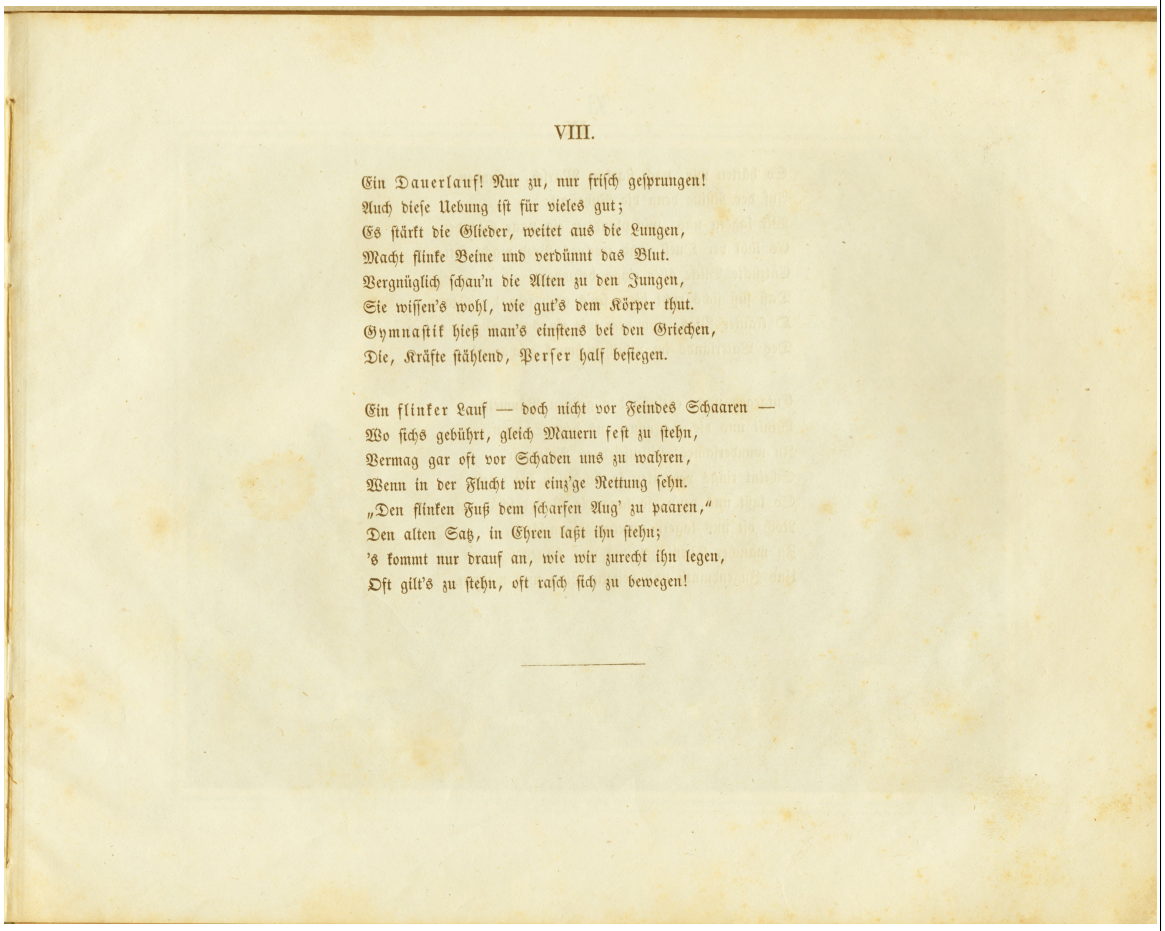

VIII.

Ein Dauerlauf! Nur zu, nur frisch gesprungen!
Auch diese Uebung ist für vieles gut;
Es stärkt die Glieder, weitet aus die Lungen,
Macht flinke Beine und verdünnt das Blut.
Vergnüglich schau'n die Alten zu den Jungen,
Sie wissen's wohl, wie gut's dem Körper thut.
Gymnastik hieß man's einstens bei den Griechen,
Die, Kräfte stählend, Perser half besiegen.

Ein flinker Lauf — doch nicht vor Feindes Schaaren —
Wo sichs gebührt, gleich Mauern fest zu stehn,
Vermag gar oft vor Schaden uns zu wahren,
Wenn in der Flucht wir einz'ge Rettung sehn.
„Den flinken Fuß dem scharfen Aug' zu paaren,"
Den alten Satz, in Ehren laßt ihn stehn;
's kommt nur drauf an, wie wir zurecht ihn legen,
Oft gilt's zu stehn, oft rasch sich zu bewegen!

© Stadtbibliothek Ulm, 2009. Signatur: 30 125;

zu Bild Nr.

34

32

38

28

43

23

Ende

Anfang