

# Subjetividades y dispositivos sobre el control del cuerpo femenino en la génesis del gimnasio moderno

Marta Mauri<sup>1</sup> y Xavier Torrebada<sup>2</sup>

Recibido: Marzo 2021 / Revisado: Marzo: 2021 / Aceptado: Mayo 2021

**Resumen. Introducción.** El presente trabajo analiza los orígenes del gimnasio moderno durante el siglo XIX, período de edificación de los sistemas gimnásticos. Durante este período, la mujer occidental accede gradualmente al uso de las prácticas gimnásticas, ya desde la apariencia educativa, higiénica o recreativa. **Objetivos.** El objeto de estudio es el de descubrir, en el caso concreto de España, los discursos expresados por los poderes de la masculinidad que hicieron del gimnasio y de las prácticas gimnásticas un dispositivo de feminización. **Metodología.** La metodología utilizada es de base historicista y se concreta por un tratamiento documentalista, el análisis de contenido de los textos y, además, la revisión de otros estudios que facilitan la interpretación contextual. **Resultados.** Se concluye argumentando que el proceso de incorporación de la mujer decimonónica en las prácticas gimnásticas estuvo condicionado por los discursos subyacentes del patriarcado de la masculinidad, que ocultaban los temores de una sociedad que creían en decadencia. **Discusión.** En el gimnasio del siglo XIX el cuerpo femenino se convertía en un ente vigilado por el dominio del hombre que buscaba la salud de la mujer para proteger la descendencia. Con lo cual, el gimnasio se configuró como un centro de dominación facultativo en donde el cuerpo femenino se sometía al examen articulándose una perversión ontológica de la realidad femenina.

**Palabras clave:** educación física; gimnástica; feminización; masculinidad; siglo XIX; dominación.

## [en] Subjectivities and control devices for the female body during the genesis of the modern gymnasium

**Abstract. Introduction.** The nineteenth century is the period when the gymnastics systems were constructed. Western women were gradually included in the gymnastic practices, be they educational, hygienic or recreational. **Objectives.** The aim of this study is to discover the discourses by the powers of masculinity that made the gymnasium and the gymnastic practices a device for feminisation, specifically in the case of Spain. **Methodology.** A historicist methodology is used, specifically using a documentalist process, text analysis, and also a review of other studies which offer a contextual interpretation. **Results.** The paper concludes by arguing that the process of including nineteenth century women in gymnastic practices was conditioned by the underlying discourses of masculinity, which hid the fears of a society that they believed was in decline. **Discussion.** In the gymnasium of the 19th century, the female body became an entity guarded by the dominion of men who sought the health of women to protect their offspring. With this, the gymnasium was configured as a facultative domination center where the female body was subjected to examination, articulating an ontological perversion of the female reality. **Keywords:** physical education; gymnastics; feminisation; masculinity; nineteenth century; domination.

**Sumario.** 1. Introducción. 2. Construyendo una feminidad burguesa desde la gimnástica. 3. La medicalización de la gimnástica femenina. 4. Reflexiones finales. 5. Referencias bibliográficas.

**Cómo citar:** Mauri, M.; Torrebada, X. (2021). Subjetividades y dispositivos sobre el control del cuerpo femenino en la génesis del gimnasio moderno, en *Revista de Investigaciones Feministas* 12(2), 515-527.

“Todas las servidumbres degradan; ninguna tan degradante como la de la ignorancia; mientras la mujer viva sometida a ella, es inútil que la sociedad se esfuerce en formar hombres libres; lo serán por las leyes, nunca por las almas estigmatizadas con el sello indeleble de la esclavitud en que fueron engendradas.” (Sáiz-Otero, 1897, p. 260)

<sup>1</sup> Universidad de Zaragoza, España.

[mmauri@unizar.es](mailto:mmauri@unizar.es)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3411-4930>

<sup>2</sup> Universidad Autónoma de Barcelona, España.

[xtorreba@gmail.com](mailto:xtorreba@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1922-6785>

## 1. Introducción

En estos últimos años en España los estudios en torno a la construcción social del cuerpo han sido objeto de significativas contribuciones (Di Domizio, 2013; Duch y Mèlich, 2005; Fernández, 2004; Martínez, 2004). Sin embargo, en el ámbito de la (re)contextualización de la educación física, apenas existen disertaciones críticas (Barbero, 2005; Torredadella y Vicente, 2016; Vicente, 2009; Vicente y Torredadella, 2015, 2019) y, mucho menos, si éstas tienen por objeto la construcción de la corporalidad femenina a partir de textos históricos. Esta es pues razón suficiente para ocuparse del asunto.

En torno a la educación gimnástica de la mujer todavía quedan muchos aspectos por conocer. Los estudios presentados no son suficientes para concebir un análisis histórico-social significativo en el que se visibilice la problematización en torno las relaciones de saber/poder de las prácticas gimnásticas de género (López-Villar y Ramírez-Macías, 2020; Ozámiz-Lestón y López-Villar, 2020; Pajarón, 1987; Pastor, 2011; Torredadella, 2011a, 2013c; Torredadella y López-Villar, 2016). No sucede así en los Estados Unidos, en donde este asunto ya ha sido tratado y analizado de forma continuada con interesantes aportaciones (Atkinson, 1978; Chisholm, 2007; Hargreaves, 1987; Park, 1978; Todd, 1998; Vertinsky y McKay, 2004), como también sucede en Francia (Bohuon y Luciani, 2009).

En este sentido, el objetivo de este artículo es el de revelar y analizar, en el caso concreto de España, los discursos emitidos por los poderes de la cultura dominante heterosexual y de la masculinidad, que hicieron del gimnasio y de las primeras prácticas deportivas decimonónicas, no solamente un dispositivo hacia la creación moderna de la masculinidad (Mosse, 2000), sino también un dispositivo normativo acorde a la feminidad burguesa.

A través de una metodología en base historicista y documentalista de fuentes primarias, analizamos los textos con el fin de interpretar los discursos que subyacen en el saber/poder de la cultura dominante. Por otro lado, las revisiones de otros estudios completan una mirada genealógica estimulada por Foucault, como también lo ha hecho Ann Chisholm (2007), al considerar la cartografía disciplinaria de la gimnástica femenina en la república norteamericana del siglo XIX.

## 2. Construyendo una feminidad burguesa desde la gimnástica.

En España, la sentencia humanística de Juan Luis Vives sobre la condición social y familiar de la mujer, puso el argumento dominador de la masculinidad en el asentamiento cultural de las sucesivas generaciones: “de doncellas sirven a sus padres; de casadas sirven al marido; de madres sirven a sus hijos” (Varela, 1983, 186). Esta construcción y organización social fue legitimada por el racionalismo ilustrado, y en nombre de la iglesia o ya retrayéndose de ésta, se instaló un modelo mecanicista, economicista y fragmentado de la sociedad patriarcal y que actuó especialmente sobre el dominio de las corporalidades más frágiles siendo la mujer una de las principales *víctimas*. Con lo cual, en la construcción burguesa de la mujer sobrevino un ideal *racionalmente* justificado, a saber, que “la verdadera causa de la explotación de las mujeres era productiva y reproductiva, y tenía su origen y unas consecuencias económicas” (Canterla, 2009, 87).

Por lo tanto, influencias como las del obispo Fenelón o el mismo Rousseau conceptuaron una educación de la mujer de signo autoritario y represivo (Cobo, 1995), y cuya acción fue apuntalada por el patriarcado de la masculinidad decimonónica, tanto de signo conservador como liberal, con lo que apartó el sentir femenino de la vida pública. Así, la mujer quedaba sentenciada a cumplir con los votos del matrimonio y del hogar familiar: “Su destino es fundar las delicias y el amor de la familia” (Monlau, 1858, 115). Este precepto de fundamentación higiénico-moralista fue ampliamente certificado en toda Europa por la comunidad higiénica-pedagógica y, en España, su principal mentor ideológico fue el omnipresente Pedro Felipe Monlau. Este higienista y jurista en *Nociones de Higiene doméstica y gobierno de la casa* (1860), libro que fue aprobado por el Gobierno como texto oficial para uso de las escuelas de primera enseñanza de niñas y colegios de señoritas, delimitó la orientación higiénico-física de la mujer.

Si bien en los textos decimonónicos al ocuparse eventualmente sobre la educación de la mujer apuntan regularmente a relatos de pasajes recordando el vigor físico y robustez de las mujeres espartanas, la metáfora de este discurso es toda una declaración que se dirige a la decadencia física moderna. Así se expresó Josefa Amar (1790, 81) cuando lamentaba que en España se estuviera “tan lejos de fomentar una fortaleza varonil en las mujeres”, por ello pedía una educación como la que aconsejaba Platón y pusieron en boga los espartanos: “lo cierto es que el vigor y la robustez convienen igual a entre ambos, y que las mujeres se pueden habituar a todo del mismo modo que los hombres” (Amar, 1790, 61-62). No obstante, la obra de Josefa Amar, *Discurso sobre la educación física y moral de las mujeres* (1790), no hacía más que subjetivar a la mujer en la esfera de las relaciones de poder y a los patrones disciplinares que dominaron todo el siglo XIX. Josefa Amar aportó un código de urbanidad que puso en pujanza los dispositivos de la feminidad y el espacio de socialización de la mujer liberal burguesa (Vicente-Pedraz y Brozas-Polo, 2014).

Durante de todo el siglo XIX, la aprobación social de la mujer burguesa fue reducida a los postulados de Rousseau (1821), que se mostraba en desacuerdo con la gimnástica espartana que a través de juegos militares hacía a las mujeres más robustas, prefiriendo para estas las danzas y las recreaciones de ejercicios agradables, moderados y sanos. La influencia de Rousseau acomodó el dispositivo de feminización que ejerció la gimnástica y la educación física en la mujer decimonónica (Scraton, 1995). Además, como trata Ballarín (2007), el discurso de Rousseau también sirvió para fundamentar las tesis liberales del patriarcado contemporáneo.

En contraposición, las tesis regeneracionistas surgidas a partir de la revolución francesa concedieron a las mujeres espacios y dominios ideológicos para denunciar su humillante situación y las desventajas de género que padecían (Torrebaddella, 2011a). En España estas influencias sirvieron para argumentar la necesidad de ejercitación física y robustecimiento gimnástico (González, 1814; Ballesteros, 1833; Londe, 1843; Jullien, 1845; Villalobos, 1845), pero durante la primera mitad del siglo XIX las actividades gimnásticas y deportivas de la mujer fueron socialmente despojadas del entorno social (Torrebaddella, 2013b).

Como trata Foucault (2003), en la cultura occidental, es a partir de mediados del XVIII cuando se fundamentan los dictados médicos constructores del discurso disciplinario –normalización del saber– hacia una medicalización social. En este período, la medicina dejó de ser el privilegio de las clases pudientes y amplió sus dominios a través de la higiene pública y de una intervención doméstica o popular (Vigarello, 2006). En este campo, Willian Buchan (1729-1805) fue uno de los autores que alcanzaron mayor reconocimiento. En *Medicina doméstica*, Buchan (1785, 31) advertía que “las mujeres que se han acostumbrado a una vida sedentaria, generalmente, corren mucho riesgo en el parto: y, al contrario, las que han correteado y han hecho suficiente ejercicio, rara vez peligran”. Para prevenir las enfermedades y gozar de salud aconsejaba hacer ejercicio al aire libre por la mañana; ejercicios variados y con moderación: pasear, correr, andar a caballo, nadar, bailar, tirar la espada, jugar a pelota, cazar, tirar la barra, jugar al mallo y a las bochas, etc.

La ejercitación física de la mujer fue aconsejada por Locke, Rousseau, Condorcet, Feijoo, Hervás o Amar (Torrebaddella, 2011), pero fueron especialmente los médicos los que reclamaron los primeros gimnasios para procurar la salud, el vigor y la belleza del sexo femenino. Tissot (1786, 101) pedía que por ley se impusiese el ejercicio saludable un par de horas al día, pero también que se estableciese la educación gimnástica en todos los colegios, incluso a los del género femenino, puesto que “también las señoras mujeres, cuya vida sedentaria es ruina de salud, y aun me atrevo a decir de la felicidad de la sociedad”.

En España las influencias sociales de la higiene confluyeron en Félix González, médico de cámara de Fernando VII. En un discurso sobre la educación física destacó el modelo utilitario de la época que situaba a la mujer a expensas de una funcionalidad productiva, tanto en las tareas domésticas como en la capacidad reproductiva:

“Es necesario, que conozcamos, que las mujeres deben ser vigorosa y robustas, para emplearse domésticamente en todas las ocupaciones compatibles con la decencia y recato de su sexo. (...) las robustas y fuertes por los principios de la educación física lo serán siempre, tendrán hijos robustos y vigorosos por la buena aplicación y uso de las reglas de crianza que conocen prácticamente, y se hallarán prontas para desempeñar todas sus tareas” (González, 1814, 26-27).

Por su parte, el pediatra Pascual Mora (1827: 189) consideró los aspectos higiénicos y pedagógicos del ejercicio y de las ventajas de una vida activa, y advirtió que “la falta de ejercicio aún en los padres contribuye a la degeneración de la especie”. Asimismo, consideraba importantísimo el ejercicio en las niñas y recordaba para estas la gimnástica del doctor Teodoro Tronchin (1709-1781), el médico que decía haber contribuido a reformar la vida sedentaria de las mujeres francesas.

José Joaquín de Mora (1783-1864), en *La gimnasia del bello sexo o ensayo sobre la educación física de las jóvenes* (1827), presentaba una descripción de ejercicios recreativos para combatir la pereza. La obra era una crítica a la educación tradicional de la mujer y a su maltrecha educación sedentaria. Por lo tanto, el propósito del autor residía en incitar a las jóvenes en la práctica saludable del ejercicio físico, con el fin de mejorar el vigor, la hermosura, la destreza y la salud (Gutiérrez, 1994).

No es de menor interés la presencia que tenía el baile como saludable ejercitación gimnástica atendiendo las prescripciones médicas de la época (Londe, 1843; Monlau, 1846; Panadés, 1878). Aunque las enseñanzas del baile fueron frecuentemente dirigidas por maestros, a partir del siglo XIX fueron acreditándose la presencia de maestras. Ello estaba mejor visto, ya que no levantaba pudor entre las alumnas y normalizaba el código moral que tenían los padres. De aquí la presencia del baile como asignatura de *adorno* en las mejores escuelas de señoritas del Madrid de la primera mitad del siglo XIX (Simón, 1972).

Hacia mediados del siglo XIX algunas mujeres burguesas tomaron parte en el espacio físico-recreativo y del *sport*. Aparte de la singularidad de las bailadoras de bolera, de algunas de las actuaciones de jovencitas en el trapecio en los espectáculos gimnástico-acrobáticos o de la misma Teresa Castellanos en la esgrima (Torrebaddella, 2011, 2013a, 2013c), unas poquísimas aventajadas empezaban a participar, casi siempre en compañía del hombre, en actividades como montar a caballo, practicar la caza, el velocípedo, baños de mar, patinaje, excursiones, etc.

En esta misma época, llegaban las noticias de los clubes o asociaciones de raíz *feminista* que se estaban constituyendo en Europa, con el objetivo de liderar la emancipación femenina y “de sacudir las tiránicas leyes que la oprimen” (Gerundio, 1846, 468). Entre las pretensiones de estas asociaciones se encontraban la práctica natural de “todos los ejercicios varoniles y masculinos, que al propio tiempo que les den robustez física vayan conduciendo a la emancipación moral que se proponen y a que tienen derecho” (Gerundio, 1846, 471). En este escenario se destacó una ofensiva contra el corsé y las sofocantes enaguas. La novedad de los llamados pantalones Bloomer –“bombachos”– fue el estandarte de batalla del movimiento feminista (Gatthey, 1970)<sup>3</sup>.

### 3. La medicalización de la gimnástica femenina

A lo largo del siglo XIX aparecieron centenares de gimnasios privados y públicos en todo tipo de establecimientos; colegios, hospitales, salas de asilo, cuarteles, institutos, centros de recreo, ateneos, etc. Generalmente, los gimnasios se concentraron en las ciudades industriales y más populosas del país, pero aparecieron prácticamente en todas las poblaciones medianas.

El gimnasio higiénico moderno nació estimulado en el marco del liberalismo y de la revolución industrial. En esta coyuntura, el entorno higiénico-médico ayudó a propagar un discurso envolvente sobre los temores degeneracionistas de la especie humana. La apropiación del espacio público urbano por las clases proletarias, que fueron marcadas de inferiores, depravadas, sucias, salvajes y peligrosas, alimentó estos temores. Estas gentes fueron criminalizadas y se les imputó el *germen* de la degeneración –las plagas sociales, las infecciones o las epidemias–; en la sociedad burguesa subyacía un auténtico miedo a las llamadas clases peligrosas (Boltanski, 1974; Vigarello, 2006). Las calles se mostraban inseguras y las clases acomodadas se distanciaban de los ambientes corruptos y de las multitudes populares (Vigarello, 2006). El gimnasio operó, pues, como un espacio de confinamiento seguro, para ejercitar y recrear el cuerpo de los jóvenes, para reparar el cuerpo de los enfermos o para endurecer y vigorizar el cuerpo de la mujer y, en este sentido, se estructuró como un dispositivo higiénico y diferencial de clase (Torrebadella, 2013a).

Antes de llegar a la primera mitad del siglo XIX en Barcelona se conocieron algunos establecimientos ortopédicos (Torrebadella, 2013c), que intervenían especialmente en reparar “las curvaturas viciosas de la columna vertebral que tanto afean al bello sexo”, sin sufrimientos, sin complicados aparatos mecánicos y solamente con el ejercicio, es decir, bajo “la buena dirección de las reglas gimnásticas” (Font, 1839, 1390-1392).

En Madrid, también llegaban noticias del centro de cultura y belleza que en París –Rue de Cléry, 9– disponía la directora de gimnástica Mme. Masson de La Malmaison. Se trataba de un elegante y completo establecimiento, único en París, para atender la educación física de las jóvenes (Masson, 1831). En este había una sala con todo tipo de aparatos para vigorizar, robustecer y dar al cuerpo agilidad y fuerza, pero también se trataba del primer gimnasio médico-ortopédico especializado en “enderezar el talle de muchas señoritas que se han confiado a las curas maravillosas de la gimnástica la cual se ha convertida en un manantial fecundo, en que las jóvenes deben encontrar su salud y todos los elementos de la felicidad” (C., 1830, 2).

A partir de la primera mitad del siglo, se instalaron gimnasios e impartieron clases de gimnástica en algunos colegios-internados para señoritas. La gimnástica era ofrecida como un complemento más entre el grupo de actividades llamadas de “adorno” y, a la vez, contribuía indudablemente a la mejor salud y robustecimiento de las alumnas (Torrebadella, 2013c).

En 1853 el gimnasio del acreditado gimnasta Carlos Berthier, en la c/ del Mediodía, 9 (almacén) dispuso de una “Escuela especial de gimnástica ortopédica”, para uso exclusivo de señoritas, de cuya dirección se ocupó su esposa María de la Asunción tras largos años de estudio (Berthier, 1853, 9019). Según el “Aviso a los padres de familia” en el *Diario de Barcelona*, las clases se ofrecían de diez a doce de la mañana y, por la tarde de dos a cuatro. Asimismo, se ofrecían clases particulares a domicilio de las discípulas.

Efectivamente, la moda de la gimnástica llegaba de Francia y, como ya había establecido en Madrid Teresa Castellanos, De Tamarit desde el Álbum de señoritas y Correo de la moda, recomendaba a las madres y a las directoras de colegio:

“el plantear clases de gimnástica proporcionar a las niñas el medio de remediar deformidades, de corregir direcciones viciosas, de convertir en robustez y fortaleza las cualidades del cuerpo, de presentar, en fin, al sexo que se califica á la vez de hermoso y débil, con la belleza que le es propia en todo su esplendor” (De Tamarit, 1853, 239).

En París, el gimnasio de Francisco Amorós en los Campos Elíseos tenía escrito en el frontón: “el objeto principal de la gimnástica es la beneficencia” (Urrabieta, 1854, 226). Con esta máxima este valenciano ponía ciencia gimnástica al servicio colectivo de la humanidad considerándola un medio de perfeccionamiento físico,

<sup>3</sup> Amelia Bloomer (1818-1894) dirigió en Nueva York la revista *The Lily* (El Lirio), iniciando a partir de esta publicación se originó una incipiente campaña feminista. Además, creó la asociación Bloomerista (1851), que reivindicaba el uso de los pantalones y la eliminación del corsé. Amelia Bloomer lideró la primera plataforma que reivindicó el derecho de voto de las mujeres.

moral y social, no menos, provechoso, también, para “las mujeres contrahechas”, las cuales eran enviadas al gimnasio por sus familias “para ver de remediar un poco sus desgraciadas naturalezas” (Urrabieta, 1854, 226).

En estos años, las publicaciones femeninas concedían al asunto una especial consideración (De Tamarit, 1853; Lallemand, 1852; Pirala, 1857) y pronto la medicalización de la gimnástica en la mujer fue adquiriendo una progresiva y contrastada aceptación en las capas sociales medias (Panadés, 1878):

“En España misma hay algunos, y sin ir más lejos, en Barcelona, por los años 1855, se establecieron dos gimnasios, uno para mujeres y otro para hombres, dirigidos por hermana y hermano respectivamente, de los que vimos salir jóvenes de ambos sexos, algunos de los cuales al entrar llevaban la muerte escrita en su semblante, y a la vuelta de un par de años, robustos, ágiles y respirando salud, estaban completamente transformados” (Fabregues, 1868, 337).

Como trata Vigarello (2005), con la intervención técnica profesional de la nueva gimnasia de principios del siglo XIX —Amorós, Londe y Clías— se creó la base para institucionalizar en el orden civil unas normas de disciplina, que fueron fijadas a través de la rectitud y la postura del cuerpo. Surgía pues en el gimnasio la invención técnica de una artificialidad de tratar el cuerpo, de redefinir y repararlo, especializándose en la fragmentación del movimiento en un trabajo que “oculta una temible pretensión autoritaria” (Vigarello, 2005, 99) y disciplinaria del saber/poder.

Si en un inicio los diferentes gimnasios higiénicos estuvieron dedicados a la formación física del hombre, muy pronto aparecieron salas independientes para las mujeres, incluso aparecieron algunos raros gimnasios dirigidos por mujeres. En 1858 Teresa Castellanos trataba de establecer un nuevo gimnasio en Murcia: “gimnástico-ortopédico curativo para el desarrollo de la naturaleza, e imperfecciones físicas de niñas y niños” (Castellanos, 1858, 2). Así, a medida que estas fueron formándose en el arte gimnástico, accedieron al ejercicio de la profesión y crearon y dirigieron sus propios establecimientos (Torredadella-Flix y López-Villar, 2016). En el primer gimnasio higiénico de Madrid, Mr. Alfonso Vignolles ya se anunciaba con un “gabinete especial para señoritas y enfermos” (La Regeneración del hombre, 1861, 4).

En Barcelona, Francisca Vall, que dirigía con su hermano un “gimnasio para ambos sexos” (Vall y Vall, 1860), se especializó para independizarse profesionalmente (Torredadella, 2020). Así abrió en 1862 un gimnasio “modelo sacado de los mejores de París, exclusivo para señoras”, en la c/ de la Palma de San Justo, 14 (Vall, 1862, 10062) [figura 1].

Figura 1. Publicidad: “Gimnasio higiénico de Barcelona. Modelo sacado de los mejores de París, exclusivo para señoras”. *Diario de Barcelona*, 11 de noviembre de 1862, p. 19062.

**GIMNASIO HIGIÉNICO DE BARCELONÁ.**  
**MODELO SACADO DE LOS MEJORES DE PARIS, ESCLUSIVO PARA SENORAS,**  
**dirigido por FRANCISCA VALL,**  
**calle del Cometa, n. 3, cerca la plaza del Regomí, entrada por la calle de la Palma de San Justo, n. 14.**

Este establecimiento reúne todas las condiciones de ventilacion y estension muy suficientes. Como la gimnasia ocupa en nuestros dias una gran parte de la educacion fisica de la juventud, la Directora se ha hecho un deber de reunir en el gimnasio que dirige todos los elementos multiplicados que deben concurrir para que la enseñanza sea higiénica y todos los ejercicios razonados dirigidos a fortificar y desarrollar las facultades físicas, é individualizar la enseñanza segun la necesidad de las constituciones robustas ó delicadas.—Las ventajas que se obtienen por los ejercicios gimnásticos desde la edad de los cinco años á la vejez son inmensos —Bien persuadida la Directora de su gran utilidad por los muchos años que tiene el honor de enseñar en los principales Colegios de esta capital, pasó á Paris para enterarse de todos los adelantos que hasta hoy se han puesto en práctica, y de sus analíticos estudios ha resultado el gimnasio modelo que tiene la satisfaccion de presentar al inteligente publico barcelonés, confiando que sus desvelos serán recompensados con la confianza que las familias le dispensarán, segura como está que las señoritas que se le confien encontrarán en ella los desvelos de una madre.—Enemiga de pomposos anuncios, prefiere que los hechos demuestren los adelantos debidos á la constancia de las señoritas, y á la circunspeccion de la Directora.

Las horas de clase son de ocho á diez de la mañana, y de cuatro á ocho por la tarde.  
 Precio mensual, 40 rs.—Trimestre, 100 rs.  
 Los señores que gusten visitar dicho establecimiento lo podrán efectuar de diez á once por la mañana, y de nueve á diez por la noche.

Fuente: Biblioteca de Catalunya.

A partir de la década de los sesenta prácticamente todos los gimnasios higiénicos optaron por ofrecer gimnástica a las mujeres. Al cargo de las clases solían poner una mujer de confianza, que también había aprendido el oficio; frecuentemente era la esposa del director propietario del gimnasio, o bien, una hermana o hija (Torredadella-Flix y López-Villar, 2016).

Hay que destacar, por eso, las precauciones adoptadas en los establecimientos gimnásticos para garantizar la intimidad y la discreción del sexo femenino. Los anuncios en la prensa se encargaban bien de apuntar las fórmulas que evitaban la coincidencia entre hombres y mujeres. Así se indicaba, por ejemplo, que las clases se ofrecían en salas separadas, en horarios diferentes o, bien, que hombres y mujeres disponían de espacios separados y de entradas diferentes. En el gimnasio de José Florencio Quadras, en Barcelona, se decía que los

caballeros podían visitar e inscribirse en el mismo gimnasio, eso sí, “con tal de que no sea de nueve a diez de la mañana y de tres a cinco de la tarde, que son las horas destinadas para las señoras” (Quadras, 1862, 11521).

Así, por ejemplo, en la localidad de Figueras (Gerona), el “Gimnasio Español” que fue dirigido por Federico Pérez en la c/ de Vilafant, 31, ofrecía “clases para señoras a distintas horas” [figura 2]:

Figura 2. “Gimnasio Español”.

<p><b>GIMNASIO ESPAÑOL</b>          CALLE DE VILAFANT, N.º 31.  <b>Director, D. Federico Pérez.</b></p> <p><b>EJERCICIOS GIMNÁSTICOS.</b>  <b>EJERCICIOS HIGIÉNICOS. — EJERCICIOS ORTOPÉDICOS.</b></p> <p><b>CLASES PARA CABALLEROS. — CLASES PARA ENFERMOS.</b>  <b>CLASES PARA SEÑORAS Á HORA DISTINTA.</b></p> <p><b>PRECIOS DE SUSCRIPCION.</b>  <i>Para caballeros.</i> — 16 reales al mes pagados por trimestre adelantado. — 20 reales por un solo mes.  <i>Para señoras.</i> — 20 reales al mes pagados por trimestre adelantado. — 25 reales por un solo mes.  <i>Para los enfermos,</i> los precios serán convencionales.          Queda abierta la suscripcion al Gimnasio Español, en la calle de Vilafant, n.º 31. 4</p>
---

Fuente: El Ampurdanés, 13 de noviembre de 1864, p. 4.

La condición que se adoptaba al ejercicio físico femenino estaba sujeta a dispositivos de inspección médica. Con lo cual, la corporalidad de la mujer era tratada clínicamente buscando en ella el máximo *stock biológico* de la función reproductora. Los apuntes del doctor François Ribes (Ribes, 1860, 654-655) dejan bien expuesto este asunto cuando declaraba que los ejercicios gimnásticos debían detenerse totalmente “durante la evacuación menstrual, porque la más pequeña impresión exterior perturbaría esta función, y añadía:

“La terapéutica de los cambios del útero y de sus accidentes consecutivos, los flujos abundantes, los dolores, la esterilidad etc., utiliza los ejercicios con tal que desarrollen de preferencia los músculos trocanterinos y perineales: durante el ejercicio se debe sustraer al útero de su propio peso y del de las vísceras abdominales” (Ribes, 1860, 688).

El gimnasio se convertía pues, en el espacio disciplinario de una gimnástica femenina que servía a la medicalización al cuerpo, principalmente, para atender el desarrollo del sistema reproductor (generador) o bien, para reparar posibles anomalías. Así, por ejemplo, Sebastián Busqué en torno a las *enfermedades* del aparato generador comentaba que había que intervenir en los ejercicios a propósito: “El bello sexo tiene en su patología especial dos enfermedades que se originan en la evolución o del predominio excesivo del útero tales son la clorosis y el histerismo” (Busqué, 1865, 127).

Por otro lado, la presencia de la mujer en la profesión gimnástica conllevó que los colegios femeninos más pudientes incorporasen clases de gimnasia, en los que se procuraba la buena salud y el desarrollo físico de las alumnas (Torredadella y López-Villar, 2016). El Colegio de Santa Isabel de enseñanza primaria y superior que dirigió Genaro Alenda en Madrid, establecido en 1859, también se ocupó de desarrollar las fuerzas físicas de las educandas:

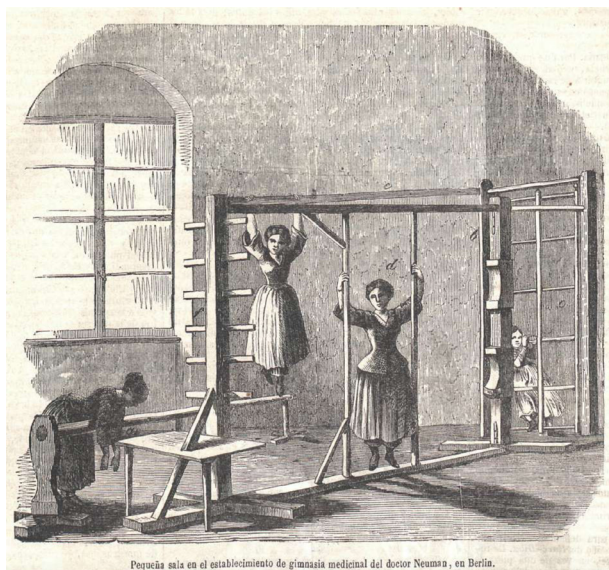
“Art. 7. La enseñanza de la gimnástica, propia para desarrollar cual conviene y sin peligro el físico del niño, es una de las partes comprendidas en el plan general de educación, abrazando, no tan solo cuantos movimientos elementales y compuestos requiere la referida clase, sino también la de florete y sable” (Colegio Santa Isabel, 1861, 6).

En el colegio de Santa Catalina (dirigido por Eulalia Maná de Giralt), que fue el primer colegio de señoritas de Barcelona que instaló un gimnasio, las clases fueron impartidas por un acreditado profesor (Al trapezio las señoritas, 1862): “Este ramo de educación física, que por primera vez se introduce en aquella ciudad, está reconocido como útil y conveniente para el desarrollo de las jóvenes, y se haya adoptado en casi todos los colegios del extranjero” (Primera edición, 1862, 1). De todos modos, desde hacía tiempo Francisca Vall impartía la gimnástica en el Colegio de las Señoras de Loreto (Vall y Vall, 1860).

Para muchas niñas, la clase de gimnástica representó un tormento. Solamente hace falta visualizar algunos pintorescos grabados de la época para percatarse de esta afirmación [figura 3]. La técnica gimnástica se ra-

cionalizaba en una sistematización de ejercicios, con la fragmentación del movimiento, precisiones técnicas, repeticiones, método y trabajo rutinario, en silencio y sobre una estrecha vigilancia. De aquí que los ejercicios analíticos formaban parte de una invención técnica de la profesión; un saber/poder que, para Vigarello (2005, 79) se trataba de “la ideología que descompone” ostentada como una “técnica del dominio”.

Figura 3. “Establecimiento de la gimnasia medicinal del Dr. Neumann, en Berlín”.



Fuente: La Ilustración, Periódico Universal, 26 de mayo de 1856, n.º 378, p. 205.

Localización: Biblioteca Nacional de España

En esta época, algunos de los gimnasios construidos de nueva planta dispusieron de unas galerías o palcos superiores para observar los movimientos (Charlen, 1875). Sin duda se trata de una visión panóptica (Bentham, 1822) para vigilar la disciplinada fábrica de “cuerpos sometidos y ejercitados, cuerpos dóciles” (Foucault, 2012b: 160)<sup>4</sup>. Esta idea de vigilancia y de control fue precisada al detalle en la medicalización gimnástica de la mujer (Chisholm, 2007).

Por lo tanto, el gimnasio se convertía en una institución al servicio de la burguesía que garantizaba la educación corporal y postural de las niñas; al mismo tiempo que las mantenía vigiladas y alejadas del contacto de otras niñas de inferior condición social, que podían influir a través de los juegos y de las relaciones, en la desorganización moral y en su deshonra. Aparte, se mencionó que la gimnasia era el mejor remedio ante la delicada salud de las niñas y que “reemplaza con ventaja a todos los juegos infantiles” (Fabregues, 1868, 337):

“Una señorita, hija de las principales familias de comercio de aquella capital, desahuciada por famosos médicos a causa del raquitismo tan excesivo que dominaba su constitución orgánica, emprendió el curso y a los tres años, salvada del grave peligro que amagaba su existencia, era una de las bellezas más esbeltas que paseaban las calles de la capital del principado. Este solo ejemplo prueba hasta donde alcanzan los beneficios de la gimnasia empleado en la educación física” (Fabregues, 1868: 337-338).

Lladó (1868) advertía que, por pudor, “todo gimnasio que esté destinado al bello sexo sea dirigido por una mujer. Los padres, pues, para bien de sus hijas deben confinarlas siempre a una maestra, no siendo este obstáculo para que consulten con un médico los ejercicios que a cada una le convengan” (Lladó, 1868, 124-127). Del mismo modo, Pilar Pascual, en *El Monitor de Primera Enseñanza* pedía que se atendiese la educación física de las niñas en los colegios con gimnasios y los debidos aparatos y, además, un profesorado especialista (Torredadella, 2011a). Pero bien conocemos que en aquella época eran muy pocas las mujeres que podían ejercer esta profesión (Torredadella y López-Villar, 2016). Aparte, como mencionaba García Navarro (1882a), en cuanto se trataba de la gimnasia de la mujer siempre surgía un recelo.

En Madrid en el gimnasio de Vignolles, a petición de unas señoras, se estableció una clase especial dedicada exclusivamente a señoras y niñas. El horario era de una y media a las tres de la tarde y se ocupó la señora Vignolles (Sección de noticias, 1872). Efectivamente, había que inventar un relato para hacerse con la atención de la clientela femenina. Los profesores de gimnástica tomaron prestados los discursos de médicos e higienistas (Vallejo, 2017; Vicente-Pedraz y Torredadella-Flix, 2017) para justificar la utilidad de la gimnástica y,

<sup>4</sup> Bentham fue un vehemente practicante del ejercicio físico. En Londres en la casa de postas y en Queen Square Place erigió un gimnasio, con aparatos en donde sus secretarios y el joven John Stuart Mill, tomaron ejercicio. En 1825 Bentham también ayudó al gimnasta alemán, Karl Voelker, a instalar un gimnasio en el número 28 Leicester Square (Todd, 1998). Bentham coincide en esta época con Clias que institucionaliza un sistema gimnástico para mujer (Chisholm, 2007; Todd, 1998).

en este sentido, publicitaron una significativa propaganda, tanto anunciándose en la prensa como publicando artículos de divulgación. En Sevilla, Salvador López Gómez (1873, 223) difundió en *El Porvenir* un artículo sobre “la gimnástica en el bello sexo” con un propósito claramente comercial. Naturalmente estos artículos se dirigían a convencer a los padres que eran quienes tenían que vigilar en no caer en los descuidos de aquella *perigliosa edad* de transición de la segunda infancia a la pubertad. Los males del histerismo, la clorosis, la anemia, la tesis... o el temperamento linfático y nervioso amenazaban el bienestar de las jóvenes.

Por lo tanto, el problema de la educación física de la mujer –de la futura esposa y madre– configuraba en el imaginario de la sociedad burguesa, sobre todo, de aquella que sufría los convencionalismos sociales y las congestiones ambientales de la modernidad urbana, un credo más que convincente. El Dr. Panadés dedicó amplios capítulos sobre el asunto:

“La gimnasia casera o facultativa, libre o dirigida, no debe nunca dejarse de ejercitar. Ejercicio, paseos al aire libre, no en las grutas de las calles populosas; estancias periódicas en el campo, alternando los trabajos sedentarios con los ejercicios corporales, sobre todo las jóvenes de temperamentos linfáticos, débiles, enfermizas” (Panadés, 1878, 76).

Para los gimnasios la población femenina fue valorada como una clientela potencial y en los anuncios de prensa se manifestó este reclamo. En todo caso, muchos de los gimnasios se anunciaban con clases para ambos sexos. En Madrid, entre 1870 a 1880, lo hacía el gimnasio de Vignolles c/ La Reina, 14; el de Manuel Suárez Gómez, c/ del Carbón, 9; o el Gran Gimnasio Higiénico, Médico y Ortopédico de José Sánchez de Somoano, en la c/ Alcalá, 19 y 21. También en los anuncios de *El Globo*, *El Liberal* y *El Imparcial*, aparecía los mencionados anuncios indicando atender clases especiales para señoritas y enfermos. En *La Ilustración Gimnástica* de 1886 se anunciaban los gimnasios madrileños de José Sánchez, Emilio Castañón o el Gran Gimnasio Higiénico del Dr. Uriarte (1885). En 1886 el Centro Artístico de Instrucción y Recreo de Bilbao, dirigido por Felipe Serrate, también impartía clases especiales para señoritas.

La construcción mitológica de la gimnástica medicamentosa de la mujer fue asentándose en las clases medias. Manifestaciones como “las jóvenes no son las que necesitan menos de la aplicación de la gimnasia pues en ella hallarían un calmante seguro de su excesiva susceptibilidad nerviosa, y uno de los mejores remedios contra la clorosis” (Panadés, 1878, 198), fueron recurrentes en los tratados de higiene y de allí se hicieron extensibles a los tratados de gimnástica decimonónicos. Este influjo proviene especialmente del popular tratado del doctor Schreber (1861) considerado, este autor como “el mejor tratadista de gimnástica doméstica sin aparatos” (Panadés, 1878, 196).

A partir de 1860 en París el gimnasio higiénico empezaba a estar de moda (Vigarello, 2006) y los gimnasios españoles tratan de imitarlos (Vicente-Pedraz y Torredadella-Flix, 2019; Torredadella-Flix, Rivero-Herraiz y Sánchez-García, 2019). Tras la muerte de Francisco Amorós, Hipólito Triat (1812-1881) se instaló en París y se ganó el relevo de la popularidad del gimnasiarca valenciano. En el gimnasio de la Avenida Montaigne, 55 y 57, en la orilla del Sena, Triat reunió la sociedad más elitista de la ciudad. Este gimnasio se presentaba con el slogan “la regeneración del hombre” (Torredadella-Flix, 2020). En 1865 Eugenio Paz (1837-1901), con el apoyo de Triat, construyó y dirigió el *Grand Gymnase* en la calle de Martyrs, 40. A este gimnasio también asistían las damas más distinguidas, que junto a sus maridos e hijos se beneficiaban de los efectos reparadores del ejercicio físico y del *sport* (Paz, 1867). Ello provocó que las revistas de moda también ilustraron elegantes vestidos de gimnástica o de baño<sup>5</sup>.

Por lo tanto, surgía un nuevo concepto sobre la importancia del ejercicio físico en la belleza de la mujer (Fernández de Alarcón, 2015), es decir, que para lucir el talle había que practicar diariamente unos ejercicios gimnásticos. El gimnasio servía pues para modelar el cuerpo, reanimarlo, fortificarlo y embellecerlo, eso sí, sin llegar a una masculinización de este o “traspasar los límites de su sexo” (Salvador López, 1873, 223), sin “la pretensión de formar Clorindas ni varoniles amazonas” (García Navarro, 1885, 206).

En Sabadell, en 1886, las Hermanas Escolapias daban apertura a un formidable gimnasio con todos los adelantos técnicos, construido bajo la dirección del reconocido profesor José Clós. Este también se encargó de la enseñanza gimnástica de las señoritas allí internadas, no obstante, dicha enseñanza estaba supervisada por el doctor Narciso Mundet (Torredadella, 2014b). Así comprobamos como en los colegios, la presencia de la gimnástica y los reparos que podían tener las familias al dirigir los ejercicios un hombre, fuesen garantizados por el *examen* de un distinguido médico, que en aquella época se erigían como modelo garantista de moralidad.

Los gimnasios en establecimientos de educación femenina fueron constituyéndose como requisito indispensable de toda buena educación. Por lo tanto, estos gimnasios estaban dirigidos por solventes y reputados “apóstoles de la educación física” (Torredadella-Flix, 2014), los cuales también se hacían acreedores popularmente de ciertos valores como la disciplina, la limpieza, la sobriedad, la buena presencia, etc.

El profesor José Sánchez (1894, 9) en el tratado de *Gimnasia escolar* se ocupó de la gimnástica del “bello sexo”, pero indicaba que los ejercicios expuestos también eran recomendados para “señoras y señoritas; pues su ejecución es tan suave, que sin molestia alguna pueden proporcionarse un saludable bienestar, toda vez que la

<sup>5</sup> Vestidos de gimnástica, *El Correo de la Moda*, 18 de julio de 1878, p. 253. Vestido de baño, *El Correo de la Moda*, 26 de agosto de 1877, p. 6.



mujer, por razón natural, se ve obligada a hacer una vida sedentaria, expuesta a sinnúmero de enfermedades”. Este profesor plasmó uno de los enunciados que tantas veces fue utilizado para justificar la necesidad de alcanzar una educación física de la mujer: “El desarrollo físico de la mujer es de tanta trascendencia, porque de ella, más que el hombre depende la mejoría o el aniquilamiento de la raza” (Sánchez, 1894: 10).

#### 4. Reflexiones finales

La androcéntrica visión del “dispositivo de feminización” sobre el llamado el “sexo débil” (Varela, 1997, 230) conservó en la educación física decimonónica su *ethos* hegemónico. Como trata Barbero (2003), es en este siglo cuando se delimitan significativos dispositivos normalizadores de la heterosexualidad que actúan en el campo del ejercicio físico higiénico y recreativo; es decir, cuando se articulan los discursos e intervenciones técnicas del saber/poder médico-gimnástico que inciden en la construcción social del cuerpo femenino. El objeto del nuevo paradigma tomó como políticas normativas el control de la sexualidad, la estética y la belleza, la capacidad reproductiva, la maternidad y el sometimiento al placer masculino (Fernández, 2004; Vigarello, 2005). En toda Europa, la construcción mental de la corporalidad femenina era una respuesta a un antagonico e idealizado modelo de masculinidad moderna que desaprobaba cualquier rasgo de afeminación (Mosse, 2000).

Ahora bien, si el robustecimiento de la mujer contravenía los cánones estéticos, que hacían que la debilidad de la mujer formase también parte del solicitado ideal de atracción sexual que perseguía el hombre para ejercer su poder, por otra parte, esta fragilidad podía comportar la pérdida de la capacidad reproductiva (Vigarello, 2006). Es sobre todo a partir del periodo Isabelino cuando el mercantilismo del cuerpo femenino entró en auge; una situación que se acrecentó con la emulación de la sociedad burguesa y medio-burguesa española por alcanzar un estilo de vida victoriano que se proyectaba a través de las revistas de sociedad y del *sport* (Torrebaddella y Olivera, 2013).

La belleza en la corporalidad de las curvas, la estética sujeta a las transformaciones de la moda y el equilibrio de los modos de conducta social o la compostura, marcaban la imagen de la mujer burguesa decimonónica. La gimnástica se aplicó con el fin de alcanzar una mujer sana, bella, fértil, dócil y complaciente compañera del hombre (Pastor, 2003). En este contexto los médicos contribuyeron al “dispositivo de feminización”, y ejercieron las técnicas de saber/ poder para modelar la mujer burguesa que era presentada de naturaleza enferma (Fernández, 2004). El protagonismo del gimnasio como dispositivo de feminización fue presentado tanto para la contención del apetito sexual, como para el remedio a la sintomatología de los males que afligían entonces a la mujer –la irritabilidad, el histerismo, la anemia, la clorosis, la apatía, los vapores, el temperamento linfático–, como para corregir el cuerpo y modelar la estética de la figura, como para endurecer las carnes o para mejorar la función reproductora y garantizar la descendencia.

No hay duda de que el gimnasio sirvió para experimentar en torno a la “anatomopolítica del cuerpo humano” femenino y es precisamente en el juicio de Foucault (2012a, 131), que podremos percibir la medicalización de la gimnasia femenina para asegurar el cuerpo maternalmente productivo y controlado por el hombre.

El gimnasio se configuraba entonces como un espacio simbólico que representaba la (re)construcción de la corporalidad femenina, la sujeción a la estética y al enderezamiento de la posición corporal. En él se administraba un ejercicio metodizado que pretendía liberar el cuerpo del sedentarismo, del inmovilismo y sujetarlo en la corrección postural, al equilibrio de las formas y a un estilo burgués de vida saludable.

En el gimnasio del siglo XIX el cuerpo femenino –jugado de enfermizo (Fernández, 2004)– se convertía en un ente vigilado por el dominio del hombre que busca esencialmente la salud de la mujer para proteger la descendencia. Con lo cual, el gimnasio se configuró como un centro de dominación facultativo en donde el cuerpo femenino se sometía al examen que trata Foucault (2012b). Por lo tanto, en él, se articuló una perversión ontológica de la realidad femenina, capitalmente a partir de los discursos de médicos, religiosos y pedagógicos; y la profesión gimnástica se configuró también en el juego de modelar el cuerpo de la mujer bajo el ideal de una estética que nacía de la fantasía del hombre y de una creencia de superioridad.

#### 5. Referencias bibliográficas

“Al trapecio las señoritas” (1862, agosto 16): *La Corona*.

“Ayuntamiento” (1893, junio 6): *La Época*.

“Establecimientos comerciales” (1880, noviembre 15): *El Viajero Ilustrado Hispano-Americano*, 21.

“Gimnasia para las niñas” (1884, febrero 5): *Diario de Tarragona*.

“Gran Gimnasio” (1881, octubre 9): *La Vanguardia*.

“La Regeneración del hombre” (1861, 18 de octubre): *La Época*.

“Primera edición” (1862, agosto 19): *La Correspondencia de España*.

“Sección de noticias” (1872, 6 noviembre 6): *El Imparcial*.

Amar, Josefa (1790): *Discurso sobre la educación física y moral de las mujeres*. Madrid: Imp. de Benito Cano.

Arenal, Concepción (1929): “La educación de la mujer” (Informe presentado en el Congreso Pedagógico Hispano-Portugués-Americano, el día 14 de octubre de 1892). En *Obras completas, tomo undécimo*. Madrid: Librería de Victoriano Suárez, 337-365.

- Arenal, Concepción (1892): "La educación de la mujer". *Boletín Institución Libre de Enseñanza*, 377, 305-312.
- Atkinson, Paul (1978): 'Fitness, Feminism and Schooling'. In *The Nineteenth-Century Woman: Her Cultural and Physical World*, New York: Harper and Row.
- Ballarín, Pilar (2007): "La escuela de niñas en el siglo XIX: la legitimación de la sociedad de esferas separadas". *Historia de la educación*, 26, 143-168.
- Ballesteros, José Manuel (1833): "De la educación". *Minerva de la Juventud Española*, 2, 136-146.
- Barbero, José Ignacio (2003): "La educación física y el deporte como dispositivos normalizadores de la heterosexualidad". En O. Guasch, y O. Viñuales (Eds.), *Sexualidades. Diversidad y control social*. Barcelona: Ediciones Bellaterra, 355-377.
- Barbero, José Ignacio (2005): "La escolarización del cuerpo: reflexiones en torno a la levedad de los valores del capital "cuerpo" en educación física". *Revista Iberoamericana de Educación*, 39, 25-52.
- Bentham, Jeremy (1822): *Tratados de legislación civil y penal*. Madrid: Imp. de Fermín Villalpando.
- Berthier, M. (1853, diciembre 13): "Aviso a los padres de familia". *Diario de Barcelona*.
- Bohuon, Anaïs y Luciani, Antoine (2009): "Biomedical Discourse on Women's Physical Education and Sport in France (1880-1922)". *The International Journal of the History of Sport*, 26(5), 573-593.
- Boltanski, Luc (1974): *Puericultura y moral de clase*. Barcelona: Laia.
- Buchan, Jorge (1785): *Medicina doméstica o tratado completo del método de precaver y curar las enfermedades con el régimen y las medicinas simples*. Madrid: Imp. de Antonio Sancha.
- Bueno, Santos (1850): *Biografía de la graciosa y célebre gaditana Doña Josefa Vargas, primera bailarina del Teatro de la Comedia*. Madrid: Est. Tip. de Mellado.
- Burgos, Inés (2011): "«Amor y gimnástica» en Italia 1892". *Ágora para la educación física y el deporte*, 13(2), 229-243.
- Busqué, Sebastián (1865): *Gimnástica higiénica, médica y ortopédica o el ejercicio considerado como medio terapéutico*. Madrid: Imp. Manuel Galiano.
- C.: (1830, enero 27 y 30). "Variedades. Establecimiento gimnástico para las señoritas". *El Correo. Periódico literario y mercantil*.
- Canterla, Cinta (2009): *Mala noche. el cuerpo, la política y la irracionalidad en el siglo XVIII*. Sevilla: Fundación José Manuel Lara.
- Castellanos, Teresa (1858, agosto 31): "Se ha establecido...". *La Paz* (Murcia).
- Castells, Martina (1883): "Educación de la mujer". *La Madre y el Niño: revista de higiene y educación*, 2, 20-22.
- Cervantes, Esmeralda (1885, marzo 7): "Proyecto de fundación de una Academia de Bellas Artes y Oficios para la mujer". *La Dinastía* (Barcelona).
- Charlen (1875, diciembre 22): "Bilbao. Nuevo gimnasio normal, higiénico y terapéutico de los señores Charlen e hijo". *La Ilustración Española y Americana*.
- Chisholm, Ann (2007): "The disciplinary dimensions of nineteenth-century gymnastics for US women". *The International Journal of the History of Sport*, 24(4), 432-479. <http://dx.doi.org/10.1080/09523360601157172>
- Cobo, Rosa (1995): *Fundamentos del patriarcado moderno: Jean Jacques Rousseau*. Madrid: Ediciones Cátedra.
- Colegio Santa Isabel (1861): *Reglamento del Colegio de Santa Isabel*. Madrid: Imp. y Lit. Militar del Atlas.
- De la Guardia, Ernesto (1882, enero 30): "La mujer ¿Es moral e intelectualmente inferior al hombre?". *Semanario de las familias*, 71-72.
- De Tamarit, Emilio (1853, agosto 16): "Gimnástica". Álbum de señoritas y Correo de la Moda, 238-239.
- Di Domizio, Debora (2013): Cuerpo di domicilio. *Revista Motricidad y Persona*, 13, 39-44.
- Duch, Lluís y Mèlich, Joan-Carles (2005): *Escenarios de la corporeidad*. Madrid: Trotta.
- Editorial (1895, octubre 31): "Las futuras madres. Una lección de Gimnástica", *Crónica del Sport*.
- Fabregues, Salvador María de (1868, noviembre 14): "Educación de la mujer". *Moda Elegante Ilustrada*, 42, 336-338.
- Fernández de Alarcón, Belén (2015): *Vida cotidiana de la mujer en la burguesía en tiempos de Isabel II y finales del siglo XIX*. Madrid: Dykinson.
- Fernández, Inés (2004): "Medicina y poder sobre los cuerpos". *Thémata. Revista de Filosofía*, 33, 191-198.
- Ferrer, David (1896, marzo 15): "Las madres de mañana". *Crónica del Sport*, 5.
- Fonssagrives, Jean Baptiste (1877a, febrero 26): "Pedagogía. La gimnástica en la educación de las niñas". *La instrucción Pública*, 45, 323-325.
- Fonssagrives, Jean Baptiste (1877b, marzo 5): "Pedagogía. La gimnástica en la educación de las niñas. Conclusión I". *La instrucción Pública*, 46, 339-342.
- Font, Pedro (1839, abril 5): "Establecimiento ortopédico bajo la dirección principal de Don Pedro Font, médico y cirujano". *Diario de Barcelona*, 1390-1392.
- Foucault, Michel (2003): *Hay que defender la sociedad*. Madrid: Akal.
- Foucault, Michel (2012a): *Historia de la sexualidad I. La voluntad de saber*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Foucault, Michel (2012b): *Vigilar y castigar. Nacimiento de la prisión*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- García Navarro, Pedro de Alcántara (1882a): *Teoría y práctica de la educación y la enseñanza. De la educación física, t. V, 1ª parte*. Madrid: Gras y Cíª Editores.
- García Navarro, Pedro de Alcántara (1882b): "Algunas observaciones sobre educación física". *Instrucción para la mujer*, 16, 242-245.
- García Navarro, Pedro de Alcántara (1885): "Caracteres, sentido y dirección de la educación de la mujer". *Revista de España*, 106(105), 190-227.
- García-Fraguas, José Esteban (1896): *Tratado racional de gimnástica y de los ejercicios y juegos corporales, Tomo III*. Madrid: Imp. Viuda de Hernando y Cíª.
- Gattey, Neilson (1970): "Minifaldas en 1851. La osada moda de la señora Bloomer". *Historia y Vida*, 29, 36-47.
- Gerundio, Fray (1846): "Club de damas libres". *Teatro social del siglo XIX*, 1, 468-473.
- Gómez Zarzuela, Manuel (1890): *Guía de Sevilla, su provincia*. Sevilla: Imp. y Litografía de José Mª Ariza.
- González, Félix (1814): *Educación física en el hombre. Necesidad de promoverla en España por las madres, y escuelas públicas de enseñanza*. Madrid: Imp. Sancha.

- Gutiérrez, Bertha M. (1994): “La gimnástica del bello sexo. Una avanzadilla de la introducción de higiene en español”. En *Actas del XXXIII Congreso Internacional de Historia de la Medicina*. Sevilla: Sociedad Española de Historia de la Medicina, 1039-1049.
- Hargreaves, Jennifer A. (1987): *Victorian Familism and the Formative Years of Female Sport*. In J. A. Mangan and Roberta J. Park (ed.), *From 'Fair Sex' to Feminism: Sport and the Socialization of Women in the Industrial and Post-Industrial Eras* London: Frank Cass, 130-144.
- J. M. C.: (1865, febrero 25): “Gimnástica o educación física y moral II”, *El Ampurdanés* (Figueras).
- Jullien, Marco Antonio (1845): *Ensayo General de educación física, moral e intelectual con un plan de educación práctica para la infancia, la adolescencia y la juventud*. Valencia: Imp. José Mateu Cervera.
- Lallemand (1852, junio 15): “Sobre la educación física de las jóvenes”. *El Correo de la Moda*, 232-234.
- Lladó, Joaquín (1868): *Nociones de gimnasia higiénica, aplicables a las escuelas de instrucción primaria de uno y otro sexo como elementos de educación física*. Barcelona: Lib. de Juan Bastinos e Hijo.
- Londe, Carlos (1843): *Tratado completo de higiene –t. II–*. Madrid: Librería de los Señores Viuda de Calleja e Hijos.
- López Gómez, Salvador (1873): *El gimnasio*. Sevilla: Imp. R. Baldereque.
- López Villar, Cristina (2017): *Pioneras do deporte en Galicia*. A Coruña: Deputación.
- López-Villar, Cristina & Ramírez-Macías, Gonzalo (2020): “Beyond Gym Teachers: Women Who Advocated Female Physical Education in Spain, 1850-1923”. *The International Journal of the History of Sport*, 37(5-6), 414-432. <https://doi.org/10.1080/09523367.2020.1754200>
- Martínez, Ana (2004): “La construcción social del cuerpo en las sociedades contemporáneas”. *Papers*, 73, 127-152.
- Mason, Marian (1827): *On the utility of exercise: or a few observations on the advantages to be derived from its salutary effects, by means of calisthenic exercises*. London: T. Clerc Smith.
- Mason, Marian (1831): *Aperçu sur l'Éducation Physique des jeunes demoiselles*. Paris : Imp. De Plassan et Compagnie.
- Monlau, Pedro Felipe (1846): *Elementos de higiene privada: o arte de conservar la salud del individuo*. Barcelona: Imp. de Pablo Riera.
- Monlau, Pedro Felipe (1858): *Higiene del matrimonio ó El libro de los casados*. Madrid: Rivadeneyra.
- Monlau, Pedro Felipe (1860): *Nociones de Higiene doméstica y gobierno de la casa*. Madrid: Imp. Rivadeneyra.
- Montaner, Dolores (1887): *Gimnasia elemental, infantil y escolar*. Ocaña: Imp. de José Peral.
- Mora, José Joaquín de (1827): *La gimnasia del bello sexo o ensayo sobre la educación física de las jóvenes*. Londres: R. Ackermann.
- Mora, Pascual (1927): *El hombre en la primera época de su vida o Reflexiones y observaciones acerca de la pubertad, generación, preñez, parto, crianza física, educación moral y enfermedades de los niños, t. I*. Madrid: Oficina de Francisco Martínez Dávila.
- Mosse, George L. (2000): *La imagen del hombre. La creación de la moderna masculinidad*. Madrid: Talasa.
- Orriols, Juan Bautista (1895): *Discurso como director-presidente de la Escuela de Institutrices y otras carreras para la mujer*. Barcelona: Imp. Subirana Hermanos.
- Ozámiz-Lestón, Itziar de & López-Villar, Cristina (2020): “Features of femininity: sportswomen in the Spanish sporting press, 1893 – 1923”. *Feminist Media Studies*. <https://doi.org/10.1080/14680777.2020.1826994>
- Pajarón, Rocío (1987): *La educación física de la mujer en España. Perspectiva de la segunda mitad del siglo XIX*. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.
- Pajarón, Rocío (2000): *La educación física escolar en España en la primera mitad del siglo XX*. Departamento de Teoría e Historia de la Educación, Facultad de Educación, Universidad Complutense de Madrid. [Tesis doctoral no publicada].
- Panadés, José (1878): *La educación de la mujer según los más ilustres moralistas e higienistas de ambos sexos. Tomo I*. Barcelona: Jaime Seix y Compañía.
- Park, Roberta J. (1978): “Embodied Selves: The Rise and Development of Concern for Physical Education, Active Games and Recreation for American Women, 1766-1865”. *Journal of Sport History*, 5, 5-41.
- Pascual, Pilar y Viñas, Jaime. (1896): *La educación de la mujer. Tratado pedagógico para las maestras de primera enseñanza*. Barcelona: Antonio J. Bastinos.
- Pastor, José Luis (2003): *Gimnástica. De la inopia conceptual a la utopía metodológica*. Madrid. ESM.
- Pastor, José Luis (2011): La aparición de la actividad fíicodeporiva del ‘bello sexo’ en España. Un referente histórico revelador. En P. Scharagrodsky (coord.), *La invención del 'homo gymnasticus'. Fragmentos históricos sobre la educación de los cuerpos en movimiento en Occidente*. Buenos Aires, Prometeo, 189-211.
- Paz, Eugenio (1867): *La salud del espíritu y del cuerpo por la gimnasia*. Murcia: Imp. de Anselmo Arques.
- Pirala, Antonio (1857, agosto 8): “Educación Física”. *El Correo de la Moda. Album de Señoritas*, 225-226.
- Quadras, José Florencio (1862, diciembre 25): “Círculo Gimnástico Barcelonés”. *Diario de Barcelona*.
- Ramis, Joquim (1865): *Una verdad o consideraciones sobre la utilidad de la Gimnástica*. Barcelona: Imp. de Gómez e Inglada.
- Ribes, François (1860): *Tratado de higiene terapéutica o aplicación de los medios de la higiene al tratamiento de enfermedades*. Madrid: Imp. Manuel Álvarez.
- Riquelme, Adela (1885): *Nociones de higiene doméstica escritas para la enseñanza en las escuelas normales y primarias*. Madrid: Librería de Hernando.
- Rousseau, Jean Jaques (1821): *Emilio o de la educación, t. II*. Madrid: Imp. de Alban.
- Sáiz-Otero, Concepción (1897): “El feminismo en España”. *La Escuela Moderna*, 13(2), 248-260.
- Sánchez, José (1894): *Gimnasia escolar*. Madrid: Imp. Vda. Minuesa de los Ríos.
- Schreber, Gottlob Moritz (1861): *Manual popular de gimnasia de sala médica e higiénica*. Madrid: Lib. Ed. Carlos Bailly – Bailliere.
- Scraton, Sheila (1995): *Educación física de las niñas. Un enfoque feminista*. Madrid: Ediciones Morata.
- Simón, María del Carmen (1972): *La enseñanza privada seglar de grado medio en Madrid (1820-1868)*. Madrid: Instituto de Estudios Madrileños.
- Thomase, Eudaldo (1851, 2 de diciembre): “Aviso para los que padecen enfermedades de nerviosas...”. *Diario de Barcelona*.
- Thomase, Eudaldo (1853, junio 15): “La esgrima es el principal ejercicio de la gimnasia”. *Diario de Barcelona*.
- Tissot, Samuel Auguste (1786): *Aviso a los literatos y poderosos acerca de su salud, o tratados de las enfermedades más comunes a esta clase de personas*. Madrid: Imp. de Benito Cano.

- Todd, Jan (1998): *Physical Culture and the Body Beautiful*: Purposive Exercise in the Lives of American Women, 1800-1870. Macon: Mercer University Press.
- Torredadella-Flix, Xavier (2014): “Los apóstoles de la educación física. Trece semblanzas profesionales en la educación física española contemporánea”. *Revista Española de Educación Física*, 406, 57-76.
- Torredadella-Flix, Xavier (2020). El gimnasio moderno en España y Francia. Una relación franco-española equidistante y divergente en el siglo XIX. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 16(60), 153-179. <https://doi.org/10.5232/ricyde2020.06004>
- Torredadella-Flix, Xavier, Rivero-Herraiz, Antonio, y Sánchez-García, Raúl (2019): When the Elites Began Going to the Gym: The Professional and Social Spaces of the First Hygienic Gymnasiums in Madrid, 1860–69. *The International Journal of the History of Sport*, 36(151-16), 1347-1371. <https://doi.org/10.1080/09523367.2019.1691531>.
- Torredadella-Flix, Xavier y Olivera-Betrán, Javier (2013): “The Birth of the Sports Press in Spain within the Regenerationist Context of the Late Nineteenth Century». *The International Journal of the History of Sport*, 30(18), 2164-2196.
- Torredadella-Flix, Xavier y Vicente-Pedraz, Miguel (2016): “La gimnástica como dispositivo antionanista en la conformación de la educación física escolar en el siglo XIX en España. El nacimiento de una disciplina escolar”. *Movimento*, 22(1), 99-114.
- Torredadella, Xavier (2011a): “La educación física y la actividad gimnástico-deportiva de las mujeres a partir de la bibliografía especializada del siglo XIX”. *Arenal*, 18(1), 147-179.
- Torredadella, Xavier (2011b): *Repertorio bibliográfico inédito de la educación física y el deporte en España (1800-1939)*. Madrid: Fundación Universitaria Española.
- Torredadella, Xavier (2012a): “L’aportació dels metges de Lleida a l’educació física catalana del segle XIX”. *Temps d’Educació*, 43, 109-130.
- Torredadella, Xavier (2012b): “Las primeras revistas profesionales y científicas de la educación física española (1882-1936)”. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 190, 11-25.
- Torredadella, Xavier (2012c): “Las primeras tesis doctorales de la educación física en el espacio científico y profesional sobre la medicina española”. *Pecia Complutense*, 16, 58-88.
- Torredadella, Xavier (2013a): “Del espectáculo acrobático a los primeros gimnasios modernos. Una historia de las compañías gimnástico-acrobáticas en la primera mitad del siglo XIX en España”. *Aloma*, 31(2), 67-84.
- Torredadella, Xavier (2013b): *Gimnástica y educación física en la sociedad española de la primera mitad del siglo XIX*. Lleida: Universitat de Lleida.
- Torredadella, Xavier (2013c): “La educación física femenina en el período Isabelino (1833-1868): Teresa Castellanos de Mesa, primera profesora española de gimnástica”. *Ágora para la educación física y el deporte*, 15(1), 20-39.
- Torredadella, Xavier (2014a): “La influencia de la profesión médica en la educación física española del siglo XIX: Análisis social del Manual popular de gimnasia de sala, médica e higiénica del Dr. Schreiber”. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 9(26), 163-176. <http://dx.doi.org/10.12800/ccd.v9i26.434>
- Torredadella, Xavier (2014b): “Josep Clós i Peig, gimnasiarca i propagador de l’educació física i l’esport a Sabadell (1871-1913)”. *Arraona*, 34, 174-197.
- Torredadella, Xavier (2020). Los gimnasios de Barcelona durante el reinado de Isabel II (1837-1868). *El Futuro del Pasado*, 11, 305-355. <https://doi.org/10.14516/fdp.2020.011.011>
- Torredadella, Xavier, y López-Villar, Cristina (2016): “Las primeras profesoras de gimnástica en España. Profesión liberal y coartada durante el siglo XIX”. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 46, 423-442.
- Uriarte (1885, noviembre 23): “Gran Gimnasio Higiénico”. *El Imparcial*.
- Urrabieta, Mariano (1854): “Revista de París”. *El Correo de Ultramar*, 3(93), 226-227.
- Vall, Francisca (1862, noviembre 11): “Gimnasio Higiénico de Barcelona”. *Diario de Barcelona*.
- Vall, Francisca y Vall, Luis (1860, enero 23): “Gimnasio para ambos sexos”. *Diario de Barcelona*.
- Vallejo, Catharina (2017): “La mujer in-corporada: la educación física de la mujer en la España del siglo XIX, o las paradojas entre el fundamento teórico y la realidad”. *Revista Canadiense de Estudios Hispánicos*, 42(1), 173-193.
- Varela, Julia (1983): *Modos de educación en la España de la Contrarreforma*. Madrid: Ed. La Piqueta.
- Varela, Julia (1997): *Nacimiento de la mujer burguesa: el cambiante desequilibrio de poder entre los sexos*. Madrid: La Piqueta.
- Vertinsky, Patricia y McKay, Sheery (eds.) (2004): *Disciplining Bodies in the Gymnasium: Memory, Monument, Modernism*. London: Routledge.
- Vicente-Pedraz, Miguel y Brozas-Polo, María Paz (2014): “El “discurso sobre la Educación Física y moral de las mujeres” (1790) de Josefa Amar y Borbón: feminidad y el arte de gobernar el cuerpo en la ilustración española”. *Movimento*, 20(2), 779-818.
- Vicente-Pedraz, Miguel y Torredadella-Flix, Xavier (2015): “La gimnástica como dispositivo antionanista en la conformación de la educación física escolar en el siglo XIX en España. Recepción de los discursos”. *Movimento*, 21(4), 1037-1049.
- Vicente-pedraz, Miguel y Torredadella-Flix, Xavier (2017): “El dispositivo gimnástico en el contexto de la medicina social decimonónica española. De las políticas higiénicas a los discursos fundacionales de la «educación física»”. *Asclepio*, 69(1), p172. <http://dx.doi.org/10.3989/asclepio.2017.04>
- Vicente-Pedraz, Miguel y Torredadella-Flix, Xavier (2019). “Los primeros gimnasios higiénicos: espacios para sanar y corregir el cuerpo”. *Disparidades. Revista de Antropología*, 74(1), e011. <https://doi.org/10.3989/dra.2019.01.011>
- Vicente, Miguel (2009): “La educación física como ideología del poder: la construcción de las creencias pedagógicas en torno las enseñanzas escolares del cuerpo”. *Revista Educación*, 33(2), 109-138.
- Vigarello, Georges (2005): *Corregir el cuerpo. Historia de un poder pedagógico*. Buenos Aires: Editorial Nueva Visión.
- Vigarello, Georges (2006): *Lo sano y lo malsano. Historia de las prácticas de la salud desde la Edad Media hasta nuestros días*. Madrid: Abada Editores.
- Villalobos, Conde de (1845): *Representación del señor D. Francisco Aguilera, conde de Villalobos, acerca de la formación de un Gimnasio Normal en Madrid*. Madrid: Imp. Colegio de Sordomudos y Ciegos.
- Zubiaurre, Maite (2007): “Velocipedismo sicalíptico: erotismo visual, bicicletas y sexualidad importada en la España finisecular”. *Journal of Iberian and Latin American Studies*, 13(2-3), 217-240.

**Xavier Torrebadella-Flix:**

Universidad Autónoma de Barcelona. Licenciado en Educación Física por la Universidad de Barcelona (1991) y Doctor por la Universidad de Lérida (2009). Profesor en el Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal de la Universidad Autónoma de Barcelona. Actualmente investiga en torno a la Historia Social y Documental de la Educación Física y el Deporte en España entre 1800 a 1939. Miembro del Grupo de Investigación en Pensamiento Pedagógico y Social (GREPPS) de la Universidad de Barcelona.

**Marta Mauri Medrano:**

Universidad de Zaragoza, Licenciada en Historia por la Universidad de Zaragoza y Doctora en Ciencias de la Educación. Profesora del Departamento de Ciencias de la Educación en la Universidad de Zaragoza. Sus líneas de investigación se centran en la historia de la educación y la educación física durante el franquismo. Ha realizado estancias de investigación en el Centro Internacional de la Cultura escolar y en Chile, y ha participado en proyectos financiados públicamente dedicados a la Teoría e Historia de la educación.