

## Om Svømme-Övelser og deres Fremgang hos os

*Som Indbydelse til offentlige Övelser hvorved Det Gymnastiske Institut höitideligholder sin förste Olympiade, eller fierde Aarsfest den 27de November d.a.*

Forfattet af P.H. Mönster, Inspecteur ved Efterslægts-Selskabets Realskole.

Kjöbenhavn, 1803.

Trykt hos K.H. Seidelin, Bogtrykker og Skriftstöber i Pilestræde No. 94.

*Romani veteres, quos tot bella et continua pericula militarem disciplinam doucerant, campum Martium vicinum delegerunt, in quorum altero armorum-exercitationes inirent, in altero suerem pulveremque diluerent, ac simul natare perdiscerent.*  
(Vegetius)

3

Jo længere vi gaae tilbage i Tiden jo almindeligere finde vi ogsaa Legems Færdigheder og Övelser. De ældre Perser vare ligesaa Berömt for deres tarvelige og mandige Levemaade og for deres gymnastiske Siæls- og Legems-Dannelse, som de Yngere bekiendte for Overdaadighed, qvindelig Blödagtighed og Mangel paa Kraft. Tre Ting siger Herodot, lærte den Persiske Yngling, at *ride*, at *skyde med Piil* og at *tale Sandhed*; og en Cyrus bliver stedse et talende Beviis for, at Förstens Sön ikke undsaae sig ved de Övelser, der skaffede Borger-Ungdommen Hæder og Anseelse. Den stridbare Parther tæmmede, saa godt som den gamle Germaner, sin Hest, uden at behöve Tömme for at styre den, eller Sadel for at mageliggjøre sit Sæde; og Kosakken som Kalmukken beviser indtil dette Öieblik, hvor let Opdragelse og Vane kan give denne Færdighed. Schytten brugte sin Bue og Mauren sit Kastespyd med en Sikkerhed, der trodsede de Tidens meest övede Krigskonst. Den ældre Nordboe maalede sig fuldkommen med enhver Samtidens Nation.

4

Og blot det flygtigste Blik paa Nutidens uslebne Folkeslægter er tilstrækkeligt til at overbevise os om, at de bruge deres Legemer med en Færdighed, vi langt fra ikke have, og drive med en höi Grad af Lyst Legems Övelser, der giennem en Række af Aarhundreder vare i Forfald hos os. Var da denne Legemsfærdighed blot en Virkning af Fortidens raae og vilde Sæder? Kan den blot gienfindes der, hvor Barbariet hersker urokket? Et Spörgsmaal man i det mindste en lang Tiid troede ikkun at maatte besvare bekræftende; men Sandheden begyndte at forjage Vildfarelsen: en opklaret Fornuft at fortrænge Fordommen, og man begyndte at indsee og tilstaae, at det ikke var blot Fortidens raae og mindre cultiverede Folkeslæter, der satte saa höi Priis paa denne Legems Færdighed: at endog Grækerne og Romerne, Oltidens meest cultiverede Nationer, agtede den ikke mindre; og at disse - hvad Historiens Muse med taknemmelig Haand skal opbevare giennem alle kommende Tider - gjorde den til en væsenlig Fordring ved Borger-Opdragelsen; til hvilken Ende de indførte, og efter Plan og System behandlede de Legems Övelser, der kunde give og vedligeholde den: man tvivlede nu ikke mere om, at den jo kunde gienvindes, og det uden Frygt for tilbagefald til

hiin vilde Raahed, at den endog *skulde* og *burde* gienvindes, dersom man vilde følge saavel Lægens som Philosophens og Opdragerens forenede Raad, der i samstemmende Harmonie paastaae, at Opdragelsen aldrig er fuldkommen, med mindre den omfatter Legemets saavel som Sjælens Dannelse. Vort Old tilkommer Hæderen for at have gjort Begyndelsen paa nye til dette for Menneskeheden vigtige Öiemeeds Opnaaelse; og Vort Fædreneland Fremviser i de senere Aar ikke saa gandske faa eller ubetydelige Exempler paa en værdig Stræben til dette

5

Maal. De første Skridt syntes kun at bebude liden Held; men de følgende lovede des mere. Fægte-Övelserne vare lige indtil 1782 de eneste, der dreves, og vare indførte ved en af de militaire Opdragelses Indretninger\*); Voltigere - Övelserne kom nu til; og ikke blot de militaire Akademier og Skoler, der nu efterhaanden alle indførte methodisk Anvisning til Gymnastiken i en større Udstrækning; men endog borgerlige Instituter og Opdragelses Anstalter hyldede den nyere Pædagogiks Grundsætninger. Den physiske Opdragelses Vigtighed begyndte at erkiendes, og Interessen for hensigtsmæssige Legems Övelser at vinde nyt Liv. Saaledes opstode i mindre end et Decennium tre Instituter, der alle skiönt mere eller mindre methodisk, sørgede for Anviisning til gymnastisk Dannelse\*\*), og Kiöbenliavn fik, hvad man 10 Aar tilforn ikke skulde have drömt om, et egenlig gymnastisk Institut, hvor Börn og Ynglinger visse Dage om Ugen anvistes til gavnlige Legems Övelser; hvilket, skiönt lidet i sin Begyndelse, dog fremblomstrede heldigen, og tæller i dette öieblik, da det höitideligholder sin første Olympiade eller 4de Aars Fest, mere end end 600 Ynglinger, der have modtaget dets Underviisning.

Den Deel af Publikum, der interesserer sig for de Fremskridt, den physiske Opdragelse har vundet ved denne Indretning, kiender sikkerlig ogsaa de Övelser, der almindelig foretages; at detaillere dem her maatte derfor saa meget mere være overflödigt, som dette tilforn er skeet, og det paa mere

6

end et Sted; men maaskee vil det ikke være dem ukiert her at modtage en kort Underretning om een af de Övelser, der især i det sidste Aar er gaaet frem med meer end almindelig heldige Skridt. Jeg mener *Svømme-Övelsen*.

Denne Övelse, der i Alderdommen var ligesaa almindelig og yndet, som siden efter sielden og tilsidesat; denne Övelse som alle de græske Folkeslægter eenstemmig betragtede som en vigtig Deel af den offentlige Opdragelse; som de Spartanske Piger dreve ikke mindre end Ynglingerne, som Athenienserne anviiste deres Börn til fra den tidligste Ungdom som til en for ethvert Menneske nødvendig Konst; som agtedes saa höit at den Vanære, det Menneske paadrog sig, der var uvidende i den kunde ansees lige med den, hverken at kunne læse eller skrive; denne Övelse, som Romerne værdigede en saa fortrinlig Opmærksomhed, at det bliver vanskeligt at afgjøre, om de vare Grækernes Over- eller Undermænd deri; som en Carl den Store agtede som en af sine germaniske Forfædres ypperste Övelser, og søgte selv Hæder i at opnaae Færdighed i; som vore gamle Cimbriske Fædre dreve til en saa höi en Grad af Fuldkommenhed, og ansaae som en Hæderskamp for selve Konger og Jarler; som endnu indtil dette Öieblik hos alle vilde og ukultiverede folkestammer fast synes at være en Naturfærdighed; som Lovgiveren, Lægen og Opdrageren maae ansee lige vigtig - denne Övelse, der i lige Grad væbner os selv mod Havets Farer, og giör os skikkede til at redde den, der ellers maatte vorde et Rov for de opslugende Bölger - den har havt den samme Skiæbne, som saa mangen anden gavnlige Legems Övelse, denne nemlig at ringeagtes som

mindre nyttig, eller endog at afskyes som farlig og ödelæggende giennem en lang Række af Aar. Uden at kunne nægte Nyttens og Vigtigheden

7

af Svømme-Övelser, ja endog uden at kunne kalde den i Tvivl har man ikke desmindre næret Fordomme mod dem; Fordomme, som, i hvor ugrundede de end have været, dog have været i Stand til saa gandske at undertrykke disse Övelser, at man stimlede til for at see en Svømmer, som til et aldeles uvant Skuespil. Man har tilstaaet, at de styrke Legemet, og sætte Mennesket ofte i Stand til at kunne redde sig selv og Andre; men man har ikke des mindre fundet den med dem forbundne Fare saa stor, at Nyttens af dem ingenlunde kunde veie op derimod. "Hvor mange, saa talede man, drukne ikke, inden de lære at svømme, og hvor mange maae ikke betale denne Fornöielse med deres Liv, efterat de allerede have lært det, fordi de, stolende paa denne Færdighed, vove mere end de burde; hvor rædselfuld bliver ikke Dödskampen for selve den svømmevante Sömand, medens den uvante i lige Fare ender Livet under langt færre AEngstelser?" Skinnet bedrager ofte; saaledes gik det ogsaa her. Man hængte ved disse blindende Indvendinger, uden at undersøge, hvorvidt de vare grundede eller ikke. Man undersøgte ikke engang, om det virkelig forholder sig saaledes, at mange Mennesker druknede, inden de lærte at svømme, naar Anviisningen dertil var hensigtsmæssig; man antog dette, som en Forsætning, der intet Beviis behövede, og indskiöd sig, saasnart man alvorlig blev giendreven, under den blotte Mulighed, hvilken ikke engang lader sig antage, uden med den Forudsætning, at Anförselen dertil er slet. Man faldt aldrig paa at beregne det skrækkelige Antal af Mennesker, der, fordi de ikke have lært at svømme, aarlig vorde Havets Bytte; eller at sammenholde dette med Antallet af dem, der ved færdig at kunne svømme, have reddet sig selv eller andre; kun Faren, den af Phantasien udmalede Fare, saae

8

man, og var nær ved, liig hiin Baccalaureus i Fabelen, at giöre det höitidelige Löfte, aldrig at komme i Vandet, förend man var fuldkommen Mester i at svømme.\*\*\*) Man glemte Sandheden af hiin Rousseaus Paastand, at hvad enten et Barn drukner, medens det lærer at svømme, eller fordi det ikke har lært det., saa er Skylden i begge Tilfælde vores egen; thi man kan, som han meget rigtig siger, i Faderens Park lære Barnet at sætte over Hellesponten, og ved at dele Faren med det, beregne Omsorgen for at bevare det, efter den, man skylder sig selv.

Men ogsaa denne saa gavnlige og vigtige Legems Övelse har i de senere Tider begyndt at gienvinde en stor Deel af sin tabte Hæder. Erfaringen har været den bedste Grund mod de Fordomme, der næredes mod den. Erfaringen har lært, at Barnet eller Ynglingen aldeles Intet vover ved at lære at svømme, naar Anvisningen dertil er hensigtsmæssig: den har lært, at Övelse og Færdighed i at bruge sit Legeme, det være paa Landet eller i Vandet, er det sikkreste Middel til at lære at kiende Maalet af sine Kræfter, for derefter at beregne ethvert Foretagende: den har lært: at hiin Paastand

9

om en skrækkeligere Dödskamp i Vandsnöd for den Svømmevante, end for den uvante er grundfalsk, og har kun Sted i den medlidende Tilskuers Forestilling, der ikke selv har forsögt lignende Fare, og derfor ikke veed, at Tilliden til egne Kræfter og Anstrængelsen af dissers Brug

voxer med Faren, og ophører først med Livet, uden at have været ledsaget af nogen anden herskende Tanke end Selvbevarelsens, den Naturen prægede dybest i det menneskelige Hierte. Erfaringen og vel lykkede Forsøg have udrettet, hvad intet Raisonnement vilde have været i Stand til, og Svømme-Övelserne have, endog hos os, især i det sidste afvigte Aar giort en Fremgang, der blot et Aar tilforn mere var at ønske end at haabe.

Svømme-Övelser høre væsenlig til Gymnastik; de forbandtes derfor, saasnart muligt, med de övrige Legems-Övelser saavel her ved Institutet, som paa de övrige Steder, hvor Gymnastiken behandledes methodisk; men endnu vare Forsögene ikke desmindre faa, i Forhold til det Antal af Elever, der tage Deel i de övrige Övelser; endnu vare mange frygtsomme, og Svømningen syntes ikke med Föie at turde love sig almindelig Hyldest; men i sidste Sommer var dens Fremgang desto mærkværdigere. Paa de tre militaire Akademier, nemlig for Söe- Land- og Artillerie - Cadetterne, i Kiöbenhavns militaire Skole, ved Opforstrings-Huset, ved Frue Sogns Arbeids-og Lære-Anstalt, saavelsom ved det gymnastiske Institut ere Svømme-Övelserne nu almindelig indförte, og drives efter samme Methode, og under Opsyn af Hr. Nachtegall og de Lærere, der deeltage med ham i Forretningerne, hvorhos en ved Söe-Cadet-Akademiet for længere Tiid siden antaget övet Svømmer stedse er tilstede for at gaae tilhaande ved Övelserne, og i fornöden Tilfælde understötte dem, der maatte behöve hans

10

Hielp. Antallet paa de Elever, der fra disse Steder ere underviste i at svømme, er allerede henved 600; og Övelserne drives stedse saaledes, at Eleverne öves i

- a) ikke allene nögne at svømme betydelige Strækninger, men endog med Klæder paa, og de Militaire i deres fulde Uniform:
- b) i at dykke, gaae under Vandet, og holde sig der længere og længere
- c) i at bære hinanden i i Vandet, og optage hinanden deraf.

Hensigten med disse Övelser er indlysende. Som den förste af dem sigter til at give Eleven Færdighed i at kunne opholde sig i Vandet som paa Landet, i at kunne arbeide sig frem ligesaavel naar Klæder eller Rustning betynger ham, som naar Intet hindrer hans Bevægelser og Fart; saaledes skulde de tvende sidste især tiene ham til at opnaae den Færdighed og Udholdenhed, der er nödvendig for at redde en Anden, der enten formedelst Mangel paa övelse i at svømme eller andet uheldigt Tilfælde ikke maatte kunne hielp sig selv; og de anstillede Pröver have tilstrækkelig beviist, med hvor megen Held disse Övelser gik frem. En saadan Pröve holdtes i sidst afvigte Julii Maaned med de faa Söe-Cadetter, der ikke vare borte med Cadet-Skibet, og blandt disse svømmede

2 - - -	3000 Alen
3 - - -	1 500 dito
6 - - -	1000 dito
12	imellem 100 og 1000 Alen.

Omtrent ved samme Tiid aflagde Artillerie-Cadetterne Pröve paa den Færdighed, de havde erhvervet sig i at svømme, hvorved det befandtes: at

6 svømmede	1000 Alen
3 -	800 dito
4 imellem 5 og 600 Alen.	

De övrige fra 10 til 100 og noget derover, hvorhos dog bör anmærkes, at den meest udmærkede Svømmer blandt alle dette Akademies Elever var syg, og kunde fölgelig ikke være med ved Pröven. Og alle disse svømmede tillige i Mundering med Hat og Sabel; men hvor langt lader sig ikke nöie bestemme, fordi Strækningen ikke strax blev opmaalt.

Med Eleverne af Kiöbenhavns militaire Skole er vel ingen egenlig Pröve anstillet; men deres fremgang vil dog uden Tvivl ikke desmindre kunne skiönnes deraf., at Nogle og Tyve af dem i sidstafvigte Sommer lærte at svømme uden Hielp, og over Halvparten i Uniform; skiönt neppe 4 eller 5 i Begyndelsen af Sommeren kunde svømme.

I Augusti Maaned aflagde det gymnastiske Instituts Elever Pröve paa deres Færdighed heri, hvorved

1 Elev svømmede	1200 Alen.
1 - - -	900 dito
1 - - -	800 dito

om hvilken det fortæner at anmærkes, at han ved Sommerens Begyndelse ikke kunde svømme over 20 Alen ved egen Hielp.

2 Elever svømmede 700 Alen	
4 --	- 600 dito
7 -	- 500 dito
2 -	- 350 dito
1 -	- 300 dito
2 -	- 150 dito
9 henved,	- 100 dito

## 12

De fleeste af disse svømmede ligesaavel med Klæder, som nøgne. Blandt Privatisterne i samme Institut svømmede

1 Elev 2100 Alen uden, og 1000 Al. med Klæder	
1 -	1900 Al. uden, og 500 Al. med Klæder
1 -	1870 Al. uden og 600 Al. med Klæder.

Ved Pröven, som Börnene paa Opforstringshuuset, hvilke Hr. Nachtegall uden Betaling har underviist, aflagde, svømmede en stor Deel henimod 1000 Alen, en Deel imellem 5 til 600 Al., og nogle derunder. Det er den förste Sommer, Ungdommen paa denne Stiftelse er bleven underviist i at svømme; men desuagtet have allerede Nogle og Tredive gjort den Fremgang, at de nu kunne svømme uden Hielp, og af dem endog en Deel med Klæder paa.

Ogsaa ved Frue Sogns Arbeids- og Lære-Anstalt er gjort en heldig Begyndelse.

Efter Cadet-Skibets Hiemkomst i September Maaned giordes Pröve med Söe-Cadetterne, der ikke ved förste Sommerpröve havde været tilstede, og deres Færdighed viiste sig, skiönt Veiret allerede var temmelig slet, og Vandet overmaade koldt, særdeles stor og mærkelig

1	Cadet svømmede saaledes	2500	Alen
1		2128	dito
1		1904	dito
2		1600	dito
2		1400	dito
5		1200	dito
2		1100	dito
4		1000	dito
6		800	dito
2		700	dito

13

4		600	dito
3		500	dito
1		450	dito
1		400	dito
5		300	dito
4		200	dito
6		100	dito
11		fra 10 til 100	dito

Og af disse svømmede:

27 henimod og under 100 Alen med Klæder, Hat og Sabel.

4		- 100	dito
6	henimod	- - 200	dito
1		250	dito
1		300	dito
2		336	dito
1		420	dito
1		675	dito
1		924	dito
1		1100	dito

hvilket Maal denne Elev tilbagelagte i en Tiid af 29 Minuter.

Svømning udfordrer Kraftanvendelse og Færdighed. Der gives imidlertid saavel Philosopher som Læger, der bestemt have paastaet, at det menneskelige Legeme er lettere end Vandet, og at desaarsag alle Mennesker maae kunne svømme; blandt hvilke jeg her kun vil nævne *Beniamin Franklin*, der ligefrem siger, at alle Mennesker, saavelsom alle Dyr, kunne svømme, og at det kun kommer an paa at have det nödvendige Mod for at sætte sig i den behörige Stilling og giöre de nödvendige Bevægelser med Hænder og Födder, som man kan lære af enhver Frö. *Bernardi* er gaaet videre, og har paa-

staaet, at ethvert Menneske, specifique lettere end Vandet, ikke blot kan, men maa flyde paa det, det er, uden mindste Kraftanvendelse hvile paa dets Overflade, naar det blot sættes, eller sætter sig selv i den rigtige Stilling; og paa denne Theorie har han grundet den hele Svømme-Methode, efter hvilken han med saa megen Held har drevet sine bekiendte Svømme-Övelser. Var denne Paastand blot Hypothese, saa maatte dens Undersögelse ikke desmindre være interressant; var den sand, saa maatte Visheden herom blive vigtig, naar man seer hen til de Resultater, den kunde lede til. Dette bestemte snart Hr. Nachtegall til at prøve, om, og hvorvidt hans Elever kunde flyde, og han har allerede havt mange, der have kunnet flyde Quarterer og halve Timer, ja Nogle, som uden mindste Vanskelighed flöde uden at giöre en eneste Bevægelse med nogen Legemets Deel, saalænge Vandets Kulde ikke for stærk angreb deres Legemer; og, uden endnu bestemt at kunne angive Aarsagen dertil, gjorde han den Erfaring, at blandt Börnene paa Opforstringshuuset vare der ulige flere, der flöde med Lethed, end blandt de övrige Svømme-Elever. Han anstillede i sit Institut Forsög, jeg selv har seet, for paa det nöjagtigste at undersøge denne Bernardiske Theorie, og over Halvparten af de Elever, med hvilke Forsögene giordes, deels i fersk og deels i salt Vand, bleve fundne lettere end Vandet, og Nogle endog med et Overskud af 5 til 6 Pd. Disse Forsög syntes vel derfor at giöre hiin Theorie sandsynlig; men da de formedelst Mangel paa fuldkomment Apparat, og en dertil passende hydrostatisk Vægt endnu vare langt fra at være afgjörende, saa blive de næste Sommer fortsatte, fuldkommen efter de af Bernardi foreskrevne Regler, og med et Apparat, som vil blive mere skikket til at give dem den nödvendige Nöiagtighed og

Paalidelighed; og Resultaterne vorde da offentlig bekiendtgjorte.

Disse her berörte Forsög, og omtalte aflagte Pröver paa den Færdighed, et ikke ubetydeligt Antal af Elever har i en kort Tiid, og især i sidst afvigte Sommer, opnaaet i at svømme, kunne ikke andet end aabne en bliid Udsigt for Svømme-Övelsernes Fremgang hos Os; men da det stedse maatte være höist önskeligt, at de vorde *fuldkommen almindelige*, saa troer man tillige herved foreløbig at burde bekiendtgjöre, at man har det Haab, inden en föie Tiid at see et Selskab oprettet hvis Medlemmer ved et frievilligt aarligt Bidrag ville fremme dette Öiemeed, og ved udsatte forholdsmæssige Præmier opmuntre, især Almue-Ungdommen, til at lægge sig efter Svømningen. Ikke faa Medborgere have allerede tegnet sig hertil, og en detailleret Plan skal, saasart muligt, vorde Publikum forelagt.

\*) *Land-Cadet-Akademiet.*

\*\*) *Efterslægts Selskabets, det Christianiske og det Schouboeske.*

\*\*\*) *Hvilket Brechter ret kiönt har spöget med fölgende Ord:*

*"Es wagte sich einst in der Rhein*

*"Ein Baccalaureus, der nie zuvor geschwommen.*

*"Vom Ufer mögt' er kaum fünf ganze Schritte seyn,*

*"So steckt er schon im Schilf, fieng zäppelnd an zu schreyen,*

*"Und ward , auf sein Geschrey , von Fischern aufgenommen,*

*"Die brachten ihn ans Land ; der Dienst var ungemain.*

*"Er dankt dafur, und spricht: da schwimm' ein andrer hin:*

*"Ich will, das schwör' ich euch, nichts eher ins Wasser kommen,*

*"Als bis ich ganz und gar im Schwimmen Meister bin!*

Sin förste Olympiade höitideligholder det gymnastiske Institut förstkommande Söndag d. 27 Nov. Kl. 5½, hvorved Övelserne foretages i følgende Orden:

#### FOR TREDIE OG FIERDE AFDELING

1. *Forberedelses-Övelser til Ligevaegtsholdelsen* under Veiledning af Læreren Hr. Thomsen
2. *Enkelte Klavre-Övelser* under Veiledning af Samme
3. *Forberedelses-Övelser* under Veiledning af Samme
4. *Voltigere-Övelser*, under Veiledning af Samme.

#### FOR FÖRSTE AFDELING

5. *Voltigere-Övelser* under Veiledning af Læreren Hr. Jessen.

#### FOR ANDEN AFDELING

6. *Voltigere-Övelser* under Veiledning af Samme.

#### FOR ELEVER AF ALLE AFDELINGER

7. *Menuet*, hvortil Underviisningen er givet af Hr. Hof-Dandsemester Laurent.
8. *Paragodine*, hvortil Underviisningen er givet af Hr. Skuespiller Heinsvig.
9. *En gymnastisk Dands*, hvortil Underviisningen er givet af Samme.
10. *Smidigheds-Övelser*, under Veiledning af DHrr. Jessen og Thomsen.
11. *Hugning*, hvortil Underviisningen er givet af Hr. Steen.
12. *Militaire Övelser*, hvortil Underviisningen er givet af Hr. Hennecke.

Disse sidste ende Pröven. End maae jeg, efter Hr. Nachtgalls Anmodning, tilföie, at da Tiden ikke tillader at gienneimgaae alle de Övelser, Eleverne have faaet Underretning i, saa udbeder han sig af de ærede Forældre Undskyldning herfor, og haaber, at de ved at besöge Instituttet paa Undervisnings-Dagene vilde tage disse i Öiesyn.