

HORST TIWALD

Wie das Deutsche Skilehrwesen MATHIAS ZDARSKY sieht

Diesen Beitrag habe ich 1992 als Antwort auf eine „Zdarsky-Beschreibung“ von EKKEHARD ULMRICH¹ verfasst. Er wurde im Jahr 1996 anlässlich des hundertjährigen Jubiläums der alpinen Skilauf-Technik in den „Zdarsky-Blättern“ in LILIENFELD² und in: „Leibesübungen Leibeserziehung“, Wien 1996/6 veröffentlicht.

Aus eigener Erfahrung weiß ich, wie schwer es ist, sich zu ZDARSKY einen Zugang zu verschaffen. Ich habe daher in dieser Hinsicht Verständnis für Missverständnisse.

Wie alles im Leben hat aber auch dieses Verständnis seine Grenze, vor allem dort, wo offensichtlich um von eigenen Mängeln abzulenken, ständig andere "oberlehrerhaft" kritisiert werden.

Eine äußerst oberflächliche und fehlerhafte Darstellung der Fahrweise ZDARSKYS, die mit herabwürdigenden Unwahrheiten maßlos um sich schlägt, ist nun Anlass für meinen Beitrag.

Bevor ich aber auf jene Abhandlung Bezug nehme, möchte ich die Fahrweise ZDARSKYS so darstellen, wie sie einem erscheint, wenn man sich in intensiver Forschungsarbeit einige Jahre diesem Thema gewidmet hat.

Der Zugang zu MATHIAS ZDARSKY, insbesondere zum Verstehen der von ihm gefundenen Skitechnik, ist, das gebe ich zu, nicht einfach.

Es ist dies aber nicht deshalb schwierig, weil etwa ZDARSKY selbst über sie unklar geschrieben hätte, sondern weil das ZDARSKY-Verständnis von jenen verstellt wurde, die über ihn berichteten.

Damit meine ich aber nicht nur jene Autoren, die ihn aus einer gegnerischen Position heraus skeptisch gegenüber stehen, sondern auch solche, die man als Anwälte der Sache "ZDARSKY" zu betrachten geneigt ist.

Zum Beispiel die **"Zdarsky-Festschrift zum 80. Geburtstag des Begründers der alpinen Skifahrweise"** vom **Jahr 1936** führte auch mich, wie ich rückblickend gestehen muss, auf eine

¹ EKKEHARD ULMRICH in: „100 Jahre Skitechnik - 40 Jahre Interskikongresse“, Schriftenreihe des Deutschen Skiverbandes, Heft 21 1992.

² Dieser Beitrag wurde veröffentlicht in: "Zdarsky-Blätter", Folge 76 und 77, Lilienfeld 1996. Herausgegeben von der Zdarsky-Gesellschaft.

falsche Fährte. Auch ich folgte den dort "gelegten Spuren" und ging in die Irre.

Zuerst dachte ich auch, dass FRITZ HOSCHEK, den ich sonst sehr schätze, die Fahrweise von ZDARSKY verstanden habe und an ihr ansetze.

Aber das war mein Irrtum, der sich in einigen meiner Beiträge und auch noch in meinem Buch "**Budo-Ski**" finden lässt.

Wenn man sich über die Sekundärliteratur ein Vorverständnis von ZDARSKYS Fahrweise bildet, dann verstellt dieses sehr schnell als Vorurteil den klaren Blick.

Erst als es mir gelang, die Werke von MATHIAS ZDARSKY in Kopien zu beschaffen und sie selbst **praktisch tätig** zu studieren, konnte ich allmählich, meine Missverständnisse abarbeiten.

MATHIAS ZDARSKY begann das Vorwort zur ersten Auflage seines Buches vom Jahre **1896** mit folgendem Satz:

*"Autor und Leser :
Schwer ist 's, seine Gedanken in Worte zu fassen,
Doch nicht minder, fremden Worten Gedanken anzupassen."*

Wahrlich, die eigenen Gedanken jenen Worten ZDARSKYS anzupassen, mit denen er den „*Schlangenschwung*“ im Jahr **1896** darstellte, ist nicht leicht.

Aus dem Studium des Textes **alleine** lässt sich kaum eine endgültige Klarheit über seine Fahrweise gewinnen.

Man darf sich daher nicht auf das Wort-Klauben beschränken und man darf sich keine **wörter-klaubende** Theorie fern von der Fahrpraxis zusammenbasteln.

Schließlich hat MATHIAS ZDARSKY sein Buch ja nicht für Skihistoriker geschrieben, sondern "**Eine Anleitung für Jedermann, den Ski in kurzer Zeit vollkommen zu beherrschen.**"

Er hat es also für Menschen verfasst, die bereit sind, nicht nur zu diskutieren, sondern auch das auszuprobieren, was er beschreibt.

Die Praxis klärt einem dann unmittelbar über all das auf, was von ZDARSKY nicht in Worte gefasst wurde. Vieles erlebt man dann **im Kontext der**

Praxis als selbstverständlich, weil es **so** leicht und **anders** äußerst unständig oder überhaupt nicht gelingt.

Wer sich lesend der Praxis stellt, dem hilft die Praxis beim Lesen und der Text wird dann auch eindeutig. Jede praxisrelevante Forschung hat eben auch einen angemessenen Empirie-Teil.

MATHIAS ZDARSKYS Buch vom Jahre **1896** hat fototechnisch schlechte Bilder, aber vom Informationsgehalt bessere, als die seiner späteren Auflagen nach **1908**, die im Fotostudio gestellte Positionen wiedergeben.

Aber auch das Bilder-Sehen bessert sich, wenn man das Dargestellte vorher selbst in der Praxis den Anleitungen gemäß versucht hat.

Die Bilder von **1896** zeigen auch Life-Situationen, in denen ZDARSKY seinen damaligen "**Top-Schwung**" fuhr. Diesen hat er in seinen späteren Büchern im Anfängerlehrweg "**entschärft**", ohne aber das Schwung-Prinzip zu ändern!

Was hat er **1896** gezeigt ?

1. Seine "**Schrägfahrt**" fuhr er immer am nachgestellten Tal-Ski, so, wie wir es auch heute noch machen und die NORWEGER es auch vor ihm gemacht haben;
2. dann gab es für ihn das "**Stemmfahren**" mit Belasten des etwas weiter vorgestellten Berg-Ski und mit unbelasteten, nachgestellten und hinten ausgewinkeltem talseitigen Stemm-Ski;
3. es gab für ihn aber noch eine "**Dritte Fahrstellung**", die er zwar eindeutig beschrieb, der er aber keinen eigenen Namen gab. Nämlich die Kombination der beiden anderen Fahrstellungen:
 - der Berg-Ski war dabei wie bei beiden Fahrstellungen **vorgestellt**
 - der Berg-Ski war wie beim "**Stemmfahren**" **belastet**
 - der Tal-Ski lief wie beim "**Schrägfahren**" **parallel** zum Berg-Ski

Diese Position nahm er am Bogen-Ende nur kurzfristig ein, um den bisherigen Stemm-Ski schon vor dem Schwung **etwas seiner künftigen Position anzunähern**.

Von dieser *"Dritten-Fahrstellung"* aus hat er dann den Bogen zügig **gewechselt**.³

Nach dem "Bogen-Wechsel" stieg er rasch vom noch bergwärtigen, aber nun bogenäußeren Ski, auf den talwärtigen bogeninneren Ski um.

Der dabei entlastete Berg-Ski wurde nun zum hinten ausgewinkelten bogenäußeren Stemm-Ski.

Es wurde also schnell zur **"Stemmstellung"** am anderen Ski umgestiegen.

Um nun an dieses **"Stemmfahren"** einen weiteren "Bogen-Wechsel" anzuschließen, wurde das **"Stemmfahren"** erneut in die **"Dritte Fahrstellung"** übergeführt:

*"Zu diesem Zwecke wird dann nach schräg vorwärts und abwärts weitergefahren, wenigstens so lange, bis beide Skier in der Fahrtrichtung parallel stehen, was schon nach ca. 2 Meter Bahnlänge der Fall ist;"*⁴

Dann erfolgte erneut das Aufrichten am **belasteten und gebeugten Bergbein**, das dabei gestreckt wurde.

Der Rumpf wurde dabei wieder **im Hüftgelenk des Bergbeines** talwärts gedreht, d. h. er ging **mit der Tal-Schulter** nach vorne.

Auf diese Weise wurde wieder **am Berg-Ski** der Bogen gewechselt. Der talwärts gestellte Ski wurde dadurch nun der bogeninnere Ski.

Unmittelbar nach dem "Bogen-Wechsel" wurde sofort wieder auf den Innen-Ski umgestiegen.

Dieser Innen-Ski übernahm nach dem Schwung (nach dem "Bogen-Wechsel") im Beugen erneut das Gewicht und wurde im Bogen nach der Fall-Linie auch zum neuen Berg-Ski.

So wurde im **"Schlangenschwung"** ein Bogen an den anderen gereiht.

Dieses Manöver erfordert **"viel Gewandtheit und Kaltblütigkeit"** und **"macht Anfängern viele Schwierigkeiten, weil sie sich nicht get-**

³ Nur den **"Bogen-Wechsel"** bezeichne ich im Sinne von ZDARSKY als **"Schwung"** und unterscheide ihn von den **"Bogen-Änderungen"**, bei denen die Haltung oder die Belastung geändert wird, ohne dabei aber den Bogen auf die andere Seite zu krümmen. vgl. HORST TIWALD: „Von Pflugbogen, Schlangenschwung und "Schuß-Bums-Technik". Beiträge zur Geschichte des Alpiner Skilaufes. Hamburg 1996.

⁴ MATHIAS ZDARSKY: „Lilienfelder Skilauf-Technik. Eine Anleitung für Jedermann, den Ski in kurzer Zeit vollkommen zu beherrschen", Hamburg 1897 (1896).

rauen, genügend bergabwärts sich vorzubeugen." schrieb MATHIAS ZDARSKY **1896**.

Diese Beobachtung veranlasste ihn daher, seinen "Top-Schwung" für seine Anfänger im Lehrweg zu **entschärfen**.

Er sprach vermutlich auch deshalb in seinen späteren Publikation kaum mehr vom "*Kreisschwung*", sondern meist nur mehr vom "*Bogenfahren*". Das Wort "*Schwung*" verwendete er dann vorwiegend nur für den "*Schlängenschwung*", also für das Aneinandereihen **halbkreisartiger** Bögen.

Wie entschärfte ZDARSKY seinen "Top-Schwung" ?

ZDARSKY gab in seinem Anfängerlehrweg seine "*Dritte Fahrstellung*", die er ohnehin nicht benannt hatte, auf und führte unmittelbar nach dem "Bogen-Wechsel" eine **bremsverstärkende** neue Fahrstellung ein, die sogenannte "**Stemmlage**", bei welcher der rutschende, bogenäußere Ski voll belastet wurde.

Es ging ihm dabei darum, das ganze Geschehen zu **verlangsamen**, damit die Anfänger hinsichtlich "*Gewandtheit und Kaltblütigkeit*" **nicht überfordert** werden.

Sein Anliegen war ja, möglichst **viele Menschen** und nicht nur die "*kaltblütigen*" zum Skilaufen zu bringen.

ZDARSKY nahm also unmittelbar nach dem "Bogen-Wechsel" **auf dem ohnehin voll belasteten Berg-Ski**, der nun bogenäußerer Ski geworden war, kurzfristig bremsverstärkende "**Stemmlage**" ein, die dann etwas später durch Umsteigen auf den Innenski beendet, d.h. in die "**Stemmstellung**" geändert wurde.

Nach diesem Umsteigen ließ er die Skier nun aber nicht mehr zur "*Dritten Fahrstellung*" parallel zusammenlaufen, sondern weiterhin in "*Stemmstellung*".

Diese beiden Änderungen verlangsamten die Fahrt.

Die "*Dritte Fahrstellung*" hätte für den Anfänger zwar den Nachteil gehabt, weniger zu bremsen, aber sie hätte auch den Vorteil gehabt, dass der künftige bogeninnere Ski durch seine nun parallele Lage schon an seine künftige Position herangeführt gewesen wäre.

Beim Umsteigen nach dem "Bogen-Wechsel" hätte er daher nicht mehr so weit gedreht werden müssen.

Durch das Auslassen der "*Dritten Fahrstellung*", bzw. durch das Beibehalten der "*Stemmstellung*" kommt man also langsamer zum Bogen-Ende, aber der künftige bogeninnere Ski ist noch hinten ausgestemmt.

Die gewonnene Zeit wird also erkaufte durch einen längeren Weg, den nun der bisherige Stemm-Ski in seine künftige Stellung zurücklegen muss.

Das Beibehalten der "*Stemmstellung*" bis zum Bogen-Ende brachte aber auch noch einen weiteren Nachteil:

der nachgestellte und ausgestemmt Tal-Ski "sperrte" das zügige nach vorne und talwärts Bewegungen des Rumpfes.

Dieser Nachteil machte eine **weitere** zeitgewinnende Stellung nötig, nämlich die "**Zwangsrüschstellung**", die das für ZDARSKY grundlegend wichtige "**Vorlegen in der Fall-Linie**" überschaubar und machbarer machte.

ZDARSKY ging deshalb nun in seinem Anfängerlehrweg bis zum Überfahren der „Gefällslinie“ (Fall-Linie) in jene Stellung, die er bereits **1896** für das **bremssende** Schussfahren beschrieben hatte. Dort wurde neben dem Bremsen mit dem Stock auch noch eine besondere Stellung eingenommen, die wir heute als "*Pflug*" bezeichnen würden.

*"Die Beine grätschen bis auf 40-50 cm. In dieser Stellung kann man sehr sicher vereiste, holprige Stellen mit mäßigen Gefälle (12 Prozent) passieren, deren Begehen sonst nur mit Steigeisen in langsamer Weise möglich wäre."*⁵

In den "*Methodischen Skiläufübungen*" schrieb er ausführlicher:

"Die schlimmsten Wege sind die steilen, glattgefahrenen Hohlwege, besonders wenn Fuhrwerke tiefe Geleise ausgefahren haben. Man kann mit einem Ski im Geleise, mit dem anderen auf dem Geleisrücken fahren, falls neben dem Geleise kein fahrbarer Raum ist.

Auf dem Geleisrücken kann man stemmfahrend die Geschwindigkeit eventuell hemmen.

Meistens wird es sich aber empfehlen, grätschend in beiden Geleisen zu fahren, aber dann soll man stets die Skier nach innen etwas aufkanten, nicht nur der besseren Führung wegen, sondern ganz besonders wegen etwaiger Widerstände auf dem äußeren Rande der Geleise.

⁵ MATHIAS ZDARSKY: „*Lilienfelder Skiläuf-Technik. Eine Anleitung für Jedermann, den Ski in kurzer Zeit vollkommen zu beherrschen*“, Hamburg 1897 (1896).

Beim Aufkanten nach innen können die Skispitzen nicht leicht irgendwo anfahren.

Macht der Hohlweg Krümmungen, so soll die Fahrt vor der Krümmung stets so verlangsamt werden, dass man jeden Augenblick zum Stillstand kommen könnte, wenn plötzlich irgendein Hindernis auftaucht.

Das Bremsen im Hohlweg geschieht entweder durch Stemmstellung, Zwangsgrätschstellung oder durch senkrechtes Stockeinsetzen..⁶

Beim Bogenfahren wurde durch diese "Zwangsgrätschstellung" einerseits die Fahrt **verlangsamt**, was mehr Zeit für das **Entschlussfassen zum Vorlegen** brachte, andererseits aber auch der Zeitpunkt des erforderlichen Umsteigens **hinausgeschoben**.

Zu beachten ist, dass ZDARSKY für die in den Bogen eingebaute "Zwangsgrätschstellung" ausdrücklich vorschrieb, die Skier nicht wie beim "Pflug" zu kanten, sondern **ganz flach zu halten**.

Der bogeninnere Ski wurde in der "Zwangsgrätschstellung" vorerst etwas, dann mehr mitbelastet, übernahm aber erst bei der „Gefällsline“ das gesamte Gewicht.

ZDARSKY schlug auch vor, falls die Fahrt noch immer zu schnell sein sollte, im Bogen erneut auf das bogenäußere Bein **zurück** umzusteigen und dort bremsend bzw. den Schnee wegräumend in "Stemmlage" zu gehen.

Im **tiefen** Schnee, wo es gilt große Schneemassen wegzustemmen, riet er letztlich, nach dem "Bogen-Wechsel" noch länger am bogenäußeren Ski **zu bleiben**, in "Stemmlage" den Schnee wegzuschieben und erst beim Bogen-Ende in das "Stemmfahren" als Vorbereitung des neuen "Bogen-Wechsels" umzusteigen.

Dies waren alles methodisch brauchbare bzw. für den Anfänger hilfreiche Mittel der „**Bogen-Änderung**“. Am Schwung (am "Bogen-Wechsel") selbst hat MATHIAS ZDARSKY aber nie etwas geändert.

Es ging ihm letztlich darum, es **vielen** Anfängern zu ermöglichen, sich dem von ihm in seinem ersten Buch im Jahre **1896** dargestellten "Top-Schwung" anzunähern.

⁶ MATHIAS ZDARSKY: „Methodische Skiläufübungen“, in: „Der Schnee“, Wien 1907 und in: MATHIAS ZDARSKY (Red. HANS GÄRBER): „Skisport. Gesammelte Aufsätze von Mathias Zdarsky“, Wien 1915 (1909).

Bei diesem "Top-Schwung" realisierte er jenes Schwungprinzip, von dem ein Pionier des Deutschen Skilehrwesens, MAX WINKLER⁷, später sagte, dass es bei guter Auswertung des Körperschwunges auch an ziemlich steilen Hängen in eleganten und zügigen Bögen ausgeführt werden könne und dann eine **hochbefriedigende** Kunstlaufübung darstelle.

MATHIAS ZDARSKY hat, so wird übereinstimmend berichtet, das Prinzip dieser Kunstlaufübung in seinem Lehrweg persönlich mehr als **20.000** Anfängern unfallfrei und kostenlos in jeweils drei bis sechs Tagen **praktisch** beigebracht.

Wenn man also das Buch von MATHIAS ZDARSKY vom Jahre 1896 nicht nur als "*grübelnder Philosoph*" liest, sondern sich auf ZDARSKYS Anleitungen auch im Gelände praktisch einlässt, dann kann man es aus der Praxis heraus ganz einfach entschlüsseln.

Der unhaltbare Vorwurf, dass MATHIAS ZDARSKY "**sein System eben nicht auf Grund praktischer Fahrversuche entwickelt**"⁸ habe, trifft daher nicht ihn, sondern jene, die ein solches Urteil fällen, ohne sich offensichtlich selbst, auf MATHIAS ZDARSKYS Ratschläge **vertrauend**, mit der Praxis **eingelassen zu haben**.

Wer allerdings aufgrund seines "Vor-Urteils" bereits vor seinem Praxisversuch **ohnehin alles schon besser weiß**, dem kann dann allerdings auch die Praxis nicht mehr helfen.

Diesen Theoretikern ist dann eben nicht zu helfen.

Die Frage ist nur, ob sie mit ihren Urteilen der Praxis des Skilehrwesens helfen oder ob sie auch dazu beitragen, dass dieses weiterhin fast hundert Jahre hinterher hinkt.

Diese Frage wird die Geschichte rückblickend zu beurteilen haben.

In einer am *Interski-Kongress 1991* in ST. ANTON am ARLBERG von einem deutschen Vertreter vorgestellten Abhandlung über die Geschichte des Alpinen Skilaufes⁹, die künftig als offizielle "*Ausbildungsunterlage im deut-*

⁷ MAX WINKLER: „*Der Schilaf. Lauschule sowie alles Wissenswerte für den Schiläufer*“, München 1932.⁵

⁸ EKKEHARD ULMRICH in: „*100 Jahre Skitechnik - 40 Jahre Interskikongresse*“, Schriftenreihe des Deutschen Skiverbandes, Heft 21 1992.

⁹EKKEHARD ULMRICH in: „*100 Jahre Skitechnik - 40 Jahre Interskikongresse*“, Schriftenreihe des Deutschen Skiverbandes, Heft 21 1992.

schen Skilehrwesen verwendet werden soll", wird den künftigen deutschen Skilehrern der Begründer des Alpiner Skilaufes folgendermaßen vorgestellt :

"MATHIAS ZDARSKY war ein eigentümlicher Mensch: Vielseitig begabt als Künstler, Techniker, Turner und nicht zuletzt als grübelnder Philosoph; ohne Abschluß einer Berufsausbildung; zum Sektierertum neigend - wurde und wird er von seinen Anhängern bis zum heutigen Tag als unerreichter "Meister" verehrt, während er bei seinen Gegnern als streitbarer Starrkopf verschrien ist. Da vor allem in der letzten Zeit allzuviel Weihrauch über ihn verbreitet worden ist, ist es notwendig, sich wenigstens mit seinem skifahrerischen Werk eingehender zu befassen."

WOLF KITTERLE, der MATHIAS ZDARSKY **persönlich** kannte, erweckte dagegen einen ganz anderen Eindruck, als er schrieb:

"ZDARSKY hatte bis zu seinem Verlust des linken Auges als junger Schüler den Zukunft-Beruf: "Naturforscher" genannt. Nach dem Unfall mit 10 Jahren wurde ihm immer wieder bedeutet, dass er als Einäugiger diesen Beruf nicht ansprechen könne. Er hat dann nur die Lehramtsprüfung abgelegt als Lehrer für Volks- und Hauptschulen, aber soweit mir bekannt ist, diesen Beruf nie ausgeübt."¹⁰

Die **eingehende Befassung** mit dem "skifahrerischen Werk" von MATHIAS ZDARSKY sieht in der künftigen Ausbildungsunterlage des *Deutschen Skilehrwesens* dann so aus:

"Beim Gehen in der Ebene (Diagonaltechnik) und beim Bogenfahren wurde der Einstock wie ein Stechpaddel benutzt, das abwechselnd links und rechts eingesetzt wird."

Das ist nur zum Teil richtig, nämlich nur hinsichtlich des Gehens.

Beim *Bogenfahren* war es dagegen **genau umgekehrt!** Die unten mit Ristgriff den Stock fassende Berg-Hand realisierte **keine ziehende**, sondern eine **schiebende** Arbeit, während die oben mit Kammgriff fassende Tal-Hand, bzw. die bogenäußere Hand, wenn, dann eine **ziehende** Arbeit leistete. Der Stock wurde also mit seinem unteren Teil nach **vorne** in Fahrtrichtung in den Schnee **gedrückt**.

¹⁰ WOLF KITTERLE, Brief 12. 10. 1987.

Also **nicht** wie ein Stechpaddel mit seiner Spitze nach unten oder nach hinten **eingestochen**.

Gerade durch die **Bewegungsaufgabe**, gegebenenfalls den Stock in Fahrtrichtung in den Schnee zu **drücken**, wird die Bergschulter **vorgeführt!** Dadurch entsteht beim "Stemmfahren" eben die leicht **tal-offene** Haltung.

Es verhält sich also hinsichtlich des Bogenfahrens **genau umgekehrt**, als das *Deutsche Skilehrwesen* seinen künftigen Skilehrern mitteilt.

In dem Entwurf der Ausbildungsunterlage heißt es dann weiter:

*"Eine weitere Überraschung für uns heutige Skifahrer ist, dass ZDARSKY stets den **Berg-Ski bzw. Innenski belastet.**"*

"Er begründet dieses 'Grundgesetz' damit, dass man auf der Außenkante des Fußes sicherer stehen könne (und dies gilt eben in der Schrägfahrtstellung für den gekanteten 'Bergfuß').

Ein weiteres Gesetz ist, dass beim Fahren die Tiefbelastung eines Beines stets durch den Einsatz des Einstocks auf der Seite des belasteten Beines begleitet wird und damit ein Teil der Körperlast auf den Stock übertragen wird.

*Daraus leitet sich ZDARSKYS Schrägfahrtstellung ab: Berg-Skibelastung bei stark gebeugtem Knie, der Stock wird **bergwärts (!)** eingesetzt und nachgeschleift - also keine taloffene Haltung, sondern Frontalstellung mit deutlicher Tendenz zur 'bergoffenen' Haltung.."*

"ZDARSKY hat bezüglich der Berg-Skibelastung in der Schrägfahrt keine Nachahmer und Nachfolger gefunden, weil sich diese Fahrweise in der Praxis nicht bewährt hat - man kann aber auch sagen, dass er zu einer falschen Ansicht gelangte, weil er sich bei der Begründung auf eine falsche Modellvorstellung bezog, die unzutreffend war.

Alle Welt ist sich heutzutage wohl darüber einig, dass der Tal-Skibelastung bei der Schrägfahrt der Vorzug zu geben ist gegenüber der Berg-Skibelastung."

An dieser Darstellung der Fahrweise MATHIAS ZDARSKYS ist so gut wie **alles falsch, deshalb ist auch die geäußerte Kritik absurd!**

MATHIAS ZDARSKY sprach nirgends von den zitierten "Grundgesetzen" und sagte an keiner Stelle, dass der Berg-Ski **stets** der belastete Ski sei.

Nur beim "Stemmfahren" war dies der Fall und beim Stehen auf **sehr steilen** Hängen.

Beim normalen *Querstand* waren jedoch **beide** Skier belastet.

Erst beim Losfahren aus dem *Querstand* wurde das Körpergewicht **für ganz kurze Zeit** voll auf das Bergbein übertragen.

Dies kann man eindeutig bereits in der ersten Auflage von **1896** lesen:

Wollen wir zum Beispiel aus dem Querstand, bei dem der rechte Ski der Berg-Ski ist, losfahren "... dann müssen wir das Körpergewicht ganz auf das rechte Bein übertragen..." und "...mit dem linken Bein einen energischen Schritt..." nach vorne talwärts machen.

In der späteren Ausgabe von **1908** heißt es ebenso:

"Sobald die Fahrt beginnt, verschiebt man das Körpergewicht auf das rückgestellte, mäßig gebeugte Bein, streckt und entlastet das vorgestellte Bein und richtet den Oberkörper frei auf."

"Sind die Hänge steiler als 25 Grad, so wird man in den seltensten Fällen in der Richtung des fließenden Wassers herabfahren können. Wir müssen dann schräg fahren, d.h. in der Fahrstellung diejenige Neigungsrichtung einschlagen, deren entsprechende Geschwindigkeit wir noch beherrschen.

Wollen wir noch steiler herabfahren, ohne dass unsere Geschwindigkeit zunimmt, so müssen wir stemmen, natürlich mit dem Talbein, daraus folgt, dass das Talbein auch immer beim Schrägfahren das Fahrbein ist.

Wir brauchen niemals die Schrittstellung wechseln und können nach Belieben Schräg- oder Stemmfahren, je nachdem wir das vorgestellte oder rückgestellte Bein belasten und entsprechend führen."

Das "*Schrägfahren*" erfolgte also **am** Tal-Ski, gegebenenfalls mit Belastung beider Skier.

Erst beim Übergang zum "*Stemmfahren*" wurde das **volle** Gewicht auf das vorgestellte **gebeugte** Berg-Bein **übertragen**, das steht ebenfalls bereits 1896 bei ZDARSKY:

"Man beachte genau das Verlegen des Schwerpunktes auf das gebeugte Bein.

Die Anwendung dieser Stellung geschieht entweder auf die Dauer oder nur momentan.

Im ersten Falle ist es das Stemmfahren, im zweiten Falle ist es das Bogenfahren."

Noch eindringlicher wurde dies in der **vor** 1908 verfassten Publikation "*Methodische Skilauübungen*" (also noch nicht Ski-**Fahren** !) ausgedrückt.

"Sobald die Skier im Raume schräg stehen, beginnen wir zu fahren" dabei wird ein Bein vorgestellt.

*"Dadurch ist der Schwerpunkt viel günstiger situiert, so dass er große Schwankungen erleiden kann, ohne die Unterstützungsfläche zu verlassen.
Das rückgestellte Bein muß stärker belastet sein als das vorgestellte."*

*"Gegen das seitliche Stürzen soll uns der Stock schützen.
Zu diesem Zwecke müssen wir stets den Stock nur als Tastorgan betrachten.
Mit unserer aktiven Kraft können wir ihn belasten, aber sobald wir ihn mit unserem Körpergewicht beschweren, begehen wir einen Fehler.
Nachweisen, ob man den Stock richtig oder falsch belastet hat, können wir dadurch, dass wir den Stock heben.
In aktiver Belastung gelingt uns das Stockheben sofort, in passiver Belastung erst dann, bis wir den Körper erst aufrichten: allerdings ist dies letztere nicht immer leicht durchzuführen."*

Bis auf wenige Ausnahmen, wurde das Körpergewicht **nicht** auf den Stock gestützt.

Wiederholt sagte MATHIAS ZDARSKY, dass der Stock **kein** "Stützorgan", sondern ein "Tastorgan" sei.

*"Wer den Kreisschwung vollkommen beherrscht, wird aus der aufrechten Schrägfahrt plötzlich das Bergbein im Knie beugen, gleichzeitig das Talbein in gestreckter Haltung zur Stemmstellung zurückführen.
Kaum dass diese wippende Bewegung ausgeführt ist, wird der Stock umgesetzt, wobei das Drehen des Körpers von der Bergseite zur Talseite das Wichtigste ist."*

*"Einfach kann man also sagen:
Der Kreisschwung ist ein Stemmstellungswechsel während der Fahrt, dabei gibt es aber dennoch allerlei Feinheiten zu beachten."*

*"Es wäre aber grundfalsch, wenn der Anfänger alle diese Feinheiten lernen wollte.
Mit bescheidenen Resultaten muß er sich begnügen.
Man verlange nicht sofort Eleganz.
Ist es doch auf allen Gebieten so, dass Übung den Meister macht.
Wer eine fremde Sprache lernt, kann nicht gleich in elegantem Stil Abhandlungen in dieser ihm fremden Sprache schreiben.
Richtig soll zuerst etwas gemacht werden, aber dieses 'Richtige' darf nicht auf die Form, sondern nur auf das Resultat angewendet werden.
Richtig ist ein Kreisschwung des Anfängers, wenn der Sturz leicht vermieden wurde.
Die Schlagworte für den Kreisschwung lauten:
Stemmstellung! Stockumsetzen! Ski flach! Fersen auseinander! Vorlegen! Stemmstellung!"*

Angesichts dieser Äußerung von MATHIAS ZDARSKY in seinen "Methodischen Skiläufübungen" kann man **nicht verstehen**, auf welcher **Grundlage** die geplante Ausbildungsunterlage erstellt wurde, wenn sie zu der Meinung kommt, dass

".. es ZDARSKYS bewußtes oder unbewußtes Interesse war, als Turner in ehrbarer und achtbarer freier Haltung das Gelände (= Turngerät) meisterhaft abfahrend zu beherrschen. Abweichungen von der turnerischen 'idealen' Bewegungsnorm gelten als mehr oder weniger krasse Fehler".

"ZDARSKY war - wie viele andere Autoren bis zum heutigen Tag auch - der Meinung, dass seine Skitechnik auf 'Grundgesetzen' allgemein menschlicher Bewegungen beruhe, die für ihn nicht weiter zu hinterfragen waren."

"ZDARSKYS historische Bedeutung für das Skilehrwesen ist, dass er die für das Turnen entwickelte Ideologie der turnerisch strammen und freien Haltung, dass er die im Turnwesen entwickelte Systematik der Bewegungsdarstellung und -beschreibung, und die für den Turnunterricht entwickelte Methode auf das alpine Skifahren übertragen hat."

"Die turnerisch geprägte Unterrichtsweise, sowohl was die Bewegungsexaktheit wie auch die strenge Unterrichtsordnung betrifft, führt zur Lehrerdominanz und damit zu Unselbständigkeit der Schüler - ein Vorwurf, der von Seiten der Sportpädagogik bis heute immer wieder gegen das Skilehrwesen erhoben wird.

Entgegen allen bisherigen Darstellungen hat sich die von ZDARSKY praktizierte Fahrtechnik nicht durchgesetzt:

Es findet sich kein einziger Nachfolger, der seine Fahrweise übernommen hätte - alle auf ihn folgenden Skibuch-Autoren haben sie entscheidend abgewandelt.

*ZDARSKY selbst hat sich diesen grundsätzlichen Veränderungen seiner **ursprünglichen** Fahrtechnik angeschlossen - davon später.*

*Es verleiht ZDARSKY mehr zur Würde, ihn als den **geistigen Vater** systematischer Lehrplangestaltung zu bezeichnen, denn als den **praktischen Vater** des alpinen Skisports.*

Es ist hier nicht der Ort, nachzufassen, weshalb ZDARSKY ausgerechnet die fahrtechnisch wohl schwierigste Art, den Stemmbogen zu praktizieren, als 'sein' geheiligtes System favorisiert hat."

"Die Ursache ist darin zu suchen, dass er sein System eben nicht auf Grund praktischer Fahrversuche entwickelt hat, sondern dass er vielmehr versucht hat, die turnerische Vorstellungswelt auf den Skisport zu übertragen und aus ihm eine 'Turnkunst' zu machen.

Denn ZDARSKY schreibt ja nicht von ungefähr in den Erstaufgaben seines Skilehrbuches, dass 'alle Übungen vom Verfasser **vorgeturnt** (und eben nicht vorgefahren) wurden, die der Theorie seiner Turnkunst auf Skiern entsprach - nicht umgekehrt."

Nach der künftigen Ausbildungsunterlage des *Deutschen Skilehrwesens* war MATHIAS ZDARSKY der Meinung, dass seine Ski-Technik auf "Grundgesetzen" beruhe, "die für ihn nicht weiter zu hinterfragen waren."

"Auf einen Nenner gebracht, galt für ZDARSKY das eherne Gesetz, dass eine Skidrehung nur möglich ist, wenn der Körper zuvor schwungeinwärts verlagert wird, um das anschließend ausstemmende Drehbein zu entlasten.",
heißt es in der Ausbildungsgrundlage.

Bei MATHIAS ZDARSKY, der angeblich seine "Grundgesetze" nicht hinterfragte, liest sich das aber ganz anders:

"Das Bogenfahren.

Allgemeine Bemerkungen:

Jede Abweichung von der geraden Fahrriichtung wird "Bogen" genannt, daher die vielen Streitfragen über das Bogenfahren.

Die einfachste Art des Bogenfahrens entsteht, wenn wir, seitwärts neigend, die Skier im gleichen Sinne kanten."¹¹

"Die schwächste Andeutung der Stemmstellung bewirkt schon ein abweichen von gerader Bahn.

Dieses mäßige Abweichen kann wieder nach und nach entstehen, so dass die zurückgelegte Bahn einem sanften Bogen gleicht;

oder die mäßige Abweichung geschieht plötzlich, so dass die sonst geradlinige Bahn an dieser Stelle eine kleine Krümmung aufweist.

Im ersten Falle wurde das Körpergewicht unmerklich auf das eine Bein mehr verlegt, unbedeutend wurden die Skier im selben Sinne etwas gekantet, und der Stock wurde gleicherweise im selben Sinne etwas belastet.

Der Blick geht der Bewegung weit voran.

Man kann sagen, wohin der Blick, dorthin der Skifahrer.

Die Anfänger bestätigen diesen Satz, indem sie mit Gräben und den Zäunen, denen sie ängstlich ausweichen wollen und weshalb sie die-

¹¹ Also genau die Technik, die heute als **Carving-Technik** „neu erfunden“ wurde. Vgl. MATHIAS ZDARSKY: „Methodische Skiläufeübungen“, in: „Der Schnee“, Wien 1907 und in: MATHIAS ZDARSKY (Red. HANS GÄRBER): „Skisport. Gesammelte Aufsätze von Mathias Zdarsky“, Wien 1915 (1909).

selben mit großen Blicken fixieren, meist in unliebsame Berührung zu kommen pflegen.

Im zweiten Falle, wenn man also bloß eine kleine Abweichung von der Bahn erzielen will, z.B. um einen Stein, Stock oder Baum auszuweichen, macht man mit beiden Skispitzen gleichzeitig einen Ruck nach der Seite, nach welcher man an dem Hindernis vorbei will."¹²

"Wollen wir die beiden Skispitzen mit einem Ruck nach rechts bringen, so werden wir nicht die Fußspitzen nach rechts, sondern die beiden Fersen mit einem Ruck nach links drehen."

"Während der Fahrt setzen wir den Stock nach rechts und drehen mit einem kräftigen Ruck den etwas nach rückwärts geneigten Unterkörper nach links, dadurch haben wir die Fersen nach links gedreht, die Skispitzen also nach rechts gerichtet, und wir fahren mit unfehlbarer Sicherheit rechts an dem Hindernis vorbei."

"Ein sehr wichtiger Faktor des sicheren Fahrens ist der sichere Blick. Weitausblickende Politik muß der Skifahrer betreiben."¹³

In der "Schrägfahrt" wird man bald "..merken, dass die ursprüngliche Richtung nicht eingehalten wird, da man stets **gegen** den Berg abgelenkt wird, was zum Stillstande führt.

Diese Beobachtung muß man sich zu Nutze machen, weil sie es ist, welche dem Skifahren die größte Vielseitigkeit und unbedingte Sicherheit verleiht, denn in ihr wurzelt das Stemm- und das Bogenfahren. Versuchen wir festzustellen, wodurch das Ablenken gegen den Berg verursacht wird.

Aus der Stellung im Bild ersehen wir, dass die bergwärts gerichteten Kanten der Skier in den Schnee mehr eingreifen müssen als die talabwärts gerichteten.

Bei halbwegs hartem Schnee berühren die talwärts gestellten Kanten überhaupt den Schnee gar nicht.

Die Bauart des Ski ist jedoch derart, dass die Breite des Ski unter dem Fuße am schmalsten ist, das Fersenende ist um 1 cm breiter, die breiteste Stelle der Spitze, dort wo die Spitze sich zu heben beginnt, ist wieder um 1 cm breiter als das Fersenende.

Die Skikante ist also Teil einer kreisförmig gearteten Kurve.

Durch den Druck, dem der Ski ausgesetzt ist, gewinnt diese Kurve noch mehr Kreisähnlichkeit.

Aus dieser Kantenform ergibt sich schon die bogige Richtung der Fahrbahn.

Wenn man aber noch bedenkt, dass wir den Schwerpunkt in der Richtung nach dem Kreismittelpunkt verschieben, dass wir auf derselben Seite mit dem Stocke einen Reibungsfaktor hervorrufen, und dass

¹² MATHIAS ZDARSKY: „Lilienfelder Skilauf-Technik. Eine Anleitung für Jedermann, den Ski in kurzer Zeit vollkommen zu beherrschen“, Hamburg 1897 (1896).

¹³ MATHIAS ZDARSKY: „Lilienfelder Skilauf-Technik. Eine Anleitung für Jedermann, den Ski in kurzer Zeit vollkommen zu beherrschen“, Hamburg 1897 (1896).

schließlich die aufgebogene Skispitze, sobald sie Widerstand findet, ebenfalls nach der Bergseite ablenken muß, so wird uns klar, dass durch die Zusammenwirkung all dieser Faktoren eine bogige Fahr- richtung entstehen muß."¹⁴

Soweit MATHIAS ZDARSKY, der nach Ansicht des *Deutschen Skilehrwesens* ein Mensch ist, der seine "Grundgesetze" **nicht hinterfragt**.

Das *Deutsche Skilehrwesen* stellt also den wahren Sachverhalt geradezu auf den Kopf.

Schließlich wird dann sogar behauptet, dass MATHIAS ZDARSKY später seine Fahrweise **grundlegend** geändert und sich den "Pflug-Variationen" angepasst habe.

Die vom *Deutsche Skilehrwesen* verbreitete "eingehende Betrachtung" macht letztlich der Fachwelt folgende epochale "Entdeckung" kund:

*"Es ist bisher übersehen worden, dass ZDARSKY für die Ausgabe 1908 seine bisherige Fahrtechnik **grundlegend** verändert hat und dass er damals **die inzwischen von anderen entwickelte Außenski- belastung übernommen hat.***

*Beim Stembogen zum Hang wird nun der ausgestemmte Tal-Ski **belastet.***

*Der Stembogen vom Hang wird nicht mehr durch unbelastetes Ausstemmen des Berg-Ski eingeleitet, **sondern durch unbelastetes Ausstemmen des Tal-Ski:***

Damit wird automatisch bis in die Einfahrt in die Falllinie der führende Außenski belastet.

In der Falllinie schreibt ZDARSKY dann die gleichmäßige Belastung beider Ski vor.

Nach Überfahren der Falllinie ist das Gewicht auf den Innenski zu verlegen."

"Die Einleitung der Richtungsänderung bei ZDARSKY erfolgt durch das Ausstemmen!"

Durch Ausstemmen hat MATHIAS ZDARSKY aber **nie** einen "Bogen-Wechsel" eingeleitet.

Der Übergang von der "Schrägfahrt" zum "Stemmfahren" hat den Bogen **zum** Hang, diesen bloß verstärkend, nur **geändert**.

¹⁴ MATHIAS ZDARSKY: „Lilienfelder Skilauf-Technik. Eine Anleitung für Jedermann, den Ski in kurzer Zeit vollkommen zu beherrschen“, Hamburg 1897 (1896).

Der Bogen wurde aber dadurch in keiner Weise "wechselnd" auf die andere Seite gekrümmt.

Es wurde damit bloß jene Ausgangsstellung herbeigeführt, aus der dann das "**rotationslose** und **unverschraubte**" Drehen des Oberkörpers **im Hüftgelenk des bergseitigen Fahrbeines** erfolgte.

Dieses Drehen mit "**Beinspiel**" hat dann erst den "Bogen-Wechsel" eingeleitet.

Das Einnehmen der "*Stemmstellung*" war bloß **Vorbereitung**. Die Oberkörperdrehung war dagegen die **Einleitung** und **Durchführung** des Schwunges.

Was MATHIAS ZDARSKY später als neue Variation in seinem Lehrweg beschrieb, war, wie eingangs schon dargelegt, bloß die **längere Verweildauer** auf diesem **ohnehin voll belasteten** bogenäußeren Ski **nach** dem Schwung.

So schrieb er in der Auflage von 1908:

"Bei tiefem Schnee ist es oft angezeigt, aus der Zwangsgrätschstellung sofort zur Stemmlage überzugehen, die zweite Stemmstellung also auszulassen und das Körpergewicht mit einer kurzen Ausnahme in der Zwangsgrätschstellung und beim Stockumsetzen immer auf dem äußeren Beine zu lassen. Aber in anderen Schneearten ist diese Weise nicht zu empfehlen."

Durch Einnehmen der "*Stemmlage*" auf dem bogenäußeren Bein konnte er nach dem Schwung im Bogen mehr Fahrt wegnehmen, als dies bei nur kurzer Verweildauer am bogenäußeren Ski und bei raschem Umsteigen **im** Bogen auf den neuen bogeninneren Ski möglich gewesen wäre.

An seinem Schwungprinzip, das seit einigen Jahrzehnten die Skirennläufer wieder mit Erfolg praktizieren, hat MATHIAS ZDARSKY aber **nie** etwas geändert.

Das ist von einigen "bis heute übersehen worden !"

MATHIAS ZDARSKY fuhr nämlich, wie ich aufgezeigt habe, mit "*Beinspiel-Technik*" nach dem Prinzip des Galopp-Wechsels ein sogenanntes "**rotationsloses und torsionsfreies Schwingen**", das "**naturgemäß**" im Rennsport früher oder später, trotz aller Theorien des Skilehrwesens, wieder kommen musste.

Wer die ausführlichen Zitate aus MATHIAS ZDARSKYS Schriften nun vor Augen hat, der müsste jetzt eigentlich nachdenklich werden.

Ich überlasse es daher dem Leser, sich ein eigenes Urteil über die vorge-sehene Ausbildungsgrundlage des *Deutschen Skilehrwesens* zu bilden und gegebenenfalls bei MATHIAS ZDARSKY selbst weiter nachzulesen.

Eines möchte ich jedoch anmerken:

Es findet sich **mindestens ein** Nachfolger, der ZDARSKYS Fahrweise übernommen und im Anfängerunterricht seit **über 10 Jahren** mit Erfolg realisiert hat.

Die Fachwelt weiß dies auch, denn ich habe darüber wiederholt **publiziert**.

Die **echten** Nachfolger sind aber die zahlreichen Skirennläufer, die auch mit seinem Schwungprinzip im alpinen Skirennsport seit Jahrzehnten von Sieg zu Sieg eilen.