



01.12.2008

**Projekt: „Standardwerke der Basisgymnastik – digitale Sicherung“**

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

mit Beginn des neuen Jahres 2009 erscheint in digitaler Form das bisher unveröffentlichte Manuskript „Die Akrobatik zur Basisgymnastik. Basisgymnastische Grundelemente in der basisgymnastischen Aufbauarbeit – Basisgymnastik für Jedermann, Band IV“.

Diese Veröffentlichung hat zum Ziel, die Beziehung zwischen einzelnen gymnastischen Übungen und komplexen akrobatischen oder turnerischen Bewegungsabläufen sichtbar werden zu lassen. Sie ist das von Margaretha Schmidt (1923-1994) und mir gemeinsam entwickelte, letzte vollständige Werk. Sie beinhaltet die konsequente Fortführung der in den Bänden I-III der Basisgymnastik dargelegten gymnastischen Grundlagenarbeit für jede Sportart (siehe beiliegendes Faltblatt).

Margaretha Schmidt ging es um die Schulung eines Körpergefühls und Körperbewusstseins. In diesem Sinne war ihre Basisarbeit keine additive, sondern eine integrative. Das heißt, dass die gymnastischen Vorbereitungen keine bloßen Vorbereitungen an sich waren, im Sinne eines Aufwärmtrainings zum Schutz der Gelenke, Sehnen und Muskeln, sondern ein Ganzkörpertraining, das Kraft, Elastizität, Koordination und Balance gleichzeitig berücksichtigte, um dadurch die Bewegungsausführung am Gerät durch ein verbessertes Körpergefühl zu perfektionieren, sie funktionaler somit ökonomischer und damit ästhetischer zu machen. Dabei hatte Margaretha Schmidt stets die Gesundheit des Aktiven im Blick. Denn die Aktiven sollten ihren Leistungs- oder Freizeitsport gesund und unbeschadet überstehen. »Vorbeugen ist besser als Heilen« und »Leistung nicht um den Preis der Gesundheit« waren ihre Leitsätze. In diesem Sinne war Frau Margaretha Schmidt eine Streiterin, Verfechterin und Vorkämpferin für ein „präventives Training“ und einen humanen Hochleistungssport.

Die Veröffentlichung von Band IV soll das Projekt „Standardwerke der Basisgymnastik – digitale Sicherung“ eröffnen. Es geht in diesem Projekt um die schrittweise, digitale Aufbereitung der Bände I-III. Mit dem Abschluss der digitalen Sicherung sollen die Werke jedem Turn-, Sport- und Gymnastikinteressierten gegen einen geringen Betrag zur Verfügung stehen. Durch Ihren Kauf eines der gebundenen Restexemplare oder der digitalen Neuerscheinung unterstützen Sie dieses Projekt und leisten somit einen Beitrag zum Erhalt der Standardwerke für die nächsten Turn-, Sport- und Trainergenerationen.

Ihnen wünsche ich ein frohes Weihnachtsfest und alles Gute für das Neue Jahr 2009. Ich freue mich auf Ihre Bestellung und bedanke mich im voraus.

Herzlichst Ihr

Matthias Rießland