

GEBRÜDER THONET.



# Winter-Sport.

(Schneeschuh und Rennwolf.)

## Schneeschuhe (Ski).



Selten noch hat die Sportwelt ein so dankbares Object ergriffen, wie den Schneeschuh. In der Ebene wie im Hügelland, ja selbst im Hochgebirge verwendbar, bietet das Laufen mit Schneeschuhen ein Vergnügen, das sehr leicht zu erlernen, völlig gefahrlos, jedem Alter zugänglich und insbesondere deshalb empfehlenswerth ist, weil es Gegenden, die sonst gänzlich unerreichbar sind, dem Verkehre erschliesst, infolge der gebotenen Natureindrücke das Gemüth anregt, den Körper ohne einseitige Ueberanstrengung einzelner Partien desselben kräftigt und zweifels- ohne die Mission erfüllt, das grosse Publicum auf die Wichtigkeit eines Communications- mittels aufmerksam zu machen, das einst im Verkehrsleben eine grosse Rolle zu spielen be- rufen ist.

Wie leicht und instrapaziös das Schneeschuhlaufen ist, erhellt daraus, dass in Gegenden, wo das Skilaufen eingebürgert ist, selbst Damen, ja Kinder von 6 Jahren an sich an Excursionen von relativ bedeutender Ausdehnung betheiligen, ohne wesentlich zu ermüden oder irgend welchen Schaden zu nehmen.

Um das Laufen zu erlernen, wähle man vor Allem Schneeschuhe in jener Länge, welche gestattet, dass man mit nach aufwärts gestreckter Hand die Spitze des senkrecht auf den Boden gestellten Schneeschuhes ergreifen kann. Die Befestigung an den Füßen geschieht in der Weise, dass man (siehe nebenstehende Skizzen) den Fuss fest in den Zehenriemen *a* einschiebt; hierauf wird der Fersenriemen *b*, dessen Enden mittelst der Flügelschraube *c* fixirbar sind, derart um den Fuss längs der Sohle und über die Ferse gelegt, dass er fest anschliesst. Endlich wird der Ristriemen *d* über dem Rist des Fusses festgeschnallt. Der Zehenriemen muss weit vorne an der Fussspitze sitzen (und ja nicht über dem Mittelfuss), um die Biegsamkeit des Fusses nicht zu beeinträchtigen und den Fuss beim Stürzen nicht zu gefährden. Wenn auch zwischen Beschuhung und Riemzeug keinerlei Spielraum existiren darf, so muss dennoch letzteres so geschnallt sein, dass es dem Läufer gestatte, mit angezogenem Schneeschuhe sich auf ein Knie niederzulassen.

Der Beginn der Uebungen geschieht am besten auf flachem Felde, oder aber auf einer leicht geneigten Fläche mit ebenem Auslaufe. Der Anfänger vermeide ausgefahrene Strassen und wähle Aecker oder Wiesen mit noch intacter, ebener Schneefläche; bei Thauwetter beginne man mit den Uebungen lieber nicht. Die Hauptregel ist, dass die Schneeschuhe **nie vom Boden**

