

ten Bergsteiger befällt. Von den kleineren Verletzungen und Schäden, wie durchgekletterte Fingerspitzen, Sehnenüberanstrengungen, lokalen Arm- und Beinkrämpfen, Abschürfungen, Prellungen usw., soll nicht weiter gesprochen werden.

Kleidung und Ernährung vor, bei und nach der Bergbewältigung sind mit besonderer Sorgfalt einzustellen. In sie seien auch die leichten Schutzhüllen für Augen, Ohren, Kopf und ganzen Körper gegenüber den Schneestürmen und für zwangsweises Übernachten im Bergmassiv eingeschlossen. Kletterschuhe, Bergstiefel, selbst Schneeschuhe wie gesamte Ausrüstung, Rucksack, Seil, Eispickel, Hammer, Bolzen u. dgl. über das alles kann das umfangreiche und auf langer Erfahrung aufgebaute Schrifttum des Bergsports den Interessierten Aufklärung geben.

Abschließend schreiten wir zur Abwägung.

Tabelle 19. Die biologische Abwägung des Bergsteigens

Gehirn und Nerven	7
Herz und Gefäße	7
Atmungsanlage	7
Blut und Säfte	7
Stoffwechsel und Verdauungsorgane	7
Erbmasse	7
Bewegungsapparat	7
zusammen :	49 biologische Wertungspunkte

Natürlich ist unter diesem Bergsteigen nicht die gemächliche Wanderung auf einen Hügel und auch nicht das Herumkraxeln an ein paar Felsspitzen verstanden, die sich irgendwo in der Ebene erheben. Es handelt sich vielmehr um die ein- bis mehrtägige Ersteigung von hochtouristischen Bergen. Sie erfordert völlig erwachsene, ausgereifte, erfahrene Männer, unter gewissen Beschränkungen auch Frauen, deren Totalität in Seele, Geist und Körper als höchstwertiger Mensch feststeht.

**4. Radfahren.** Radfahren ist ein Volksverkehrsmittel. Die Zahl der deutschen Volksgenossen, die es benutzen, beträgt viele Millionen (nach neuesten Zählungen 18). Ihr gegenüber er-