Zeitschrift: Zürcher Illustrierte
Band: 9 (1933)
Heft: 2

Artikel: Finnlands Gesundheit
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-752122

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 01.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Finnlands Gesundheit

Das kleine Finnland, dessen Staat neu entstanden, dessen Volkstum in Europa noch fast unbekannt ist, hat sich durch seine überragenden Leistungen im Weltsport mit einem Schlag die allgemeine Achtung, ja sogar den Ruhm erworben, der anderen Nationen erst nach langem historischem Bestand zuteil wird. Fast überwältigend groß ist die Reihe der finnischen Rekorde und Meisterleistungen: da ist Nurmi, der Wunderläufer; der jüngere Läufer Iso-Hollo, der gleichfalls Erstaunliches leistet; Thunberg, der größte Eisschnelläufer der Gegenwart und Blomqvist, der unmittelbar hinter ihm rangiert. Da sind die vier Brüder Järvinen: Matti, Weltrekordmann im Speerwurf, Akilles der Zehnkämpfer, Esko der Skifahrer, Kalle der Kugelstoßer. Da ist Rheingold, Weltrekordmann im Brustschwimmen; der Skiläufer Saarinen, einer der drei besten Dauerläufer der Welt; und schließlich Lehtinen, Weltmeister im Schießen. Die Ueberfülle, die von so kleinem Raum ausgeht, verblüfft; man forscht nach den Gründen. Einer davon ist wohl die Einrichtung der «Zauna», das regelmäßige Dampfbad für alle Volksschichten, über das nachstehend in Wort und Bild berichtet wird.

Aufnahmen Man-Dephot

Das Badehäuschen.
Es hat keinen Schornstein; der Rauch entweicht durch eine Luftklappe oben am Haus

Die «Zauna» wird geheizt: Die junge Finnin bringt das Holz zum Heizen heran. Auf den Dörfern wird die gemeinsame Dampfbadestube zwei- bis dreimal in der Woche geheizt

Ein finnischer Tausendmarkschein.
Sogar auf den Banknoten Finnlands werden die durchtrainierten, schönen Körper verherrlicht

Die Finnen, das erste Sportvolk Europas, verdanken ihre Volksgesundheit und ihre Sporttüchtigkeit der ausgezeichneten Körperpflege, die in allen Schichten des Volkes, sowohl auf dem Lande wie in den Städten verbreitet ist. Eines der beliebtesten Mittel, den Körper zu stählen und gesund zu erhalten, ist das alte finnische Dampfbad, «Zauna» genannt, dessen ursprüngliche Form man heute noch überall auf dem Lande findet.

Jedes Dorf hat eine ganze Anzahl kleiner Badehäuschen aus Holz, ja man kann fast sagen, jedes größere Gehöft hat seine eigene Badestube. Zwei- bis dreimal in der Woche werden diese abends geheizt und dann geht die ganze Familie, nach Geschlechtern getrennt, mit dem Gesinde gemeinsam ins Bad. Die Einrichtung dieser Badestuben ist zwar primitiv, aber sauber. In einem großen Kessel werden Steine durch ein kräftiges Holzfeuer glühend gemacht. Der Rauch entweicht in diesen schornsteinlosen Badezellen durch eine oben angebrachte Luke. Wenn das Feuer in dem Kessel ausgebrannt ist, setzen sich alle Familienmitglieder auf eine Pritsche, völlig nackt, und durch Uebergießen der heißen Steine mit Wasser wird der ganze Raum mit Dampf geschwängert. Nachdem der Schweiß bei den Badenden aus allen Poren tüchtig ausgebrochen ist, peitschen sie sich noch gegenseitig mit den mitgebrachten frischen Birkenreisern. Und wenn die Leiber durch diese Prozedur alle krebsrot geworden sind, dann geht es im Sturmschritt hinaus in den nahen Bach oder den Dorfteich, um sich in dem frischen, erquickenden Naß zu kühlen.

So auf dem Lande. Die Städte haben natürlich modern eingerichtete Dampfbäder, aber das Prinzip ist dasselbe. Die «Zauna» gehört auch hier in allen Volksschichten zu den Bedürfnissen des täglichen Lebens. Sport und Bad sind hier eng verquickt, und man kann wohl sagen, daß hier die Quelle zu all den bewundernswerten sportlichen Leistungen der Finnen zu finden ist.

Großvater, Vater und Söhne baden wohlig im heißen Raum. Die Männer sitzen völlig nackt im dampferfüllten Zimmer. In der Hand haben sie die frischen Birkenreiser, mit denen sie sich nach Beendigung des Dampfbades gegenseitig auspeitschen, um das Blut noch kräftiger durch den Körper zu treiben

Beginn des Dampfbades:
Ueber die bis zur Glut erhitzten Steine wird aus einem Holzzuber kaltes Wasser gegossen; bald ist die ganze kleine Hütte von Dampfschwaden erfüllt

FINNISCHE SPORTLER VON WELTKLASSE:

Thunberg, der beste Eisschnelläufer der Welt

Blomqvist, Eisschnelläufer; Inhaber des 10 000 m-Rekordes, zweiter hinter Thunberg

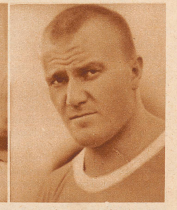
Vämo Lukkanen, der österhafte Langstrecken-Skiläufer

Nurmi, der größte Läufer aller Zeiten

Matti Järvinen, Inhaber des Weltrekords im Speerwurf

Lehtinen, Olympia-Sieger von Los Angeles über 5000 m

Iso-Hollo, Langstreckler von Weltklasse



Kivi, finnischer Rekordmann im Diskus-Wurf