

PRZEWODNIK GIMNASTYCZNY

ORGAN TOWARZYSTWA GIMNASTYCZNEGO

„SOKÓŁ”

W E L W O W I E.

REDAKTOR GŁÓWNY I ODPOWIEDZIALNY

Dr. Tadeusz Żuliński.

Rok I. — 1881.



L W Ó W.

PIERWSZA ZWIĄZKOWA DRUKARNIA.

1881.



100690

111

1-4 (1881-1884)

Biblioteka Jagiellońska



1002357196

Spis rzeczy

zawartych w I. Roczniku „PRZEWODNIKA GIMNASTYCZNEGO“ z roku 1881.

I. Od Redakcyi (Prospekt)	Str. 1	str. 36. 3. Pierwsza szkoła gimnastyczna w Warsza- wie przez A. G. str. 53.
II. Artykuły dotyczące fizjologii i higieny gimnastyki.		
1. Ruch mięśniowy i wpływ jego na zdrowie czło- wieka przez Dr. Tadeusza Żulińskiego str. 9, 17, 25, 33, 41, 57 i 65.		
2. Wpływ gimnastyki na oddechanie przez Dr. Marey'a	15	
3. Wpływ gimnastyki na rozwój klatki piersiowej, mięśni i siły wedle Dra Chassagne, przez Dr. K. Grabowskiego	32	
4. Praca zawodowa i ćwiczenia cielesne przez Dr. Bogdana Jarnatowskiego	68	
III. Artykuły odnoszące się do teorii i techniki gimnastyki.		
1. Zarys systemu ćwiczeń gimnastycznych przez Antoniego Durskiego str. 4, 12.		
2. Rozkład ćwiczeń dla poszczególnych rodzajów gimnastyki przez Antoniego Durskiego	28	
3. Zarys systemu ćwiczeń wolnych miejscowych przez Antoniego Durskiego, str. 35, 43, 51, 59.		
IV. Artykuły treści pedagogiczno-gimnastycznej.		
1. O znaczeniu gimnastyki w wychowaniu i nau- czaniu wedle Dr. H. Brendicke przez I. E. S. str. 19, 29.		
2. O potrzebie wszechstronnego kształcenia ciała przez Franciszka Drebszaka	45	
3. Nauka gimnastyki i ankieta szkolna w Krakowie	7	
4. Nauka gimnastyki i ankieta akademii krako- wskiej w sprawie szkół średnich przez Dr. Ta- deusza Żulińskiego	49	
V. Artykuły treści ogólnej o gimnastyce.		
1. Gimnastyka we Francyi wedle p. E. Dalhy przez Dr. A. D. str. 2, 11.		
2. O rozrywkach młodzieży angielskiej	61	
3. Wycieczka do Pragi przez A. Durskiego	68	
VI. Artykuły odnoszące się do dziejów gimnastyki w Polsce i u obcych.		
1. Gimnastyka we Włoszech przez Z. A. str. 20. 2. O rozwoju gimnastyki przez Stanisława Majewskiego		
VII. Sprawy lwowskiego Towarzystwa gimna- stycznego „Sokół“ i innych szkół i towarzystw gimnastycznych polskich.		
1. Sprawozdanie Wydziału Tow. z czynności za rok 1880 str. 6. 2. Ogłoszenie str. 21. 3. Program XV. walnego Zjazdu Tow. Pedagogicznego w Krakowie r. 1881. str. 21. 4. Sprawozdanie Wydziału „Sokoła“ za mie- siąc Maj r. 1881. str. 28. 5. Ćwiczenia w strzelaniu str. 28. 6. Wycieczka członków Tow. Gimn. „Sokół“ str. 28. 7. Wycieczka do Podhorzec i do Sasowa str. 30. 8. Popis uczniów szkoły Tow. Gimn. „Sokół“ we Lwowie r. 1881. str. 30. 9. Nadzwyczajne Walne zgro- madzenie Tow. gimn. „Sokół“ str. 54. 10. Sprawozda- nie Dyrekcyi za miesiąc wrzesień r. 1881. str. 54. 11. Ogłoszenie o strzelaniu str. 54. 12. Zwyczajne Walne Zgromadzenie Tow. gimn. „Sokół“ str. 62. 13. Spra- wozdanie Dyrekcyi za miesiąc październik r. 1881. str. 62. 14. Z Dyrekcyi Tow. gimn. „Sokół“ str. 48. 15. Sprawozdanie roczne z czynności Wydziału za r. 1880. str. 70. 16. Protokół zwyczajnego Walnego zgroma- dzenia Tow. gimn. „Sokół“ r. 1881. str. 71. 17. Po- rządek dzienny nadzwyczajnego Walnego zgromadzenia Tow. gimn. „Sokół“ na d. 23. grudnia 1881. str. 71. 18. Zaproszenie na opłatek str. 72. 19. Nauka gimna- styki w seminarium małym we Lwowie przez F. M. str. 38. 20. Kółko szermierzy w polsko-akademickiem stowarzyszeniu „Ognisko“ w Wiedniu str. 39. 21. Po- pis gimnastyczny uczniów miejskiego zakładu sierot we Lwowie str. 40. 22. Doroczny popis ochotniczej straży ogniowej „Sokół“ we Lwowie str. 63.		
VIII. Sprawy Towarzystw gimnastycznych zagranicznych.		
1. Ogólny Zjazd niemieckich nauczycieli gimnastyki i szermierki w Berlinie r. 1881. str. 8. 2. Towarzy- stwo gimn. „Sokol“ w Pradze czeskiej str. 14. 3. Spra- wa Tow. gimn. tryesteńskiego przed trybunałem pań- stwowym str. 15. 4. Tow. gimn. szwajcarskie w Pa- ryżu str. 15. 5. Tow. gimn. miejskie w Bazylei str. 15. 6. Tow. gimn. miejskie w Bernie str. 15. 7. Związek gimn. kantonu berneńskiego str. 15. 8. Gimnastyka w Hiszpanii str. 16. 9. Pamiątkowa tablica piątego festynu gimnastyków niemieckich str. 31. 10. Podróż		

gimnastyków niemieckich w Salzburskie Alpy str. 31. 11. Czwarty festyn niemiecko-austriackich gimnastyków z publicznymi ćwiczeniami str. 31. 12. Okólnik kantonu Turgau w Szwajcaryi tyczący się gimnastyki str. 47. 13. Z Portugalii, o początku gimnastyki tamże str. 55. 14. Doroczne sprawozdanie z czynności stowarzyszenia nauczycieli gimnastyki w Monachium r. 1880. str. 55. 15. Francuska uroczystość gimnastyczna str. 55. 16. Publiczne ćwiczenia Sokoła karlińskiego str. 55. 17. Z Holandyi, o towarzystwach gimnastycznych str. 63. 18. Gimnastyczny popis w Liestal str. 63.

IX. Korespondencyje.

1. Z Drohobycza str. 69. 2. Z Poznania str. 69.

X. Kronika i Rozmaitości.

1. Gmachy i sale gimnastyczne w Berlinie, w Lipsku, w Karlsruhe i w Szwajcaryi str. 7. 2. Statystyka Towarzystw gimnastycznych europejskich i północno-amerykańskich str. 8. 3. Zakład ortopedyczny Dr. Edwarda Madejskiego we Lwowie str. 8. 4. Dzielni pływacze str. 16. 5. Wytrwałość w chodzie str. 16. 6. Nowy rodzaj łyżwowania str. 16. 7. Cesarz Franciszek Józef I. przyjacielem gimnastyki str. 16. 8. Towarzystwo nasze a pragski „Sokol” str. 16. 9. Zakład przyrodoleczniczy Dr. W. Piaseckiego w Zakopanem str. 16. 10. Wycieczki gimnastyczne str. 23. 11. Środki zaradcze na kurz w salach gimnastycznych str. 23. 12. Ortopedyczny zakład leczniczy Dr. E. Madejskiego we Lwowie str. 24. 13. Sala Tow. gimn. „Sokol” w Pradze str. 32. 14. Sala gimnastyczna we wsi szwajcarskiej str. 32. 15. Grunt pod budowę sali gimnastycznej we Lwowie str. 39. 16. Ćwiczenia o nagrody str. 48. 17. Zakład hydropatyczny w Krakowie str. 56. 18.

Strzelające panie str. 56. 19. Armija malców str. 56. 20. Szport wiosłarski str. 56. 21. Sala gimnastyczna Towarzystwa w Nowem mieście w Dreźnie str. 56. 22. Bieg w zawody str. 56. 23. Dobry przykład str. 56. 24. Urządzenia dla ćwiczeń cielesnych w nowem Joachimstalgimnasium w Berlinie str. 56. 25. Nieszczęśliwy wypadek podczas ćwiczeń gimnastycznych str. 64. 26. Wytrwałość w chodzie str. 64. 27. Odezwa pragskiego do lwowskiego „Sokoła” str. 64. 28. Sprawa petycji Tow. gimn. „Sokol” do Sejmu str. 64. 29. Wykazy statystyczne naszego przeradzania się fizycznego str. 64. 30. Zakupienie przyrządów gimnastycznych str. 72. 31. Ku pamięci str. 72. 32. Rada związku towarzystw gimnastycznych francuskich str. 72. 33. Ćwiczenia wojskowe uczniów po szkołach str. 72. 34. Wezwanie do konkursu str. 72.

XI. Sprawozdania i wiadomości bibliograficzne.

1. Bibliografija dzieł i rozpraw polskich o gimnastyce str. 24. 2. Bibliografija dzieł francuskich i niemieckich o gimnastyce str. 32. 3. O stuletniem życiu w krajach polskich przez Dr. J. Majera r. 1831. str. 40. 4. Treść pragskiego czasopisma gimn. „Sokol” str. 40. 5. Czeskie czasopismo „Sokol” str. 56.

XII. Nekrologija.

1. Ś. p. Kornel Krzczunowicz i Szymon Krawczykiwicz str. 7. 2. Ś. p. prof. Stanisław Janikowski str. 15. 3. Ś. p. Jerzy Wilhelm Bode str. 48. 4. Ś. p. Leon Weiss str. 56.

XIII. Korespondencyje Redakcyi.

1. str. 8. 2. Str. 16.