 34. Dauerlauf zur Vertinerung des Körpergewichts. 35. Schatten-Fechten. 36. Training mit 16 Unzen-Handschuhen. 37. Übung am Punching-Ball. 38. Jiu Jitsu. Unter dem Namen Jiu Do, Japans volkstümlichster Sport. 39. Freier Kampf. 40. Abwehr eines Schlages durch Leberwurst. 41. Wozu Jiu Jitsu gut ist. 42. In England und Amerika ist der Sport das Lebenselement des Volkes. 43. Die Henley-Ragatta (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 Stämme der Germanen ein Krieger, der über sechs Pferde springen konnte, zum König erhoben. 51. Der Königs-Sprung. Die Springer: Arik Holz, Heinz Meusel, H. Weiserhaus, Konr. Thieß. (Lehrer der Deutschen Hochschule für Leibesübungen.) 52. Die Wettkämpfer.

53. Das jünste Pferd. 54. Noch ein Pferd!! 55. Ende des
5. Teiles.

6. Teil. Sonne, Lust und Wasser. 1. Gymnastik mit Holz-
und Eisen. (Arbeitsgemeinschaft deutscher Sportlehrer.) (Normale
und Zeiluppen-Aufnahmen.) 2. Hammerschwingen. Der sogenannte
„Hammer“ besteht aus einer 10 kg schweren Eisenluge. 3. Hammer-
werfen. 4. Augelstoßen. 5. Rundgewicht. 6. Amerikanisches
Wurfgewicht. 7. „Medizin“-Ball. 8. Wer diese „Pille“ gebraucht,
spart jede Medizin. 9. Zeiluppen-Aufnahme. Man beachte die
vollkommenen Entspannung der Muskeln beim Fang und ihr plötz-
liches Anspannen beim Wurf. 10. Schottisches Baumstammwerfen.
11. Der Freiluftmensch verzichtet auch im Winter nicht auf sein
Bad in Lust und Licht. 12. J. P. Müller-Kopenhagen, der
Schöpfer der bekannten „Müller-Uebungen“. 13. Morgen-Toilette
bayerischer Bergsöhne. (Die vier Brüder Neß, 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. 16a. Der 85jährige Rockefeller. 17. Die norwegische
Königsfamilie bei einem Sportfest auf Sliern. 18. Der Thron-
folger Norwegens beim Sli-Sprung. 19. Mussolini, bei seinem
täglichen Morgenritt. 20. Gerhart Hauptmann am Strand von
Capri. 21. Frau Gerhart Hauptmann. 22. Die Sonne scheint
für Alle! Ein Sommertag im Volksbad Wannsee bei Berlin.
23. Das „Seebad“ der Großstadt-Jugend: Eine Plätschzwiese im
Norden Berlins. 24. Wickersdorf in Thüringen. Eine deutsche
Freiluftsiedlung. 25. „Danziger Tanzkultur“ am Strand der Ostsee.

(Ein Verein von Berufsmenschen aller Stände.) 26. Familien-Nachtbad. 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 Haussrades aus den ersten Jahrhunderten nach Christi Geburt. 31. Ein Archaeologe des Alten Museums zu Berlin überwachte in allen Einzelheiten die kulturhistorisch getreue Wiedergabe des Bade-Vorganges. 32. Vor dem Bad waren gymnastische Spiele uswlich. Ballspiel 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. Erneut. Salbung nach dem Bade und Behandlung mit dem Strigilis. 42. Ruhe nach dem Bade. 43. So pflegten die antiken Völker im Stadion und in 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 erscheint uns neu die ideale Körperskultur der Antike. 7. Alt-Griechenland. 48. Jung-Deutschland. 49. Und wie vor hundert Jahren die Not der Zeit die Banner Fahns entrollte . . . so weisen uns auch heute wieder deutscher Sportgeist und deutscher Turnergeist den Weg zu Kraft und Schönheit. 51. Ende.

Länge:	Teil I:	266 m	
	II:	245 m	nach Kürzung 241,37 m
	III:	393 m	
	IV:	472 m	
	V:	560 m	
	VI:	651 m	nach Kürzung 625,65 m
<hr/>			
Gesamtlänge: 2587 m nach Kürzung 2558,02 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 Alterthum 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 Wicklung kann bleiben. — Länge: 4,55 Meter.

Herner die Szene nach Titel 40: „Das kalte Bade“: 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.

Berlin, den 16. Februar 1925.