

ROK II.

Nr.

21.

DWU
TYGODNIK
ILUSTROWANY



TART

POWIECONY

WYCH: FIZ:
KOB: SPORTO
HYGIENIE M



Pierwszy zeszyt
listopadowy 1928 r.

Najznakomitsza sportslady
Dalekiego Wschodu
JAPONKA HITOMI

Cena egz.
50 groszy.



Pierwszą osadę kobiecą na ósemce trenował w ub. sezonie AZS Warszawa.

DZIESIĘCIOLECIE PRACY

W chwili, kiedy cała Polska uroczystie obchodzi dziesiątą rocznicę swej niepodległości, kiedy skupiamy myśl w rozpamiętywaniu tego dorobku kulturalnego i ekonomicznego, jaki wypracowaliśmy sobie w ciągu wspomnianego czasokresu, sportowy świat polski winien również rzucić okiem wstecz i zdać przed samym sobą i przed całym społeczeństwem rachunek sumienia z dokonanej pracy.

Najbardziej interesujące i zarazem najdonioślejsze zagadnienia, które należałoby dziś właściwie krytycznie i obiektywnie roztrząsać, sprowadzałyby się do dwóch kwestyj: co uczynionem zostało i czy właściwe są drogi, po których w rozwoju swym kroczy sport polski.

Rozpatrzmy kolejno każde z postawionych pytań.

Na pierwsze pytanie odpowiedź jest łatwa: w ciągu ostatnich lat dziesięciu uczynionem zostało niemal wszystko to, co w dziedzinie sportu i wychowania fizycznego dziś posiadamy.

W tem ujęciu sprawy niema przesady. Przed dziesięcioma laty, ściślej biorąc — przed rokiem 1914 — prócz Sokoła, który prowadził na szeroką skalę ćwiczenia gimnastyczne, prócz paru klubów wioślarskich, oraz drobnych poczyniń w dziedzinie lekko-atletyki — nie mieliśmy nic więcej. Dopiero po ukończeniu wielkiej wojny sport zaczyna zdobywać sobie prawo do życia, niekrepowany wrogiemi zakazami. Rokiem, w którym umacnia się i centralizuje działalność i organizacja sportu jest dopiero 1920 rok.

W okresie rozpamiętywanego dziesięciolecia wyodrębnić należy dwa zasadnicze podokresy. W pierwszym z nich który trwał do końca prawie 1926 roku sport polski rozwijał się z wielkim trudem, skazany na własne wylądowanie zasoby materialne, pozbawiony pomocy i szerszych zainteresowań ze strony czynników państwowych i miejskich. W okresie tym wymienione czynniki udzielają minimalnej pomocy organizacjom sportowym, nie biorąc prawie żadnego udziału w poważniejszym inwestowaniu urządzeń sportowych o charakterze użyteczności publicznej.

Przełomową chwilą jest początek 1927 roku, kiedy to Marszałek Piłsudski powołuje do życia Państwowy Urząd Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego, na Dyrektora Urzędu desygnując ppłk. Sztabu Generalnego Juliusza Ulrycha.

Możemy śmiało powiedzieć, że od tej chwili kwestja wychowania fizycznego i sportów dzięki racjonalnej opiece państwa zostaje postawiona na właściwym poziomie. Kwestja budowy stadjonów i boisk sporto-

wych, pływalni, ogrodów dla dzieci i wszelkiego rodzaju innych urządzeń sportowych znalazła w Urzędzie właściwą opiekę i pomoc. Nasz sportowy stan posiadania w drugim podokresie dziesięciolecia Państwa Polskiego poprawił się bardzo poważnie.

Przed dziesięcioma laty mieliśmy zaledwie nieliczne jednostki, które mogły sobie pozwolić na luksus uprawiania sportów. Dziś idea kultury fizycznej wprowadziła na zielone boiska dziesiątki tysięcy młodzieży wszystkich stanów. Na czele rozwoju sportów kroczy stolica, ale niewiele ustępują jej miasta prowincjonalne, a nawet i wieś zdolano częściowo wciągnąć w orbitę wpływów sportu.

Niemniejszą poprawę obserwujemy w dziedzinie wyników sportowych. W ciągu lat dziesięciu zawodnicy nasi uczynili wielki skok naprzód. We wszystkich dziedzinach zbliżyliśmy się do poziomu europejskiego, w niektórych jesteśmy jak równi z równymi, w kilku specjalnościach należymy do ekstra-klasy świata.

W dorobku sportu polskiego jeszcze jedną zanotować należy pozycję: jest nią — przełamanie obojętności społeczeństwa dla spraw wychowania fizycznego. Fakt ten jest tem donioślejszego znaczenia, że gwarantuje dalszy pomysłny rozwój idei sportów.

Odpowiedź na drugie, postawione przez nas pytanie, jest znacznie trudniejsza do sformułowania. Kwestja — czy rozwój sportów w Polsce idzie po właściwej drodze — wymagałaby szerokich omówień, na które w artykule niniejszym pozwolić sobie nie możemy. — W każdym razie stwierdzić należy, że organizacje sportowe, będące głównym czynnikiem w rozwoju sportów, zbyt wielką wagę przywiązują do wyników sportowych, mniej interesując się zadaniami demokratyzacji sportu. Zjawisko to jest może największą naszą bolączką: zbyt mało osób uprawia sport, zbyt mało uwagi zwracają kluby na te jednostki, które stanowią materiał przeciętny.

Dlatego też hasłem, pod którym odbywać się będzie praca lat następnych, winny być słowa: „sport dla wszystkich”.

Że po tej właśnie linii pójdzie dalszy rozwój sportów w Polsce — gwarantuje nam Państwowy Urząd Wychowania Fizycznego, którego program pracy wysuwa na lata najbliższe konieczność inwestowania urządzeń sportowych o charakterze użyteczności publicznej, nieograniczonej ramami poszczególnych klubów. Zasada arcyzdrowa, arcyracjonalna i dojrzała po dokonaniu wielu eksperymentów. Przyklasnąć jej możemy szczerze i możemy też dzięki niej spokojnie patrzeć w przyszłość.

UWAGI O STOSOWANIU GIMNASTYKI RUCHOWEJ

BUDOWA I PRZEPROWADZENIE OSNÓW LEKCYJNYCH.

Każda lekcja gimnastyki powinna zawierać odpowiednio dobrane ćwiczenia ze wszystkich 4-ech głównych grup w stosunku do ich wartości wychowawczej i to w ten sposób, aby używały dużo ruchu oraz podnosiły pogodny nastrój u ćwiczących. Oddziaływanie na poprawę postawy usuwa się na plan drugi, lecz nie wolno go zaniedbywać. Aby uniknąć jednostronności i móc się zorientować w materiale, który każdorazowo należy przerobić, układamy osnovy lekcyjne według następującego schematu:

A. Ćwiczenia wstępne:

1. Ćwiczenia porządkowe,
2. „ „ „ głowy i szyi,
3. Jedno lub kilka ćwiczeń kończyn górnych,
4. Jedno lub kilka ćwiczeń kończyn dolnych.

B. Ćwiczenia główne.

1. Jedno lub kilka ćwiczeń równowagi,
2. Ćwiczenie zwisu (łatwiejsze).
3. Serja ćwiczeń tułowia,
4. Ćwiczenie zwisu (trudniejsze),
5. Chody i biegi (płasy),
6. Skoki i ćwiczenia zręcznościowe.

C. Ćwiczenia końcowe:

1. Jedno lub kilka ćwiczeń kończyn górnych,
2. Jedno lub kilka ćwiczeń kończyn dolnych,
3. Pożegnanie.

Jak widzimy, układ ten różni się od układu w dawnej gimnastyce szwedzkiej.

Ponieważ stwierdzono, iż dotychczasowe osnovy lekcyjne były zbyt długie i zazwyczaj niemożliwe do przeprowadzenia, jak również z innych powodów ilość ćwiczeń w grupie A została zredukowana. Ćwiczenia te składają się przeważnie z łatwych i dobrze znanych ruchów, które przeprowadza się bądź do taktu, albo w rytmie osobistym ćwiczących (patrz niżej). Kolejność ćwiczeń 2-4 włącznie nie gra roli, przyczem można je powtarzać.

W grupie B na pierwszym miejscu umieszczono ćwiczenia równowagi, przez wzgląd na to, że wymagają one dużo spokoju i opanowania układu nerwowego. Niewłaściwym więc jest stosować przed nimi ćwiczenia (dawniej: skłon napięty i zwis), które stawiają duże wymagania pracy serca, płuc oraz wielkich grup mięśniowych i w ten sposób przeszkadzają w osiągnięciu koniecznego spokoju. Również z tego względu ilość ćwiczeń w grupie A została zredukowana.

Skłon napięty nie istnieje więcej jako oddzielna grupa, lecz został włączony do ćwiczeń tułowia.

Łatwiejsze ćwiczenie zwisu stosuje się zazwyczaj jako masowe.

W ćwiczeniach tułowia należy uwzględnić zarówno pracę statyczną mięśni (tylko w ich normalnej długości) jak i dynamiczną (przy wydłużaniu i skracaniu) i to we wszystkich możliwych kombinacjach. Ilość ćwiczeń tułowia, wchodzących w skład jednej lekcji, zależy od stanu ćwiczących: wieku, płci, stopnia wyćwiczenia, zmęczenia i t. p., jak również od ilości czasu, jaką rozporządzamy. Pamiętać jednak należy, że brakujące rodzaje ćwiczeń tułowia w jednej osnovie, powinny być uzupełnione w następnych.

Co do kolejności tych ćwiczeń, to nie stanowi różnicy, czy najpierw będziemy poruszali kregosłup w płaszczyźnie strzałkowej, a potem w poziomej, czy odwrotnie. Dbać tylko należy o jaknajmniejszą stratę czasu na przerwy między nimi oraz o to, aby nie przeciążać tych samych narządów ruchu. Co się tyczy pierwszego warunku, to wypowiemy się nieco później, zaś to drugie daje się osiągnąć, jeśli pomiędzy dwa ćwiczenia, zatrudniające głównie

te same grupy mięśniowe lub stawiające duże wymagania pracy płuc, serca i układu nerwowego, wtrąca się ćwiczenie, zatrudniające inne grupy mięśniowe, albo trudniejsze przeplata się łatwymi ćwiczeniami kończyn dolnych.

Drugie ćwiczenie zwisu umieszczono przed ćwiczeniami chodu i biegu, aby w czasie trwania ich mięśnie kończyn górnych miały możliwość odpoczynku, albowiem następna grupa — skoki mieszane i ćwiczenia zręcznościowe — stawiają również duże wymagania ich pracy.

Ćwiczenie to stosuje się zazwyczaj jako jednostkowe, a przeto praktyczniej jest umieścić je na końcu lekcji w ćwiczeniach drużynami.

Ćwiczenia zręcznościowe i skoki można niekiedy zastąpić grami ruchowymi, płasami, korowodami lub tańcami ludowymi; zwłaszcza w gimnastyce dziewczęcej.

Grupa C składa się mniej więcej z tych samych rodzajów ćwiczeń co i grupa A, lecz na tem miejscu przeobraża się je w znacznie wolniejszym tempie. Najczęściej grupę C przez wzgląd na długość osnovy lekcyjnej usuwa się, zastępując ją przebieganiem się. Aby przywrócić rozluźnioną nieco w czasie ćwiczeń drużynami karność, bezpośrednio przed zakończeniem lekcji stosuje się „pożegnanie“ w kolumnie ćwiczebnej lub w dwuszeregu.

W schemacie tym daje się zauważyć zupełny brak ćwiczeń oddechowych. Oddychanie jest czynnością, która normalnie reguluje się sama, mechanizm zaś oddechowy rozwija się w naturalny sposób, gdy zaostrza się wymagania dotyczące wentylacji płuc, jak to ma miejsce przy ćwiczeniach ciała.

Jak wykazują badania fizjologiczne (Lindhard, Liljestrand), bezpośrednie wkraczanie prowadzącego ćwiczenia w tę czynność jest zbyt szkodliwe, a może nawet niebezpieczne.

Niektóre ćwiczenia, jak skoki, ćwiczenia zręcznościowe, niektóre zwisy i t. p. są w wybitnej mierze ćwiczeniami jednostkowymi. Aby przeprowadzić je z jaknajmniejszą stratą czasu, dzielimy oddział na 3 — 6 drużyn w zależności od miejsca, ilości ćwiczących, wyposażenia sali i t. p.

Podział oddziału na drużyny posiada i tę dobrą stronę, że jesteśmy w stanie rozsegregować ćwiczących według ich sił, sprawności oraz wyćwiczenia. Na ćwiczenia te poświęcamy połowę lekcji.

Ponieważ nie można jednocześnie zwracać uwagi na wszystkie drużyny, ani dać obrony przy trudniejszych ćwiczeniach, należy dla każdej drużyny wyznaczyć drużynowych, których obowiązkiem jest baczyć na porządek oraz dać obronę przy skokach i ćwiczeniach zręcznościowych.

Wskazaniem jest od czasu do czasu przerwać ćwiczenia i polecić jednemu lub kilku z lepszych ćwiczących, by zademonstrował ćwiczenie, zwłaszcza jeśli to jest ćwiczenie nowe.

Schemat lekcyjny w tej postaci nadaje się dla starszych chłopców i mężczyzn oraz z pewnymi odmianami dla młodszych dziewcząt (aż do okresu dojrzewania); natomiast dla starszych dziewcząt i kobiet ze względu na zmianę zasobu materiału ćwiczebnego powinien być zasadniczo zmieniony.

W związku z wymaganiami, stawianymi gimnastyce dziecięcej, schemat lekcyjny dla dzieci winien być nieco odmienny od normalnego; dotyczy to głównie skoków i ćwiczeń zręcznościowych, które należy zastąpić grami i zabawami ruchowymi, oraz ćwiczeń, wymagających dużego skupienia uwagi, jak również ćwiczeń ściśle określonych co do formy o silnym działaniu lokalnym, które powinny być całkowicie wyeliminowane z gimnastyki dziecięcej.

D. R.

(D. c. n.).

SPORT KOBIECY W POZNAŃSKIEM



Najlepsza „osada Poznańskiego” Klubu Wioślarek

Na terenie województwa Poznańskiego sport kobiecy poza Poznaniem nie istnieje, gdyż tylko w stolicy Wielkopolski jest on zorganizowany i systematycznie uprawiany. Istniały co prawda swego czasu sekcje kobiece „Dyskobolji” (Grodzisk) i „Stelli” (Gniezno), z których ostatnia zapowiadała się dobrze, lecz niestety zanikły one z niewiadomych przyczyn.

Na prowincji możnaby znaleźć materiał wcale dobry, gdyż jak wykazują sprawozdania z zawodów szkolnych, znajdują się wśród żeńskiej młodzieży wybitne talenty, które przechodząc później na wyższe studia zapoznają się bliżej i systematycznie ze sportem. Oczywiście, tracą one bezpowrotnie około 2 lat, które mogłyby już wykorzystać na wstępną zaprawę do sportów. Tutaj ma szkoła jeszcze bardzo wiele do zrobienia, gdyż sporty, uprawiane przez zapalone dziewczęta „na dziko” i bez racjonalnego kierownictwa przynoszą więcej szkody niż korzyści.

W Poznaniu nasze panie zorganizowały się należycie i praca idzie normalnym trybem. Niema co prawda jeszcze wyłącznych klubów żeńskich (poza niedawno zor-

ganizowanym „Klubem Wioślarek”), lecz istnieją przy męskich klubach samodzielne (do pewnego stopnia) sekcje, które uprawiają różne gałęzie sportu, a mianowicie: lekką atletykę, wioślarke, pływanie, tenis i szermierkę.

Brak samodzielnych klubów tłumaczy się nie tyle brakiem zainteresowania, ile brakiem odpowiednich organizatorek i osób, któreby się zajęły prowadzeniem danych klubów.

Wśród uprawianych przez Poznanianki gałęzi sportu, należy na pierwszym miejscu postawić lekką atletykę, która przoduje pod względem jakościowym i ilościowym. Istnieją w Poznaniu trzy mniej więcej równorzędne sekcje, „A. Z. S.”, „Sokół” i „Warta”. Oddział pań „A. Z. S.”, który posiada od początku swego istnienia doskonałych trenerów, (instruktorów poznańskiej Centralnej Szkoły Wychowania Fizycznego), rozwija się coraz lepiej i obecnie pod względem liczby członkiń stoi na pierwszym miejscu. Co do „Sokoła” i „Warty”, lekkoatletki pilnie pracują i stale wyniki swoje poprawiają, mimo braku odpowiednich instruktorów fachowych, o których, w przeciwieństwie do lat ubiegłych, w roku bieżącym się nie postarano. „Sokół”, który więcej pracuje wszczep, przygotowuje sobie narybek, mogący odegrać w przyszłości większą rolę, jak o tem można wnioskować z ostatnich zawodów młodzików, gdzie uzyskano szereg wcale ładnych wyników.

Najlepsze wyniki lekkoatletyczne na terenie P. O. Z. L. A. (nie wszystkie są zatwierdzone jako rekordy okręgowe), przedstawiają się następująco: 60 m. — 7,9 sek. (Szymańska, „Warta”); 100 m. — 13,2 sek. (Kasprzakówna, „Sokół”); 200 m. — 29 sek. (Krótkówna, „Warta” i Kasprzakówna, „Sokół”); 1000 m. — 3 m. 3 sek. (Woźniakówna, „Sokół”); 80 m. przez pł. — 15 sek. (Lanżanka, „A. Z. S.”); skok wzwyż — 1,37 m. (Frydrychówna, „Warta”); skok wdal z rozb. — 4,71 m. (Szymańska); skok wdal z m. — 2,22 m. (Lanżanka); dysk jednor. — 29,77 m. (Krótkówna, „Warta”); dysk oburącz — 45,93 m. (Krótkówna); kula jednorącz — 8,47 (Musielewska, „Warta”); kula oburącz — 14,17 (Frydrychówna); oszczep jednorącz — 31,43 (Lanżanka); oszczep oburącz — 53,23 (Lanżanka); Pięciobój — 3.175,19 pkt. (Lanżanka).

Wioślarke uprawiają jedynie panie z Sekcji Wioślarskiej A. Z. S., oraz niedawno powstały „Poznański

Lekkoatletki



*Od lewej: 1) grupa lek
2) Lanżanka i Fellne
czepniczki A. Z. S.,*



poznańskie



*koatletek z A. Z. S.,
równa, doskonałe osz-
3) Lekkoatletki Warty.*

Klub Wioślarek". Sekcja A. Z. S., jest bardzo szczupła i nie może się należycie rozwinąć z powodu poważnych braków organizacyjnych. „Poznański Klub Wioślarek“, który obecnie liczy już kilkadziesiąt członkiń, ma po zaledwie kilkumiesięcznym istnieniu, — poważny sukces do zanotowania, gdyż na tegorocznych jesiennych regatach międzyklubowych w Poznaniu, pobił dobrą czwórkę A. Z. S. Klub posiada własny szalas i jedną łódź (czwórkę półwysięgową); pozatem korzysta od chwili powstania z wybitnej pomocy życzliwego sąsiada „Klubu Wioślarskiego z 1904 r.“, który bezinteresownie pożycza łódzie oraz pozwala wioślarkom ćwiczyć w swoim basenie (zimną ogrzewanym). Tę szlachetną opiekę i wspaniałomyślną uczynność, które świadczą o prawdziwym zrozumieniu idei sportowej ze strony „K. W. z 1904 r.“, należy ze specjalnem uznaniem podkreślić i postawić innym towarzystwom jako wzór do naśladowania.

Co do **plywania**, to niema specjalnych sekcji żeńskich. Kilka klubów tutejszych zebrało szereg pań, które uprawiały pływanie w ciepłe dni letnie, lecz naogół, poza drobnymi wyjątkami, Poznanianki mało zajmują się tym sportem, chociaż warunki są dobre (2 pływalnie ze stojącą wodą, z tych jedna 10-cio torowa długości 50 m., oraz kilka rzecznych). Najliczniejszy zastęp pływaczek posiadał A. Z. S. Pływaczki te mogłyby coś zrobić w przyszłości, gdyby chciały ćwiczyć. Należy się jednakże spodziewać, że pod

tym względem już w następnym sezonie nastąpi korzystna zmiana i że pływaczki poznańskie dojdą do przekonania, że bez racjonalnego treningu niema wyników.

Tennis uprawiany jest w „Warcie“ i A. Z. S-ie“, lecz w stosunku do innych klubów polskich stoi na niskim poziomie.

Szermierkę uprawia tylko Sekcja Szermiercza A. Z. S., która na gruncie poznańskim zdobywa sobie coraz więcej zwolenniczek. Wśród kilkudziesięciu ćwiczących członkiń już teraz wybija się kilka talentów, które w następnych mistrzostwach Polski odegrają niemałą rolę.

Ze sportów zimowych tylko jednostki uprawiają **łyżwiarstwo**; specjalnych klubów ani sekcji żeńskich niema, co tłumaczy się w głównej mierze brakiem lodu.

Narciarstwo wogóle jest nieznane. Zaledwie kilka pań w „A. Z. S-ie“, nauczyło się jeździć na nartach w Zakopanem, lecz nie mogą uprawiać tego sportu w Poznaniu, gdyż niema najważniejszego czynnika — śniegu, odpowiedniego dla nart.

Co do **gier sportowych**, to są one mało znane; uprawia się je tylko dodatkowo do lekkiej atletyki. Są jednakże widoki, że w niedługim czasie nastąpi zmiana na lepsze, gdyż zwolenniczek jest dużo, a brak było tylko odpowiedniej inicjatywy.

Największą bolączką Poznania jest brak odpowiednich instruktorów, wzgl. instruktorek sportu. *Lka.*



Na wycieczce.

POCZĄTKI ŻEGLARSTWA KOBIECEGO



Szycie żagli.

Pojawienie się na widnokręgu sportowym żeglarerek, prowadzących pewnie i śmiało łódzie, mimowoli nasuwa pytanie: skąd się wzięły? gdzie były dotąd? jak się żeglarstwa nauczyły?

Odpowiedź na to pytanie dać może rzut oka wstecz na ogólny rozwój żeglarstwa.

Przy powstawaniu u nas jacht-klubów znaleźli się jako ich inicjatorzy starsi i doświadczeni żeglarze, którzy ujęli w swe ręce stery pierwszych naszych łodzi.

Żeglarstwo jest sportem tak ściśle związanym z turystyką, że nie dziwnego, iż po tej linii poszła od początku jego działalność.

Dłuższe wycieczki łodzią żaglową wymagały liczniejszej i wyszkolonej załogi — do obsługi żagla, do organizowania postojów i posiłków.

Chętnie były w krótkim czasie na tych wycieczkach widziane nasze panie, które szybko wyszkoliły się w obsłudze żaglówek, a wykazywały zwykle duże wartości organizacyjne i gospodarcze.

Tak więc, jako „jungi“ i „koki“ weszły nasze panie do żeglarstwa.

Widziłyśmy już od kilku lat członkinie wojkowego Yacht-Klubu i Sekcji Żeglarskiej A. Z. S. na dalszych i bliższych wycieczkach wiślanych, na wy-

cieczkach do Gdyni i Krakowa (trwających miesiąc i t. d., a 15-letnią pannę Szwykowską w podróży z ojcem wiślaną jolką aż do Kopenhagi.

Nie był to najlepszy sposób szkolenia — na dużych łodziach i wymagający długiego czasu — lecz on wyprowadził na wodę pierwsze żeglarki.

Część załogi turystycznej z biegiem czasu stawała się załogą regatową. Widziemy więc członkinie klubów, biorące udział w regatach wewnętrznych i międzyklubowych w Warszawie oraz w Gdyni.

Dorywcze samodzielne prowadzenie łodzi po jakimś czasie wykazuje, że są one niegorszymi żeglarkami.

Od roku 1926 następują pierwsze wystąpienia żeglarerek jako samodzielnych sterniczek.

W W. Y.-K. w biegu nowicjuszków żeglarka zajmuje pierwsze miejsce w biegu panów.

W roku bieżącym członkinie Yacht-Klubu Polski odnoszą duży sukces na regatach w Trokach.

Początki żeglarstwa kobiecego tkwią więc w turystyce. Obecnie wobec zorganizowania na regatach biegów pań — kierunek turystyczny i sportowy — rozwijać się nadal powinny równolegle a pomyślnie.



Znakomita oszczepniczka czeska, Olmerowa.

Sport i wychowanie fizyczne, będące przed kilku jeszcze laty prawie wyłącznie rozrywką sfer zamożniejszych i jednym z przywilejów klas posiadających, obecnie w szybkim swym rozwoju ogarnia coraz szersze masy, które skwapliwie zaczynają korzystać z dobrodziejstw, płynących z uprawiania sportów. O ile dawniej słysząc słowo „sportsman“ wyobrażaliśmy sobie mimowoli znudzonego lorda lub ekscentrycznego yankesa, który na korcie tenisowym, na turfie, względnie na pokładzie luksusowego jachtu poszukuje nowych wrażeń, o tyle teraz pod nazwą sportowca rozumiemy zwykłego człowieka, który przez pewne ćwiczenia i racjonalny tryb życia jest typem zdrowym zarówno fizycznie, jak moralnie.

Jak już zgodzili się w licznych artykułach i dyskusjach wszyscy niemal publicyści sportowi, sfery robotnicze są jednym z najwznieśliwszych pól, na jakich sport może wyraźnie wykazać swój dobroczynny wpływ na zdrowie i kulturę. Najlepszym dowodem tego są liczne stowarzyszenia robotnicze kulturalno-sportowe, gdzie sport jest jednym z głównych środków do osiągnięcia zamierzonego celu, i z roku na rok powiększająca się ilość młodzieży robotniczej w tych stowarzyszeniach, która po całodziennej pracy w warunkach, często urągających najelementarniejszym wymaganiom higieny, bardziej może, niż ktokolwiek inny, potrzebuje ruchu i powietrza.

KOBIECY SPORT ROBOTNICZY

Mając to wszystko na względzie, jednostki, stojące na czele robotniczych organizacji sportowych, postanowiły, rozszerzyć jak najbardziej swą działalność i objąć nią również młodzież żeńską. Warunki ku temu — rzecz dziwna — nie zawsze były sprzyjające. Mimo wyraźne humanitarnych celów, stanowiących wytyczne sportu robotniczego, organizatorzy nierzadko spotykali się wśród kobiet z przesadami i niechęcią, wywołaną częściowo niepotrzebnie mieszaną do sportu polityką, częściowo zaś panującymi jeszcze dotąd w sferach mniej inteligentnych małomieszczańskimi przekonaniami, że sport jest czymś niemoralnym. Dzięki jednak wyteżonej i energicznej pracy organizatorów mamy obecnie w całej Polsce szereg kobiecych sekcji przy klubach robotniczych, skupiających w swych szeregach około 500 osób z pośród żeńskiej młodzieży pracującej.

Pierwszym klubem robotniczym, który uruchomił sekcję kobiecą, była warszawska Skra, jedno z najbardziej zasłużonych stowarzyszeń dla rozwoju sportu robotniczego w Polsce. Sekcja kobieca Skry, czynna od lat trzech, obejmuje ponad 20 członkiń, przy czym mimo niekorzystnych po większej części warunków fizycznych niektóre z nich są wszechstronnymi lekkoatletkami, wyniki ich zaś aczkolwiek nie stoją na poziomie rekordowym, dowodzą równomiernego ogólnego rozwoju. Na czoło zawodniczek Skry wysuwa się w lekkiej atletyce Wendówna, dobrze zapowiada się Domagalanka. Poza lekką atletyką członkinie Skry uprawiają gry sportowe, jak hazarda i siatkówka, przy czym drużyna hazardy uzyskuje w mistrzostwach Warszawy szereg zaszczytnych wyników i 4-te miejsce w klasyfikacji ogólnej. W stadjum organizacji znajduje się pływanie i szermierka.

Pozatem dla intensywnego rozwoju sportu wśród kobiet charakterystyczny jest właśnie rok bieżący. W latach ubiegłych poza Skrą widzieliśmy jeszcze zawodniczki żydowskich klubów robotniczych, Jutrznia i Promienia, których wyniki stały jednak na bardzo niskim poziomie. Obecnie trenują już panie w Sarmacie czerwonych, również Świt posiada kobiecą sekcję gimnastyczną, a założony w roku ubiegłym Kobiecy Klub Robotniczy „Start“, najliczniejszy ze wszystkich, prowadzi działalność bardzo ożywioną, głównie w kierunku rozwoju fizycznego i higieny przez ćwiczenia gimnastyczne wśród kobiet pracujących.

Jeżeli chodzi o jakość sportową, to najwyżej stoi bezsprzecznie sekcja lekkoatletyczna Legji krakowskiej,



Rzut kulą na zawodach robotniczych o mistrzostwo Polski.

która mimo niedługiej stosunkowo działalności posiada w swych szeregach kilka lekkoatletek wszechstronnie uzdolnionych i mogących współzawodniczyć nawet z czołowymi polskimi zawodniczkami. Zaliczyć do nich należy przede wszystkim Babrajową i Stępniewską, posiadaczki wszystkich niemal rekordów robotniczych. Poza Legją z klubów prowincjonalnych dobrze się rozwija sekcja lekkoatletyczna i gier sportowych przy łódzkim T. U. R., a także sekcje kobiece klubów górnośląskich, które jednak główny nacisk kładą na gimnastykę i rytmikę.

W ciągu sezonu ubiegłego zawody kobiece wchodziły w skład programu wszystkich imprez sportowych, organizowanych w związku ze Złotami Okręgowymi i Świętami Młodzieży Robotniczej, przy czym po rozegraniu mistrzostw okręgowych odbyły się w Warszawie po raz pierwszy mistrzostwa Polski, w których wszystkie prawie pierwsze miejsca przypadły zawodniczkom krakowskiej Legji.

W związku ze zbliżającym się sezonem zimowym wszystkie kluby urządzają gimnastykę zimową w całym szeregu ośrodków, pod kierunkiem fachowych instruktorów, co niewątpliwie wpłynie b. dodatnio na wyniki sezonu nadchodzącego, mimo, że nie rekordy, ale masowe uprawianie sportu jest głównym celem Zw. Rob. Stow. Sportowych.

Na zakończenie warto podać szereg najlepszych rezultatów w lekkiej atletyce, uzyskanych przez zawodniczki robotnicze, celem zobrazowania poziomu, na jakim sport ten się znajduje, a mianowicie:

60 m. — Babrajowa (Legja - Kraków) 8.8 sek.
100 m. — Stępniewska (Legja - Kraków) 14.4 sek.
200 m. — Stępniewska (Legja - Kraków) 29.4 sek.
800 m. — Stępniewska (Legja - Kraków) 2:48.7

skok wzwyż — Wenelówna i Domagalanka (obie Skra - Warszawa) po 123 cm.

skok w dal — Wenelówna (Skra) 416 cm.

rzut dyskiem — Babrajowa (Legja - Kraków) 25.15 m.

Jak więc widać z powyższego zestawienia, są to wyniki jak na początek najzupełniej zadowalające i pozwalają się spodziewać na przyszłość pomyślnego rozwoju sportu wśród kobiet pracujących, a co zatem idzie, — odrodzenia fizycznego naszej klasy robotniczej.

Dr.



Drużyna hazardy R. K. S. „Skra“ cieszy się szeregiem sukcesów.



Sekcja lekkoatletyczna pań K. S. Orzeł.

ORGANIZACJA WYCIECZEK NA POWSZECHNĄ WYSTAWĘ KRAJOWĄ W POZNANIU

Na mocy porozumienia z Powszechną Wystawą Krajową w Poznaniu, która odbędzie się od maja do września 1929 roku, Polski Touring-Klub podjął się przeprowadzenia propagandy zagranicznej i całkowitej organizacji wycieczek zagranicznych, jakoteż krajowych.

P. T. K. otrzymuje cały szereg poważnych zgłoszeń zagranicznych; o ilości wycieczkowiczów można sądzić choćby z tego, że 217 kongresów i zjazdów odbędzie się podczas trwania Wystawy.

Z powodu konieczności poczynienia niezbędnych przygotowań, dotyczących się środków przewozowych, mieszkań, aprowizacji, oprowadzania i t. p., instytucje i osoby zainteresowane winny uprzednio porozumieć się z Polskim Touring-Klubem (Mazowiecka 10 m. 3).



Zespoły strzeleckie Radom—Warszawa (19:0) w meczu hazardy.

LEKKA ATLETYKA



W niedzielę ubiegłą rozegrany został ostatni punkt kobiecych mistrzostw Polski, rzut dyskiem oburącz.

Do konkurencji stanęły dwie tylko zawodniczki: Konopacka i Kobielska. Pierwsze miejsce zdobyła Konopacka, bijąc swój własny rekord światowy wynikiem 66 m. 48,5 cnt. (prawa ręka 39,01, lewa 27,47,5).

Kobielska osiągnęła również dobry wynik — 58 mtr. 99,5 cnt. (prawa 31,49, lewa — 27,50,5).

W Krakowie odbył się dzień sztafet i płotków. W sztafecie 4x60 pierwsze miejsce zajęła Makkabi — 34 sek.; 2) Wisła. 4x100 — pierwsze miejsce — Makkabi 58,4, 2) Wisła; 4x200 — 1) Makkabi — 2 m. 6,6 sek., 2) Wisła.

W biegu na 80 mt. przez płotki zwyciężyła Freiwaldówna (Makkabi) — 14,4; 2) Miła (Wisła).

Wewnętrzne zawody „Warszawiaki” przyniosły szereg dobrych wyników. Na 60 mtr. „Kazia” osiągnęła 8,6 sek. przed Warecką; na 500 mtr. — 1) Kazia 1:41,4 przed Arską; skok wdal — 1) Kazia 420, 2) Warecka; rzut kulą (5 klg.) — 1) Kazia 6,95.

Gniazdo Sokole „Grażyna” zorganizowało zawody na odznakę lekkoatletyczną wspólnie z zawodniczkami P. I. W. F. Osiągnięto na zawodach tych szereg doskonałych wyników, np.: bieg na 60 mtr. — Hulanička 8,4 sek., Grabička i Lubecka — 8,6 sek. Na 500 mtr. — Sadkowska 1 m. 35, Jankowska — 1.35,2. W skoku wdal — Lubecka 471, Grabička 461 cnt. Rzut kulą oburącz — Schabińska II 16,66 mtr., Grabička — 15,12.

Bieg naprzelaj pań poznańskiego okręgu odbył się w niedzielę dn. 4 listopada na terenie Solacza pod Poznaniem. Panie nasze zawiody, gdyż na starcie zjawilo się tylko 5 zawodniczek, pomimo że zgłoszonych było więcej. Przyczyniła się do tego niepogoda i zimno. Trasa biegu wynosiła około 1200 m. i była dosyć trudna. Pierwsza do mety dobiegła będąca w dobrej formie Popielówna (A.

Z. S.) w czasie 5 min. 44 sek., 2) Radecka (A. Z. S.) o kilka metrów, 3) Jałoszyńska (W.) została zdyskwalifikowana za skrócenie sobie trasy, 4) Grześkowiakówna (S.). Musielewska (W.) nie ukończyła biegu. Organizacja nie była najlepszą, publiczności zebrało się dosyć dużo.

W Krakowie odbyły się zawody kobiece o mistrzostwo okręgu krakowskiego w pięcioboju lekkoatletycznym.

Do zawodów stanęły tylko 4 zawodniczki, wśród których poza Freiwaldówną nie było ani jednej z wybitnych przedstawicielek grodu. Widocznie Krakowianki idą po linii specjalizacji, co nie może być uważane jako fakt po-myślny.

Osiągnięto naogół słabe wyniki. Pierwsze miejsce zdobyła Freiwaldówna (Mak.) 2616,92 pkt. (skok wdal: 4,48 m.; oszczep: 22,65 m.; 60 m. 8,9; dysk 23,24 m.; 200 m.; 30 s.); druga Czerska (Crac.) 2433,66 pkt. (skok wdal: 430 m.; oszczep: 24,30 m.; 60 m.: 9,2; dysk: 23,62; 200 m. 31,2 s.); trzecia Dobrzycka 2182,14 pkt.; czwarta Metzendorfówna (Mak.) 1577,26 pkt.

W Warszawie odbyły się wewnętrzne zawody Robotniczego Klubu Sport. „Skra”. Osiągnięto następujące wyniki: 60 m. 1) Domagalanka — 9,2 wdal: 1) Wenclówna — 4,16 m. (rekord klubowy) przed Chabierówną — 4,10 i Sawicką. Wzwyż: 1) Wenclówna — 1,23 m. przed Domagalanką (1,23). Kula: 1) Sawicka — 7,92 przed Żychowską — 7,03 i Witkowską. Dysk: 1) Witkowska — 21,80 przed Żychowską. W zawodach dla młodzików: 60 m.: 1) Szurkówna. Wdal: 1) „Zośka” — 3:43. Kula: 1) „Zośka” — 4:34.

HAZENA

W niedzielę ubiegłą warszawska drużyna P. I. W. F. rozegrała mecz w Siedlcach z miejscową reprezentacją, wygrywając w stosunku 10:1.

Zespół siedlecki trzymał się bardzo dzielnie i ambitnie, nie mógł jednak sprostać szybkości i technice Warszawianek.

Skład P. I. W. F.: Rudzka, Heybowiczówna, Litwiniakówna, Szczękowska, Piesiewiczówna, Gorazdowska i Wąsowska.

W ubiegłym tygodniu odbył się w stolicy międzymiastowy mecz hazeny pomiędzy reprezentacjami Warszawy i Łodzi. Pierwsze to spotkanie reprezentacji międzymiastowych wpłynęło korzystnie na propagandę tej ładnej i wartościowej gry kobiecej w ośrodkach prowincjonalnych.

Mecz wywołał dość duże zainteresowanie, przypieczętowane obecnością dyrektora P. U. W. F., płk. J. Ulrycha, naczelnego wizytatora wych. fiz. Min. Oświaty, płk.

Z ostat

nich dni



Od lewej: 1) reprezentacja Warszawy bieg 500 mtr. na odznakę PZL A, 3) re-

w hazenie, 2) Kujawska wygrywa reprezentacja Łodzi w hazenie.



Lekkoatletki AZS'u Warszawskiego.

W. Sikorskiego, instruktorki w. f. p. Olszewskiej i wielu innych osób ze sfer sportowo-nauczycielskich.

Drużyny wystąpiły w następujących składach: Warszawa — Gawska, Szymańska, Wojnarowska, Sadkowska, Chrupeżałowska, Kopeiuchówna i Gorazdowska. Łódź: Kluczyńska, Silberżanka, Jaszcakówna, Gołajówna, Rytówna, Kwaśniewska i Brandtówna.

Przebieg meczu upłynął pod znakiem zdecydowanej przewagi drużyny warszawskiej, co doskonale ilustruje wynik ostateczny — 12:1 dla Warszawianek.

Największą zaletą drużyny warszawskiej było doskonale zgranie, gra kombinacyjna i doskonała dyspozycja strzałowa ze strony ataku (Chrupeżałowska i Kopeiuchówna). Również techniką gry górowała stolica. Drużyna łódzka, grająca nadzwyczaj ambitnie i ofiarnie zapowiada się bardzo dobrze, a po usunięciu wad w technice i taktyce gry stanie się zespołem twardym i niebezpiecznym.

Rozegrany w żywym tempie i z sercem mecz hazeny wykazał dowodnie, że gra ta poza dużymi wartościami wychowawczo-sportowymi posiada poważne walory propagandowe i w pełni zasługuje na to, aby cieszyć się powodzeniem wśród szerokiej rzeszy publiczności. Interesujący, żywy przebieg, obfitujący w wiele momentów emocjonujących — wróży jej duże sukcesy wśród młodzieży żeńskiej.

NARCIARKI PRACUJĄ

Przed paroma miesiącami zaledwie powołana do życia Komisja Kobieta przy Polskim Związku Narciarskim rozwija energiczną działalność, zmierzającą ku spopularyzowaniu i zarazem podniesieniu poziomu narciarstwa wśród pań.

W poszczególnych ośrodkach narciarstwa Komisja ustanowiła swoje reprezentantki, zadaniem których będzie kierowanie pracą narciarek w danym ośrodku. W Krakowie referat narciarstwa kobiecego objęła dr. Irena Popielówna, we Lwowie — dr. Janina Dybowska, w Zakopanem — p. Hanna Schielowa. W tych dniach wyznaczone zostaną referentki w Krynicy i Bielsku.

W stolicy została już zorganizowana jesienna zaprawa zimowa. Dwa razy w tygodniu odbywają się lekcje gimnastyki w gimn. im. Żmichowskiej pod kierunkiem dr. J. Opieńskiej-Blauthowej. We wszystkie niedziele na łaskawie użyżonym przez p. dyr. Giżyckiego terenie szkolnym w Wierzbnie — odbywają się biegi naprzelaj pod kierunkiem dr. W. Dybowskiego oraz kpt. Jana Barana.

W lekcjach gimnastyki oraz treningach biegów naprzelaj brać mogą udział członkinie klubów zrzeszonych w Polskim Związku Narciarskim oraz osoby niestowarzyszone, po uprzednim zgłoszeniu się w Sekretariacie Związku (codziennie godz. 4 — 6 pp., Żórawia 23 m.7).

Badania lekarskie narciarek z ramienia Komisji Kobiecej P. Z. N. prowadzi dr. Janina Dybowska.

Komisja nawiązała kontakt z krajami, posiadającymi zorganizowane narciarstwo kobiece. Rozpoczęto prace, zmierzające ku zorganizowaniu pracy w narciarstwie dziecięcym. Ponadto Komisja pracuje nad ustaleniem warunków trasy narciarskich biegów pań.

KURS INSTRUKTORSKI

„RODZINY WOJSKOWEJ“

„Rodzina Wojskowa“ od lat paru zdradza wybitne zainteresowania dla spraw sportu i wychowania fizycznego. Działalność i sukcesy członkiń instytucji tej na polu sportu jeździeckiego dobrze zapisały się w pamięci naszego świata sportowego. Systematycznie prowadzone co roku lekcje gimnastyki, w roku ubiegłym zorganizowany kurs narciarski, oraz pierwsze kroki na polu propagandy gier ruchowych — wszystko wysunęło „Rodzinę Wojskową“ do rzędu instytucji, pilną uwagę przywiązujących do idei odrodzenia fizycznego.

Jak dalece sprawy związane z ruchem sportowym stały się aktualne w „Rodzinie Wojskowej“ — dowodem fakt, że w okresie roku bieżącego powstaje w łonie organizacji tej komórka samodzielna pod nazwą „Klub Sportowy Rodziny Wojskowej“ z p. ministrową Miedzińską jako przewodniczącą na czele.

Pragnąc rozwinąć na wszystkich swoich agendach i placówkach koncepcję klubów sportowych, zarząd naczelny Klubu Sportowego Rodziny Wojskowej w Warszawie powziął doskonałą myśl zorganizowania kursu dla instruktorów, które byłyby w stanie pokierować pracą klubów prowincjonalnych.

Program kursu, czas trwania którego określono na 3 tygodnie, pomyślany został dość szeroko. Prócz zajęć praktycznych z dziedziny gimnastyki, lekkiej atletyki, gier sportowych, strzelania, łucznictwa i jazdy konnej, przewidziano szereg wykładów z dziedziny teorii wychowania fizycznego, gimnastyki, higieny, organizacji, oraz poszczególnych gałęzi sportów. Jako wykładowców zaproszono najwybitniejsze siły fachowe w poszczególnych specjalnościach.

W chwili obecnej kurs dla instruktorek klubów sportowych Rodziny Wojskowej jest w pełnym biegu. Uroczysta inauguracja kursu odbyła się w dniu 1 b. m. w Kasynie Oficerskim I dywizjonu Artylerji Konnej. Uroczystość zagościła bardzo ładnym przemówieniem p. ministrowa Miedzińska, podkreślając rolę i doniosłość sprawy wychowania fizycznego. Przemawiały następnie p. ge-



F. Schabińska (Legja) w skoku wzwyż.



Otwarcie boiska K. S. Orzeł w Warszawie.

nerałowa Hubicka, pułkownikowa Zapolska oraz w imieniu głównej komendy Związku Strzeleckiego, p. Irena Szydłowska, poczem dyrektor Państw. Urzędu Wych. Fiz., plk. Ulrych, wygłosił odezwy o pracach Urzędu i zarządów miast w dziedzinie sportu i wychowania fizycznego.

Uroczystość inauguracyjną zakończyło wspólne śniadanie, przy którym goście i uczestniczki kursu spędzili parę godzin w miłym nastroju.

Klub sportowy „Rodziny Wojskowej” przyjmuje zapisy na lekcje gimnastyki dla swoich członkiń i pań nie-stowarzyszonych.

Lekcje odbywają się w gmachu Inspektoratu Armji, Al. Ujazdowskie w środy i piątki od g. 16 — 19 w sali Ośrodka Wychowania Fizycznego.

Zapisy przyjmuje sekretarjat Klubu.

Sekretarjat Klubu Sportowego „Rodziny Wojskowej” czynny jest codziennie od g. 17 — 19 w gmachu Generalnego Inspektoratu Armji (wejście od Al. Szucha 14), tel. Inspektorat wewn. 48).

W WIELKĄ ROCZNICĘ

Polski Związek Dziennikarzy i Publicystów Sportowych z siedzibą w Warszawie wydał z okazji dziesięciolecia Niepodległości odezwę następującą:

„W całym kraju uroczyste obchodzona rocznica 10-lecia Niepodległości Państwa Polskiego jest zarazem rocznicą 10-letniego istnienia i rozwoju polskiego sportu.

W czasach niewoli drobne poczynania sportowe społeczeństwa polskiego, tłumione wrogiemi siłami, mogły zaledwie z trudem wegetować. Dopiero odzyskanie Niepodległości wyznaczyło właściwe drogi idei odrodzenia fizycznego. Hasło utrzymania zdobytej niepodległości skierowało uwagę społeczeństwa na konieczność kształtowania młodych pokoleń w warunkach, zapewniających im hart fizyczny i moralny.

Kamienie węgielne pod wspaniały już dziś gmach idei sportowej w Polsce stawały jednostki. Mocnym, niezachwianym wysiłkiem torowały drogę sprawie wychowania fizycznego młodzieży, pomimo obojętności, a nieraz wbrew i naprzekór istniejącym w społeczeństwie przesądom i uprzedzeniom. Jednostki te wskazywały, że sport kształci kardynalne cnoty żołnierskie: karność, odwagę, męstwo, wolę zdobycia, zdrową ambicję czynów.

Dziś, kiedy ruch odrodzenia fizycznego przybrał w Polsce realne kształty życia, kiedy na dalekich stadionach świata nieraz wybliska ostra klinga polskiego zwycięstwa, kiedy dziesiątki, a nawet setki tysięcy młodzieży zaprawiają się na zielonych boiskach do przyszłej dzielnej postawy w życiu, do odważnej obrony praw i bytu państwa polskiego, — sport polski

w rocznicę 10-lecia swego istnienia w Wolnej Ojczyźnie składa wyrazy najwyższego uznania i hołdu tym wszystkim szarym, bezimiennym pracownikom idei, którzy niezmordowanym swym wysiłkiem kładli fundamenty i stawiali zręby wielkiego gmachu sportu. Pracowali bowiem oni nie dla sławy swego imienia i nie dla zdobycia głośnego okłasku pochwał — lecz dla dobra idei, sztandar której silnie i wytrwale dźwierzili.

Na polach chwały, któremi ostatnie wojny gęsto obdarowały ziemię Najjaśniejszej Rzeczypospolitej, leżą w ciszy tysiące tych, którym żywi zazdroszczą śmierci. Zdolali oni zerwać niedościgłą dla tylu pokoleń taśmę mety, własną krwią obficie zrczoną.

W wielkim wyścigu narodu polskiego o zdobycie Niepodległości, w najdłuższym ze znanych w historii Maratonie krwawych wysiłków o zwłastowanie narodowi dobrej nowiny, oni to byli i są dla nas nieśmiertelnymi maratończykami, zwycięzcami w najpiękniejszej brawurowej szarży, którzy, wydając ostatnie śmiertelne technienie, zwiastowali nam wolność i życie.

Sport polski pragnie zaszczerpieć i utrwalić w młodzieży te cnoty żołnierskie, tę dumną ambicję zdobywania zwycięstw, które przekazali nam nasi żołnierze maratońscy ostatniej wojny.

Sport polski chce dać społeczeństwu młodzież zdrową, silną, zahartowaną, odporną, twardą w walce, zdolną do zdobywania zwycięstw kosztem nawet najwyższego wysiłku.

Tylko taka bowiem młodzież będzie w stanie utrzymać i doprowadzić w przyszłości na dobrej drodze rozwój tych wielkich zdobyczy, które śmiercią swą dali nam polegli za Ojczyznę.

**Za Polski Związek Dziennikarzy
i Publicystów Sportowych**

(—) Wacław Sikorski (—) Kazimiera Muszałówna
(—) Wiktor Junosza Dąbrowski (—) Jerzy Miśński
(—) Aleksander Bernsztok

CZYN MŁODZIEŻY

poczytny miesięcznik dla młodzieży

Wydawnictwo Warszawskiej Komisji Oddziałowej
Kół Młodzieży

POLSKIEGO CZERWONEGO KRZYŻA

WARSZAWA, MAZOWIECKA Nr. 9 m. 7. TEL. Nr. 302-96
prenumerata roczna 5 zł. Konto czek. w P, K, O. Nr. 10-540.

CZYN MŁODZIEŻY jest jednym z najpoczytniejszych pism dla młodzieży,

CZYN MŁODZIEŻY wychowuje młodzież na zdrowych i szlachetnych obywateli Ojczyzny,

CZYN MŁODZIEŻY propaguje idee Kół Młodzieży Polskiego Czerwonego Krzyża,

CZYN MŁODZIEŻY zamieszcza artykuły z ciekawych dla młodzieży dziedzin życia,

CZYN MŁODZIEŻY podaje artykuły z zagadnień przyrody i wspomnienia z podróży.

CZYN MŁODZIEŻY prowadzi dział higieny, sportu i robót ręcznych,

CZYN MŁODZIEŻY podaje wiadomości z życia organizacji młodzieży,

CZYN MŁODZIEŻY szczególnie omawia działalność Kół Młodzieży Polskiego Czerwonego Krzyża,

CZYN MŁODZIEŻY prowadzi dział radiofoniczny, rozrywek umysłowych i humoru,

CZYN MŁODZIEŻY prowadzi dział bibliografii dla młodzieży,

Numery okazowe wysyła się po nadesłaniu znaczków pocztowych za 20 gr.

WYCIECZKI DO CZECHOSŁOWACJI BEZ PASZPORTÓW

Od wojny utarło się u nas, że aby wyjechać na jakąkolwiek wycieczkę poza granicami Polski trzeba mieć paszport i odpowiednią wizę. Przy przedsięwzięciu wycieczek do państw dalszych trudności graniczne nie wydawały się jeszcze tak bardzo uciążliwymi, jak przy wycieczkach w pasie granicznym z Czechosłowacją, z którą granica biegnie niemal w całej długości przez Karpaty. Szło się w góry z chęcią dotarcia najkrótszą i najwygodniejszą drogą na szczyt, a tu halt, ten szczyt nie nasz, ta przełęcz nie nasza, ta ścieżka, od której dzieli nas co najwyżej 10 kroków jest już „zagranicą” i t. d. Trudności piętrzyły się na każdym kroku i zniechęcały turystów do dalszych wycieczek. Trudno przecieżyć było dla kilkodniowej wycieczki w Tatry, czy Karpaty, wyrabiać sobie paszport zagraniczny z wizą czeską, lub w razie przekroczenia bez paszportu granicy, nawet w powodu mgły, być narażoną na odesłanie przez czeskich żandarmów etapem do kraju.

Naprężone w pierwszych latach niepodległości stosunki między Polską i Czechosłowacją zmuszały turystów do przedsięwzięcia wycieczek jedynie na terenie własnego państwa. Stosunki poprawiły się dopiero w r. 1924. Nastąpiło porozumienie w formie t. zw. Protokółów Jaworzyńskich podpisanych w Krakowie 6 maja 1924. Przewidywały one ulgi dla ruchu turystycznego w Tatrach dla członków towarzystw turystycznych, zaopatrzone w legitymacje poświadczone przez władze, oraz dla jakichkolwiek turystów mających legitymacje tatrzańskie wydawane przez władze policyjne, względnie starostwa. Dla wcielenia w życie tych przepisów zawarto w Cieszynie w r. 1924 umowę dotyczącą specjalnie ułatwień ruchu turystycznego w Tatrach na podstawie t. zw. „legitymacji tatrzańskich”, które weszły w życie jeszcze w sierpniu tegoż roku. W roku 1925 zawarto w Pradze ogólną konwencję turystyczną polsko - czechosłowacką.

Tak przedstawia się w kilku słowach historia ułatwień granicznych polsko - czechosłowackich, a obecnie istnieją już cztery rodzaje ułatwień przy przekraczaniu granicy polsko - czechosłowackiej. I tak:

1) Wszystkim obywatelom i obywatelkom Rzeczypospolitej Polskiej bez względu na ich przynależność do jakichkolwiek towarzystw turystycznych, czy krajoznawczych mogą być wydawane w okresie letnim od 15 czerwca do 15 września i w okresie zimowym od 15 grudnia do 15 marca t. zw. „legitymacje tatrzańskie”, które są dwójakie: koloru zielonego wydawane dla ludności miejscowej i dla przewodników tatrzańskich, które są ważne przez cały rok bez przerwy, i koloru różowego mające czas trwania określony. Mogą one być ważne na okres 3 miesięcy dla osób zamieszkujących stacje klimatyczne i letniska podtatrzańskie przez czas dłuższy jako goście sezonowi, i na okres 6-dniowy dla osób, które w tych letniskach zatrzymują się krócej, lub nie zatrzymują wcale, ale przybyli do nich (np. do Zakopanego) wyłącznie z zamiarem udania się na wycieczkę w Tatry. Legitymacje tatrzańskie wydaje starostwo w Nowym Targu, oraz Komisja Klimatyczna w Zakopanem i w Szczawnicy. Władze te przed wystawieniem legitymacji mogą zażądać dowodu osobistego, względnie od osób obowiązanych do służby wojskowej poświadczenia wojskowego. Zasadniczo legitymacje te powinny być zaopatrzone w fotografię właściciela, ale nie jest to obecnie przestrzegane. Za ich wystawienie pobiera się niewielką opłatę (około 1 złoty) i mogą one być w każdej chwili bez podania powodu odnowione. Nie wymagają one również wizy czechosłowackiej.

2) Członkowie Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego i Polskiego Związku Narciarskiego mogą swobodnie przedsięwziąć wycieczki za kordon graniczny za okazaniem swojej legitymacji członkowskiej, z tem,

że członkowie Pol. Tow. Tatrzańskiego przez cały rok bez przerwy, a członkowie Pol. Zw. Nar. od 1 grudnia do 30 kwietnia i to wyłącznie z nartami, lub na nartach. Turysty idący pieszo mogą przekraczać granicę na wszystkich ścieżkach turystycznych, ale używający jakiegokolwiek innego środka lokomocji mogą to czynić jedynie na t. zw. drogach celnych, t. j. w punktach przy których stoją urzędy celne. Aby legitymacja członkowska miała ważność „przepustki turystycznej”, upoważniającej do przekraczania granicy, musi ona posiadać potwierdzenie zarówno starostwa miejsca stałego zamieszkania okaziciela, jak i kompetentnego terytorjalnie konsulatu czechosłowackiego. Poświadczenia te są zasadniczo bezpłatne, mogą jednakże być odmówione bez podania powodów. W legitymacjach obydwóch wymienionych towarzystw znajduje się objaśnienie dla posiadacza z opisem granic pasa turystycznego, jego mapką, wyciągiem z przepisów celnych, kolejowych i karnych.

Dla informacji należy zaznaczyć, że osoby chcące korzystać z konwencji turystycznej muszą się zapisać do Polskiego Tow. Tatrzańskiego w tym oddziale, na terenie działalności którego mieszkają, a nie dopiero na miejscu w Zakopanem, gdyż wiza starostwa musi być uzyskana w miejscu stałego zamieszkania posiadacza legitymacji.

3) Członkowie towarzystw turystycznych na Śląsku Cieszyńskim po obydwóch stronach granicy, o ile należą do gmin śląskich, mogą w niedziele i święta, oraz w dniu poprzedzające, przedsięwziąć wycieczki także po drugiej stronie granicy wyłącznie na Śląsku Cieszyńskim na zasadzie t. zw. „beskidówek”. Z praw tych korzysta między innymi „Beskidenverein” w Bielsku, Polskie Towarzystwo Turystyczne „Beskid Śląski” w Orłowej, nadto Oddział Polskiego Tow. Tatrzańskiego „Beskid” w Cieszynie, oraz jego koło w Bielsku.

4) Specjalne ułatwienia zaprowadzono dla wycieczek szkolnych. W szczególności wycieczki te mogą przekraczać granicę i poruszać się w obrębie pasa turystycznego w przeciągu 6 dni z zastrzeżeniem, że kierownik wycieczki wykaże się legitymacją zbiorową wystawioną przez dyrekcję tej szkoły, wizowaną w dotychczasem starostwie, oraz, że on sam wykaże się legitymacją osobistą członka Polskiego Tow. Tatrzańskiego, względnie Polskiego Związku Narciarskiego.

Marja Szachówna.



Czołowe lekkoatletki górnośląskie z trenerem Norlingem.

Tom III rocznika „Narciarstwo Polskie”

Redakcja „Narciarstwa Polskiego” pracuje obecnie nad wydaniem III tomu rocznika narciarskiego.

W związku z tem zwraca się Zarząd Główny do wszystkich towarzystw z gorącym apelem, by pracę redakcji w swoim zakresie jaknajusilniej poparły.

Wobec nawału prac jakie ma Związek przy przygotowaniu Międzynarodowych Zawodów F. I. S. musi nastąpić stosunkowo wcześniej zamknięcie redakcyjne i dla-

tego winny towarzystwa we własnym interesie podać jak-najszybciej te informacje, na których ukazaniu się w roczniku specjalnie im zależy.

Ze względu na to, iż III tom rocznika przeznaczony jest przede wszystkim na propagandę wśród obcych, przy sposobności Zawodów Międzynarodowych, odpowiednia reklama polskich terenów narciarskich staje się kwestją pierwszorzędną wagi i dlatego redakcja oczekuje od To-warzystw wyborowego materiału ilustracyjnego.

Adres wydawnictwa brzmi: Kraków, Pędzichów 8, II p., p. Stanisław Fächer.



Rowerzyści!
żądajcie wśród
Opon
i dętek

TYLKO
MARKI
«PEPEGE»

Polski Przemysł Gumowy T. A. Grudziądz.

trwałe-tanie

CENY DETALICZNE:
OPONA SZARA: zł. 10.-, OPONA CZERW.: zł. 10.50, DĘTKA CZERW. zł. 4.50

WYCHOWANIE

FIZYCZNE

Miesięcznik poświęcony higienie szkolnej i wychowawczej oraz kształceniu cielesnemu w domu, szkole, armji i stowarzyszeniach, organ Komisji Lekarskiej Tow. Przyjaciół Nauk, Studium Wychowania Fizycznego Uniw. Pozn., Polskiego Związku Sokolego, Kół Lekarzy Szkolnych, Związku Harcerstwa Polskiego i innych instytucji i zrzeszeń.

Sekretariat Redakcji i Administracji:

Poznań 3, Park Wilsona.

Redaktor naczelny: Prof. E. Piasecki,
Poznań, Chelmońskiego 20.

Warunki przedpłaty: rocznie 12 zł., półrocznie 6 zł., jeden zeszyt 1,20 zł. Komplet R. I—VIII (bez kilku wyczerpanych num.) 60 zł.

Adres Redakcji i Administracji: Warszawa, Górnoślaska Nr. 20 m. 7. Tel. 401-24. Konto P. K. O. 14558.

Redaktorka „Startu” przyjmuje interesantów w poniedziałki i czwartki w godzinach od 12—2 po południu.

Cena prenumeraty: w Warszawie (z odniesieniem do domu) i na prowincji (z przesyłką pocztową) miesięcznie 1 złoty, — kwartalnie 2 zł. 70 gr. Zagranicą: w Austrii, Czechosłowacji i Węgrzech — jak w obrocie wewnętrznym; w innych krajach — miesięcznie 1 złoty 25 gr., — kwartalnie 3 złote 50 gr.

CENY OGŁOSZEŃ:

Jednorazowo: $\frac{1}{4}$ kolumny — zł. 200; $\frac{1}{2}$ kol. — zł. 100; $\frac{3}{4}$ kol. zł. 60; $\frac{1}{8}$ kol. zł. 35; $\frac{1}{10}$ kol. — zł. 20. Przy ogłoszeniach wielokrotnych (poczynając od 6-ciokrotnego) — ceny ogłoszeń o 20% niższe.

Wydawca E. Grocholska. Druk. „Kobiety Współczesnej”, Marszałkowska 148. Redaktorka: K. Muszałówna.