

## Gymnastiken i de skandinaviske Fængsler.

### *Sverrig.*

Allerede i en lang Række af Aar har der i de svenske Strafanstalter i Cellerne været ophængt Opfordringer og Vejledninger for Fangerne til paa egen Haand i Cellerne at gøre nærmere beskrevne Legemsøvelser, hvad dog ikke i Almindelighed er blevet iagttaget.

Efter forud anstillede Forsøg med Gymnastik i fri Luft efter Kommando, ogsaa for Cellefanger, udsendte Fængselsstyrelsen under 11. Januar 1911 et saalydende Cirkulære til Direktorerne for samtlige centrale Fængsler og Strafanstalter:

»Med hänsyn till gymnastikens betydelse för motvägande af de menliga följderna af ett stillsittande lif samt vidmakthållande af kroppens spänstighet och rörelseförmåga och då redan anställda försök visat, att fångarna, såväl då de aftjäna straffet i gemensamhet som ock då de undergå detsamma i enrum, med lust och intresse begagna sig af denna kroppsrörelse och däraf röna välbefinnande, får kgl. Fångvårdsstyrelsen efter tillstyrkan af dess biträdande läkare härmed anmoda Eder att i samråd med anstaltens läkare söka att under ledning af lämpliga personer bland anstaltens befattningshafvare anordna lättare gymnastiköfningar för därtill passande fångor, främst de på längre tid dömda, hvad enrumsfångarna beträffar under någon del af den dagliga vistelsen i promenadgårdarna. Härvid torde böra iakttagas, att sistnämnda fångar få nö-

diga anvisninger i cellen, med henvisning til dæri anslagna gymnastiktabeller, samt att öfningarna ledas med den fart och liflighet, att de väcka den gymnastiserande till spännd uppmärksamhet och lystring och sålunda blifva jämväl af uppfostrande betydelse.«

I Henhold til dette Cirkulære, der paa en fortrinlig Maade i faa Ord understreger baade de hygieiniske og de pædagogiske, indbyrdes nøje sammenhængende Momenter i Gymnastiken, udøves denne nu af de dertil skikkede Fællesfanger sammen i særskilte Gymnastiklokaler eller i fri Luft, medens Cellefangerne gymnasticere enkeltvis i Cellegaardene under Kommando af Vagten, som har Plads paa en Forhøjning foran Gaardene, hvorfra han kan se hver enkelt Fange.

Efter de indhentede Udtalelser fra Direktøerne ere disse vel tilfredse med den trufne Ordning, der ligeledes paaskønnes af Fangerne.

S. G.

#### *Norge.*

Under 21. Juni 1886 udgik Skrivelse fra Justitsdepartementet, hvorved der meddeltes Samtykke til, at det i de Tilfælde, hvor Lægen af sanitære Hensyn maatte anbefale det, kan tilholdes de i Bodsfangslet hensiddende Fanger at anvende indtil  $\frac{1}{4}$  Time daglig af Arbejdstiden til Stuegymnastik, hvorom de nærmere Regler iøvrigt overlodes til Fængslets Direktør og Læge. I Henhold hertil udfærdigedes til Ophængning i Cellerne følgende Tavle:

#### Regler for Legemsøvelser.

1. Legemsøvelser eller Gymnastik bruges for at styrke Legemet og bevare Sundheden.
2. Hertil anvendes almindeligvis omkring  $\frac{1}{4}$  Time daglig.
3. Øvelserne udføres uden Stoi, rolig, kraftig og taktfast.
4. Øvelserne bør i Regelen foretages for aabent Vindu.

Følgende Øvelser blive at udføre:

1. Armsvingning i Kreds ..... 8, 12 til 20 Gange.
2. Armstød fortil ..... 10, 20 „ 30 —
3. Armstød udad ..... 10, 20 „ 30 —
4. Armstød opad ..... 4, 8 „ 12 —\*
5. Hovedrulling ..... 8, 16 „ 30 —
6. Kropsrulling ..... 8, 16 „ 30 —
7. Kropsbøining — frem og tilbage ..... 10, 20 „ 30 —
8. Bensvingning ..... 4, 6 „ 10 —\*
9. Benbøining ..... 8, 16 „ 24 —
10. Knæløftning opad ..... 4, 8 „ 12 —
11. Fodstrækning og Fodbøining 20, 30 „ 40 —
12. Fodrulling ..... 20, 30 „ 40 —\*

I Begyndelsen udføres Øvelserne de anførte færreste Gange, senere efterhaanden de anførte flere Gange. Ved den Øvelse, hvor der staar en Stjerne, gjøres et Ophold og trækkes 7 à 8 dybe, rolige Aandedrag.

I Tilslutning hertil optoges endelig i Bodsfængslets almindelige Reglement af 19. Februar 1896 § 15 Bestemmelse om, at Fanger under 18 Aar, saavidt ske kan, bør beskæftiges med Gymnastikøvelser en passende Del af Luftetiden.

Det meddeles dog fra kompetent Side, at disse Regler ikke har faaet stor praktisk Betydning paa Grund af Fangernes Mangel paa Forstaaelse og Energi, hvorfor ogsaa en mere systematisk Gennemførelse af Gymnastiken staar paa Dagsordenen. S. G.

#### Danmark.

#### Kristianshavs Strafanstalt.

Her indrettedes i 1892 en mindre Gymnastiksal med en Del Apparater til Brug for saadanne Fanger, der efter Lægens Skøn paa Grund af deres legemlige eller sjælelige Tilstand trænge til Legemsøvelser, der ledes af Sygeplejersken.

S. G.

### Vridsløselille Forbedringshus.

I Løbet af indeværende Sommer er der paa Fængselsdirektoratets Foranstaltning bleven givet nogle af de yngre Betjente Undervisning i Gymnastik af en Lærer ved Hærens Gymnastikskole med det Formaal at uddanne dem til at kunne undervise Fangerne i saadanne gymnastiske Øvelser, som kan udføres i Cellen og i Spadseregaardene uden særlige Apparater. Denne Undervisning, som omfattede 8 Mand, er afsluttet med en Opvisning d. 10. f. M.

Endvidere har Gymnastiklæreren undervist en Del Fanger saavel i samlede Hold under Gaardturen som i deres Celler.

Justitsministeriet har derefter i Skrivelse af 11. f. M. udtalt, at Gymnastikundervisning ønskes meddelt alle Fanger, som ikke ved Indsættelsen har fyldt 22 Aar, medmindre de enten ifølge Fængselslægens Erklæring ikke bør deltage i nævnte Undervisning eller har gjort sig skyldige i grovere Disciplinærforseelser, i hvilket sidste Tilfælde de af Inspektøren kan udelukkes fra Undervisningen, dog ikke udover 2 Maaneder.

Gymnastiklæreren, som har udarbejdet et i Cellerne opslaaet Blad\*) med Tegninger af Øvelser i Gymnastik, passende til Brug i Cellen, vil lejlighedsvis aflægge Besøg i Fængslet og inspicere Gymnastikundervisningen.

Gymnastiken, som for Tiden omfatter ca. 100 Fanger, foregaar dels under Kommando af Læreren under Gaardturen, dels ved Undervisning af hver enkelt Fange i Cellerne. For Tiden faar hver af de paagældende Fanger 1 Gang ugentlig Undervisning i Cellen eller i Gaarden, naar Vejret tillader det, hvortil 4 Betjente benyttes hver  $\frac{1}{2}$  Dag ugentlig, saa at der for dem maa gores 2 Dages Reserve-tjeneste ugentlig. Undervisningen agtes udvidet til mindst 3 Gange ugentlig Øvelse af hver Fange, hvortil altsaa vil behøves 1 Reservebetjent daglig til Aflosning af Lærerne.

\*) aftrykt nedenfor.

Denne Udvidelse agter man i første Række at lade komme de Fanger over 22 Aar tilgode, som af Lægen eller Inspektøren dertil anbefales, og særlig Fanger, som selv ønske at deltage i Gymnastiken og findes dertil egnede. En Forudsætning for en saadan Udvidelse er det, at der tilvejebringes en tildels overdækket Øvelsesplads, hvor Fangerne under tilbørlig indbyrdes Isolation ogsaa om Vinteren kan gøre Gymnastik under Kommando og dog være i fri og støvfri Luft. En Plan til en saadan Udvidelse er under Udarbejdelse.

Den ordinære Skoleundervisning skal intet Afbræk lide ved Gymnastikundervisningen, som foregaar udenfor Skoletiden, og Arbejdsvirksomheden vil formentlig heller ikke komme til at lide under Gymnastikundervisningen, idet Gaardtursgymnastiken foregaar udenfor Arbejdstiden og Cellegymnastiken for hver Fange, som ikke faar Gaardgymnastik, kun vil tage ca. 1 Kvarter daglig, hvilken Tid forhaabentlig vil indvindes ved Fangens forøgede Arbejdsevne.

Fangerne har gennemgaaende vist sig meget modtagelige for Gymnastikundervisningen og udfører deres Øvelser med Liv og Lyst.

Vridsløselille Forbedringshus, d. 19. Novbr. 1911.

*F. Ammitzbøll.*