

Nr.

4.



**DWU  
TYGODNIK  
ILUSTROWANY**

**START**

**POWIECONY**

**VYCH: FIZ:  
KOB: SPORTO  
HYGIENIE M**

## SEZON NA WODZIE OTWARTY!



Członkinie Warszawskiego Klubu Wioślarek na tle podniesionej bandery  
w dniu otwarcia przystani.

25 maja 1927 r.

Cena egz. 50 gr.





*Młode Chinki w strojach narodowych uprawiają gimnastykę*

## JAK ZARADZIĆ BRAKOM

Niezwykła, niemal bez cienia zastrzeżeń, jednomyślność poglądów panuje w odniesieniu do praktycznej uprawy sportu pływackiego przez panie. Jednocześnie podkreślana jest olbrzymia wartość pływania, jako sportu najbardziej dla kobiet odpowiedniego, rozwijającego harmonijnie całe ciało. Uznawane jest również bez zastrzeżeń znaczenie pływania, jako jedynej racjonalnej przeciwwagi w corocznie powtarzających się w dziesiątkach egzemplarzy wypadkach utonięcia w sezonie letnim. Wielkie walory natury wychowawczej do sportu tego słusznie są przywiązywane: wybitnie współdziała on w kształtowaniu odwagi, zimnej krwi, szybkiej orjentacji, daje samopoczucie siły i panowania nad żywiołem.

Pływanie jest sportem wybitnie demokratycznym. Nie wymaga kosztownych urządzeń, przyborów i stroju. Wystarczy niewielki choćby teren wody bieżącej czy stojącej, wystarczy zaledwie parę złotych kosztujący kostium trykotowy.

Tymczasem — co za dziwny nonsens życia — pływanie należy w Polsce do sportów, cieszących się stosunkowo bardzo małą popularnością. Pomimo, że na brak wody uskarżać się nie możemy, pomimo, że liczba młodzieży, pragnącej pływać, jest bardzo wielka, pomimo, że zamiłowanie do pływania wyciąga na wodę nawet ludzi pływających nieumiejących, co niejednokrotnie daje skutki fatalne, tragiczne.

Bezspornie, na przeszkodzie rozwojowi sportu pływackiego stoi brak krytych basenów pływackich. Ale brak ten, o ile bezwzględnie odbija się w sposób nadzwyczaj ujemny na cyfrowych wynikach naszych pływaków i pływaczek, nie jest jednak przeszkodą nie do przezwyciężenia, kiedy chodzi o pływanie na wodach otwartych w miesiącach lata. Natomiast przeszkodą, której dotychczas przewyciężyć nie umieliśmy, choć nie stawia ona specjalnych trudności, jest brak organizacji nauki pływania, zarówno dla młodzieży szkolnej jak i dla szerokich sfer ludzi dorosłych.

Brakiem w tej dziedzinie najbardziej dotkliwym i największym stanowiącym hamulec, jest znikoma liczba instruktorów pływania. Bolączką dotkliwą jest również brak dostatecznej liczby kąpielisk. Zaradzić obu tym brakom, u progu których kryje się zagadnienie demokratyzacji sportu pływackiego, jest bezspornie najpilniejszym i najbardziej żywotnym zadaniem chwili.

Operujemy przykładami konkretnymi. Nauczycielki wychowania fizycznego w szkołach średnich pr-

gną dla swych uczennic zorganizować lekcje pływania. W dziewięćdziesięciu dziewięciu procentach na sto same pływać nie umieją. Rozpoczynają więc pogon za instruktorką. Znalezienie jej z racji znikomej ich liczby nawet na terenie Warszawy stanowi jeden z rozczniałów syzyfowej pracy. Nie mówię już o tem, że w chwili obecnej, wskutek małej liczby instruktorów pływania, opłacanie już wyszukanego instruktora kosztuje bardzo drogo. Za dwie godziny dziennie płacić trzeba kilkaset złotych miesięcznie. Któż może sobie na to pozwolić?

Jeśli szczęśliwa nauczycielka wychowania fizycznego znajdzie wreszcie instruktora i wydobędzie fundusze na opłacenie go, z punktu napotyka drugą przeszkodę decydującą miary. Udaje się w pogon za terenem do pływania. Oczywiście pragnie dostać wyłącznie dla swoich uczennic jedną godzinę czy dwie dziennie. Gdzież ma szukać tej wody? Jedyne kąpielisko miejskie nie jest w stanie wystarczyć całej Warszawie. Prywatne szkoły pływania nie będą czyniły wyłomów w kodeksie swych norm życiowych, nie będą stosowały darmowych czy też znacznie ulgowych wstępów. Pozostaje tedy pływalnia Warszawskiego Klubu Wioślarek. Klub ten ze swej strony robi co może. Chętnie, bez żadnej opłaty, oddaje swą pływalnię studentkom Państwowego Instytutu Wychowania Fizycznego. Ostatnio również bezinteresownie na godzinę dziennie użyczył pływalni gimnazjum p. Werekiej. Ale pływalnia Warszawskiego Klubu Wioślarek służyć musi przede wszystkim sportowemu celom swych członkiń i nie jest w stanie zadośćuczynić potrzebom kilkudziesięciu szkół żeńskich w Warszawie. Ponadto — nie może służyć płatnymi instruktorkami, przestrzegając zasad amatorstwa.

Jak rozwiązać tę palącą nadzwyczaj sprawę? Sądzymy, że przynajmniej narazie zrealizować należałoby postulaty następujące: zorganizować kurs pływania (Warszawski Klub Wioślarek udzieli swego kąpieliska na ten cel) dla instruktorek wychowania fizycznego w całej Polsce. Tym sposobem nauczycielki wychowania fizycznego będą mogły być jednocześnie instruktorkami pływania, rozwiązując narazie palącą potrzebę instruktorek sportu tego w szkołach. A następnie — niezbędnym jest otworzenie przynajmniej po jednym kąpielisku w każdym mieście na otwartej wodzie, przeznaczonym głównie dla młodzieży szkolnej, wyposażonym w niezbędne przyrządy i instruktorów.



# WYCHOWANIE FIZYCZNE W AUSTRJI



*Cwiczenia plastyczne na zielonej murawie.*

Wiedeń, w maju.

Sprawa wychowania fizycznego postępuje w Austrii z niesłychaną szybkością. Wszelkie gałęzie sportu rozwijają się niepomierne i kobiety udział w nich wzrasta ustawicznie. W niektórych związkach jest obecnie więcej kobiet, niż mężczyzn. Ogólnie też kobiety wychowanie fizyczne kobiet ujmują we własne ręce. Odnośne reformy starych ustaw są na porządku dziennym. Jest to jeden więcej dowód, że emancypacja i rozwój fizyczny kobiety są nierozłączne.

Fakt, że do niedawna gimnastyka (która w dzisiejszej formie ma znaczenie podstawowe w każdej gałęzi umiejętności fizycznych), zrazu z trudem zjednywać sobie musiała zwolenników, dowodzi tylko, że w początkowych fazach nie odpowiadała ona swemu celowi. Służyła wówczas do zdobycia pewnych umiejętności technicznych, mało znajdujących zastosowania w życiu i w pracy. Nie była też przystosowana do organizmu kobiecego.

W r. 1907 ukazała się książka „Kultura ciała kobiecego“, napisana przez kobietę, dr. Bess M. Mensendieck, — „wyłącznie dla kobiety“. Książka ta, jak również późniejsze prace i działalność tejże autorki, była podstawą reformy w tej dziedzinie. Równorzędnie postępował rozwój gimnastyki rytmicznej, zapoczątkowanej przed 20 laty przez J. Dalcroze.

System Mensendieck, jakkolwiek ściśle celowy i konsekwentnie przebudowujący ciało, nie zaspakajał jednak potrzeby ruchu. Ruch jest potrzebą zarówno fizyczną jak psychiczną. Racjonalne, nawet wielce racjonalne ćwiczenia, zaspokoić go nie mogą.

Dalcroze dał ruch rytmiczny, lecz gimnastyka była dla niego jedynie środkiem do umuzykalnienia. System jego początkowo nie był oparty na wydoskonaleniu fizycznym. Rytmika ciała poprzedzać jednak winna rytmikę muzyczną.

Obydwa wyżej wzmiankowane systemy wywołały cały szereg zarówno pochodnych systemów (których część usiłowała skonsolidować obydwa kierunki), jako też dążeń samodzielnych na tej drodze. Do tych ostatnich zalicza się szkoła Loheland w Niemczech. Dłuższy pobyt w tej szkole dał mi możliwość wniknięcia w jej cele i środki.

Szkoła Loheland stawia sobie daleko idące cele, mianowicie nietylko uruchomienie ciała, ale i woli. Rozróżnia ona przede wszystkim ruch subiektywny i obiektywny. Subiektywny ruch wyraża uczucia osobiste. Loheland jednak kultywuje ruch dla ruchu, że

tak powiem, ruch sam w sobie. Ruch jako taki staje się przeżyciem, nie ogranicza się zaś do odtwarzania przeżyć.

System Loheland nie prowadzi do mechanicznego wyuczenia się pewnych umiejętności, lecz w pierwszym rzędzie do poznania i opanowania ciała i rządzących nim praw. Droga ta prowadzi do jedności ducha i ciała. Trudno dziś zbadać, czy w Loheland wola do odnowy życia stworzyła nową kulturę ciała, czy też ta ostatnia obudziła nowego ducha. To jedno jest pewne, że system Loheland, jedyny w swoim rodzaju, daje odnowę zarówno duchową jak fizyczną i wraca współczesnemu człowiekowi intelektu napół już zatraconą zdolność odczuwania organicznego.

Szkoła J. Dalcroze przeniosła się przed 2 laty z Hellerau do Laxenburga pod Wiedniem i rozwija ożywioną działalność. Wszelkie inne kierunki mają tu też przedstawicieli, a więc Bode, Laban, Wigman i t. d.

Przy uniwersytecie wiedeńskim istnieje 4-letni fakultet, kształcący na nauczycieli i nauczycielki gimnastyki. Jest to wzorowy instytut, w którym nowoczesne wyniki torują sobie drogę i wypierają dawne, przestarzałe formy. Kierowniczką oddziału dla kobiet jest pani M. Streicher, dr. biol., znakomita pionierka na tem polu, autorka wielu prac fachowych.

*Eugenja Dziewulska.*



*Fragment z ćwiczeń plastycznych.*



Z  
P  
R  
A  
C  
YW  
K  
L  
U  
B  
A  
C  
H

*P. Witkowska, czołowa zawodniczka Skry, w rzucie dyskiem.*

Na terenie lekkiej atletyki toczy się od pewnego czasu zacięta walka o pierwszeństwo pomiędzy AZS-em Warszawskim i Grażyną, analogiczna do stałej rywalizacji sekcji męskich AZS-u i Polonji.

W r. ub. niestety, dwa razy tylko widziało się te kluby jednocześnie na boisku: na mistrzostwach Polski i w pięcioboju, inne bowiem zawody były bądź przez jeden bądź przez drugi zlekceważone. Nie mogło to w żadnym razie dać pewności, któremu z nich przyznać pierwszeństwo. Sezon bieżący rozwiąże to zagadnienie.

Wiemy, jak pracuje Grażyna, to też nie ulega wątpliwości, iż wyniki swe poprawi i groźną przeciwniczką być nie przestanie.

WAZS-ie praca w sezonie zimowym była niezwykle utrudniona. Brak własnej sali gimnastycznej i nieuruchomienie hali w Agrykoli uniemożliwiły systematyczną i celową gimnastykę. Po długich staraniach uzyskał AZS. salę w ogrodzie Saskim (P. I. W. F.), ale niestety został dołączony do ćwiczących tam

medyczek. Zmusiło to do przyjęcia ich kierowniczką, dla sekcji nieodpowiedniej. Większość pań przestała na gimnastykę uczęszczać. Dopiero Ośrodek Wychowania Fizycznego, udzielając sali w b. Podchorążówce, umożliwił przeprowadzenie racjonalnego, choć spóźnionego, treningu zimowego. Odrazu też dał się zauważyć wzrost ilości ćwiczących.

Brak trenera nie przeszkodził solidnej pracy, ogromną zasługę przypisać należy kol. Stefanowi Kostrzewskiemu, który na prowadzenie treningów poświęcił dużo czasu i dobrej woli.

W kwietniu sekcja wyszła na boisko. Dokuczliwie zimno nie pozwoliło na rozpoczęcie właściwego treningu lekkoatletycznego, natomiast piłka zainteresowała wszystkich.

Hazena, piłka ręczna i t. p. dopiero powoli zaczynają się przyjmować na gruncie AZS-u (mecze piłki ręcznej, który się odbył 8 maja, był zagrany bez uprzedniego treningu). Niepodzielnie panuje koszykówka — w najbliższej przyszłości projektuje się mecz z PIWF. oraz I i II drużyny.

Są to już ostatnie dni gier — zejść one na drugi plan, wobec rozpoczynającego się sezonu lekkoatletycznego.



*Lekkoatletki A. Z. S. Od lewej: pp. Konopačka, Miłobędzka, Jabłczyńska, Gorłofówna, Wojnarowska.*

W roku bież. sezon jest spóźniony. Żywotna sekcja AZS. nie zorganizowała dotychczas żadnych zawodów, podczas gdy w r. ub. o tej porze odbyły się już drugie z rzędu zawody wewnętrzne, które przyniosły bogate żniwo rekordów. Pomimo tego daje się zauważyć wzrost zainteresowania lekką atletyką wśród młodzieży akademickiej, dotychczas szczupłe szeregi zawodniczek, broniących barw AZS, powiększają się stopniowo, co pozwala na snucie śmiałych planów i zamierzeń.

Wielki as AZS-u — Halina Konopačka — trenowała w zimie osobno. Podczas pobytu w Poznaniu pracowała pod kierunkiem doświadczonych zawodników. Praca ta nie pójdzie na marne — wynikami swymi nie zawiedzie pokładanych w niej nadziei. Jest to zawodniczka, nieposiadająca w Polsce równej sobie klasą w rzutach (kula i dysk). Jest ona podporą klubu, ale oprócz niej ma AZS. szereg zawodniczek, z którymi w sezonie bieżącym trzeba się będzie liczyć.

Rywalizacja AZS-u i Grażyny musi ulec pewnym zmianom. Wpłynie na to rozwój lekkiej atletyki poza Warszawą. Wyniki, osiągane ostatnio w innych miastach, pozwalają przewidywać, że będzie to raczej walka o pierwszeństwo Warszawy. Miejmy nadzieję, że



*Z wewnętrznych zawodów A. Z. S. Finał biegu na 60 mtr.*



przyczyni się to do podniesienia ogólnego poziomu lekkiej atletyki.

Tegoroczne mistrzostwa Polski przyniosą zapewne cały szereg niespodzianek. Zwycięstwo będzie trudne, ale walka o nie doprowadzić może do wyników, stawiających Polskę na poziomie innych państw, a te wreszcie zaczną się z nami poważnie liczyć.

H. W.

## SKRA

Sekcja lekkoatletyczna żeńska w klubie sport. „Skra“ powstała w roku 1925. Początkowo liczyła 10 członkiń. Treningi lekkoatletyczne sekcji odbywały się 3 razy tygodniowo na boisku klubowym (Plac Nędzy). W czerwcu tegoż roku urządzono pierwsze wewnętrzne zawody lekkoatletyczne.

W dniu 6.IX. 1925 r. w zawodach kobiecych o mistrzostwo Robotniczej Warszawy w lekkiej atletyce wszystkie pierwsze miejsca zajęła „Skra“, zdobywając mistrzostwo przed „Jutrznia“. 11 października 1925 r. w zawodach, w których brały udział zawodniczki „Warszawianki“ padł cały szereg rekordów klubowych.



Grupa lekkoatletek „Skry“.

W sezonie zimowym 1925/26 sekcja prowadziła treningi gimnastyczne we własnej sali pod kierunkiem p. Czesława Hoppe.

W sezonie wiosennym 1926 r. treningi prowadził trener Norling.

Sekcja w tym czasie powiększa się do 20 członkiń oraz bierze udział w różnych zawodach.

W sezonie zimowym 1926/27 uprawiana jest gimnastyka szwedzka oraz Bukha, pod kierunkiem por. Szemplińskiego.

Dnia 15 b. m. na boisku „Skry“ odbyły się zawody wewnętrzne oraz pięciobój, w którym brało udział 13 członkiń. Wyniki: 100 m. — Tomczykówna 15,1 sek. 2) Witkowska; 800 m. — Witkowska 3 : 10,8 s. 2) Tomczykówna.

Skok wdal: 1) Witkowska 3.70 cm.

Rzut dyskiem: 1) Witkowska 19 m. 48 cm., 2) Zychowska.

Rzut oszczepem: 1) Mazurkiewiczówna 19 m. 12 cm.

Wynik pięcioboju:

1) Witkowska 7 punktów.

2) Tomczykówna 14 punktów.

3) Mazurkiewiczówna 16 punktów.



Zarząd Warsz. Klubu Wioślarek. Siedzą od lewej pp.: M. Dziewulska, K. Muszałówna, Z. Domostawska, M. Tyńsztykówna. Stoją pp. Rothertowa, B. Szpachłowa, H. Ryszkiewiczówna, B. Ostrowska, W. Kryńska.

## PIŁKA RĘCZNA

Już od lat kilku rozgrywane są w Małopolsce zawody w piłce ręcznej między drużynami żeńskimi. Gra ta, zaczerpnięta ze wzorów angielskich i niemieckich, dostosowana do właściwości Polek, zostaje powoli wprowadzana na grunt warszawski.

Propagatorkami piłki ręcznej są studentki Państw. Inst. Wych. Fiz., które utworzyły wśród siebie trzy dobre drużyny. Ich śladem poszły członkinie A. Z. S.

Rozegrane w niedzielę 8 maja zawody towarzyskie pomiędzy drużynami A. Z. S. i P. I. W. F. zakończyły się porażką P. I. W. F., drużyny lepszej pod względem techniki i zgrania, w stosunku 8 : 6/3 : 3.

Bramki dla A. Z. S. strzeliły: Woynarowska 5, Aleksandrowiczówna 2 i Wieczorkiewiczówna 1; dla P. I. W. F. — Serwatowiczówna 3, Miłodrowska 2 i jedna samobójcza.

Gra cała, prowadzona w bardzo żywym tempie, toczyła się pod stałą przewagą P. I. W. F., który atak nie umiał jednak wykorzystać cyfrowo. Tymczasem wystarczyło kilku przebojów A. Z. S., i wynik został przesądzony na korzyść A. Z. S.

Rewanżowe spotkanie odbędzie się na boisku w Agrykoli w dniu 29 maja 1927 r.

Łącznie z rozgrywanymi obecnie zawodami, projektowany jest mecz w piłce ręcznej żeńskich drużyn reprezentacyjnych Warszawy i Lwowa, podczas wystawy sportowej we Lwowie.

Oksza.



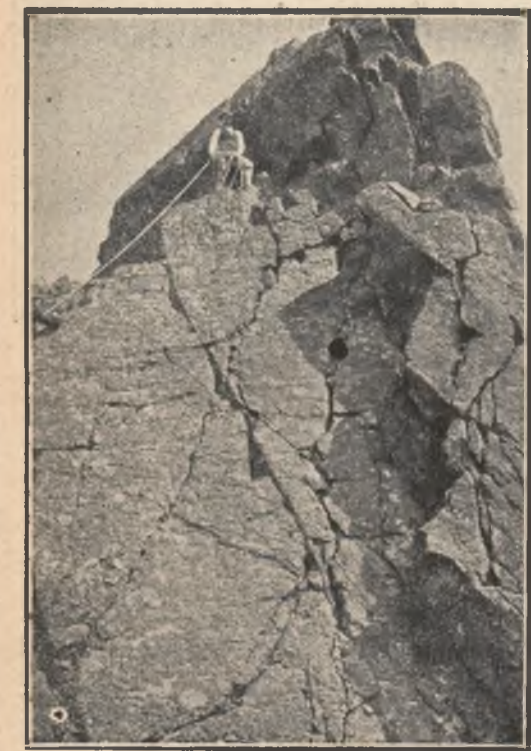
Drużyny piłki ręcznej: A. Z. S. i P. I. W. F., które dn. 8.X.27 r. rozegrały mecz z wynikiem na korzyść AZS.



# POLKI W DZIE

Turystyka górską jest tą, w dziedzinę sportu sięgającą, sferą przejawów woli ludzkiej, w której kobiety zaznaczyły swój współdziałal na długo przed opanowaniem przez nich innych dyscyplin sportowych. Więcej. Jeżeli weźmiemy pod uwagę Tatry, to wogóle dzieje wypraw w te góry otwiera — kobieta — Polka. W swych „Merkwürdigkeiten der Freystadt Kesmark“ (Koszyce, 1804) opowiada Chr. Genersich, że w r. 1565, zaślubiona właśnie staroście kieżmarskiemu, Olbrachowi Łaskiemu, Beata z Kościeleckich „znajdowała w okolicy wiele upodobania i podczas Zielonych Świąt odbyła, w otoczeniu wielu panów z miasta, podróż w góry“. Wprawdzie o kierunku tej podróży nie posiadamy bliższych szczegółów, z dużym jednak prawdopodobieństwem domyślać się wolno, że był nim Zielony Staw Kieżmarski, zakątek tatrzański o wielkiej dziejowej tradycji i niezrównanej potędze otoczenia skalnego. Tak czy inaczej, Beata Łaska jest pierwszą, z nazwiska znaną nam, osobą, o której wiemy, że dla przeżyć estetycznych wyprawiała się w Tatry.

Z datą 1565 roku na długi czas urywają się wieści o polskich podróżniczkach w Tatry. Nic dziwnego. Wiek XVII, a zwłaszcza XVIII, to epoka, w której wśród szlachty polskiej panują o Tatrach niezmiernie mgliste i fantastyczne pojęcia, a głąb ich jedynie wyjątkowo nawiedzi poszukiwacz skarbów, zbieracz ziół leczniczych, zbójnik czy myśliwiec. W czasie tym może tylko jakaś juhaska, owce „przy stawach“ pasąca,



Wejście na zachodni szczyt Bałyżowiecki.

wyniesie „na wirsyk“ tęsknicę za swym Janickiem, może tylko jakaś tetmajerowska „orlica“ w pustce złomów ukryje kipieli namiętności, w jej piersiach wrąca.

Dopiero, gdy w początkach XIX stulecia Staszic rozwieje mgłę, Tatry dotąd otulającą, wśród coraz liczniejszych podróżników tatrzańskich spotykać poczynamy i nazwiska kobiet. Naturalnie, wycieczki ich — jak zresztą i ówczesnych podróżników — mają zrazu za



Widok na Żabięgo Konia i Żabi Staw.



Helena Dłuska z Bartłojem Obrochtą w Roztoce

cel odwiedzin głośnych z piękności zaułków dolinnych. Pierwszy obszerniejszy opis takiej wyprawy pochodzi z pod pióra Łucji z książąt Giedroyciów Rautenstrauchowej. W 5-tomowych jej wrażliwości z podróży europejskich p. t. „Miasta, góry i doliny“, znajdujemy również opis wycieczki tatrzańskiej do Morskiego Oka, Czarnego Stawu nad Morskim Okiem, Doliny Kościeliskiej i t. p. Oto wyimki z tego opisu, charakteryzujące doskonale ultraromantyczną fantazję i egzaltowaną duszę autorki:

„Po Czarnym Stawie widok Kościelisk był dla mnie, jak po strasznej nocy różowy wschód jutrzeńki, po łzach rozpaczki uśmiech swobody, po krwawej tunie pożaru, co przeraża i niszczy, biały promień księżyca z lazurowego nieba, obiecujący pogodę i rozkosz. Czarny Staw zda się stworzony dla zbrodniarza i wygnańca, przed którym świat się zamknął, a śmierć jedyną przyszłością, straszliwą pokutą; Kościeliska — dla zakochanego, co w oddaleniu z uczuciem swem się pieści, co pragnie pierwotną dziewiczość jego zachować“.

Albo — o burzy tatrzańskiej: „Burza ta jednak nie była taka, jak ja jej sądziłam, jak ją naprzód mi przedstawiała... Żaden piorun pod nogi mi nie padł, żadna skała się nie rozsypała, żadne nawet drzewo nie spłonęło“ (!)

Okolo r. 1850 zjeżdżać poczynają do Zakopanego pierwsi goście letni. Wśród nich, od r. 1855, bawi tu niemal corocznie Marja Seczkowska, pierwsza wybitna taterniczka w ścisłym tego słowa pojęciu. Książka jej p. t. „Obrazki z podróży do Tatrów i Piecin“ — wydana najpierw w r. 1858, a w powtórnym, rozszerzonym wydaniu w 1872 — stanowi bardzo ważną pozycję w polskiej literaturze tatrzańskiej i, zwłaszcza w pierwszej swej edycji, czyniła się walnie do ożywienia ruchu turystycznego w Tatry i do rozwiania przesadnych o ich niebezpieczeństwach wyobrażeń. Wycieczki Seczkowskiej uderzają wszechstronnością

# JACH TATERNICHTWA

i wielkiem — jak na owe czasy — ośmieleniem się w stosunku do gór. Co więcej, już ona próbuje — rzecz podówczas niezwykła — wyzwolić się z pod opiekuństwa przewodnika — górala i prowadzi samodzielnie — z nieszczególnym zresztą powodzeniem — towarzystwo grzbietami Czerwonych Wierchów.

Wyróżnia się też Steczkowska głębokim ukochaniem Tatr, których wpływ na duszę ludzką umie przepięknie ująć: „Te chwile, spędzone w podniebnych sferach, gdzie nam tak lekko, swobodnie i uroczyście, to laska udzielona nam od Boga, aby nas pokrzepić i wzmoćnić w trudnej życia pielgrzymce. Ten to wpływ błogi, jaki wywierają góry, ta ich władza niepojęta, jaką nas zbliżają do Boga, godzą z życiem i ludźmi, jest owym ogniwem, łączącym nas z niemi, jest źródłem tęsknoty za niemi; silniejsi, mężniejsi na duchu wracamy z ich wysokości w zakres poprzedniego życia. I jakże nie kochać gór!“

Z przybyciem na Podhale w r. 1873 d-ra Tytusa Chałubińskiego rozpoczyna się okres bujnego rozkwitu taternictwa polskiego, w którym — pod wpływem potężnej indywidualności „króla Tatr“ — ustala się pewien swoisty, piętno romantyzmu na sobie noszący, typ wypraw górskich. Wprawdzie w odkrywczych wycieczkach tej niezapomnianej epoki kobiety nie biorą jeszcze udziału, dzielnie jednak dotrzymują taternikom kroku w wyprawach na najwyższe olbrzymy Tatr, w przemierzaniu wzdłuż i wszerz ich wnętrza.



Uskok w grani Żabięgo Konia. P. Wanda Jeromin pierwsza z kobiet wchodzi na Żabięgo Konia.

St. Witkiewicz, w swej książce: „Na przełęczy“ (1891 r.), takie daje dziełności ich świadectwo: „Tatry są równie niedostępne i równie dostępne dla mężczyzny, jak i dla kobiet. Ponoszą one wszystkie trudy z niezwykłą wytrzymałością, wykazują odwagę, przytomność umysłu, spokój wobec niebezpieczeństwa i wogóle



Turnia Skrajna i Pośrednia z Hali Gasienicowej. E. Michalewska - Ziętkiewiczowa, Wanda Jeromin i K. Schiele.





Nad Czarnym Stawem Gąsienicowym w powrotnej drodze z północnej ściany Koziego Wierchu. Od lewej: A. Znamięcki, Wanda Jeromin i ś. p. Kulczyński

wszelkie dobre przymioty taternika. Wszystkie też percie, brzeżki, granie, przełęcze zmierzone zostały ich drobnymi stopami, i z najwyższych wierzchów tatrzańskich powiewała już chorągiew — spódnicy”.

Witkiewiczowski żart o „chorągwi spódnicy“ miowoli nasuwa na wspomnienie najciemniejszą stronę ówczesnych wypraw kobiecych w Tatry: strój damski. Istotnie, jeżeli przyjrzymy się taterniczkom z tej epoki, choćby na rysunkach samego Witkiewicza, owym kaskadom faldów, w które układają się, popod kostki sięgające i na kilku uwarstwieniach halek spoczywające spódnice, owym na podobieństwo osy gorsetem przewężonym kibiciom, owym dziwotwornym uskrzydleniom kapeluszy — to poprostu zdumiewać się trzeba, iż w takim stroju dokonywać można było jakichkolwiek wycieczek górskich. Prawda, była już wtedy nieustraszona taterniczka, panna Janotówna, która nosiła skórzane hajdawery pod spódnicą, a nawet — gdy nikt nie widział — tę ostatnią zdejmowała ze siebie, o tem jednak jej przewodnik, Maciej Sieczka, ośmielał się mówić tylko w wielkiem zaufaniu, przyciszonym głosem, zgóry przepraszając za „obrazę uszu“...

Lata od r. 1900—1912 — to okres nowej, a świetnej fazy taternictwa polskiego, uzewnętrznionej szturmem na najzuchwalsze baszty Tatr, najgładsze ich ściany i najprzepastniejsze granie. Obok nazwisk pamiętnych, dla rozwoju naszej turystyki niezmiernie zasłużonych taterników, kroniki wypraw tatrzańskich notują w tej dobie także, jak nigdy liczne, nazwiska kobiece, które już to związały się nierozdzielnie z odkrywczymi dziejami szeregu szczytów i turni, już to upamiętniły się wyjściami na słynne z trudności iglice i turnie.

Niepodobna w pobieżnym szkicu wszystkie z nich wymienić, trudno jednak nie wspomnieć choćby o czyrach Wandy Herse, Wandy Jerominówny, Zofji Roguskiej, Jadwigi Baranieckiej, Julji Zembatowej, Ady Raynel - Loriowej, Władysławy Panek - Jankowskiej, Zofji Królowej i wielu innych.

Cokolwiek odmienne stanowisko wśród ówczesnych taterniczek zajmują Helena Dłuska i Irena Pawlewska: w wyprawach tatrzańskich dążą one do zupełnego wyemancypowania się od opieki mężczyzn, głoszą hasło pełnej samodzielności kobiet na najtrudniejszych nawet przejściach skalnych.

Po wstrząsie wielkiej wojny, podczas której załamała się linja rozwojowa taternictwa polskiego, następuje w latach współczesnych powolne, lecz stałe ożywianie się ruchu wysokogórskiego w Tatrach.

Wprawdzie w czasie tym na horyzoncie taternictwa letniego nie wyblysłął jeszcze nowy, świetny talent kobiecy, zato otwarła się nowa karta w dziejach turystyki kobiet: przez współdziałanie ich w walce z górami i w najtrudniejszej dla człowieka porze, w okresie wichur i kurniaw zimowych. Nazwiska Eli Ziętkiewiczowej, Zofji Krórowskiej, Wandy Czarnockiej — szczególnie cisną się tutaj pod pióro.

Jak widzimy, przez całą długą, bujną przeszłość i współczesność turystyki polskiej snuje się nieprzerwanym szlakiem nie udziału Polek w wyprawach ku skalnym głębiom Tatr.

Nie to barwna, mieniąca się, tło dziejów taternictwa urokiem tkająca.

Dr. M. Św.

## LEKKA ATLETYKA

WARSZAWA.

Makkabi zorganizowała zawody wewnętrzne, które dały następujące wyniki:

60 m. — 1. Berlinerówna 8.8. 2. Grünbaumówna.  
100 m. — 1. Berlinerówna 14.6. 2. Grünbaumówna.  
Kula — 1. Zalcmanówna 6.45. 2. Berlinerówna 6.36.  
Dysk — 1. Berlinerówna 23.55. 2. Grünbaumówna.  
Podczas zawodów międzyuczelnianych Wieczorkiewiczówna (AZS.) ustanowiła rekord polski na dystansie 800 mtr. — 2 : 45.6.

POZNAŃ.

Ostatnio odbyły się zawody wewnętrzne Warty, które przyniosły następujące wyniki:

80 m. — 1. Szymańska 11.8. 2. Frydrychówna.  
200 m. — 1. Lutomska 34.2. 2. Musielewska.  
1000 m. — 1. Lutomska 3 : 52.8 (rek. okr.). 2. Piechocka.

80 m. płotki. — 1. Lutomska 16.2 2. Szymańska.  
wzwyż — 1. Frydrychówna 135 cm. 2. Szymańska

120 cm.  
wdal — 1. Szymańska 423.5 cm.  
Kula (3.628 kg.) — 1. Szymańska 7.66 m. 2. Frydrychówna 7.53 m.

Na zawodach Ośrodka W. F. rezultaty były jak niżej:

60 m. — 1. Kasprzakówna (Sokół) 8.6. 2. Frydrychówna (Warta) 8.6. 3. Musielewska (W).  
wdal — 1. Frydrychówna 460 cm. 2. Kasprzakówna (Sok.) 443 cm. 3. Szymańska (W) 422 cm.

oszczep — 1. Lutomska (W) 23.80 (rek. okr.). 2. Szymańska (W) 21.19. 3. Musielewska (W) 20.35.  
sztafeta 4 × 75 m. — 1. Warta I (Frydrychówna, Krzyżanka, Franzówna, Szymańska) 43.2 (red. okr.).  
2. Warta II 46.2.

250 m. — 1. Franzówna (Warta) 38.2 (red. okr.).  
W Toruniu. Gędziorowska (T. K. S.) osiągnęła ponownie poniżej rekordu polskiego w biegu na 60 mtr. — 8.2 sek. W skoku wdal Gędziorowska miała 460 cm., a w biegu 100 mtr. — 14.3 sek.

W Łodzi. Zygfyrdówna okazała się najlepszą wieloboistką okręgu, osiągając następujące wyniki: 200 m. — 33.8 sek., rzut dyskiem—25.44 m., rzut oszczepem — 23.81 m., skok wzwyż — 125 cm.

RÓŻNE.

Mecz lekkoatletyczny pomiędzy Polską i Czechosłowacją odbędzie się, według wszelkiego prawdopodobieństwa, w dniu 4 września w Toruniu.



# JAK URZĄDZIĆ PLAC TENNISOWY

Coraz bardziej rozpowszechniający się u nas i posiadający specjalnie, jako sport kobiecy, szereg zalet lawn - tennis ma tę niedogodność, że jako sport precyzyjny, wymaga starannie dobieranych i planowanych przyborów i urządzeń.

Jeśli szereg ćwiczeń lekkoatletycznych można uprawiać prawie bez żadnych przyborów, jeśli do szeregu gier, jak siatkówka, koszykówka i t. p., wystarczy kawałek łąki lub placyku, zwykła piłka footballowa i bardzo niekosztowne przyrządy, do tenisa potrzeba dość drogie rakiety, specjalnych piłek, wreszcie urządzonego z całą dokładnością i wymierzonego co do centymetra terenu do gry. Z tych względów tennis uchodził doniedawna, a poniekąd uchodzi i dzisiaj, za sport, który mogą uprawiać jedynie bogaci.

Opinia ta niewątpliwie zmieni się w niedługim czasie. Rozwijająca się już dzisiaj krajowa produkcja powinna w najbliższych latach wydatnie obniżyć ceny tenisowych przyborów; praktyka nauczy, że budowa dobrego placu tenisowego nie przedstawia nieprzewyższonych trudności.

Redakcja „Startu“, dając poniżej garść wskazówek o tem, jak wybudować dobry i praktyczny plac tenisowy, ma nadzieję, że przyczyni się w ten sposób do spopularyzowania tenisu wśród jak najszerzych rzesz kobiecych.

## Wybór miejsca.

Teren na plac tenisowy należy wybierać w ten sposób, by grze jak najmniej przeszkadzało słońce, najlepszym więc kierunkiem placu będzie wprost z północy na południe lub też z niewielkimi odchyleniami. Jeśli gra ma się odbywać przeważnie w godzinach popołudniowych, wygodniejsze jest odchylenie na północ - zachód; dla gry w godzinach rannych wygodniejszy jest kierunek z północy - wschodu na południe - zachód. Ważne jest poza tem, by budowany plac posiadał tło, na którym nie będą niknąć w czasie gry piłki. Większe kluby radzą sobie, zawieszając z tyłu za placami specjalne płachty, pomalowane na odpowiedni kolor; tę samą rolę mogą odegrać krzewy, budowle i t. p. przedmioty, które stworzyły tło nie męczące oka. Teren jednak, mimo iż zacieniony, nie może być wilgotny.

Długość terenu, na którym budujemy plac, winna wynosić nie mniej, niż jakieś 34 metry; mieści się w tem długość właściwego placu oraz z każdej strony po parę metrów, niezbędnych na wypady graczy. Szerokość, poza 11-tu metrami właściwego placu, winna również z każdej strony mieć jakieś 2½ metra rezerwy. Dochodząc w ten sposób do 16 m., przy budowie kilku placów koło siebie można trochę miejsca zaoszczędzić, licząc jednak na każdy plac nie mniej, niż 15 m. szerokości. Są to wymiary minimalne, niezbędne dla wygodnej gry; nie zaszkodzi, jeśli to możliwe, nieco je zwiększyć. Place, na których rozgrywa się poważne turnieje, buduje się na terenie 20 x 40 m.

## 2. Budowa placu.

Budując plac, dążymy do tego, by można było grać na nim jak największą ilość dni w roku, niezależnie od zmian pogody — a więc, by prędko wysychał po deszczu, by był dostatecznie, ale nie za bardzo twardy, by był równocześnie sprężysty, wreszcie by nie był śliski. Zagranicą najpowszechniej przyjęły się place na murawie i place ziemne. Ponadto grywa się również na placach betonowych, mimo iż uważane są one za niezdadne do poważniejszych turniejów; place kryte wreszcie budują w ostatnich latach ze specjalnych taflelek drewnianych.

Najlepszym terenem do tenisa, umożliwiającym najbardziej finyzyjną grę, jest wedle opinii znawców,

plac na murawie, w naszym klimacie jednak o należytem utrzymaniu takiego placu niema mowy. Dużą trudność również sprawia budowa i należyte utrzymanie placu ziemnego.

Najłatwiej urządzić i utrzymać plac betonowy. Posiada on szereg cech dodatnich: bardzo szybko wysycha po deszczu i, raz doprowadzony do porządku na wiosnę, nie wymaga specjalnej opieki przez cały sezon. Te zalety równoważą związane z nim pewne niewygodności, polegające na tem, że jest on za śliski i za twardy, co się boleśnie odczuwa przy każdym upadku. Sposób ten można zalecić wszędzie tam, gdzie buduje się place pojedyncze i gdzie niema komu stale się nimi opiekować.

Buduje się taki plac podobnie, jak zwykłą betonową posadzkę, na warstwie cegły lub gruzu, zwracając uwagę na to, by powierzchnia była równa i poziom dokładny. Trzeba jedynie pamiętać o założeniu słupków do siatki przed wyłożeniem betonem oraz wyłożyć betonem nie tylko właściwy plac, ale również po parę metrów wypadów z każdej strony.

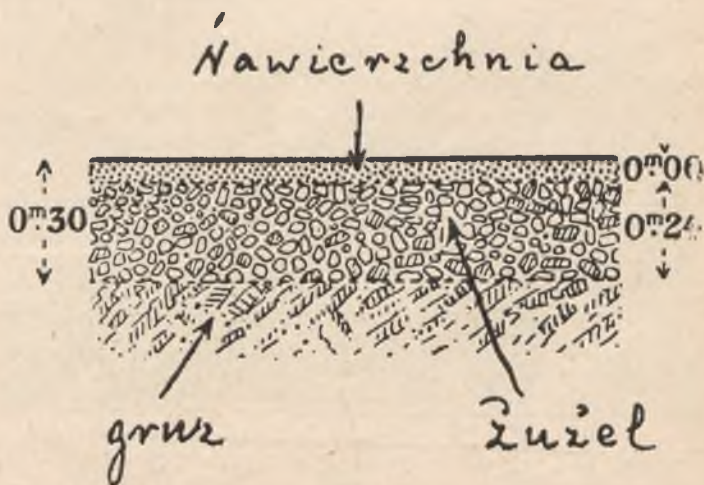
Place ziemne są najlepszym, możliwym do osiągnięcia w naszych warunkach, rodzajem placów tenisowych, wymagają jednak, jak wspomnieliśmy wyżej, dużo pracy przy budowie oraz bardzo starannej opieki. Budując, dążymy do tego, by teren był możliwie przepuszczalny, twardy, a równocześnie sprężysty.

Najczęściej przyjęty jest następujący sposób budowy: wybieramy z całego terenu ziemię do głębokości 40 — 50 cm., układamy na spodzie na grubości 15 — 20 cm. grubego gruzu, na to kładzie się 20 — 25 cm. drobnego żużla lub drobnego gruzu, wielkości niewiększej od laskowego orzecha. Warstwę tę układa się zupełnie poziomo, zlewając później wodą, i wałkując początkowo lżejszym, następnie cięższym walcem.

Na tak ułożony podkład, pod którym dobrze jeszcze teren zdrenować, kładzie się nawierzchnię, grubości około 5 cm. Przygotowują ją w różny sposób. Można użyć mieszaniny z 2/5 miękkiej gliny i 3/5 bardzo drobnego, przesiewanego żwiru lub szlamu; biorą również zmiotki z szos, mieszając je z małą ilością piasku, tłuczonej cegły (dla zabarwienia na ciemno) i dodając krwi zwierzęcej. Można tu robić różne próby, zależnie od tego, jaki materiał najłatwiej zdobyć na miejscu, pamiętając jednak o tem, jakim warunkom plac musi odpowiadać.

Warstwę wierzchnią kładziemy na mokro, wyrównując ją do poziomu listwą, następnie wałkujemy początkowo lżejszym, później cięższym walcem.

Plac taki wygląda w przekroju, jak następuje:



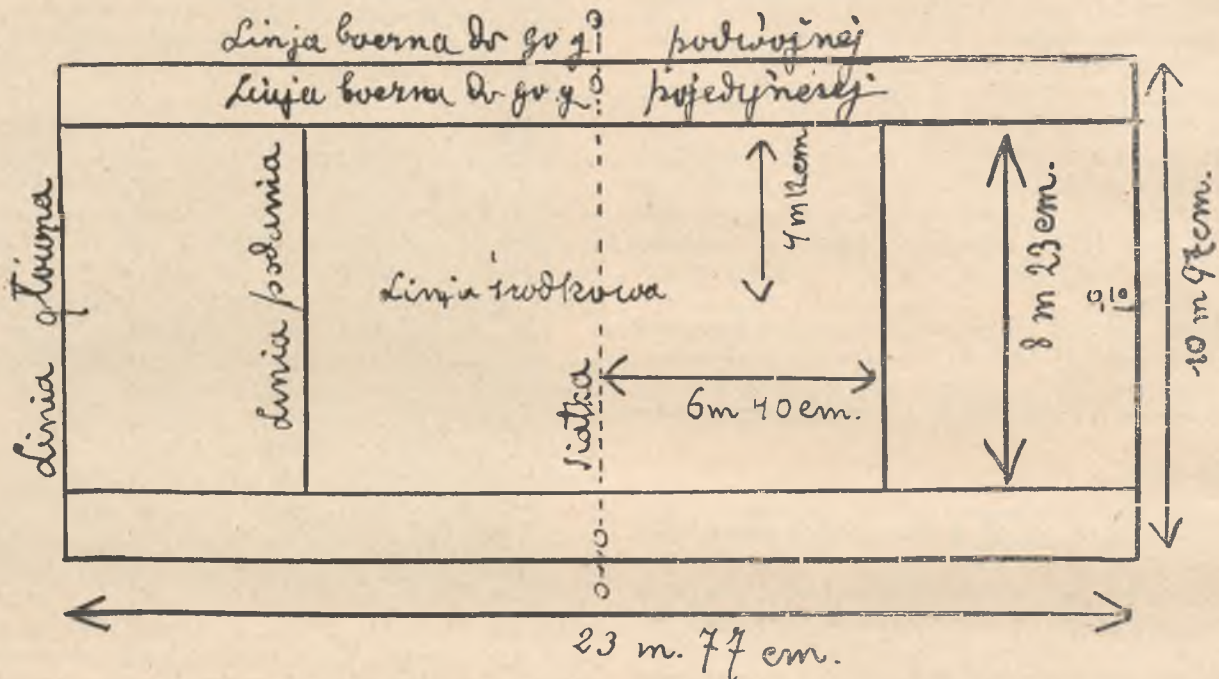


Ziemię place budują również w sposób uproszczony, nie dając podkładu, ale prosto wybierając ziemię na głębokość 5 — 6 cm. i wypełniając ją mieszaniną z  $\frac{2}{3}$  miękkiej gliny i jednej trzeciej piasku, wyłożonych na mokro i następnie wałkowanych. Sposób ten można stosować jedynie na gruncie przepuszczalnym i uprzednio zdrenowanym.

Place ziemne wymagają starannej konserwacji, polegającej przede wszystkim na jak najczęstszym zlewaniu wodą i wałkowaniu. Budując plac, należy z tem się liczyć.

### 3) Wymiarzenie placu.

Plac do gry w tenisa przedstawia się, jak następuje:



Linie, o szerokości 3 cm. każda, najlepiej na placu betonowym wymalować wapnem, na ziemnym wysypywać wapnem między dwiema listwami z drzewa.

Dla ułatwienia przeprowadzenia równoległe wszystkich potrzebnych linii proponujemy następujący sposób:

Na terenie, na którym mamy wyznaczyć plac, przeprowadzamy przede wszystkim linię środkową, wzdłuż której pójdzie siatka (x — x) i oznaczamy jej

znaczyć pozostałe linie, poczem przenosimy się na drugą połowę placu.

### 4) Urządzenie placu.

Po wyznaczeniu placu, zakładamy słupki do siatki. W myśl przepisów winny one znajdować się w odległości 91,5 cm od linii bocznych. Wysokość ich musi wynosić 1 m 06 cm. Siatka, rozciągnięta między słupkami, ma w ten sposób przy słupkach wysokość 1 m 06 cm; w środku wysokość jej winna wynosić 91,5 cm, co zwykle kontrolują przez umocowaną przy ziemi taśmę.

Przy grze pojedynczej, odbywającej się na części placu, zawartej między liniami bocznymi, do gry pojedynczej, wysokość siatki winna wynosić 1.06 m w odległości 91,5 cm od tych linii. Najłatwiej to osiągnąć przez podstawianie w tem miejscu pod linkę, podtrzymującą siatkę, specjalnych palików.

Dla wygody dobrze jest dać zgóry na siatce szeroki pas z białego płótna. W ten sposób widzimy wyraźnie górny brzeg siatki. W celu ułatwienia szukania piłek, można z tyłu z obu stron placu postawić siatkę, wysokości 2,5 — 3,5 m.

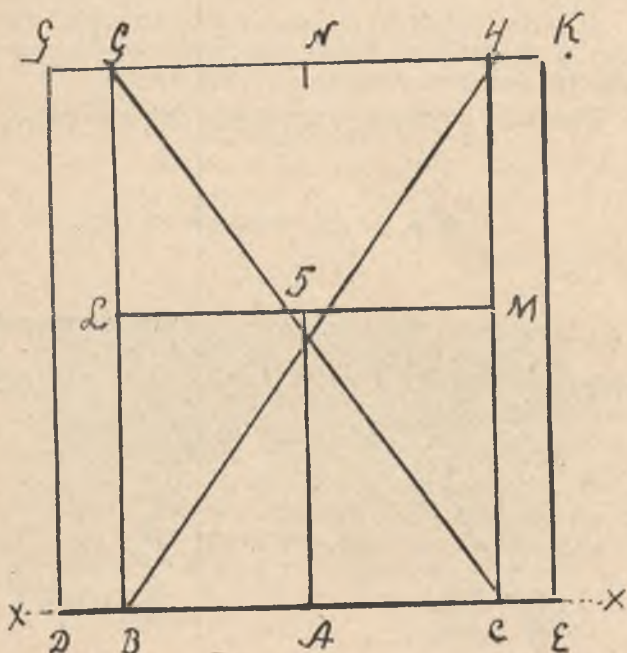
Mamy w ten sposób plac gotowy do gry.

## R Ó Ź N E

**Konopacka** startować będzie w dn. 12 czerwiec w Berlinie na międzynarodowych zawodach S. C. Charlottenburg. Na zawody te otrzymały również zaproszenia zawodniczki francuskie, czeskie, angielskie i szwedzkie.

**Zawody Grażyny** odbędą się w dn. 25 i 26 maja w Agrykoli.

**Mistrzostwo okręgu warszawskiego dla pań** w lekkiej atletyce odbędą się 18 i 19 czerwca, a pięciobój 31 lipca.





# TEGOROCZNE OBOZY P. W.

W roku bieżącym zorganizowane zostaną 3 obozy letnie:

1) nauczycielek, akademikzek, biuralistek i in., które odpowiedzą warunkom wieku i cenzusu naukowego. Obóz ten znajdować się będzie na Pomorzu;

2) młodzieży szkół średnich. Teren — Małopolska Wschodnia;

3) młodzieży szkół powszechnych i pozaszkolnej. Przewidywany teren — Wileńszczyzna.

Wszystkie obozy trwać będą od d. 1 lipca do d. 20 sierpnia, w tem kurs obowiązujący — do d. 15 sierpnia, wycieczki nieobowiązujące — od d. 16—20 sierpnia.

Dla urzędniczek, które nie będą mogły uzyskać dłuższego urlopu nad 4-rotygodniowy, przeprowadzony będzie kurs skrócony stopnia I-go z tem, że zobowiążą się dopełnić go w okresie zimowym.

Ilość zajęć dziennie — 8 godzin.

Po ukończeniu obowiązuje egzamin przed komisją egzaminacyjną.

W myśl powyższego, ułożono następujące warunki przyjęcia:

## DO OBOZU 1-GO.

1) wiek: 18 do 30 lat;

2) cenzus naukowy: 6 klas szkoły średniej lub wykształcenie równorzędne;

3) świadectwo lekarskie, stwierdzające zupełną zdolność do ćwiczeń fizycznych i życia obozowego, wydane przez lekarza szkolnego, wojskowego, powiatowego lub miejskiego;

4) złożenie pisemnej deklaracji według ustanowionego wzoru;

5) dla kandydatek na kurs II fachowy — świadectwo z ukończenia kursu stopnia I-go.

Warunki przyjęcia do obozów 2-go i 3-go są te same:

1) wiek — od lat 16-tu;

2) pozwolenie rodziców na piśmie;

3) i 4) — jak wyżej.

Zapisy do obozów przyjmuje się przez cały maj.

Przyjazd do obozu — d. 1-go lipca.

Zgłoszenia do obozów przyjmują następujące biura:

Na terenie Dowództwa Okręgu Korpusu Nr. 1. — Sekeja Warszawska Komitetu Sp. — Bednarska 23 m. 46.

D. O. K. Nr. II. — Instruktor Okręgowa Komitetu p. Nowosielska — Lublin, Krak.-Przedm. 49 m. 16.

D. O. K. Nr. III. — Instruktor Okręgowa Kom. p. Kudelska — Wilno, Portowa 6.

D. O. K. Nr. IV. — p. Szumlewska Janina — Łódź, Wodna 24.

D. O. K. Nr. V. — Instruktor Okręgowa Kom. p. Pawłowiczówna — Kraków.

D. O. K. Nr. VI. — Instruktor Okręgowa Kom. p. Podhorska — Lwów, Wronowskich 9.

D. O. K. Nr. VII. — p. Nadurowicz — Poznań, ul. Strusia 8.

D. O. K. Nr. VIII. — p. Bykowska Jadwiga — Grudziądz, Toruńska, 3 piętro, u p. Wielke.

D. O. K. Nr. IX.

D. O. K. Nr. X. — p. Damaszkówna — Przemyśl, ul. P. Skargi 24.

Poza tem zgłaszać się można bezpośrednio do zarządu Komitetu — Warszawa, Krak.-Przedm. 99, codziennie, prócz sobót i świąt, w godzinach od 11—15.

Co do opłat, kandydatki do obozu 1-go i 2-go składają po 30 zł.; połowę przy zapisie, drugą połowę po przybyciu do obozu.

Kandydatki do obozu 3-go obowiązują opłata do 10 zł.

Co do programów, obejmuje:

## KURS I-GO STOPNIA.

w obozie 1-szym i 2-gim:

1) wychowanie fizyczne:

a) administracja intendencka,

b) kucharstwo;

c) pływanie i wiosłowanie,

d) wycieczki piesze;

2) służbę wewnętrzną;

3) higienę i ratownictwo;

4) obronę przeciwgazową;

5) naukę o broni i strzelectwie;

6) organizację armji;

7) ćwiczenia polowe, polegające na grach polowych o najprostszym założeniu.

## KURS II-GO STOPNIA.

w obozie 1-szym:

1) Wychowanie fizyczne (jak w st. 1-szym) z dodaniem pogadanek z teorii w. f. i metodyki prowadzenia gier ruchowych;

2) służba wewnętrzna — praktycznie;

3) organizacja pracy p. w. k.; wojskowa i cywilna;

4) służba gospodarcza:

a) gimnastyka i lekka atletyka,

b) gry ruchowe,

5) ratownictwo (pierwsza pomoc).

W obozie 3-cim przeprowadzony będzie niższy kurs, którego program obejmuje:

1) wychowanie fizyczne;

2) służba wewnętrzna;

3) ratownictwo i obrona przeciwgazowa;

4) nauka o broni i szkoła strzelca;

5) gry polowe;

6) służba gospodarcza.

Przewidywana ilość kandydatek przewyższa znacznie normy dotychczasowe. Obozy obliczone są na 700 osób; 1-szy i 2-gi po 300, 3-ci — 100.

P. S. Deklaracje otrzymać można u instruktorów, według wyszczególnionych wyżej adresów.

H. C.



Warszawski Klub Wioślarek w drodze z kościoła na przystani w dniu otwarcia sezonu.





Nagrody, przeznaczone na zawody sportowe, organizowane przez „Wartę“ dn. 5 i 6.VI.

## SPORT KOBIECY W POLSCE

(Dokończenie).

IX. Zawodnicze narciarstwo męskie, zorganizowane i unormowane przez Skandynawów, rozwija się potężnie u wszystkich narodów, sport ten uprawiających. Zawodnicze narciarstwo kobiece zatrzymane jest na linii swego rozwoju z powodu wrogiego stanowiska tychże Skandynawów. Punkt ciężkości tkwi prawdopodobnie w nieodpowiednim temperamencie kobiety skandynawskiej dla narciarstwa zawodniczego. Nie posiadając dość wysokiej klasy zawodniczej w narciarstwie, Skandynawowie nie chcą zgodzić się na wprowadzenie biegów kobiecych w narciarstwie do programu igrzysk olimpijskich, nie chcąc tym sposobem stracić nie ze swej supremacji narciarskiej.

W interesie Polski, posiadającej najwyższą w Europie klasę narciarek - zawodniczek, leży forsowanie sprawy wprowadzenia zawodów kobiecych do olimpijskiego turnieju narciarskiego. Należałoby w tym kierunku uczynić wszelkie możliwe wysiłki, wciągając do akcji te kraje, które — jak Austria, i Czechy, również są w niej zainteresowane. W razie niemożności załatwienia sprawy w międzynarodowym związku narciarskim, możnaby zainicjować zajęcia się tą sprawą przez Międzynarodową Sportową Federację Kobiet. Oczywiście jest, że Polska, — kraj najbardziej zainteresowany i predestynowany na zwycięzcę — winien działać tu jaknajenergiczniej.

Jednocześnie należałoby uregulować zawodnicze narciarstwo kobiece na wewnętrznym rynku. Dotychczas niema żadnej standaryzacji zawodów. Trasy są dowolnie wyznaczane, tak pod względem długości jak jakości. Zawodniczki nie wiedzą jakiego rodzaju biegi mają trenować. Standaryzacja zawodów w kraju oraz wysunięcie odnośnych projektów na arenę międzynarodową — jest sprawą pierwszorzędnego znaczenia dla naszego narciarstwa kobiecego.

Wniosek 9. Celem ujednoczenia kobiecego narciarstwa zawodniczego, należy wprowadzić odpowiednią standaryzację. W celach obrony sportowych interesów Polski należy silnie propagować sprawę uwzględnienia narciarskich biegów pań w programie igrzysk olimpijskich. Dla zrealizowania tych zadań koniecznym byłoby utworzenie sekcji lub referatu kobiecego przy Polskim Związku Narciarskim.

Wnioski powyższe przyjęte zostały przez kongres ze zmianami następującymi:

Zamiast wniosku Nr. 6 przyjęto następujący:

„Kongres poleca zarządowi Związku Związków zwołanie w ciągu bieżącego roku w porozumieniu z p. K. Muszałówną i członkiniami Rady Naukowej Wychowania Fi-

zycznego specjalnego zjazdu, poświęconego wychowaniu fizycznemu i sportowemu kobiet.

W zjeździe wezmą udział organizacje kobiece, sfery nauczycielskie i lekarskie jak również osoby, zajmujące się tą sprawą.“

Zamiast wniosku Nr. 9 — przyjęto następujący:

„Kongres oświadcza się za tem, żeby na igrzyskach olimpijskich i w zawodach międzynarodowych rozszerzyć zakres sportów, do których dopuszczone są kobiety i zaleca polskiemu związkowi sportowemu rozwinięcie akcji w tym kierunku.

Kongres uważa za wskazane, aby polskie związki sportowe przy wyborze swych zarządów i komisji sportowych powoływały w miarę możliwości do ich składu referentki sportu kobiecego w danym dziale.“

Ponadto przyjęto dodatkowo dwa jeszcze wnioski:

„Kongres uważa sport pływacki za jeden z najbardziej odpowiednich dla kobiet, na propagandę którego kładzie należy największy nacisk.“

„Kongres, uważając rozwój sportu wśród kobiet za jeden z głównych postulatów wychowania fizycznego, poleca związkowi i klubom sportowym poparcie organizacyjne i techniczne ruchu sportowego kobiet.“

### TERMINARZ ZAWODÓW W BYDGOSZCZY.

29.V. 1927. Zawody lekko-atletyczne pań o mistrzostwo P. O. Z. L. A. 11/12.VI. 1927. Święto sportu kobiecego — Miejski Komitet W. F. i P. W. 26.VI. 1927. Turniej tenisowy Bydgoskiego Klubu Sportowego o mistrzostwo Klubu. 28/29.VIII. 1927. Zawody międzyklubowe (lekko-atletyczne) pań. 7.IX. 1927. Turniej tenisowy o mistrzostwo miasta.

### OD REDAKCJI:

W Nr. 5 „Startu“ ukaże się dalszy ciąg „Wzorów ćwiczeń gimnastycznych“ oraz obszernie omówienie zawodów hipiecznych pań w konkursie międzynarodowym.

### 3.500 KILOMETRÓW CODZIENNIE

przelatują samoloty Polskiej Linji Lotniczej w regularnej komunikacji.

Warszawa, Nowy Świat Nr. 24, tel. 9-00 i 19-88; lotnisko tel. 8-50.

Kraków, Św. Anny 4, tel. 32-22; lotnisko tel. 25-45.

Lwów: Tow. „Orbis“, ul. Jagiellońska 8-11; lotnisko tel. 22-75.

Łódź, ul. Piotrkowska, tel. 3-11; lotnisko tel. 26-15.

Gdańsk - Wrzeszcz, tel. 415-31.

Wiedeń, Tegetthofstrasse 7, Mezzanin tel. 71-0-84; lotnisko tel. 48-5-60.

Najszybszy i bezpieczny przewóz pasażerów, poczty i towarów.

## „NARÓD I WOJSKO“

DWUTYGODNIK

ukazuje się 1 i 15 każdego miesiąca

pod redakcją

WŁADYSŁAWĄ LUDWIKĄ EVERTA

Cena gr. 10.

Żądać w kioskach i koszykach.

Ceny ogłoszeń: jednorazowo  $\frac{1}{4}$  kolumny — zł. 200.—,

$\frac{1}{2}$  — zł. 100.—,  $\frac{1}{3}$  — zł. 50.—,  $\frac{1}{8}$  — zł. 25.—.

Redaktor „Startu“ przyjmuje interesantów w poniedziałki i czwartki w godzinach od 1 — 2 po południu.

Adres Redakcji i Administracji: Warszawa, Al. Ujazdowska Nr. 32, m. 1. Tel. 130-46. Konto P. K. O. 14558.

Cena prenumeraty: w Warszawie (z odniesieniem do domu) i na prowincji (z przesyłką pocztową) — miesięcznie 1 złoty, — kwartalnie 2 zł. 70 gr.