

# Chinesisch-preußische Körperschmiede – Die deutsche Militärgymnastik und ihre Adap- tion im Qing-Reich um die Jahrhundertwende

Nicolas Schillinger

Die Darstellung und Zuschreibung von „nicht-europäischen“, „nicht-weißen“ Körpern als schwach und verweicht war Ende des 19. Jahrhunderts ein global weit verbreitetes Phänomen. Nicht selten übernahmen auch die kolonialen Untertanen die Perspektive der Kolonialherren und nahmen sie zum Anlass, grundlegende Veränderung körperlicher Praktiken einzufordern. In Bengalen oder Ägypten etwa, versuchten lokale Eliten der allgemeinen negativen britischen Wahrnehmung der Bevölkerung als friedliebend, militärisch unfähig und tendenziell unterwürfig entgegenzutreten und forderten eine (Rück-)Besinnung auf vermeintliche kriegerische Traditionen.<sup>1</sup> Durch Leibesübungen, wie sie auch in der Metropole praktiziert wurden, sollten zugesprochene körperliche Defizite beseitigt und vor allem männliche Körper in Kraft und Disziplin gleichwertig mit den Europäern werden. Gesunde und starke Körper stellten wiederum die vermeintliche zivilisatorische Überlegenheit und Rechtfertigung der Herrschaft der Kolonialmächte in Frage und wurden auf diese Weise zum Symbol und Austragungsort von Widerstand und dem Streben nach nationalstaatlicher Souveränität. Trotz eines kolonialpolitisch anders gearteten Zustands als „Halbkolonie“ entwickelte sich im spätkaiserlichen China der Qing-Dynastie ein ähnlicher Diskurs, der sich um die Jahrhundertwende insbesondere auf militärische Reformen auswirkte und von diesen weiter angetrieben wurde. Die schwachen Leiber chinesischer Männer und Frauen – diese bezog sich sowohl auf kranke und unfitte Körper als auch auf einen fehlenden Kampfgeist – galten als eine der wichtigsten Ursachen für die gravierende Rückständigkeit und Schwäche gegenüber den imperialistischen Mächten aus Europa, Japan und den Vereinigten Staaten.

Um die Jahrhundertwende wurden umfassende militärische Reformen im Qing-Reich begonnen, die die Anstellung zahlreicher deutscher Militärberater und Ausbilder sowie die Übersetzung von deutschen Militärhandbüchern und Regularien zur Folge hatten. Der positive Ruf und die Vorbildfunktion des deutschen Heeres in China entstand unmittelbar

---

1 Vgl. Jacob 2011, 65-67; Sinha 2017, 7; Fischer-Tiné 2001, 432-455.

nach der Gründung des Deutschen Reichs 1871.<sup>2</sup> Aufgrund der erfolgreichen Einigungskriege galt die preußische Armee Ende des 19. Jahrhunderts in zahlreichen Ländern als maßgebendes Sinnbild für ein „modernes“ Militär. Sowohl in Europa als auch in anderen Teilen der Welt – von Chile über das Osmanische Reich bis hin nach Japan und China – wurden Militärakademien zur Ausbildung von Offizieren nach preußischem Vorbild eingerichtet, das preußische Stabssystem kopiert sowie taktische und organisatorische Grundlagen des deutschen Heeres übernommen. Die deutsche Armee stand bei Fragen der Bewaffnung, Ausrüstung, Uniformierung und Rangordnung Pate und beeinflusste die Konzeption von Patriotismus und Kaisertreue, Professionalität, Wehrdienst und Staatsbürgerschaft in außereuropäischen Gesellschaften.<sup>3</sup> Die Adaption deutscher Militärkultur hatte Auswirkungen auf Praktiken und Vorstellungen, die weit über das Militärische hinausgingen, wie etwa die Konzeption von Männlichkeit, Geschlechterordnung und Körpern. Besonders interessant für Militärreformer im Qing-Reich waren deutsche Techniken der Disziplinierung und Erziehung oder, anders ausgedrückt, der Abrichtung von Soldaten. Leibesübungen, Drill, Exerzieren, taktische Formationen und das Einimpfen streng regulierter, straffer Körperhaltungen und Bewegungsabläufe bildeten eine wenig aufwendige Methode, um aus Zivilisten Soldaten zu machen. Die Aufstellung einer Armee nach deutschem Vorbild mit deutschen Ausbildungsmethoden und insbesondere die Einführung deutscher Militärgymnastik brachte Diskurse um die Disziplinierung und Selbstoptimierung von Staatsbürgern hervor oder begleitete diese und war darüber hinaus eng mit der Vorstellung von der Auferstehung der chinesischen Nation verknüpft.

Dieser Beitrag behandelt einerseits die Entstehung, Inhalte und Bedeutung der Militärgymnastik in der preußischen und deutschen Armee und andererseits ihre Einführung in Qing-China um die Jahrhundertwende. Neben der körperlichen Erziehung schrieben deutsche Ausbilder, Ärzte und Offiziere der Militärgymnastik mentale und gesundheitliche Vorteile zu und betrachteten sie als wichtige Technik, um Soldaten sowohl Kampfgeist und Heldenmut als auch absoluten Gehorsam einzuimpfen. Durch die Einflüsse des Turnens und nationalistischer Bestrebungen erfuhr Militärgymnastik zudem eine patriotische Aufladung, die die Wehrfähigkeit und Überlegenheit des eigenen Volkes ausdrückte und diese sichern sollte. Diese Zuschreibungen machten die deutsche

---

2 Vgl. Kaske 2002, 82-98; Eberspächer 2008, 54-74. Das Deutsche Reich war den chinesischen Eliten bis zu diesem Zeitpunkt noch nicht als feindliche Imperialmacht begegnet und repräsentierte in ihren Augen eine aufstrebende Nation mit einem hocheffizienten Staatsapparat und einer lebendigen und gesunden Bevölkerung.

3 Vgl. Presseisen 1966; Trumpener 1968; Dupuy 1977; Sater and Herwig 1999.

Militärgymnastik als Grundlage der Ausbildung des Heeres äußerst attraktiv in Qing-China, wo sie im Kontext von körperlichen und politischen Schwächediskursen auf einen fruchtbaren Nährboden fielen.

## Ursprünge der Militärgymnastik und ihre Anwendung im deutschen Heer

Die deutsche Militärgymnastik, die schließlich auch in Qing-China zur Grundlage einer gesunden, starken und wehrfähigen Bevölkerung erklärt werden sollte, konnte sich in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts in Preußen fest etablieren. Zentrale Bedeutung für die Einführung der Militärgymnastik im preußischen Militär hatte Oberleutnant (später Major) Hugo Rothstein, ein Artillerieoffizier und Ausbilder im Heer.<sup>4</sup> Rothstein besuchte 1845-46 auf Veranlassung des preußischen Kriegsministers Hermann von Boyen das gymnastische Zentral-Institut zu Stockholm, um „das von dem Gymnasiarchen Professor H.P. Ling gegründete rationelle System der Gymnastik theoretisch und praktisch genau kennen“ zu lernen und „so weit es sich auf die Erziehung und gymnastische Ausbildung junger Leute, insbesondere des Soldaten bezieht, in unsere Armee und deren Bildungs-Anstalten einzuführen.“<sup>5</sup> Nach seiner Rückkehr widmete er der Gymnastik Lings ein eigenes umfangreiches Werk, für das er erstmals in Deutschland den Begriff Heilgymnastik einführte. Es stellte nicht, wie ursprünglich geplant, eine reine Übersetzung der Schriften Lings dar, sondern war ein stark kommentiertes und umsortiertes, eigenständiges Buch in fünf Teilen.<sup>6</sup> Carl Euler, ein Schüler und späterer Gegner Rothsteins, hielt daher für Deutschland den Begriff

---

4 Neben Rothstein gingen Gymnastik- und Turnübungen in den deutschen Heeren auch auf den sächsischen Leutnant und Fechtmeister Johann Adolf Ludwig Werner zurückgehen. Werner wurde nach seiner Beschäftigung als oberster Fechtlehrer der sächsischen Armee zum Gründer und Professor einer Akademie für schulische Gymnastiklehrer in Dessau und damit gleichzeitig zum Hauptverantwortlichen für Leibesübungen im Herzogtum Anhalt-Dessau ernannt. Sein Ziel waren die Etablierung einer „Medizinischen Gymnastik“ zu therapeutischen Zwecken und der Aufbau einer „gymnastisch-orthopädisches Heilanstalt“, die auf Freiübungen und von ihm entwickelte Apparate beruhte. Neben zahlreichen Schriften zur orthopädischen oder medizinischen Gymnastik veröffentlichte Werner 1840 eine Anleitung zur Militärgymnastik, die die Verbindungen dieser Leibesübungen zur Armee besonders deutlich aufzeigten und mindestens drei Auflagen hatte: 1840, 1844 und 1850. Siehe Werner 1844, XII-XIII, XVIII 1. Vgl. auch Schöler 2005, 24-25.

5 Rothstein 1863, 1-2. Auf dem Rückweg nach Deutschland besuchte er die entsprechenden Institutionen in Kopenhagen. Leibesübungen zur militärischen Erziehung seien zwar nicht in Schweden und Dänemark erfunden worden, doch dort wurden sie erstmals „im Großen und Ganzen und von Staatswegen“ eingeführt. Ebd. 2.

6 Vgl. Schöler 2005, 11.

Ling-Rothstein'sche Gymnastik angebracht.<sup>7</sup> Ein wichtiger Zweig der Leibesübungen nach Rothstein und Ling war die Militär- oder Wehrgymnastik, die neben Fechten mit unterschiedlichen Waffen auch aus Faust- und Ringkampf bestand. Grundlegend und im militärischen Kontext zunehmend wichtig waren zudem die sogenannten Frei-, Ordnungs- und Rüstübungen, zu denen Rothstein ebenfalls mehrere Werke verfasste.<sup>8</sup> In den 1860er wurden nach intensivem Streit auch vermehrt Turnübungen nach Friedrich Ludwig Jahn und der Turnerbewegung aufgenommen, die aufgrund ihrer nationalpatriotischen und anti-monarchischen Tendenzen zwischen 1819 und 1842 im Deutschen Bund verboten waren.<sup>9</sup>

Der Begriff Freiübung geht in dieser Form auf Adolph Spieß zurück, der sie als Übungen ohne Geräte definierte. Spieß, der als Begründer des Schulturnens in Deutschland gilt, begann bereits in den 1830er Jahren, Frei- oder „Gemeinübungen“ im Verein für Schüler, Schülerinnen und (in der Regel meist noch männliche) Studenten einzuführen. Für Spieß waren die Turnübungen von Jahn nicht ausreichend für die körperliche Erziehung von Jungen und Mädchen und er veröffentlichte schon 1840 einen Band mit dem Titel *Die Leibesübungen*. Durch die von ihm ausgearbeiteten Konzepte, die Turn-, Ordnungs- und Freiübungen verbanden, sowie durch seine Tätigkeit im hessischen und Basler Schuldienst begründete Spieß das Turnen als Schulfach.<sup>10</sup> Freiübungen waren alle Übungen oder „turnerische[n] Bewegungen“, die ohne Hilfsmittel auf einer ebenen Fläche oder dem „platten und glatten Erdboden“ ausgeführt wurden.<sup>11</sup> Sie schlossen zahlreiche Übungen ein, bei denen vor allem die „Hauptteile des Körpers“, Kopf, Rumpf, Arme und Hände sowie Beine, im Stehen oder Gehen, Laufen, Hüpfen, Knien, Sitzen, Liegen oder im Stütz gebeugt, gedreht, gekreist oder gestreckt wurden. Sie konnten einzeln oder als „Gemeinübungen“ durchgeführt werden, „gleichzeitig in gleichem Takt“, entweder mit gleichen oder ungleichen Bewegungen. Dabei konnte lediglich eine Übung wiederholt werden oder verschiedene Übungen waren in einer passenden Abfolge verwoben. Bei einer solchen „Freiübungsfolge“ mussten Form, Richtung, Anzahl der Wiederho-

---

7 Vgl. Euler 1896, 402.

8 Rothstein veröffentlichte u.a. *Die gymnastischen Freiübungen nach dem System H.P. Lings* (5. Auflagen 1861), *Die gymnastischen Rüstübungen nach dem System H.P. Lings* (2. Aufl. 1869), *Anleitung zum Betriebe der gymnastischen Freiübungen bei den Truppen der kgl. Pr. Armee* (2. Aufl. 1857). Vgl. Euler 1895, 404, 407. Rüstübungen bezog sich auf Übungen mit Geräten, wobei er den Querbaum favorisierte und Barren und Reck ablehnte. Geräteübungen waren bei Rothstein dagegen Übungen mit Handgeräten wie der Hantel.

9 Vgl. Euler 1869; Krüger 2005.

10 Vgl. Marx 1895, 698.

11 Lion 1894, 338.

lungen und Rhythmus der Bewegungen festgelegt werden. Ziel war, jedes Körperteil während einer Unterrichtseinheit zu bewegen, und auch für Ling und Rothstein war es grundlegend, „dass Kopf, Rumpf, Arme und Beine jedesmal der Reihe nach geübt“ wurden.<sup>12</sup>

Eine Verschmelzung von Freiübungen in Gruppen und taktischer Exerzierübungen des Militärs stellten die sogenannten Ordnungsübungen dar, deren Kern eine „bestimmte Aufstellung“ oder „gemeinsame Bewegung“ war. Jahn sah sie als „Kriegsübungen“ ohne Gewehr, die den „männlichen Anstand“ bildeten, den „Ordnungssinn“ belebten und an „Folgsamkeit“ gewöhnten. Zudem lehrten sie den Einzelnen „sich als Glied in ein großes Ganzes [zu] fügen. Eine wohlgeübte Kriegerschar ist ein Schauspiel von der höchsten Einheit der Kraft und des Willens.“<sup>13</sup> Es war jedoch Spieß, der ein umfassendes System mit praktischen Übungen vor allem für Schüler und Schülerinnen aufstellte. Auch er sah den Sinn von Ordnungsübungen in der Förderung der „Kriegsfertigkeit des ganzen Volkes.“<sup>14</sup> Eine grundlegende Ordnungsübung war beispielweise die Bildung einer Reihe durch mehrere Personen, die in allen erdenklichen Variationen bewegt und verändert werden konnte.<sup>15</sup>

Zusammen mit Gustav Adolphe Techow, der mit ihm in Schweden Lings Gymnastik und ihre Anwendung in der schwedischen Armee studiert hatte, sollte Rothstein das 1847 in Berlin gegründete „Zentralinstitut für den gymnastischen Unterricht der Armee“ leiten, das aber wegen der Revolution nur bis März 1848 betrieben wurde. Rothstein wurde schließlich zum Unterrichtsdirigenten der 1851 neu eingerichteten „Zentral-Turnanstalt“ (ab 1877 in „Militär-Turnanstalt“ umbenannt), die wie das schwedische Vorbild in jeweils unterschiedlichen Kursen entweder zivile Lehrer für den Schuldienst oder Offiziere als Instruktoren für das preußische Heer ausbildete.<sup>16</sup> Die Turnanstalt enthielt unter anderem einen Fechtsaal, einen „Rüstsaal mit allen vorschriftsmäßigen Gerüsten und Geräten“, einen „Hindernissaal mit allerhand fortifikatorischen Hindernissen und turnerischen Gerüsten“ sowie einen „Hörsaal für 120 Personen [...] mit einer reichhaltigen Sammlung von anatomischen Präparaten, Karten etc. versehen.“ Der Außenbereich war ebenfalls vorhanden und etwa mit einem „Festungsgraben für spezifische militärgymnastische Übungen“ ausgestattet.<sup>17</sup> Gebäude und Kapazitäten wurde stetig erweitert, so dass die Zahl der auszubildenden Offiziere von 18 bei

12 Lion 1894, 355-56.

13 Jahn und Eiselen 1816, XVII.

14 Zit. n. Zettler 1895, 226.

15 Vgl. Zettler 1895, 227-235.

16 Vgl. Rothstein 1862, 5-15. Lehrer wurden ab 1877 in einer eigenen Turnlehrer-Bildungsanstalt ausgebildet. Siehe Dresky 1895, 156.

17 Dresky 1895, 155-56.

Gründung der Turnanstalt auf 110 Schüler gegen Ende des 19. Jahrhunderts anwuchs. Sie wurden von ihren Regimentern abgestellt und mussten neben einer Neigung zur Gymnastik auch die notwendige Gesundheit mitbringen. Der Arzt der Turnanstalt untersuchte die Offiziere auf „Herz und Lunge.“ Neben praktischem Unterricht im Turnen, Fechten mit Stichwaffen und Bajonetten, angewandtem Turnen an Hindernissen, Radfahren mit Drei- und niedrigem Zweirad wurde auch theoretischer Unterricht in Anatomie, Physiologie und Gesundheitslehre, erster Hilfe sowie der Geschichte der Turn- und Fechtkunst erteilt. Die zukünftigen Gymnastikinstruktoren sollten nicht nur alle Übungen selbst beherrschen, sondern auch lernen, notwendige Hilfestellung zu geben. Auch Methoden der Einrichtung von Übungsplätzen gehörten zum Curriculum.<sup>18</sup>

Wie Ling betonte Rothstein, dass Leibesübungen der allgemeinen und gleichmäßigen Ausbildung des Körpers dienten und einen pädagogischen, praktischen, diätischen Zweck für den „spätere Lebensberuf“ haben sollten. Die physiologische und psychologische Wirkung einzelner Bewegungen musste deutlich sein und Übungen durften nicht in „Künsteleien und Kunststückmacherei“ ausarten. Aus diesem Grund lehnte er das Turnen nach Jahn und seinem Schüler Ernst Wilhelm Bernhard Eisen ab, die er zudem auch für politisch und moralisch fragwürdig hielt. Er forderte daher „Fort mit Reck und Barren!“<sup>19</sup> Der Turner Carl Euler bezeichnete Rothsteins Gymnastikphilosophie dagegen als „kompliziert bisweilen unverständlich und undurchdringbar.“ Die Übungen an der Turnanstalt selbst seien zwar bewusst schlicht und einfach gehalten, jedoch insgesamt zu „dürftig“, „einseitig“ und „trocken.“<sup>20</sup> Die schwedische Gymnastik wurde in den 1850ern von vielen Turnvereinen als „aufgedrungen und aufdringlich“ bezeichnet, Frei- und Ordnungsübungen wurden eher als Vor- oder Aufwärmübungen betrachtet.<sup>21</sup>

Turnen und die Turnerbewegung waren zwar zu Beginn des Jahrhunderts aufgrund ihrer national-liberalen Ausrichtung und ihrer Nähe zu Burschenschaften und Universitäten im Deutschen Bund verboten worden. Auf Betreiben des Kriegs- und des Unterrichtsministeriums wurde das Turnverbot 1842 jedoch aufgehoben und Jahn, der viele Jahre in Gefangenschaft oder Isolation hatte verbringen müssen, wurde rehabilitiert. Die darauffolgende Popularität und der wachsende politische Einfluss des Turnens führten dazu, dass es trotz der starken Ablehnung

---

18 Vgl. Dresky 1895, 156-57 sowie Rothstein 1862, 15-58. Siehe auch Dresky 1887; Nebel 1902.

19 Siehe Euler 1895, 404.

20 Euler 1895, 406.

21 Vgl. Lion 1894, 342.

durch Rothstein von Beginn an zum Programm der Zentral-Turnanstalt gehörte.<sup>22</sup> Die Ausbildungskurse für zivile Lehrer benutzten den Barren, und die Anstalt wurde trotz Rothsteins Protests Turn- und nicht etwa Gymnastikanstalt benannt. Die Forderung von Hilfslehrern wie Euler, bestimmte Turngeräte (wieder-)einzuführen, führten 1861-62 schließlich zum sogenannten „Barrenstreit.“ Ärztliche Gutachten bestätigen zwar zunächst die Kritik am Reck und vor allem am Barren, dass sie nicht geeignet seien, Kraft, Mut und Körpergewandtheit zu steigern, und schlimmstenfalls zu Verletzung führten. Nach den massiven Protesten und Petitionen zahlreicher Turnvereine und der Fürsprache namhafter Mediziner wie Rudolf Virchow und Emil du Bois-Reymond beschloss das preußische Abgeordnetenhaus jedoch die allgemeine Wiedereinführung des Barrens an Schulen und der Zentral-Turnanstalt.<sup>23</sup> Rothstein war damit im Barrenstreit unterlegen, zog sich zurück und verstarb wenig später. Dennoch wurde er – auch von seinen Gegnern – für seine Verdienste um die Begründung der Militärgymnastik in Preußen gewürdigt.<sup>24</sup> Eine klare inhaltliche Abgrenzung zwischen Gymnastik und Turnen war allerdings trotz des erbitterten Streits zu keinem Zeitpunkt möglich gewesen. Turnen und Militärturnwesen setzten sich als allgemeine, umfassende Begriffe durch und schlossen unter anderem auch Frei- und Ordnungsübungen ein.<sup>25</sup>

In den 1870er und 1880er Jahren wurde Militärgymnastik im preußisch-deutschen Heer ausgebaut. Eine wichtige Rolle spielte der spätere Oberst Gustav von Dresky, der 1877 das Amt des Direktors der nun rein militärischen Militär-Turnanstalt übernahm. 1886 wurde unter Dreskys Ägide erstmals eine *Vorschrift über das Turnen der Infanterie* erlassen, die 1895 und 1910 als *Turnvorschrift für die Infanterie* neu herausgegeben wurde. Dresky, der vor der Leitung der Militär-Turnanstalt dort schon als Schüler ausgebildet worden und als Hilfslehrer beschäftigt gewesen war, hatte zuvor mehrere Prinzen des Kaiserhauses im Turnen und in Gymnastik unterrichtet, darunter auch den späteren Kaiser Wilhelm II., mit dem er im Ruhestand noch zu fechten pflegte. Auch die beiden Vorgänger von Wilhelm II. schätzten ihn sehr und besuchten die Militär-Turnanstalt regelmäßig.<sup>26</sup>

---

22 Techow, der mit Rothstein Schweden bereist hatte, war ein von Eiselen ausgebildeter Turner. Er schloss sich der deutschen Revolution von 1848/1849 an und wanderte schließlich nach Australien aus. Möglicherweise bekräftigte dies Rothstein weiter in seiner sehr negativen Meinung über die Turner. Vgl. Schodrok 2013, 384. Zur Geschichte der Turnerbewegung siehe auch Golterman 1998.

23 Vgl. Euler 1894, 91-92; vgl. auch Schöler 2005.

24 Siehe z.B. Meyers Großes Konversations-Lexikon 1908, 832.

25 Vgl. Lion 1894, 338.

26 Vgl. Euler 1894, 254-56.

Dreskys Ansätze schienen eher an die Gymnastik nach Rothstein und Spieß angelehnt und flossen unmittelbar in die Turnvorschriften des Heeres ein. Der von Dresky verfasste Beitrag in Eulers autoritativem *Encyklopädischen Handbuch des gesamten Turnwesens* hatte den Titel „Militärgymnastik“ statt „Militärturnwesen.“ Er gab auch zu bedenken, dass Militärgymnastik zunächst Lücken in der körperlichen und „turnerischen Ausbildung“ neuer Rekruten füllen müsse, weil Leibesübungen insgesamt noch unzureichend in der Gesellschaft und an Schulen verbreitet seien.<sup>27</sup> Praktische Übungen wie Freiübungen, Gewehrübungen und später angewandtes Turnen standen daher im Mittelpunkt. Insbesondere Freiübungen in der Gruppe betrachtet Dresky als „Wohltat“ für den Soldaten nach stundenlangem Exerzieren oder Reiten. Gewehrübungen ersetzen Hantel- und Stabübungen und angewandtes Turnen bestand vor allem im Überwinden von Hindernissen. Ziel war es, Militärgymnastik mit allen militärischen Dienstzweigen sinnvoll zu verknüpfen, so dass sie fest integriert „als vorbereitende oder ausgleichende Thätigkeit“ diene. Exerzieren, Marschieren, Anschlag und Fechten erforderten beispielsweise eine gymnastische Vorbildung, die nach Möglichkeit diesen praktischen Gebrauch schon abbildete.

Für Dresky hatte Militärgymnastik körperlichen, mentalen, moralischen, intellektuellen und militärischen Nutzen. Neben der Kräftigung von Skelett, Knochen, Muskeln und Gelenken sollte sie die Innervationsfähigkeit der ganzen Muskulatur (muskuläre Koordination) verbessern und dem „einzelnen Manne eine Sicherheit in seinen Körperbewegungen“ geben, „welche schließlich das Ergebnis jeder militärischen Ausbildung erreicht, das Erzielen einer gleichwertigen und gleichartigen Waffe.“<sup>28</sup> Nebenbei würden „Gesamtorganismus, Atmung, Blutbereitung, Verdauung und Absonderung, d.h. mit einem Wort Stoffwechsel“ gefördert.

Das Wachsen an Muskelkraft und Spannung der Sehnen müsse allerdings Schritt halten mit dem Wachsen des eigenen Vertrauens und soldatischen Willens. Durch im Anspruch systematisch gesteigerte, „behutsame“ und „gleichsame“ Übungen bilde ein Mann Sicherheit im Auftreten, Straffheit, Selbstbewusstsein, Zuverlässigkeit und einen energischen Willen aus und werde zielbewusster, bestimmter und selbständiger – allerdings nur dort, „wo er als Soldat auftritt.“ Letztlich sei Militärgymnastik eine „einfache Erziehung zu Disziplin und Subordination“, und die korrekte Ausführung einer einzelnen Übung sei, betonte Dresky, wichtiger als das Verinnerlichen vieler verschiedener Übungen. Soldaten

---

27 Dresky widmete der Gymnastik für Rekruten ein eigenes, kurzes Handbuch, siehe Dresky 1896.

28 Dresky 1898, 151-52 (alle Zitate).

könnten sich so selbst zur Unterordnung erziehen. Durch die körperliche Erziehung werde auch der Geist erzogen, womit die Erziehung zum loyalen, tapferen Patrioten gemeint war: zu „Helden“, die ihr Vaterland bis zum „letzten Blutstropfen“ verteidigten. Neben der moralischen finde auch eine intellektuelle Erziehung statt, denn ein Soldat werde zum Nachdenken gezwungen, wie er „vorschriftsmäßig seine Glieder bewegen soll.“<sup>29</sup>

Durch die *Turnvorschrift für die Infanterie* sollten schließlich die Grundlagen für die militärische Grundausbildung und das Exerzieren des deutschen Heeres gelegt werden.<sup>30</sup> „Das militärische Turnen umfasst: a) Frei- und Gewehrübungen, b) Übungen an den Geräten, c) Angewandtes Turnen, d) Laufen und Spiele.“<sup>31</sup> Körperliche Mängel eines „Mannes“ sollten durch das Turnen beseitigt oder gemildert werden. Ziel war die Erweckung oder Förderung von Kraft und Gelenkigkeit, Körperbeherrschung und guter Haltung, Mut, Selbstvertrauen und Opferwilligkeit. Zuständig für die Durchführung der Übungen waren die einzelnen Regimenter des Heeres. Während der Grundausbildung neuer Rekruten waren Turn- bzw. Gymnastikübungen zur Vorbereitung besonders wichtig, sollten aber in der gesamten Dienstzeit regelmäßig absolviert werden. Offiziere sollten zur Motivation der Mannschaften und Unteroffiziere ebenfalls teilnehmen, aber nur die unteren Dienstgrade konnten dazu verpflichtet werden. Die Turnvorschrift unterschied Freiübungen mit und ohne Kommandos (und zusätzlich solche mit Gewehr), beschrieb detailliert zahlreiche Übungen und betonte, dass an einem Tage durchgeführte Übungen alle Körperteile und „alle Glieder und Gelenke“ gleichmäßig trainieren sollten.<sup>32</sup> In der Rubrik Geräteübungen wurden vor allem Übungen am Querbaum beschrieben, der dem Reck nicht unähnlich war, aber eine dickere Stange aus Holz statt Eisen besaß.<sup>33</sup> Übungen mit dem Barren fehlten. Angewandtes Turnen bezog sich auf das Überwinden von verschiedenen, künstlich errichteten Hindernissen und sollte „eifrig betrieben werden“, auch mit voller Ausrüstung. Ziel dieser Übungen – die als Varianten mit besonders hoher, praktischer militärischer Relevanz eingestuft wurden – war es, dass sie mit „Sicherheit, Geräuschlosigkeit und Schnelligkeit“ ausgeführt wurden.<sup>34</sup> Hindernisse konnten kriechend, springend, steigend oder kletternd überwunden werden, hinzu konnten Gleichgewichtsübungen kommen, etwa auf

---

29 Dresky 1898, 152-54 (alle Zitate).

30 Vgl. Exerzier-Reglement für die deutsche Infanterie 1906, 5.

31 Turnvorschrift für die Infanterie 1910, 1.

32 Turnvorschrift für die Infanterie 1910, 8.

33 Vgl. Turnvorschrift für die Infanterie 1910, 70-71.

34 Turnvorschrift für die Infanterie 1910, 49.

dem Schwebebalken. Die Kategorie Lauf und Spiele bestand schließlich aus Schnell-, Dauer-, und Wettläufen sowie Laufspielen mit mehreren Teams, darunter Tauziehen, Schleuder- und Fußball. Im Anhang wurden die verschiedenen Turngeräte und Hindernisse genau beschrieben und als Zeichnungen abgebildet.

Während Dresky in seinen eigenen Schriften betonte, dass „Frohsinn“ satt „Engherzigkeit“ zur Gymnastik gehöre,<sup>35</sup> verwendete die *Turnvorschrift* die gängige Formulierung „Luft und Liebe zur Sache“ und forderte „selbständige, angespannte Beteiligung jedes Einzelnen.“ Die Übungen sollten nach Möglichkeit „abwechslungsreich, anregend“ und „zwanglos und ohne exerziermäßigen Drill“ betrieben werden. Zudem war jeder „Anzug“ erlaubt, „der so wenig wie möglich die freie Bewegung des Körpers“ beeinträchtigte.<sup>36</sup> Auch wenn hierbei ein eher lockeres Bild der Militärgymnastik gezeichnet wurde, das hauptsächlich persönliche Vorteile für die trainierenden Soldaten brachte, so ging es der militärischen Führung letztlich um Disziplinierung. Die Militärgymnastik fügte sich nahtlos in die umfassende Reihe von Mechanismen zur Kontrolle, Abrichtung, Unterordnung und Befehlsbefolgung ein.<sup>37</sup> Gymnastik, insbesondere Freiübungen, ermöglichten die „gründliche Ausbildung des Einzelnen“ durch die „das nothwendige Zusammenwirken Vieler geistig und körperlich erreicht wird.“<sup>38</sup>

Die *Turnvorschrift* wie auch Dreskys Schriften betonten immer wieder die wichtige Rolle von Lehrern und Ausbildern. Laut Dresky mussten diese neben Sach- und pädagogischen Kenntnissen auch über ein umfassendes Wissen über den menschlichen Organismus und physisch und psychische Vorgänge verfügen, die in einem engen Zusammenhang stünden.<sup>39</sup> Er selbst lieferte genaue anatomische Analysen der Wirkung von Gymnastik etwa auf Wirbelsäule, Gelenke, Knochen oder Muskeln und schrieb beispielsweise: „Knorpelbildung an den Gelenken und Absonderung einer fettigen Gelenkschmiere innerhalb der Gelenkkapsel vermindern einerseits Druckempfindungen und befördern andererseits die Geschmeidigkeit des Gelenks selbst.“ Knochen würden von Muskeln oder „Fleisch“ bewegt und erhielten ihre „Bewegungsimpulse“ von „Bewegungsnerven“, die „wie ein Telegraphennetz sich in alle Gebilde des

---

35 Dresky 1895, 154-155.

36 Turnvorschrift für die Infanterie 1910, 1-2, 4.

37 Vgl. etwa Planert 1994; Bröckling 1997. Den Zusammenhang zwischen Körper, Disziplin und Selbstdisziplinierung in der neueren europäischen Geschichte hat Michel Foucault maßgeblich untersucht und theoretisiert. Vgl. Foucault 1976, 177-250; Foucault 1988, 16-49.

38 Dresky 1896, 13. Dresky verwendete hier eine Passage aus dem Exerzierreglement.

39 Vgl. Dresky 1895, 151-52.

Körpers einlagerten.“<sup>40</sup> Die Nerven trügen Empfindungen an das Gehirn und brächten sie zu Bewusstsein, so Dresky, und nur der Wille bewege Muskeln. Deshalb sollte die Gymnastik letztlich den „mechanischen Willen zur Ausführung körperlicher Thätigkeit allmählich zu einem selbstbewußten energischen Willen erziehen.“ Der Zweck der Militärgymnastik oder des Militärturnens war letztlich also die Schaffung eines „Tüchtigen kriegsbrauchbaren Mannes mit einem energischen Willen.“<sup>41</sup>

Dreskys – in heutigen Worten – sportmedizinisch unterfütterten Betrachtungen wurden durch Militärärzte auf eine wissenschaftliche Grundlage gestellt und er war möglicherweise direkt von ihnen beeinflusst. Leibesübungen wurden bereits bei Ling, Rothstein und dem sächsischen Gymnastikausbilder Johan Adolf Ludwig Werner als „Quelle der Gesundheit“<sup>42</sup> des gesamten Organismus gesehen, doch das relativ junge Fach der Militärhygiene verband Militärgymnastik systematisch mit dem allgemeinen körperlichen Zustand eines Soldaten. Sie umfasste mit der medizinischen Untersuchung, körperlichen Disposition, medizinischen Regularien, Drill, alltäglicher Gesundheitspraxis in Kasernen und unterwegs, Ernährung, Kleidung und Uniformen, Bakteriologie, Mykologie und Umgang mit Infektionskrankheiten nun alle Bereiche, die die Gesundheit des Körpers betrafen. In den folgenden Jahrzehnten erschienen zahlreiche Lehr- und Handbücher zur Militärhygiene, die Leibesübungen als zentralen Bestandteil zur Erhaltung der Wehrfähigkeit der Soldaten hervorhoben – sowohl in körperlicher als auch mentaler Hinsicht.<sup>43</sup> Ende des 19. Jahrhunderts gehörte Militärgymnastik damit zur regulären Ausbildung von Soldaten im deutschen Heer.<sup>44</sup>

Gymnastik und Turnen erfuhren jedoch darüber hinaus eine holistische Aufladung, die Leibesübungen an Fortschritt und den Bestand der Zivilisation koppelte und sie als unersetzbar im Wettstreit der Nationen zeichnete. Bestimmte, im Militär praktizierte Leibesübungen wie vor allem die Freiübungen waren Teil schulischer Lehrpläne und sollten Kindern und Jugendlichen die physischen und psychischen Voraussetzungen für den Militärdienst verleihen. Dieselben Ziele hatten Turnvereine, die Nationalismus, militärischen Geist und militärische Bereitschaft für Erwachsene verbanden, um sie zu „tauglichen“ Staatsbürger zu for-

---

40 Dresky 1896, 9-10.

41 Dresky 1896, 12.

42 Werner 1844, IX.

43 Siehe etwa Kirchner 1869; Rudeloff 1873; Kirchner 1896; Bischoff 1910. Vgl. auch Ditfurth 1906.

44 Zum Alltag deutscher Soldaten einschließlich Leibesübungen und Ausbildung siehe Kirn 2009, 56-59, 126-27. Für die ähnliche Entwicklung und Stellung der Militärgymnastik in Österreich siehe Schadek 1876; Pichler 1895; Hladík 1914.

men.<sup>45</sup> „Die Entwicklung der Leibesübungen“, schrieb Dresky, „ist mit der geistigen Entwicklung der Nationen stets Hand in Hand gegangen und wir bemerken überall ihre edelsten Verwendungen bei den in der Kultur hochstrebenden Völkern, sowie ihren Verfall und ihre Verstümmelung bei dem geistigen Niedergange eines Volkes.“<sup>46</sup> Diese enge Verknüpfung von der Ausführung und Etablierung von „Leibesübungen“ und der Kultur und der Gesundheit „eines Volkes“ aber war eine Vorstellung, die auch auf der anderen Seite des Globus, im Qing-Reich, ihre Wirkungsmacht entfaltete.

## Militärreformen und Militärgymnastik im spätkaiserlichen China

Im *Encyklopädischen Handbuch des gesamten Turnwesens* wurden in einem Beitrag zu den Kulturvölkern Asiens und Afrikas und deren Leibesübungen „Inder“, „Perser“, „Israeliten oder „Ägypter“ behandelt, und auch die „Chinesen“ waren hier beschrieben. Neben einer „staunenswerten Gleichheit in Gesicht und Gestalt“ und einem „einförmigen typischen Charakter des ganzen chinesischen Volkes“ sei bei den „Chinesen“ der „Sinn für individuelle körperliche Durchbildung von Haus aus gar nicht vorhanden“, behauptete das *Handbuch*. Das chinesische Volk habe einen friedliebenden Charakter und lehne Waffen generell ab. „Unter den ältesten Kulturvölkern Asiens“ seien es gerade die „Chinesen“, die „am allerwenigsten die Pflege der Leibesübungen oblagen.“<sup>47</sup> Eine ähnliche Sichtweise und Selbstzuschreibung setzte sich zeitgleich auch im spätkaiserlichen China selbst durch und führte sukzessive zur Einführung deutscher Militärgymnastik und anderer europäischer Praktiken der Leibesertüchtigungen, die diesen Zustand korrigieren sollten.

Bereits Mitte des 19. Jahrhunderts gab es erste Versuche im Qing-Reich, Soldaten nach europäischem und amerikanischem Muster am Gewehr auszubilden. Nach den Opiumkriegen (1839-42, 1856-60) und der verheerenden Taiping-Rebellion (1851-64) lag der Schwerpunkt einer meist unkoordinierten und dezentralen Politik zur Stärkung des Militärs jedoch auf der Produktion von Waffen und dem Bau von Flotten. Diese sogenannte Selbststärkungsbewegung (1861-95) zielte auf die technische Modernisierung und Industrialisierung ab, ließ aber eine Reorganisation der Streitkräfte außer Acht. Erst die Niederlage gegen ja-

45 Vgl. Dencker 2001, 503-30. Zum Einfluss des Militärischen auf Leibesübungen an Schulen siehe auch Wilhelmi 1861.

46 Dresky 1896, 7.

47 Pawel 1894, 693.

panische Truppen im Ersten Chinesisch-Japanischen Krieg (1894-95) und damit das Scheitern der Selbststärkungsbewegung führten zu grundlegenden Militärreformen, die den Aufbau einer Armee nach deutschem und japanischem Vorbild zum Ziel hatten.

Grundlage der von den Zeitgenossen oft als „Neue Armeen“ bezeichnete Streitmacht waren für vielen Militärreformer die Leibesübungen und Drillpraktiken des deutschen Heeres. Nach dem Krieg 1895 wurde der Hauptgrund für die Niederlage gegen die japanische Armee und Flotte nicht in einer technologischen Unterlegenheit gesehen, sondern in der vermeintlich deutlich höheren „Qualität“ japanischer Soldaten. Diese wurde nach deutschen und anderen europäischen Leitlinien ausgebildet und waren aus der Sicht der chinesischen Beamten und Medien professioneller und fitter, sie seien im Gegensatz zu den Qing-Truppen mit einem echten Kampfgeist ausgestattet.<sup>48</sup> Die Niederlage nährte den aufkommenden und an Stärke zunehmenden Diskurs um den „kranken Mann von Ostasien“ (*dongya bingfu*). Ursprünglich angewandt, um China als dahinsiechendes Land reif für die koloniale Übernahme durch europäische Imperien darzustellen, wurde das Schlagwort nach der Jahrhundertwende vermehrt im Qing-Reich verwendet und in seiner Bedeutung ausgeweitet: Die schwachen Körper kränklicher Männern – verursacht durch Opiumkonsum oder eine angebliche anti- oder a-militärische chinesische Kultur (*wubing wenhua*) – wurden in Medienbeiträgen, Gelehrtenchriften und offiziellen Dokumenten als gesellschaftliche Realität gesehen und als Grund für militärische Unterlegenheit und politische Schwäche herangezogen.<sup>49</sup>

Auf diese Weise wurden männliche und weibliche Körper in China in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts zum symbolischen Austragungsort politischer, wirtschaftlicher und gesellschaftlicher Konflikte. Der geflochtene Zopf etwa, den fast alle männlichen Untertanen des Qing-Reichs zu tragen hatten, wurde für die Mehrheit der Bevölkerung zum Zeichen der Unterdrückung durch eine fremde Dynastie und das fremde Volk der Mandschu. Ursprünglich aus pragmatischen Gründen unter mandschurischen Reitern eingeführt, galt der Zopf um die Jahrhundertwende unter Revolutionären und Reformern als Peinlichkeit, die im Ausland als Zeichen für Verweiblichung und militärische Unfähigkeit verlacht wurde.<sup>50</sup> Die Praktik des Fußbindens von Frauen der oberen Schichten, die ihre Attraktivität erhöhen und ihre Chancen auf dem Hei-

---

48 Vgl. Fung 1996, 1007-31. Die japanische Armee war in den 1880er Jahren stark vom deutschen Heer und deutschen Militärberatern geprägt worden. Vgl. Jaundrill 2016, 162-63.

49 Vgl. Yang 2005, 1-44.

50 Vgl. Godley 1994, 53-72; Cheng 1998, 123-42.

ratsmarkt verbessern sollte, geriet ebenfalls verstärkt in die Kritik. Gebundene Füße galten vielen chinesischen Gelehrten zwar seit Jahrhunderten als barbarisch, wurden jedoch trotz eines offiziellen Verbots der Qing weitgehend toleriert. Durch die vermehrte Kritik europäischer Beobachter wurden gebundene Füße schließlich zum Symbol für fehlende Dynamik und gesellschaftliche Rückständigkeit.<sup>51</sup> Zum Gegenstand der Debatte wurden auch die qualvollen körperlichen Strafen, die zu Beginn des 20. Jahrhunderts durch die Einführung von „humaneren“ Gefängnisstrafen abgeschafft wurden.<sup>52</sup> Wie im Falle des Zopfs und des Füßebindens entfachten zivilisatorische Diskurse aus Europa Diskussionen um das Strafsystem in China neu und befeuerten diese. Spätestens mit dem Ende der Qing-Dynastie 1911 wurden diese Praktiken endgültig verboten.

Zum besonderen Sinnbild inner- und außerhalb Chinas für eine unfitte, kranke und a-militärische orientalische Gesellschaft wurde der Beamtengelehrte, der seinen Körper einschließlich der Hände bis auf das Gesicht mit langen, weiten Roben verdeckte und körperliche Anstrengung verachtete. Kleidung wurde zu einem besonderen Konfliktort, denn hier ließen sich theoretisch recht einfach vermeintlich rückständige Präsentationen des Körpers und alltägliche Praktiken der Haltung und Bewegung erkennen und gegebenenfalls verändern. Der Einführung „westlicher“ Uniformen, Anzüge, Hüte, Schuhe und Kleider wurden allerdings angepasste, meist enger geschnittene traditionelle chinesische Gewänder entgegengesetzt. Dies hatte weniger traditionalistische als wirtschaftliche Gründe, die im Zeichen des nationalen Projekts zur Stärkung des chinesischen Staates standen und den Konsum national produzierter Güter anregend sollten.<sup>53</sup> Der schwache Körper des chinesischen Mannes wurde jedoch vor allem durch die ikonische Figuration des Opiumrauchers ausgedrückt, die auch in direkten Zusammenhang mit militärischer Schwäche und fehlendem Kampfgeist gesetzt wurde.<sup>54</sup>

Die Einführung deutscher Militärgymnastik hatte nicht nur zum Ziel eine fitte Truppe zu schaffen, die mit dem „Opiumraucher“ nichts mehr gemein hatte, sondern sollte sich auch positiv auf die Gesundheit und Moral der Soldaten auswirken. Aus Sicht der Militärreformer sollten die Neuen Armeen der Ausgangspunkt zu einer physischen und mentalen „Erweckung“ der chinesischen Nation sein, die nichts weniger als die Disziplinierung der Bevölkerung zum Ziel hatte. Die auf die Niederlage

---

51 Vgl. Ko 2005.

52 Vgl. Bourgon 2003.

53 Vgl. Gerth 2003, 68-121.

54 Vgl. Paulès 2008, 229-62. Zum Begriff Figuration siehe Netzwerk Körper 2012, Einleitung Figurationen, 13-18.

von 1895 folgenden Militärreformen beinhalteten die Erschaffung einer Armee mit einer für Qing-China völlig neuartigen Struktur aus aktivem Heer und erster und zweiter Reserve sowie den grundlegenden drei Truppenteilen Infanterie, Kavallerie und Artillerie. Hinzu kam die Einrichtung von unterstützenden Einheiten, die es so vorher im kaiserlichen Militär nicht gegeben hatte, beispielsweise Ärzte und Sanitäter. Basis einer oder mehrerer neuer Divisionen waren die Provinzen, die wiederum in größere regionale Armeen gruppiert sein konnten. Ein neues Armeeministerium, ein Generalstab und weitere Institutionen sollten die Organisation und Führung verbessern. Der Aus- und Aufbau von Militärschulen und einer Offiziersakademie sollte sowohl fähige Kommandeure hervorbringen als auch einen wesentlichen Beitrag zur Schaffung einer neuen Militärkaste und Militärkultur im Qing-Reich leisten.<sup>55</sup>

Angestoßen wurde die Schaffung neuer Armeen nach deutschem Vorbild und die Einführung deutscher Drillmethoden insbesondere von den hochrangigen Beamten Zhang Zhidong und Yuan Shikai. Sie betrachteten Leibesübungen und Militärgymnastik als wichtige Grundlagen zur Steigerung der körperlichen Kraft und Ausdauer und als Voraussetzung für weitere Ausbildung, Disziplinierung und die Einübung taktischer Formationen. Bereits seit den 1870er-Jahren wurden in China Gymnastikübungen an Missionsschulen unterrichtet und in den 1880er-Jahren entstanden erste Militärschulen, deren Lehrpläne militärische Gymnastik vorsahen und an denen europäische Militärberater unterrichteten. Aus dem Japanischen wurde dafür der Begriff *taisō* ins Chinesische als *ticao* übertragen, der wörtlich „körperliche Übung/körperlicher Drill“ bedeutet.<sup>56</sup> Eine systematische Einführung begann jedoch erst nach der Niederlage im Ersten Chinesisch-Japanischen Krieg. Sowohl Zhang als auch Yuan stellten mit der Hilfe deutscher Militärberater Truppen nach deutschem Vorbild auf, die ab 1904 zum Kern einer restrukturierten Armee nach „westlichem“ Muster wurden. Die zu dieser Zeit eingeführten körperlichen Drills und Übungen sind in ihren Grundzügen und Grundideen bis heute im chinesischen Militär erhalten.

Zhang Zhidong, einer der mächtigsten Beamten im Qing-Reich um die Jahrhundertwende, betonte die Wichtigkeit europäischer Leibesübungen für den Aufbau von „Muskeln und Knochen“ und die „mentale Kraft“ chinesischer Soldaten.<sup>57</sup> Als Generalgouverneur der Provinzen Hubei

---

55 Vgl. Powell 1955; Fung 1980; Schillinger 2016. Perspektivisch visierten einige Reformer sogar die Einführung einer Wehrpflicht an, die allerdings nie verwirklicht wurde. Vgl. Waldron 2006, 189-207. Eine zentrale Turnanstalt wie in Preußen wurde nicht eingerichtet.

56 Vgl. Gao and Liu 1958, 97.

57 Shen 1897a, 2; Shen [1898] 1992, 553.

und Hunan schuf er mit etwa 35 privat angeheuerten deutschen Offizieren und Unteroffizieren unter Führung von Oberleutnant Albin von Ritzenstein die Selbststärkungsarmee (*Ziqiangjun*), die trotz des Namens nicht viel mit der früheren Selbststärkungsbewegung zu tun hatte. Sie war mehrere tausend Mann stark und mit aus dem Deutschen Reich importierten Waffen und Ausrüstungsgegenständen ausgestattet. In den unter Mitarbeit der deutschen Berater angefertigten Exerzierhandbüchern wurden verschiedene militärische Freiübungen vorgestellt und mit knappen Anleitungen erklärt. Zu diesem Zeitpunkt stand weniger die genaue Beschreibung derartiger Übungen im Vordergrund, als die allgemeine Darstellung deutscher militärischer Strukturen, einschließlich Organisation, Regularien, Ausbildung, Finanzierung, Rekrutierung, Logistik, Bewaffnung, Ausrüstung oder taktischen Doktrinen. Dennoch wurde betont, dass Dehn- und Streckübungen für alle Körperglieder grundlegend für die militärische Ausbildung von Soldaten und Offizieren seien.<sup>58</sup>

Zum Ende des 19. Jahrhunderts erschienen weitere militärische Handbücher zu den „Neuen Armeen“ unter Zhang und Yuan, die die deutsche Militärgymnastik zunehmend detailreich darstellten und Rückschlüsse über die tatsächliche Anwendung erlauben. 1899 veröffentlichte etwa Xu Jianyin das *Neue Buch der Militärwissenschaften*. Xu, der jahrelang am Aufbau moderner Waffenfabriken und Kriegswerften beteiligt war und als früherer diplomatischer Attaché in Berlin verschiedene europäische Streitkräfte und Militärindustrien untersucht hatte, stand im Dienste Zhang Zhidongs und war in der Militärverwaltung der Provinz Hubei tätig. Für Xu war zunächst eine umfassende Untersuchung neuer Rekruten notwendig, die körperlich und mental Schwache sowie Männer ohne Disziplin aussortierte. Danach sollten sie Gymnastikübungen und Krafttraining mit Hanteln absolvieren, die sie vorsichtig an militärischen Drill mit Gewehren heranzuführen würden. Für weitere Übungen, die Stärke und Agilität steigern sollten, eigneten sich nach Xu zudem Geräte wie die Reckstange sowie das Überwinden von Hindernissen wie Gräben und Mauern. Obwohl er keine Vorlage für sein Werk nennt, erinnern seine Ausführungen deutlich an die Turnvorschriften und Gymnastikpraktiken der deutschen Armee.<sup>59</sup>

Im gleichen Jahr erschien auch das umfassende Handbuch und Reglement der Neugeschaffenen Armee (später Beiyang-Armee) unter Yuan Shikai, das *Detaillierte und Illustrierte Exerzier-Handbuch*. Es war über tausend Seiten stark und enthielt Beschreibungen zur Organisation und Struktur der Armee, technische und taktische Einführungen sowie um-

---

58 Ebd. Vgl. auch Shen 1897b; Eberspächer 2008, 63-67.

59 Vgl. Xu [1899] 1992, 1051.

fassende und genaue Anleitungen für den Drill mit und ohne Waffen. Auch für Yuan, der zu diesem Zeitpunkt Gouverneur der Provinz von Shandong war und durch seine Stellung als Oberbefehlshaber der Beiyang-Armee zum mächtigsten Mann im Qing-Reich wurde, war die „Belebung von Muskeln und Knochen“ zentral.<sup>60</sup> Er war begeistert von der deutschen Armee, heuerte deutsche Militärberater an, schickte seine eigenen Offiziere ins Deutsche Reich und strukturierte die ihm unterstehenden Truppen nach deutschem System.<sup>61</sup> Die Autoren des *Detaillierten und Illustriertes Exerzier-Handbuchs* betonten, dass Militärgymnastik die Ausgangsbasis für weiteres Training sein müsse und den eher steifen Körpern neuer Rekruten Agilität verleihen sollte. Wie in keinem anderen chinesischen Handbuch dieser Zeit wurde angeleitet, wie einzelne Schritte eines Gymnastikprogramms zur Dehnung aller Körperteile vom „Kopf bis zu den Zehen“ auszuführen waren.<sup>62</sup> Dieser ganzheitliche Ansatz und auch eine durchgehende Bebilderung von Körperhaltungen, die starke Ähnlichkeit zu denen in der *Turnvorschrift für die Infanterie* aufwiesen, machten deutlich, dass das deutsche Militär als direktes Vorbild diente und deutsche Militärberater an der Abfassung beteiligt waren.<sup>63</sup>

Dargestellt wurden vor allem Freiübungen, die in einer kleinen Gruppe auszuführen waren. Den Kommandos eines Instrukteurs folgend wurden gemeinsam und gleichzeitig verschiedene Stellungen, Schritte und Bewegungen durchlaufen. Genau beschriebenen Kniebeugen – Augen und Kopf gerade, Hände auf die Hüften, Füße im neunzig Grad Winkel zueinander – folgten beispielsweise Bein-Streckübungen, Übungen für Oberkörper, Kopf und Nacken sowie Übungen für die Arme. Erst nachdem die Freiübungen verinnerlicht waren, konnten Soldaten mit entsprechenden Gewehrübungen beginnen. Bei diesem sogenannten „Gewehrtanz“ (*wuqiang*) wurden nicht etwa Schießübungen durchgeführt, sondern gymnastische Übungen mit dem Gewehr, die die Gewöhnung an die Waffe zum Ziel hatten. Neben den gemeinsamen Freiübungen sollten die Soldaten zudem regelmäßig Reckübungen und in ihrer freien Zeit weitere Kräftigungsübungen durchführen. Schließlich wurden den Soldaten auch unterschiedliche Bewegungs- und Gangarten wie Marschieren, Gleichschritt, Laufschrift oder Stechschrift sowie Körperhaltungen, beispielweise beim Stillstand, akribisch vermittelt.<sup>64</sup>

60 Yuan [1895/1898] 1988, 5.

61 Vgl. Harnisch 1999, 48-59, 87-93.

62 Yuan et al. [1899] 1992, 289.

63 Die sogenannte Spreizstellung der Füße (*Turnvorschrift für die Infanterie 1910*, 10) wurde hier beispielsweise mit dem chinesischen Zeichen für die Zahl acht (*ba*) beschrieben, siehe Yuan et al. [1899] 1992, 289-97.

64 Vgl. Yuan et al. [1899] 1992, 289-307.

Zusammen mit dem Drill von Formationen machten Leibesübungen den Kern der dreimonatigen Grundausbildung der Soldaten aus. Ziel waren die schrittweise Stärkung körperlicher Kraft und Ausdauer, schnellere Reaktionen und geschärfte Sinne. Neben den offensichtlichen Auswirkungen auf die körperliche Leistungsfähigkeit wurden die mentalen Vorteile der Militärgymnastik besonders hervorgehoben. Sie verleihe Soldaten Mut und Selbstvertrauen und stärke ihren Willen und Geist. Dadurch könnten sie Wind und Wetter sowie Entbehrungen und Mühen leichter ertragen. Noch wichtiger aus Sicht der militärischen Führung war aber, dass insbesondere Gruppenübungen Kohäsion und Anpassung erzeugten und Soldaten buchstäblich in Reih und Glied brachten. Sie sollten automatisierte Reaktionen des Körpers auf Kommando verinnerlichen, um die Geschwindigkeit und Effizienz sowohl von Einzelnen als auch von ganzen Einheiten deutlich zu erhöhen. Hier wurde eine neue Form der Disziplinierung aus dem Deutschen Reich erprobt, die über totalen habituellen Gehorsam hinaus auf maschinengleiche, körperliche Homogenisierung und Automatisierung zielte.<sup>65</sup>

Während sich die deutsche Militärgymnastik in den Neuen Armeen nach 1895 noch hauptsächlich um Freiübungen drehte, wurden die Übungen nach der Jahrhundertwende systematisch aufgeschlüsselt: Neben der „leichten Gymnastik“ (*rouran ticao*) in Gruppen mit und ohne Gewehr trat das Geräteturnen (*qixie ticao*), unter das wiederum Rüstübungen und angewandtes Turnen fielen. Theodor Schnell, ein ehemaliger preußischer Sergeant im Dienste von Yuan Shikais Armee, verfasst 1900 ein reich bebildertes Handbuch mit dem Titel *Techniken deutscher Militärgymnastik*. Er zeigte und erklärte darin im ersten Teil Freiübungen (*kongshou ticao*) sowie grundlegende Bewegungsformen, die zunächst individuell und erst später in Gruppen, in leichter und gutschitzender Kleidung geübt werden sollten. Der zweite Teil behandelte die Ausbildung mit Gewehren, während der dritte Teil sich mit unterschiedlichen Übungen wie Aufschwung und Klimmzügen am Querbaum sowie Kletterübungen mit dem Seil beschäftigte. Der vierte Teil widmete sich dem angewandten Turnen, also dem einzelnen oder gemeinsamen Überwinden von Hindernissen wie Mauern oder Gräben. Schließlich wurden weitere Turngeräte präsentiert, zum Beispiel das Sprungbrett oder Anlagen mit Ringen und Stangen, deren Nutzung und Beschreibungen ebenfalls mehr oder weniger direkt aus der *Turnvorschrift für die Infanterie* entnommen zu sein scheinen. Wie in anderen deutschen und chinesischen Handbüchern wurde eine stufenweise Intensivierung bei der Durchführung der Militärgymnastik angemahnt, mit der neue Rekruten langsam an den Drill herangeführt werden sollten. Ziel der unbedingt regelmäßig auszu-

---

65 Vgl. Yuan et al. [1899] 1992, 247-48; vgl. Xu [1899] 1992, 748.

führenden Leibesübungen war auch hier die Belebung von „Muskeln und Knochen“, um „Energie- und Blutbahnen zur reinigen.“<sup>66</sup> Die Soldaten profitierten neben der Verbesserung ihres körperlichen Zustands auch psychisch enorm und gewönnen an Selbstvertrauen, Mut, Willen, und mentaler Ausdauer. Schnells Anleitung, die er zusammen mit dem chinesischen Co-Autoren Xiao Songfen verfasste, stellt eine Zusammenfassung und Übersetzung verschiedener nicht näher bezeichneter deutscher Drill- und Exerzierhandbücher dar. Der erste Band, bestehend aus den oben beschriebenen Teilen, beruhte aber offensichtlich auf den Turnregularien der deutschen Armee. Ein zweiter Band erläuterte Handtelübungen auf der Grundlage eines japanischen Schullehrbuchs. Schnells *Techniken deutscher Militärgymnastik* wurden sowohl von Zhang Zhidongs als auch Yuan Shikais Truppen benutzt.<sup>67</sup>

Die Beiyang-Armee unter Yuan bildete nach der Jahrhundertwende das größte Kontingent der „Neuen Armeen“, die zum Ende der Qing-Dynastie 1911 mehrere zehntausend Mann stark waren.<sup>68</sup> Deutsche Militärgymnastik gehörte zur Grundausbildung neuer Rekruten und zum täglichen Training von Regimentern und Offiziersanwärtern in Militärschulen. Zahlreiche Abhandlungen, Exerzierhandbücher, Armeereglements und Dienstvorschriften, die auf deutscher Militärliteratur oder dem Wissen deutscher Militärberater beruhten, dienten der Verbreitung und Standardisierung.<sup>69</sup> Nach der Jahrhundertwende brachte die Beiyang-Armee schließlich ein Reglement mit dem Titel *Ticaofa* (Gymnastik-/Turnvorschrift) heraus, das in knapp 400 Einzelpunkte aufgeschlüsselt den kompletten Stand zum Thema mit allen Übungen zusammenfasste und vor allem die Bedeutung der Militärgymnastik für Entspannung und Kräftigung des Körpers hervorhob. Sie öffne Blut- und Energiebahnen, wirke sich positiv auf Gesundheit sowie Konstitution und Körperbau aus und stärke den „Heldenmut“ der Soldaten. Neben den bereits in anderen Büchern ausgeführten Frei-, Rüst- und Turnübungen beinhaltete das Handbuch auch zahlreiche andere Details wie etwa Tabellen zur Distanz und Zeit für die Ausführung von Läufen. Zudem beschrieb es auch „spezielle Übungen“, die sich auf akrobatische Stellungen wie Handstände auf verschiedenen Turngeräten bezogen.<sup>70</sup> Letztere dienten nicht dem Training der Masse der Soldaten, sondern sollten national und international – beispielsweise bei Paraden oder auf

---

66 Schnell and Xiao 1900, 4.

67 Vgl. Schillinger 2016, 58-59.

68 Anvisiert war eine Stärke von 450.000 Soldaten, die aber nicht erreicht wurde. Vgl. Ch'en 1960, 425-46.

69 Vgl. Shi 1996, 47-48; Sun 2007, 65.

70 Vgl. Beiyang lujun jiaolianchu xuewu 1901-1911.

speziellen Turn- und Sportfesten – den Erfolg der Militärreformen und die Stärke und Modernität der „Neuen Armeen“ demonstrieren. Gerade diese Kunstturnübungen wurden aber auch als rein dekorativ kritisiert und führten vereinzelt dazu, dass Geräteturnen insgesamt in Frage gestellt wurde – ähnlich wie in den Auseinandersetzungen in Preußen einige Jahrzehnte zuvor. Wichtiges Argument war etwa, dass Geräteturnen im Gegensatz zu Freiübungen und Formationsdrill kaum die Idee der Einheit und Zusammenarbeit als Gruppe bestärke.<sup>71</sup>

Die Einführung deutscher Militärgymnastik im Qing-Reich erfolgte unter Beteiligung deutscher Militärberater, durch die teilweise Übersetzung deutscher Drillhandbücher oder indirekt über japanische Quellen. Sie wurde auch nach dem Ende des Kaiserreichs in unterschiedlichen chinesischen Armeen gepflegt und bildete die Grundlage, um Menschen fit und gehorsam zu machen und auf die weitere militärische Disziplinierung vorzubereiten. Das war nicht nur deutschen Offizieren und Militärärzten bewusst, sondern auch chinesischen Militärreformern. Sie sahen im Exerzieren in Formationen und in der Regulierung von Gang und Körperhaltung, in der körperlichen Hygiene, Ernährung, medizinischen Observierung sowie der zeitlichen und räumlichen Organisation des Alltags die „modernen“ Formen der Effizienzsteigerung und Unterwerfung der Soldaten. Militärgymnastik hatte somit nicht nur den Zweck die Fitness und Gesundheit zu steigern, sondern sollte auch die Kontrolle und Gleichschaltung des soldatischen Körpers und Geists erreichen.

Nach der Jahrhundertwende initiierte die Qing-Regierung ein umfassendes Reformprogramm, welches nicht nur das Militär, sondern alle Gesellschaftsbereiche grundlegend nach europäischen, amerikanischen und japanischen Vorbildern umgestalten sollte. Auslöser für diese, im Vergleich zu Japan späten, Reformen waren der Einmarsch ausländischer Truppen und die Niederlage im Boxerkrieg 1900/1901. Neben der Verwaltung, Infrastruktur und Kommunikation, dem Rechtssystem, Wirtschaftsleben und dem politischen System begannen die Reformer der Qing vor allem den Bereich Bildung und Erziehung umzustrukturieren.<sup>72</sup> Erstmals wurde nach deutschem und japanischem (später amerikanischem) Vorbild ein mehrstufiges Schulsystem mit verschiedenen Schulfächern aufgebaut.<sup>73</sup> Ziel war es, Kinder und Jugendliche zu kompetenten, gehorsamen und disziplinierten Staatsbürgern zu formen. Leibeserziehung spielte auch hier eine zentrale Rolle, denn sie legte die Grundlage für das Militär und die Verteidigungsfähigkeit des Qing-

71 Vgl. Nanyang bingshi zazhi 1906 (2): *Lun qixie ticao zhi jiaoyu*, 15-16. Vgl. auch Li 1984, 8.

72 Vgl. Reynolds 1995; Horowitz 2003, 775-97.

73 Vgl. Bailey 1990.

Reichs. Die Einführung altersentsprechend abgestufter militärischer Gymnastikübungen für Schüler erfolgte nach dem Vorbild einerseits der Neuen Armeen und andererseits des deutschen und japanischen Schulsystems. Intellektuelle und Qing-Reformer betrachteten Leibesübungen als wichtigen Baustein, um den angeschlagenen „Volkskörper“ zu heilen und fitter zu machen. Dies galt nicht nur für Jungen, sondern auch für Mädchen, denn nach der Jahrhundertwende wurde Frauen primär die Rolle der Mutter zugewiesen, die selbst körperlich gesund und fit sein musste, um gesunde, militärtaugliche Jungen zur Welt bringen zu können.<sup>74</sup> Damit wirkte sich die Militärgymnastik auf die Re-Konzeption sowohl von Männlichkeit als auch von Weiblichkeit aus und gebundene Füße, ein langer Zopf oder lockere, weite Kleidung waren mit ihr unvereinbar. Durch die Verbindung körperlicher Übungen mit Patriotismus, der Nation und der kaiserlichen Dynastie sollten loyale Staatsbürger mit militärischer Disziplin herangezogen werden. Freiübungen, die sowohl auf die Erziehung des ganzen individuellen Körpers als auch des sich der Gemeinschaft unterordnenden Geists zielten, schienen für diese Zwecke besonders geeignet und wurden daher zusammen mit strengen Hygienepraktiken schrittweise auch auf die zivile Bevölkerung ausgeweitet.<sup>75</sup>

## Schlussbetrachtung

Im späten 19. und frühen 20. Jahrhundert stand die deutsche Militärgymnastik in Qing-China für die Trainingsmethoden einer „modernen“ und „westlichen“ Armee mit den Ansprüchen einer ganzheitlichen und zielgerichteten Ausbildung einzelner Soldaten. Der Körper wurde dabei als Waffe betrachtet, die wie ein Schwert geschmiedet und geschärft werden konnte.<sup>76</sup> Militärgymnastik bezweckte nicht nur die Verbesserung der Physis, sondern auch die Disziplinierung des Geists und war somit ein äußerst effektives Mittel, um über Selbstdisziplinierung und Selbstverbesserung absoluten Gehorsam und Unterordnung zu erreichen. Darüber hinaus war das Ziel, Individuen Mut und Opferbereitschaft einzuimpfen und den einzelnen Soldatenkörper zum funktionierenden Teil geschlossener militärischer Einheiten zu machen. Militärgymnastik wurde damit als Grundlage der Selbstbehauptung und des

---

74 Vgl. Judge 2002, 23-43.

75 Vgl. Culp 2006.

76 Vgl. Yuan et al. [1899] 1992, 108. Aus dem Diskurs um Militärreformen stammt der nach wie vor allgemeine Begriff für körperliche Ertüchtigung in der chinesischen Sprache: *duanlian shenti*, mit der wörtlichen Bedeutung „Körper schmieden“ oder „Körper stählen.“ Vgl. Schillinger 2016, 83, 87.

Widerstands gegen koloniale Vereinnahmung und sogar des Überlebens der chinesischen Nation betrachtet.

Die Einführung und Adaption europäischer Formen der körperlichen Ertüchtigung beeinflussten die Konzeption von Leib und Körper im chinesischen Denken. In den zahlreichen zeitgenössischen Beiträgen in Deutschland zur Gymnastik und zum Turnen wird deutlich, wie der Körper als Gegenstand der Kultivierung ins Zentrum rückte. Dabei wurde die Wechselwirkung von Körper und Geist betont; über die Formung des Körpers sollte auch der Geist geformt werden. Beide waren aber klar getrennt. Auch in China rückte der Körper (*ti*) immer mehr in den Mittelpunkt. Formulierungen, die eine fassbare, organische Gesamtheit des Körpers hervorhoben, wie etwa *jingu* (Körperbau, wörtlich „Muskeln und Knochen“), fanden ebenfalls immer häufiger Verwendung. Während die Kultivierung des Leibs (*xiu shen*) stets von chinesischen Gelehrten der späteren Kaiserzeit betont wurde, rückte die Ertüchtigung des Körpers durch Gymnastik (*ticao*) und Sport (*tiyu*) zu Beginn des 20. Jahrhunderts in den Mittelpunkt. Susan Brownell betont jedoch, dass diese Verschiebung in China eher subtil erfolgte, da das chinesische Denken weniger auf Dualismen wie Körper-Geist, sondern auf der Annahme von abhängigen und ineinanderfließenden Polen beruht. Auch *ti* konnte sich daher etwa auf persönliche Erfahrungen beziehen und war nie als leblose Hülle gedacht. Das heutige chinesische Wort für Körper, das sich zu Beginn des 20. Jahrhunderts herausbildete, ist daher auch die Kontraktion *shenti*.<sup>77</sup>

Formen des Faustkampfes wurden seit Jahrhunderten im Militär der Ming- und Qing-Dynastien praktiziert und auch die Einübung taktischer Formationen (u.a. auch mit Feuerwaffen) war zumindest theoretisch Teil der Ausbildung von Teilen der jeweiligen Armeen. Doch die heute bekannte Kampfkunst (*wushu*), die in Europa oder den USA als Kung Fu geläufig ist, wurde erst in den 1910er und 1920er Jahren durch den Einfluss von Gymnastik und Sport systematisiert, in größere Schulen eingeteilt und in der Bevölkerung populär. Auch erhielt *wushu* erst durch den Einfluss der Militärgymnastik die Bedeutung einer Technik der kollektiven Disziplinierung und maximalen körperlichen Optimierung. Als „chinesische Tradition“ wurde sie zum nationalen Projekt und schließlich im Militär praktiziert – ohne den nun etablierten, „modernen“ gym-

---

77 Brownell sieht die chinesischen Begriffe *shen* und *ti* als etwa gleichwertig mit den deutschen Begriffen an. *Shen* kann eher mit „Leib“ übersetzt werden und bezieht sich auf die subjektiv erfahr- und spürbare Gestalt des Menschen, die eng mit dem Geist oder der Seele einer individuellen Person verknüpft ist. *Ti* steht dagegen eher für die materielle Hülle oder einen von außen beobachtbaren, objektiven Körper. Vgl. Brownell 1995, 15-17. Zur Beziehung zwischen Körper und Geist im chinesischen Denken siehe auch Elvin 1989.

nastischen Drill zu ersetzen.<sup>78</sup> Bereits um 1910 waren Militärgymnastik und andere Formen der Körperertüchtigung aus Europa und den USA über die Armee hinaus stark im urbanen Raum in China verbreitet. Sie hatten große Auswirkungen auf Vorstellungen, Repräsentationen, Wissen, Praktiken und Diskurse bezüglich der menschlichen Physis. Leibesertüchtigung, Hygiene und Kampfgeist wurden dabei eng mit dem Überlebenskampf des chinesischen Volks in Verbindung gesetzt. Ähnlich wie in Europa setzte sich allerdings immer mehr die anglo-amerikanische Auffassung von Sport durch.<sup>79</sup> Militärgymnastik für Schülerinnen und Schüler und die allgemeine Bevölkerung wurde von vielen chinesischen Pädagogen als zu rigide und militaristisch angesehen. Leichtathletik und Mannschaftsportarten waren zwar weniger zielgerichtet auf den militärischen Dienst, der dahinterliegende Wettkampfgedanke schien im Konkurrenzkampf und Wettstreit der Nationen jedoch umso wichtiger.<sup>80</sup>

Auch Gymnastik und Freiübungen erfuhren Versuche der Entkopplung von der strikten militärischen Disziplin, ohne dass dabei die Verbindung zwischen individueller Ertüchtigung und Stärkung der Nation aufgegeben wurde. Mao Zedong, der früh von deutschen Praktiken der Körpererziehung beeinflusst wurde, reihte sich in einer frühen Schrift von 1917 in den Diskurs um Körper, Nation und Wehrhaftigkeit in China ein. Jeder sollte mehrmals täglich körperliche Übungen durchführen um Körper, Geist, Intellekt, Moral und Emotionen im Sinne der Nation zu festigen. Wie in zahlreichen anderen Schriften, offiziellen Verlautbarungen oder militärischen Regularien und Handbüchern forderte er, dass durch körperliche Betätigung die Voreingenommenheit zugunsten der Gelehrten-Kultur (*wen*) aufgehoben werde und sich das chinesische Volk auf Kampfgeist und militärische Tugenden (*wu*) besinne. Am besten solle nackt trainiert werden, damit der Körper frei und beweglich sein könne. Mao sollte sich allerdings weniger als „Nackedei-Werner“<sup>81</sup> entpuppen, der etwa in Ähnlichkeit und Anleihe an die deutsche Freikörperkultur eine Befreiung des Körpers aus der strengen staatlich-militärisch und gesellschaftlichen Disziplinierung anstrebte. Sowohl Gymnastik als auch Sport wurden in der Volksrepublik China Grundlagen für eine militärgleiche Homogenisierung und Massenkultur, in der

---

78 Vgl. Filipiak 2008, 198-204.

79 Vgl. Pfister 2003, 61-91.

80 Vgl. Morris 2004, 1-46; Brownell 1995, 37-57.

81 So bezeichnete Friedrich Ludwig Jahn den sächsischen Militärgymnastik-Pionier Adolf Werner. Siehe Jahn 1930, 441.

das Individuum sich unterordnen musste und dem Volk gegebenenfalls als Soldat zu dienen hatte.<sup>82</sup>

## Quellen- und Literaturverzeichnis

### Quellen

- Beiyang lujun jiaolianchu xuewu (Hrsg.): *Ticaofa* [Gymnastik-/Turnvorschrift], Beiyang wubei yanjiu suoyin 1901–1911.
- Bischoff, Hans (Hrsg.): Lehrbuch der Militärhygiene, Berlin 1910.
- Ditfurth, Friedrich von: Gymnastik und ihre militärische Verwertung, Berlin 1906.
- Dresky, Gustav Adolf von: Die Gymnastik als Mittel zur militärischen Ausbildung des Rekruten der Infanterie, Berlin 1896.
- Dresky, Gustav Adolf von: Militär-Gymnastik. In: Carl Euler (Hrsg.): Encyklopädisches Handbuch des gesamten Turnwesens und der verwandten Gebiete, Band 2, Wien und Leipzig 1895, 150-155.
- Dresky, Gustav Adolf von: Militär-Turnanstalt, die zu Berlin. In: Carl Euler (Hrsg.): Encyklopädisches Handbuch des gesamten Turnwesens und der verwandten Gebiete, Band 2, Wien und Leipzig 1895, 155-157.
- Dresky, Gustav Adolf von: Über die königliche Militär-Turnanstalt zu Berlin, Berlin 1887.
- Euler, Carl (Hrsg.): Verordnungen und amtliche Bekanntmachungen das Turnwesen in Preußen betreffend, Leipzig 1869.
- Euler, Carl: Barrenstreit. In: Carl Euler (Hrsg.): Encyklopädisches Handbuch des gesamten Turnwesens und der verwandten Gebiete, Band 1, Wien und Leipzig 1894, 91-92.
- Euler, Carl: Dresky, Gustav Adolf von. In: Carl Euler (Hrsg.): Encyklopädisches Handbuch des gesamten Turnwesens und der verwandten Gebiete, Band 1, Wien und Leipzig 1894, 254-56.
- Euler, Carl: Leibesübungen. Geschichtlicher Überblick. In: Carl Euler (Hrsg.): Encyklopädisches Handbuch des gesamten Turnwesens und der verwandten Gebiete, Band 2, Wien und Leipzig 1895, 26-34.
- Euler, Carl: Rothstein, Hugo. In: Carl Euler (Hrsg.): Encyklopädisches Handbuch des gesamten Turnwesens und der verwandten Gebiete, Band 2, Wien und Leipzig 1895, 401-407.
- Exerzier-Reglement für die deutsche Infanterie, Berlin 1906.
- Hladík, Jaroslav: Kurzes Lehrbuch der Militärhygiene. Wien und Leipzig 1914.
- Jahn, Friedrich Ludwig von und Ernst Eiselen: Die deutsche Turnkunst zur Einrichtung der Turnplätze, Berlin 1816.
- Jahn, Friedrich Ludwig von: Briefe, Dresden 1930.
- Kirchner, Carl: Lehrbuch der Militär-Hygiene, Erlangen 1869.
- Kirchner, Martin: Grundriss der Militär-Gesundheitspflege, Braunschweig 1896.
- Lion, Justus Carl: Freiübungen. In: Carl Euler (Hrsg.): Encyklopädisches Handbuch des gesamten Turnwesens und der verwandten Gebiete, Band 1, Wien und Leipzig 1894, 338-357.

---

<sup>82</sup> Vgl. Mao 1917, 47-64. Mao forderte hier, zuhause und in eigener Regie Gymnastikübungen durchzuführen. Zur sogenannten Heimgymnastik siehe auch Möhring 2004, 63-73.

- Mao, Zedong: *Tiyu zhi yanjiu* [Untersuchung zu körperlichen Übungen/Leibesübungen]. In: *Xin qingnian* 3 (1917), 47-64.
- Marx, F.: Spieß, Adolf. In: Carl Euler (Hrsg.): *Encyklopädisches Handbuch des gesamten Turnwesens und der verwandten Gebiete*, Band 2, Wien und Leipzig 1895, 698-703.
- Meyers Großes Konversations-Lexikon, Band 13, Leipzig 1908.
- Nanyang bingshi zazhi* [Nanyang Militärzeitschrift], Nanjing 1906-1911.
- Nebel, Franz: *Die königliche Militär-Turnanstalt*, Berlin 1902.
- Pawel, Jaro: *Kulturvölker, die, Asiens und Afrikas und deren Leibesübungen*. In: Carl Euler (Hrsg.): *Encyklopädisches Handbuch des gesamten Turnwesens und der verwandten Gebiete*, Band 1, Wien und Leipzig 1894, 692-698.
- Pichler, F.: *Militärturnen in Österreich*. In: Carl Euler (Hrsg.): *Encyklopädisches Handbuch des gesamten Turnwesens und der verwandten Gebiete*, Band 2, Wien und Leipzig 1895, 158-162.
- Rothstein, Hugo: *Die königliche Zentral-Turn-Anstalt*, Berlin 1862.
- Rudeloff, Max: *Über den Einfluß körperlicher Übungen auf den menschlichen Organismus, mit specieller Berücksichtigung der Militair-Gymnastik*, Berlin 1873.
- Schadek, Oskar: *Anleitung zur Militär-Gymnastik*, Wien 1876.
- Schnell, Theodor: *Ticaofa*. In: *Hubei wubei xuetao keben*, Wuhan 1900.
- Shen Dunhe: *Ziqiangjun yangcao kecheng* [Überseeische Ausbildungsmethoden in der Selbststärkungsarmee]. In: Liang Qichao (Hrsg.): *Xizheng congshu*, Shanghai 1897a.
- Shen, Dunhe: *Deguo junzhi shuyao* [Das militärische System Deutschlands]. In: Liang Qichao (Hrsg.): *Xizheng congshu*, Shanghai 1897b.
- Shen, Dunhe: *Ziqiangjun xifa leibian* [Westliche Drillmethoden in der Selbststärkungsarmee]. In: *Zhongguo bingshu jicheng*, Vol. 49, Beijing [1898] 1992, 515-718.
- Turnvorschrift für die Infanterie*, Berlin 1910.
- Werner, Johann Adolf Ludwig: *Militär-Gymnastik oder zweckmäßige Leibesübungen, wie sie der Soldat jeder Truppengattung in seinem militärischen Berufsleben unbedingt nothwendig hat, erläutert durch beinahe 400 Figuren. 2. unveränderte, sehr billige Ausgabe für Militärschulen*, Dresden und Leipzig 1844.
- Wilhelmi, Ferdinand: *Turn- und Militärgymnastik zu Uebungstafeln bearbeitet für Schulen, Vereine und die Armee. Gewidmet der deutschen Turnerei und Wehrhaftmachung*, Neustadt 1861.
- Xu, Jianyin: *Bingxue xinshu* [Neues Buch der Militärwissenschaften]. In: *Zhongguo bingshu jicheng*, Vol. 49, Beijing [1899] 1992.
- Yuan, Shikai et al. (Hrsg.): *Xunlian caofa xiangxi tushuo* [Detailliertes und Illustriertes Exerzier-Handbuch]. In: *Zhongguo bingshu jicheng*, Vol. 50, Beijing [1899] 1992.
- Zettler, Moritz: *Ordnungsübungen*. In: Carl Euler (Hrsg.): *Encyklopädisches Handbuch des gesamten Turnwesens und der verwandten Gebiete*, Band 2, Wien und Leipzig 1895, 226-234.

## Literatur

- Bailey, Paul J.: *Reform the People. Changing Attitudes towards Popular Education in Early 20th China*, Edinburgh 1990.
- Bourgon, Jérôme: *Abolishing "Cruel Punishments." A Reappraisal of the Chinese Roots and Long-term Efficiency of the Xinzheng Legal Reforms*. In: *Modern Asian Studies* 37, 4 (2003): 851-862.
- Bröckling, Ulrich: *Disziplin. Soziologie und Geschichte militärischer Gehorsamsproduktion*, München 1997.

- Brownell, Susan: *Training the Body for China. Sports in the Moral Order of the People's Republic*, Chicago 1995.
- Ch'en, Jerome: A Footnote on the Chinese Army in 1911-12. In: *T'oung pao. International Journal of Chinese Studies* 48 (1960), 425-446.
- Cheng, Weikun: Politics of the Queue. Agitation and Resistance in the Beginning and End of Qing China. In: Alf Hildebeitel and Barbara D. Miller (Hrsg.): *Hair. Its Power and Meaning in Asian Cultures*, Albany 1998, 123-142.
- Culp, Robert: Rethinking Governmentality. Training, Cultivation, and Cultural citizenship in Nationalist China. In: *The Journal of Asian Studies* 65.3 (2006), 529-554.
- Dencker, Berit Elisabeth: Popular Gymnastics and the Military Spirit in Germany, 1848–1871. In: *Central European History* 34.4 (2001), 503-530.
- Dupuy, Trevor: *A Genius for War. The German Army, 1807-1945*, Englewood Cliffs 1977.
- Eberspächer, Cord: To Arm China: Sino-German Relations in the Military Sphere Prior to the First World War. In: *Berliner China-Hefte/Chinese History and Society* 33 (2008), 54-74.
- Elvin, Mark: Tales of Shen and Xin. In: Michel Feher (Hg.): *Fragments for a History of the Human Body*, Vol. 2, New York 1989, 266-349.
- Fischer-Tiné, Harald: "Character Building and Manly Games." Viktorianische Konzepte von Männlichkeit und ihre Aneignung im frühen Hindu Nationalismus. In: *Historische Anthropologie* 9.3 (2001), 432-455.
- Foucault, Michel: *Überwachen und Strafe. Die Geburt des Gefängnisses*, Frankfurt am Main 1976.
- Foucault, Michel: Technologies of the Self. In: Luther H. Martin (Hg.): *Technologies of the Self. A Seminar with Michel Foucault*, Amherst 1988, 16-49.
- Fung, Allen: Testing the Self-Strengthening. The Chinese Army in the Sino-Japanese War of 1894–1895. In: *Modern Asian Studies* 30.4 (1996), 1007–31.
- Fung, Edmund S. K.: *The Military Dimension of the Chinese Revolution. The New Army and Its Role in the 1911 Revolution*, Vancouver and London 1980.
- Gao, Mingkai, and Liu Zhengtan (Hg.): *Xiandai hanyu wailiaci yanjiu* [Forschung zu Lehnwörtern im modernen Chinesisch]. Beijing 1958.
- Gerth, Karl: *China Made. Consumer Culture and the Creation of the Nation*. Cambridge MA 2003.
- Godley, Michael: The End of the Queue. Hair as Symbol in Chinese History. In: *East Asian History* 8 (1994), 53-72.
- Goltermann, Svenja: *Körper der Nation. Habitusformierung und die Politik des deutschen Turnens, 1860-1890*, Göttingen 1998.
- Harnisch, Thomas: *Chinesische Studenten in Deutschland. Geschichte und Wirkung ihrer Studienaufenthalte in den Jahren von 1860 bis 1945*, Hamburg 1999.
- Horowitz, Richard: Breaking the Bonds of Precedent. The 1905-6 Government Reforms Commission and the Remaking of the Qing Central State. In: *Modern Asian Studies* 37.4 (1999), 775-797.
- Jacob, Wilson Chacko: *Working out Egypt: Effendi Masculinity and Subject Formation in Colonial Modernity, 1870-1940*. Durham/London, 2011.
- Jaundrill, D. Colin: *Samurai to Soldier. Remaking Military Service in Nineteenth-Century Japan*, Ithaca 2016.
- Judge, Joan: Citizens or Mothers of Citizens? Gender and the Meaning of Modern Chinese Citizenship. In: Merle Goldman (Hrsg.): *Changing Meanings of Citizenship in Modern China*, Cambridge MA 2002, 23-43.
- Kaske, Elisabeth: Teachers, Drillmasters or Arms Dealers? German Military Instructors in China 1870-1914. In: *Berliner China-Hefte/Chinese History and Society* 23 (2002), 82-98.

- Kirn, Daniel: Soldatenleben in Württemberg 1871-1914. Zur Sozialgeschichte des deutschen Militärs, Paderborn 2009.
- Ko, Dorothy: *Cinderella's Sisters. A Revisionist History of Footbinding*; Berkeley 2005.
- Krüger, Michael: *Leibeserziehung im 19. Jahrhundert*, Band 2, Schorndorf 2005.
- Li, Ning: *Wan Qing jundui bianlian yu jindai tiyu chuanbo* [Die Reorganisation des Militärs in den späten Qing-Zeit und die Verbreitung des modernen Sports]. In: *Tiyu Wenshi* 7 (1984), 7-8.
- Möhring, Maren: *Marmorleiber. Körperbildung in der deutschen Nacktkultur (1890-1930)*, Köln und Weimar 2004.
- Morris, Andrew D.: *Marrow of the Nation. A History of Sport and Physical Culture in Republican China*, Berkeley 2004.
- Netzwerk Körper (Hrsg.): *What Can a Body Do? Praktiken und Figurationen des Körpers in den Kulturwissenschaften*, Frankfurt am Main 2012.
- Paulès, Xavier: *Anti-Opium Visual Propaganda and the Deglamorisation of Opium in China, 1895-1937*. In: *European Journal of East Asian Studies* 7.2 (2008), 229-262.
- Pfister, Gertrud: *Cultural Confrontations. German Turnen, Swedish Gymnastics and English Sport*. In: *Culture, Sport, Society* 6.1 (2003), 61-91.
- Planert, Ute: *Wie man aus Menschen Soldaten macht. Aus der Trickkiste militärischer Erziehung*. In: Bernd Jürgen Warneken (Hrsg.): *Der aufrechte Gang. Zur Symbolik einer Körperhaltung*, Tübingen 1994, 78-87.
- Presseisen, Ernst L.: *Before Aggression: Europeans Prepare the Japanese Army*, Tucson 1966.
- Reynolds, Douglas R. (Hrsg.): *China, 1895-1912. State sponsored Reforms and China's Late-Qing Revolution. Selected essays from Zhongguo jindai shi*, Armonk 1995.
- Sater, William F., and Holger H. Herwig: *The Grand Illusion. The Prussianization of the Chilean Army*, Lincoln and London 1999.
- Schillinger, Nicolas: *The Body and Military Masculinity in Late Qing and Early Republican China. The Art of Governing Soldiers*, Lanham 2016.
- Schodrok, Karl-Heinz: *Preußische Turnpolitik. Preußische Turnpolitik mit Blick auf Westfalen*, Berlin 2013.
- Schöler, Julia Helene: *Über die Anfänge der Schwedischen Heilgymnastik in Deutschland. Ein Beitrag zur Geschichte der Krankengymnastik im 19. Jahrhundert*, Dissertation, Münster 2005.
- Shi, Duqiao: *Xifang bingshu de yijia yu wanqing junshi jindaihua* [Die Übersetzung westlicher Militärliteratur und Militärische Modernisierung in der späten Qing-Zeit]. In: *Junshi lishi* 3 (1996), 46-49.
- Sinha, Mrinalini: *Colonial Masculinity: The "Manly Englishman" and the "Effeminate Bengali" in the Late Nineteenth Century*, Manchester 2017.
- Sun, Lifeng: *Wanqing bianyi Deguo junshi zhuzuo huodong kaoping* [Bestandsaufnahme der Übersetzungsaktivitäten von Fachliteratur aus dem deutschen Militärwesen in der späten Qing-Dynastie]. *Deguo yanjiu - Deutschlandstudien* 2.22 (2007), 59-66.
- Trumpener, Ulrich: *Germany and the Ottoman Empire, 1914-1918*, Princeton 1968.
- Waldron, Arthur: *From Jaurès to Mao. The Levée en masse in China*. In: Arthur Waldron und Daniel Moran (Hrsg.): *The People in Arms. Military Myth and National Mobilization Since the French Revolution*, Cambridge 2006, 189-207.
- Yang, Jui-Sung: *Xiangxiang minzu chidao Jindai Zhongguo sixiang wenhua shi shang de „dongya bingfu“* [Imaging National Humiliation: "Sick Man of East Asia" in the Modern Chinese Intellectual and Cultural History]. In: *Guoli zhengzhi daxue lishi xuebao* 23, (2005), 1-44.