

CIĘSIEROWANY TYGODNIK SPORTOWY

ROK II.

WTOREK 11 PAŹDZIERNIKA 1932.

Nr. 41 (78).

CENA DLA CZECHOSŁOWACJI KŁ. 1.20

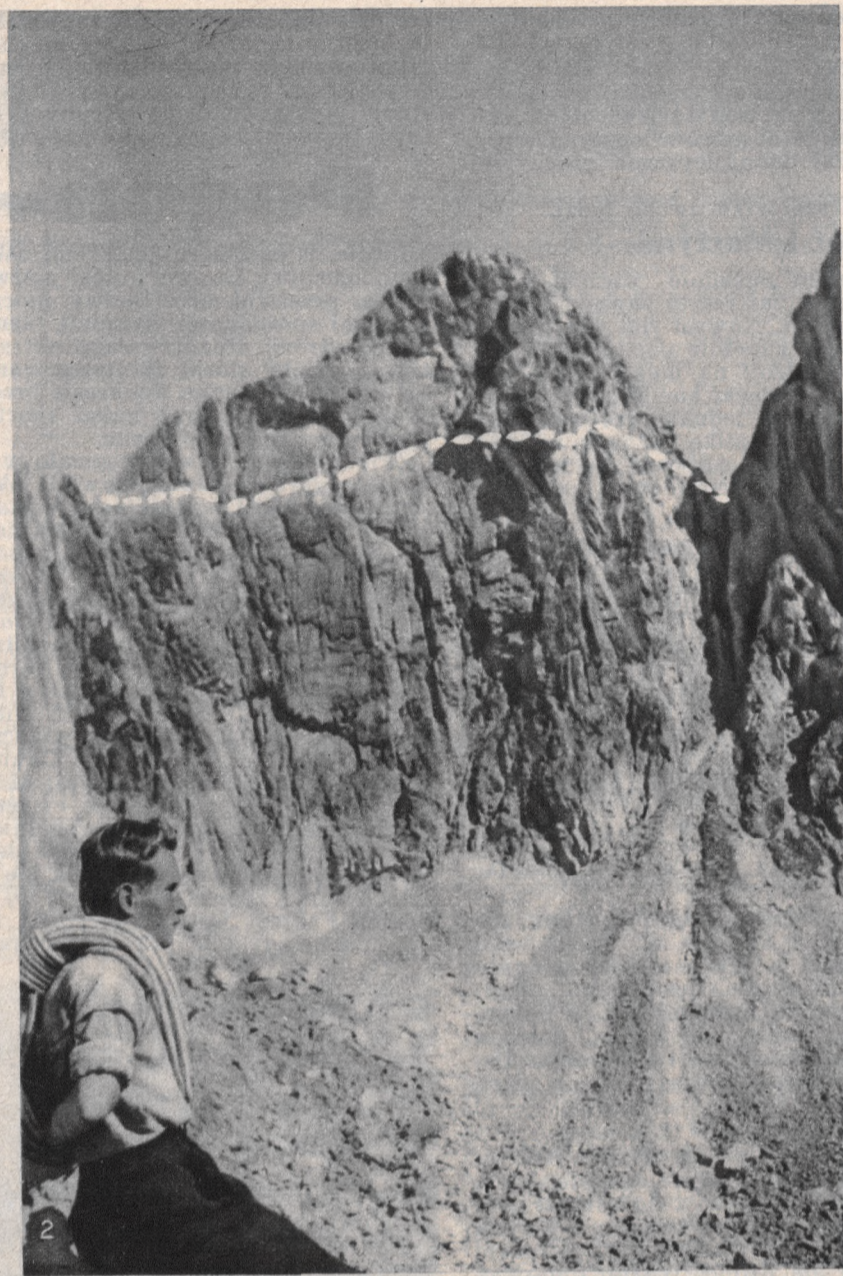
# RAM DWA TRZY!



## RUGBY

Mało popularna w Polsce gra w rugby zagranicą przyjęła się w wielu krajach, zyskując tłumy zwolenników. Gra ta nastrecza wiele ciekawych sytuacji, z których jedną widzimy na naszym zdjęciu, jak napastnik drużyny Blackheath unika energicznej obrony zawodnika klubu Birkenhead na zawodach w Londynie.





# W POGONI ZA PROBLEMEM

## PRZEJŚCIE W POPRZEK POŁUDNIOWEJ ŚCIANY ZAMARŁEJ TURNI OD ZMARZŁEJ PRZEŁĘCZY DO KOZIEJ PRZEŁĘCZY.

Kraków, 10 października.

Zamieszczamy poniżej opis przejścia taternickiego, które z wielu względów godne jest baczniejszej uwagi. Przejście to dokonane zostało na słynnej płd. ścianie Zamarłej Turni, przyczem „oryginalność” i nowość jego polega na tym, że taternicy przeszli ścianę w poprzek, trawersując zeryw Zamarłej Turni od Zmarzłej Przełęczy do Koziej Przełęczy.

Nie ulega wątpliwości, że pod względem techniczno-sportowym przejście w poprzek południowej ściany Zamarłej Turni jest czynem wspinaczkowym wyższej klasy. Na drodze napotkali obaj taternicy nadzwyczajne trudności, stawiające nielada wymagania ich kwalifikacjom jako wspinaczy. Trawers niestychanie eksponowanej ściany, która tyłu śmiertelnych ofiar była już powodem, był — kto wie — czy nie trudniejszy od wielu osławionych problemów taternickich. W licznych miejscach brakło zupełnie chwytów i stopni.

Techniczno-sportowa jednak strona tego problemu taternickiego nie wyczerpuje zagadnienia, które obecnie staje się zasadnicze. Oto chodzenie po ścianach „w poprzek”, „na krzyż” i „w skos”, o czym ironicznie, choć bez wiary — mówiono w kołach taternickich przed kilku laty — stało się niestety rzeczywistością. Jest ono wynikiem wyczerpywania się prawdziwych problemów tatrzańskich.

Kola taternickie stanęły od kilku już lat — jeśli chodzi o nowe drogi — przed pustką i wyjątkiem. — Mały z jednej strony obszar Tatr, a wyrubowana przytem klasa naszych wspinaczy i ich żywotowa ekspansja sprawiły, że w ciągu ostatnich lat zdobywano po kilkadziesiąt problemów rocznie, przyczem pod koniec robiono po kilka problemów na jednej i tej samej ścianie. Jest faktem, że sytuacja w jakiej się obecnie znalazło nasze taternictwo, oznacza początek degeneracji tego pięknego sportu w Polsce. Są wspinacze wysokiej klasy i nie mają pola do popisu — nie mają bowiem tego, co stanowi główną podniechęć rasowego wspinacza — nie mają nowych problemów do zdobycia.

Došlo do tego, że problemy tatrzańskie liczy się dziś nielewie na palcach. Są to jednak rzeczy nadzwyczaj trudne, „na granicy możliwości ludzkiej” itp., a przytem naogół tylko fragmenty, sprostowania dróg i warianty. — Problemów w znaczeniu klasycznym prawie że nie ma.

I oto w takiej sytuacji nie może dziwić, że zrealizowano problem, o którym tylko żartem wspomiano wtedy, gdy wyczerpywanie się zapasu zadań taternickich zaczęło niepokoić uświadomionych taterników, patrzących w dalszą przyszłość.

Czy trawersowanie ścian jako zadanie i program taterników, zdoła na długo ożywić duszący się z braku problemów nasz sport górski — okaże dopiero przyszłość. Większość taterników nie ma co do tego złudzeń. Dla wielu wydaje się natomiast lekarstwem przerzucenie ekspansji na góry zagraniczne, a zwłaszcza egzotyczne, tam gdzie teraz właśnie międzynarodowy alpinizm zdobywa swe laury. Przygotowaniem do tego były nasze dwie alpinistyczne wyprawy — w roku zeszłym i obecnym — które nadzwyczajnymi swymi sukcesami dowiodły, że polscy alpinści mogą śmiało podjąć zadania najlepszych wspinaczy świata.

Opis przejścia w poprzek południowej ściany Zamarłej Turni zamieszczamy więc jako dokument chwili. Jest on poniekąd także ilustracją sposobu zapotrzebowania się części taterników na problemy górskie, a nawet na sposób chodzenia. Nie sposób zaprzeczać, że sportowo-techniczny poziom wspomnianego przejścia jest istotnie wysoki. — Opis podkreślają zdjęcia dokonywane przez jednego ze wspinaczy i to w sytuacjach, wymagających nieraz wyższej akrobacji. Zdjęcia niedwuznacznie świadczą, czym jest dziś pogoni za problemem w Tatrach. (Red.)

Zakopane, w październiku.

Tegoroczna jesień w Tatrach przyniosła nam, w porównaniu do zeszłej, miłą niespodziankę. Czysty i słoneczny i nieprzerwany niemal nastrój w naturze górskiej, umożliwił kontynuowanie wypraw, dodał nam, taternikom, zapachu „problemowo-twórczego” i ochoty do górskich czynów.

Pokusiliśmy się o piękną i wyjątkowo efektowną rzecz, aby ukoronować nasz bujny i obfitujący w szereg wybitnych zdobyczy sezon taternicki. Zwróciliśmy uwagę na możliwość trawersowania południowej ściany Zamarłej Turni od Zmarzłej Przełęczy do Przełęczy Koziej.

Nie możemy jednak wyłącznie samym sobie przypisywać zasługi w odkryciu tego problemu. Rozmawialiśmy o tem z sławnym na Podhalu „Wujkiem”. Omawialiśmy wtedy niewyczerpa-

ne tematy problemów tatrzańskich i ich wyczerpanie w rzeczywistości.

Wtedy-to „Wujek” z blaskiem w oczach zawołał: „Łazicie po ścianach pionowo, dlaczego nie próbujecie poziomo? Czemu nie zaatakujecie Zamarłej Turni w poprzek? od Zmarzłej do Koziej! Próbowali już tego przed wojną — Węgrzy, bez powodzenia...”

Zatkało nas na moment — na szczęście nie na ścianie, jeno w Dworcu Towarzystwa Tatrzańskiego. — Bajecznie! Spróbować nie zaszkodzi! Zbadamy trawers na wszystkie boki i... zobaczymy!

Rozgrzały się nasze skalne dusze, gdy w jakiś czas potem badaliśmy uważnie najniepewniejszą płytę w trawersie, w lewej połaci ściany Zamarłej. Blisko godzinę tkwiliśmy nad „kominkiem Bronikowskiego” w zwykłej drodze, obserwując bez słowa dziko skrzęsającą płytę, na której wyobrażenia nasze toczyły zażartą walkę optymizmu z pesymizmem. Puści czy nie puści?...

— Co myślisz? — rzuciłem wreszcie do Jaśki. — „Puści!” — padło wreszcie charakterystyczne i uczepiło się w naszych oczach, zwłaszcza, gdyśmy oglądali jeszcze płytę od Zamarłej Przełęczy z charakterystyczną w niej i jedyną półką trawiastą, którą bliżej środka ściany utrudnia nadzwyczaj przejście t. zw. przewieszkami.

W dwa dni po owej teoretycznej walce z problemem, cięższej niejednokrotnie niż sama akcja w skale, dająca przecież niemal zupełnie zapomnienie psychiczne — rozpoczęliśmy atak. Na dole, w Pustej Dolince, znaleźliśmy późniejszą przygodną obserwatorkę — cztery znajome, zwane „Maliniakami”. Sądzę, że obecność owych miłych „Maliniaków” — w wielkiej mierze przyczyniła się do powiększenia naszego skalnego zacięcia aż do zwycięstwa.

Zazwyczaj wydzieram się w skale na różne tony — niech mi taternicy wybaczą ten cepecki grzech — ale my z Jaśkiem lubimy się dra- pać po skale — z humorem.

— No, „Ischias” — zwracam się do Jaśki, gdy ten wy-pociał z 30 m. trawersu — zdaje mi się, że Węgrzy próbowali tedy chyba trawersować, bo ty idziesz „stówkę” (100 km. w godzinę).

A Jasiek do mnie: — „Kopaczka”, podejdz do mnie, bo stąd zaczyna się nasze „tango skalne”.

Teraz uciłem zupełnie, wstrzymawszy niemal oddech — i zaczął się prawdziwie piękny taniec.

Półka przewieszona w dalszej partii zaczęła tamać kości „Ischiasowi”. Zamieniła tango na drgawkową rumbę i krzesanego.

— To nie żarty — „Kopaczka”.

Uspokoił przyspieszony oddech na dwucentymetrowym „wygodnym” stopieńku. „Jeszcze 10 metrów „ausseru” i zwycięstwo nasze” — mruczy...

— Kończ prędzej, bo się zmęczysz! — krzyczę.

— Ostatnie dwa haki wbiłem do mchu w półeczce — wykrztusił Jasiek.

— To nie, nie polecisz wprost z góry, tylko wahadłem i — „co ma wisieć nie utonie!” Zadyndamy na silnym haku.

— Znowu „kleryk” buja — mruczy „Ischias” i zaczyna „kończyć”.

Siadłem jak mur, owinąwszy linę koło dłoni, i wolno — centymetr za centymetrem, przesuwalem ją przez karabinek, przy jednym możliwym haku. Nie śmie wychylić głowy z za żebra skalnego, tak że wysiłki Jaśki są dla mnie niewidoczne, słyszę jednak, jak trzeszczą mu stawy w przegubach, jak człowiek wzmaga się z tym potężnym, zinnym i bezlitosnym żywiołem skalnym.

Niedugo to trwało, ale też minuty te dały całą głębię wrażeń, jakie się tylko w takich sytuacjach przeżywa. Dały te krótkie chwile wspomnienie silniejsze niż granit, gdy napięcie nerwów osiągnęło swój szczyt.

Od lewej ku prawej: 1) fragment z drogi na Zamarłą Turnię — nowy wariant, 2) ogólny widok południowej ściany Zamarłej Turni. Na lewo Zmarzła Przełęczy — na prawo Kozia Przełęczy. Linia kropkowana oznacza drogę trawersu, 3) Asekuracja na haku przy trawersie. Poniżej: trawers południowej ściany Zamarłej Turni. Na „półce”, i w kole: trawers południowej ściany Zamarłej Turni. Początek t. z. „aussera”.

Wydął nam się wreszcie z piersi jednocześnie, tłumiony naciskiem chwili — okrzyk zwycięstwa...

Jeszcze ja tylko miałem „pogłaskać” ową zakletą półeczkę i zatańczyć na posadzce z granitu, ale w nastroju już przesądzonym zwycięstwem. Mogłem nawet śpiewać, wisząc ciężko na rękach — dałem jednak spokój, bo... szkoda mówić.

Niezrównaną była chwila, gdy wreszcie obaj dobiliśmy do Koziej Przełęczy, przeszedłszy w poprzek osławioną ścianę.

Wieczorem w Dolinie Pięciu Stawów Polskich uściskaliśmy „Wujka”, który przybył na poświęcenie najpiękniejszego schroniskach w Tatrach. Postanowiliśmy ochrzcić naszą drogę skalną „natchnieniem Wujka”. On zdaje się nie miał nic przeciwko temu.

Po tej zdobyczy nie spoczęliśmy jeszcze na jesiennych laurach. Złoto słońca i magiczna „bis major” wyrwała nas jeszcze kilka razy w wysokie Tatry, gdzie pokonałiśmy parę bardzo ciężkawyh ścian.

Warto wspomnieć, że w samej Zamarłej Turni, na zwykłej drodze, odkryliśmy piękny wariant, skracający środkowe trudności tej ściany, a więc posiadający tem samem dość duże znaczenie.

St. Motyka, J. Sawicki.







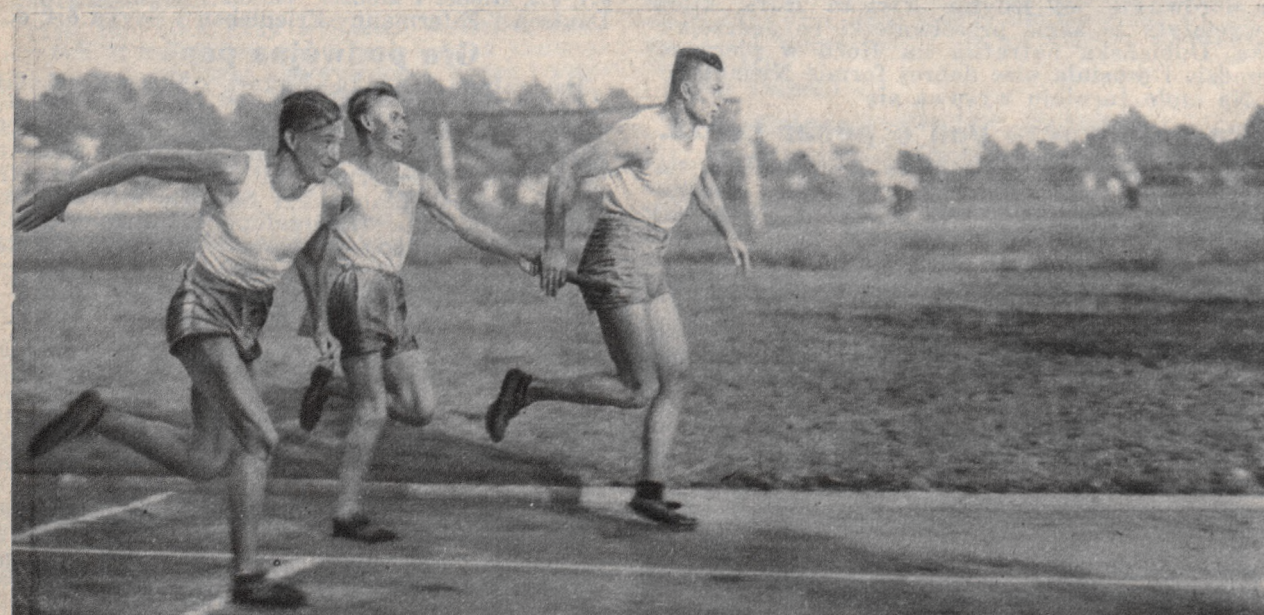
Miller (na lewo) zmienia pałeczkę z Kuźmickim w biegu sztafetowym 4x400 m. na zawodach w Warszawie, na których A. Z. S. Warszawa ustanowił rekord Polski.

Każdy, kto choć raz obecny był na większych zawodach lekkoatletycznych, stwierdził zapewne, że najciekawszym punktem programu był bieg sztafetowy. Tych czterech biegaczy, podających sobie w pełnym tempie małą pałeczkę — to widok doprawdy emocyjny. Jedno jakiegoś małego nieporozumienia, zbyt wczesna (lub zbyt późna) zmiana, a osada, mająca teoretycznie największe szanse na zwycięstwo, schodzi pokonana. Drugą cechą sztafet, która czyni jej najciekawszą konkurencją lekkoatletyki, to

### szybkość.

Weźmy dla przykładu parę cyfr. Przypominamy sobie, że na Igrzyskach olimpijskich w Los Angeles padł rekord światowy

Fragmencje zawodów sztafetowych w Katowicach: Zajusz (na prawo) zmienia pałeczkę z Siedlewskim. — W tyle Teener przygotowuje się do odebrania pałeczki.



## BŁĘDY NASZYCH SZTAFET

Powyżej walka najlepszych polskich sztafet w Warszawie. Zmiana pałeczki następuje niemal równocześnie w trzech sztafetach (od prawej ku lewej): A. Z. S. Warszawa, Warszawianki i Polonji.

Dzięki powyższym wywodom cyfrowym możemy się świetnie zorientować, że na każdej zmianie, a jest ich trzy, zarabia się 6—7 m, a więc osiąga się bardzo wiele na szybkości.

To wszystko dzieje się niestety... tylko z ograniczonym. U nas sprawa ta przedstawia się znacznie gorzej. Wystarczy sięgnąć do tabeli rekordów polskich, gdzie w rubryce 4x100 m widzimy jako rekord naszej reprezentacji, wynik 43,4 sek. Jest to rezultat w stosunku do innych konkurencji polskiej lekkoatletyki, wręcz *kompromitujący*. Dlaczego? — Zaraz się przekonamy. Oto przypuścimy, że każdy z naszych reprezentacyjnych sprinterów osiąga średnio na 100 m czas 11 sekund, a zatem wypadają wspólnie 44 sekundy na 400 m. Tymczasem sztafeta osiągnęła 43,4, t. j. tylko o 0,6 sek. lepiej. Wskutek zmian zarobiono więc niecałą sekundę, t. j. tylko około 2 m na każdej zmianie. Jest to rezultat b. mizerny, gdy zarobek wynosić powinien przynajmniej 5 m na każdej zmianie, a zatem rekord nasz obracać się musi w okolicach

### 42 sekund

a więc znacznie lepiej, niż osiągamy w rzeczywistości.

Przyczyna tak słabego poziomu naszych biegów sztafetowych jest jedyna i bardzo prosta. Oto

### nie potrafimy zmieniać pałeczek

i zajęcie się jaknajrychlej tą sprawą winno być bodaj, że pierwszym zadaniem władz lekkoatletycznych i klubowych. W artykule naszym postaramy się w krótkości omówić teoretyczne zasady biegu sztafetowego i ważniejsze jego cechy, przyczem za podstawę bierzemy naturalnie sztafetę sprinterską (4x100 m), jako najtrudniejszą do wyuczenia.

Bieg sztafetowy polega na *jaknajszyszym przeniesieniu pałeczki* przez członków sztafety od startu do mety. Wymiały pałeczki wynoszą: 30 cm długości, 12 cm obwodu. Zmiana pałeczki, czyli najważniejszy punkt biegu sztafetowego, dokonana być musi na *przestrzeni 20 m*. Dzięki dobrej zmianie zyskać można przynajmniej pół sekundy na każdej, a zysk ten dać może każda sztafeta, która przejdzie odpowiedni trening zgrania. Zysk zawdzięczamy zatem *lotnym startom trzech biegaczy* (z wyjątkiem biegnącego ze startu), to znaczy, że biegacze ci, w chwili odbierania pałeczki znajdują się w pełnym biegu, przez co ich szybkość początkowa nie różni się zera, jak u biegacza, wychodzącego ze startu, ale odpowiadać powinna teoretycznie szybkości końcowej poprzednika, t. j. podającego pałeczkę.

Należy więc nie tylko w odpowiedniej chwili zacząć biec, żeby w chwili oddawania pałeczki znajdować się w pełnym biegu, ale ważną rzeczą jest również płynne odebranie tej pałeczki. Odbierający pałeczkę ma zatem o wiele trudniejsze zadanie, niż podający. Z tego też powodu na start biegu 4x100 metrów stawia się zwykle biegaczy *najmniej zdolnych w zmianach*.

Nie wolno jednak zmiany pałeczki uskuteczyć ani zbyt wcześnie, ani tembardziej zbyt późno, gdyż pierwszy wypadek powoduje znaczne pogorszenie wyniku biegu a drugi — dyskwalifikację całej drużyny. Dodać tu należy, że dyskwalifikację powoduje także upuszczenie pałeczki lub przekroczenie toru przez któregoś z zawodników.

Zajmiemy się teraz

### kwestją zmiany

pałeczki na przepisanej przestrzeni 20-tu metrów. Łatwo jest wywnioskować, że na pierwszych dziesięciu metrach zmiana

nie będzie wzorowa, gdyż różnica szybkości oddającego i odbierającego jest jeszcze dość znaczna (naturalnie na korzyść oddającego), przez co często się zdarza, że podający mija odbierającego. W takim wypadku tracimy wiele, gdyż oznacza to przecież, że odbierający nie znajduje się w pełnej szybkości, a jednocześnie spowodować może najłatwiej przekroczenie sąsiedniego toru. Dochodzimy więc do wniosku, że *im dalej zmieni się pałeczkę, tem lepszy wynik osiągniemy*, gdyż wtedy szybkość odbierającego dochodzi prawie do szybkości podającego, a zatem nie będzie straty na czasie. Najlepszą więc zmianą będzie ta, która dokonana zostanie na *jakichś 3 m od dwudziestometrowej granicy*.

Do takiej perfekcji można dojść tylko drogą usilnego i regularnego treningu. Najlepiej rozpoczynać trening tylko po dwóch biegach, podającego z odbierającym. Rozpocznijmy od zakreślenia przestrzeni 20 m, na której w myśl przepisów zmiana musi być dokonana i na początku tej przestrzeni staje zawodnik odbierający. Zawodnik ten zakreśla sobie jedną jeszcze linię pomocniczą, w odległości około 7 kroków za sobą — kreska ta ułatwi mu orientację w wybiegu. Zawodnik ten ustawia się następnie na początku przestrzeni 20-metrowej i w pozycji gotowej do biegu, z głową odwróconą do tyłu obserwuje zawodnika podającego. Na treningu zawodnik podający wybiec winien, z pałeczką w lewym ręku, z odległości ok. 30—40 m i starać się osiągnąć pełną szybkość przy dościsaniu do zawodnika odbierającego. Zawodnik odbierający rozpoczyna bieg w tym momencie, kiedy zawodnik podający, znajdujący się już w pełnym biegu znajduje się na wysokości zdobytej jaknajwyższą szybkość od początku i w tym celu przez pierwsze 10—12 m pracuje jak przy zwykłym biegu sztafetowym. Następnie wysuwa swą prawą rękę do tyłu ze skreśloną do siebie ku górze dłoń (kciuk odstawiony w bok) i teoretycznie w tym momencie, po przebiegnięciu ok. 15—18 m powinien otrzymać pałeczkę. O ile taka próba się nie powiedzie, należy zmienić odległość linii pomocniczej i trenować tak długo, póki nie uzyska się kilkakrotnie prawidłowej zmiany.

Gdy po szeregu treningów zdobyliśmy już dobrą zmianę, trzeba dalsze treningi przerabiać na dystansie 50 m, a następnie na pełnym dystansie 100 m, ale tutaj nie można już wiele razy powtarzać zmiany ze względu na zmęczenie.

Co do sposobu odbierania czy podawania pałeczki, to mamy ich kilka, ale podaliśmy wyżej sposób najłatwiejszy, t. j. polegający na tym, że odbierający trzyma prawą rękę skreśloną do siebie dłońią ku górze, a podający wsuwa pałeczkę z góry w dłoń, wysuwając się przytem całym ciałem do przodu. Natychmiast po odebraniu pałeczki, zawodnik przekłada ją sobie z prawej ręki do lewej, aby następnie podać ją dalej. Zawodnik kończący bieg nie potrzebuje już naturalnie przekładać pałeczki.

Powodzenie sztafety zależy jest na zawodach od całego szeregu

### posunięć taktycznych,

o których poniżej wspomniemy. Oto przede wszystkim podczas zawodów, jeśli uczestnicy sztafety brali udział poprzednio w kilku innych konkurencjach (sztafeta znajduje się w programie zwykle przy końcu zawodów), to ze względu na pewne zmęczenie zawodników, zalecone jest skrócenie linii pomocniczej o jeden krok.

Następnie bardzo ważną sprawą jest *kwestja rozstawienia zawodników*. Na start powinno się dać sprintera, rozporzą-



Ciekawy wypadek, jaki miał miejsce na zawodach sztafetowych o mistrzostwo uniwersyteckie Ameryki. Zawodnik liczący po lewej stronie pierwszy przerwał ręką taśmę, zwycięstwo jednak przyznano drugiemu zawodnikowi, ponieważ decyduje o pierwszym miejscu przerwanie taśmy ciałem, a nie ręką.

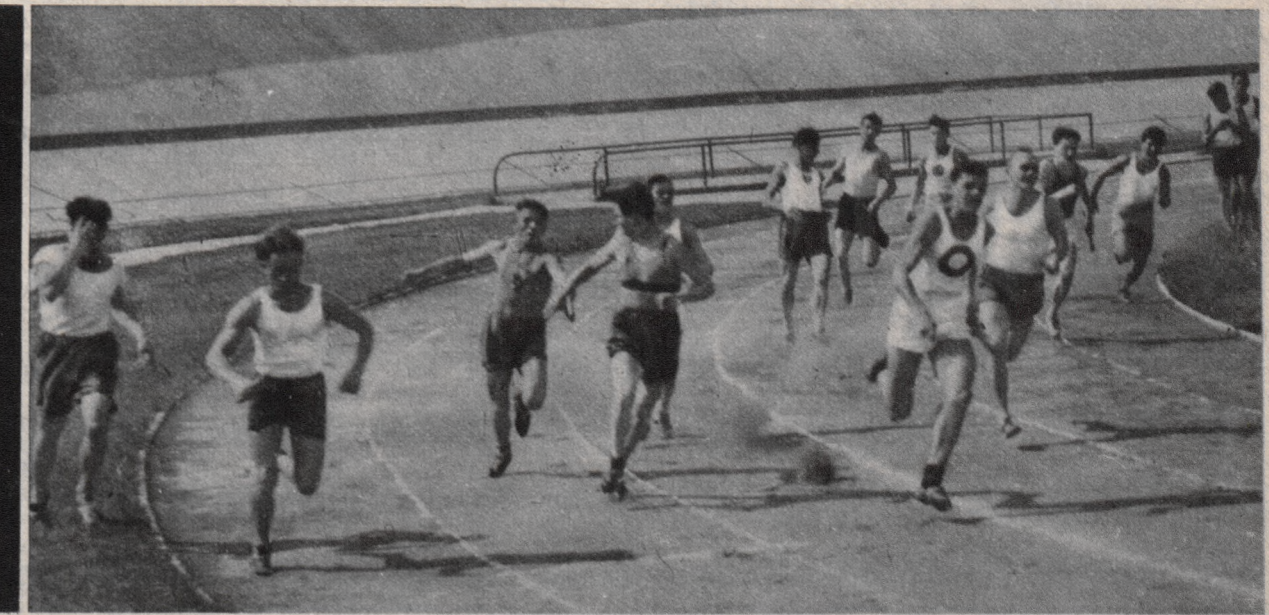
dającego nie tylko najlepszym startem, ale jednocześnie do brze biegnącego na wirażu (bierzemy pod uwagę biegnięcie 100-metrową) oraz... najgorzej odbierającego pałeczkę.

Na drugą i trzecią pozycję wyznaczyć trzeba bodaj zawodników *najlepszych*. Mają oni bowiem przedewszystkiem do przebiegnięcia w pełnym biegu po 120 m (zawodnik startujący i finiszujący tylko po 110 m), a nadto każdy z nich musi nie tylko pałeczkę odebrać, ale także i podać, a zatem spełniać funkcję podwójną. Ważniejszym z tych dwóch jest chyba biegacz z trzeciej pozycji, bo trasa, przy biegnięciu 100-metrowej, biegnie po wirażu oraz musi on podać pałeczkę najidealniej. Zawodnik z czwartej pozycji, czyli finiszujący, ma wprawdzie zadanie nieco łatwiejsze, jak dwaj poprzednicy, gdyż biegnie tylko 110 m i nie potrzebuje już poda-

wać pałeczki, ale błąd przez niego uczyniony nie jest już do naprawienia. Musi on być także odpowiednio szybki, żeby ewentualnie na ostatnich metrach rozstrzygnąć bieg. Reasumując to powtarzamy raz jeszcze, że na drugiej i trzeciej pozycji trzeba ustawić *wybitnych specjalistów sztafetowych*, na pierwszej pozycji szybkiego startera, a na ostatniej — liniszowca. Najlepiej naturalnie posiadać czterech równo uzdolnionych biegaczy. Bardzo wiele znaczy *spokój*, dzięki któremu zmiana dokonana będzie zapewne lepiej. O ile zdarzy się, że zawodnik odbierający poczuje, że zawodnik podający, mimo zbliżania się do 20-metrowej granicy, nie może go dogonić, musi on nieco zwolnić, dzięki czemu czas będzie nieco gorszy, ale uniknie się dyskwalifikacji.

(Dokończenie na str. 10-tej).

Zacięta walka 6 sztafet na mistrzostwach kl. B. w Warszawie w chwili zmiany pałeczki.



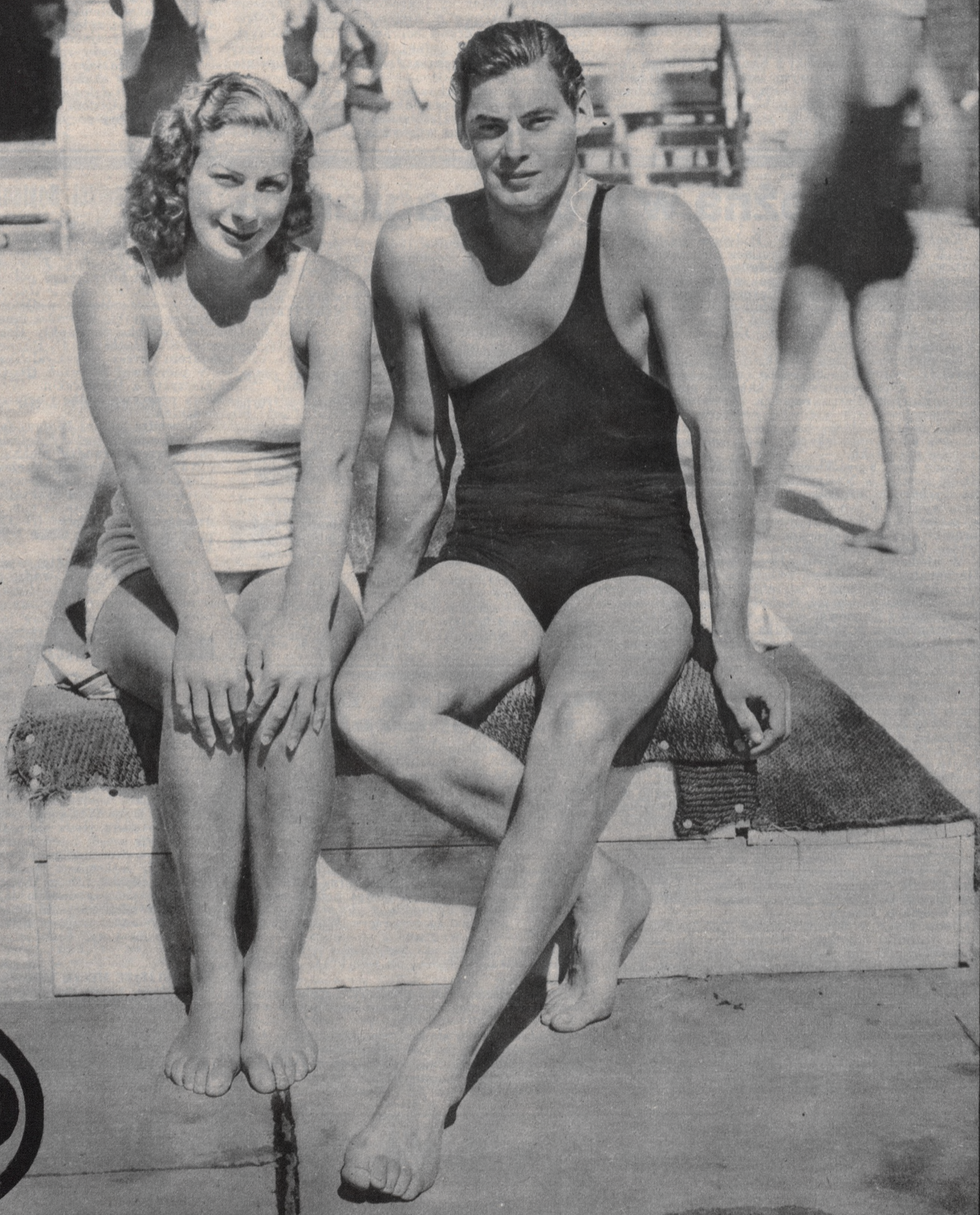








# RAZ DWA TRZY!



## DWIE „GWIAZDY“ PŁYWACKIE

Helen Madison i Johnny Weissmüller najslynniejsi pływacy świata należą dziś do zawodowców, do laurów sportowców dołączając sukcesu filmowe.

ILUSTRACJA  
NOWY TYGODNIK  
SPORTOWY