

# Um 6 Uhr früh

Autor(en): **Kluger, Z.**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Zürcher Illustrierte**

Band (Jahr): **8 (1932)**

Heft 18

PDF erstellt am: **12.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-756298>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

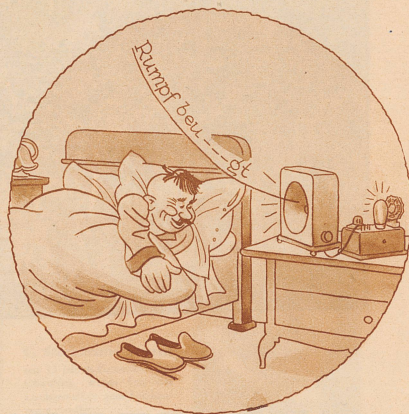
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

UM

6 UHR  
FRÜH

AUFNAHMEN VON Z. KLUGER

Der Süddeutsche Rundfunk in Stuttgart sendet allmorgendlich um 6 Uhr, zwanzig Minuten lang, einfache, dem allgemeinen Können angepasste Gymnastik-Uebungen für diejenigen seiner Hörer in der ganzen Welt, die fähig sind, der Funkhygiene zuliebe schon zu so früher Stunde möglichst unbedeckt vor dem



«Ich muß ja nicht von allem haben», denkt ein älteres Semester vergnügt, «das Beste an der Funkgymnastik ist ja doch, daß man sie nicht mitzumachen braucht!»



Der erste Morgenbefehl aus dem Lautsprecher:

Erst strecken, strecken, strecken . . . . Brustkasten dehnen und mit Luft füllen, noch mehr dehnen . . . . dann schnell und gründlich ausatmen. Das Blut pulst schneller nachher und der kleine Körper bekommt Auftrieb wie ein Luftballon



Vorübung zu der heißersehnten «Brücke»:

Das nächstmal kommt sie mit den Händen sicher schon bis auf den Boden und der Rumpf wölbt sich in tadellosem Bogen. Der Funklehrer, der in irgend-einer weitentlegenen Stadt am Mikrophon sitzt, weiß den Ehrgeiz zu wecken!



Der Gymnastiklehrer im Senderaum  
(um 6 Uhr früh!):

«Rumpf beugen . . . . eins, zwei, . . . . eins . . . .  
zwei . . . . tiefer, bitte! . . . . Nicht so bequem  
sein!»  
(Aus der «Berliner Illustrierten»)

offenen Fenster zu stehen und den Tag mit Energie-Entfaltung zu begrüßen. Das tägliche Turnen ist für die Gesundheit ganz besonders wichtig; aber es ist, – allein im Zimmer und ohne äußeren Ansporn durchgeführt – auch ganz besonders langweilig. Durch seine täglichen Befehle, die im Bewußtsein entgegengenommen werden, daß tausend Leidensgenossen irgendwo in Europa mitmachen, kann der Radio viel zur Verbreitung der segensreichen Morgengymnastik beitragen. Wäre es nicht zu wünschen, daß auch ein schweizerisches Studio Früh-Uebungen in sein Programm aufnähme?

Rechts: Der Antennenturm des Deutschlandsenders in Königswusterhausen wird frisch gestrichen!

Der 245 Meter hohe Turm muß alljährlich überholt werden; das letztmal wurde er rot gestrichen, damit die Verkehrsflugzeuge ihn schon von weitem erkennen können und so der Gefahr des Anfliegens aus dem Wege gehen. 4800 kg rote Farbe wurde zum Anstrich des Riesengebildes benötigt  
Aufnahme Willinger



Alle machen mit!

Sie packen sich an den Händen, verankern die Füße fest auf dem Boden und reißen sich gegenseitig mit aller Macht nach vor- und rückwärts. Aber umfallen gilt nicht!