

PRZEWODNIK GIMNASTYCZNY

„SOKOŁ”

ORGAN TOWARZYSTW GIMNASTYCZNYCH.

WYCHODZI W POŁOWIE KAŻDEGO MIESIĄCA.

REDAKCJA WE LWOWIE ULICA ORMIAŃSKA L. 29; ADMINISTRACJA ULICA CZARNECKIEGO L. 2.

Prenumerować można: w Administracji, w Zakładzie Tow. gimn. „Sokół” 1. 8 ul. Zimorowicza i we wszystkich księgarniach.

Cena prenumeracyjna:		Rocznie Półroczn.	
Miejscowa bez przesyłki	1 zł, 20 ct.	65 ct.	
z przesyłką	1 „ 30 „	70 „	
Zamiejscowa	1 „ 50 „	80 „	
Numer pojedynczy bez przesyłki 15 ct.			

GRUDZIEŃ
1887

Przedpłata roczna z przesyłką pocztową pod opaską:	
Do Królestwa polskiego, Litwy, Rosji	1 rs. 50 kop.
W. Ks. Poznańskiego, Prus i Niemiec	3 marki
z krajów związku poczt. Europy i Stanów Zjed. Ameryki	5 franków.
z krajów innych, podług taryfy poczt. z doliczeniem opakowania itd.	

Gimnastyka w szkołach średnich.

Powszechną i zupełnie usprawiedliwioną jest skarga na przeciążenie umysłowe w szkołach średnich, które usunąć jest obowiązkiem władz czuwających nad wychowaniem umysłowym młodzieży. Dotychczasowe usiłowania zmierzające do usunięcia złych następstw z przeciążenia wynikających, dają bardzo niezadowolniające rezultaty. Niewątpliwie najracjonalnej byłoby zmienić system nauczania, jeśli rzeczywiście w nim leży przyczyna przeciążenia, ale zmiana systemu nie jest rzeczą łatwą, a wielka odpowiedzialność nie może nikogo zachęcać do zmiany systemu.

Jedynym lekarstwem na przeciążenie jest w dzisiejszych warunkach gimnastyka, ona bowiem podnosić siły fizyczne organizmu, umniejsza szkodliwe skutki wyczerpującej pracy umysłowej. Gdyby jednak zmianę systemu nauczania wprowadzono i rezultatem zmiany było zupełne usunięcie przeciążenia, co stanowczo twierdzimy nastąpić nie może, bo przyczyna przeciążenia nie leży wyłącznie w systemie nauczania, to i w takim razie nie możnaby pominąć nauki gimnastyki w szkołach średnich. Wiemy z doświadczenia, że dom rodzicielski albo mało, albo zupełnie nie troszczy się o wychowanie fizyczne, chociaż w pierwszym rzędzie właśnie dom rodzicielski o to starać się powinien. W tych warunkach więc spada troska o wychowanie fizyczne na rząd, który potrzebując choćby dla podatku krwi zdrowych obywateli, nie może zapominać o pielęgnowaniu zdrowia poddanych obywateli, a który dla wychowania fizycznego młodzieży dzisiaj nie wiele może robić i robi. Wiek uczniów uczęszczających do szkół średnich jest wiekiem najraźniejszego rozwoju fizycznego, w tym wieku przedewszystkiem o rozwój fizyczny starać się powinniśmy, zaniedbanie bowiem jego nie da się niczem w przyszłości poprawić, a wielka chorobliwość i śmiertelność po wieku dojrzewania jest rezultatem zaniedbania rozwoju fizycznego.

Przypatrzmy co robi rząd dla młodzieży i jaki rezultat dają jego usiłowania. Oto zaprowadzono w szkołach średnich gimnastykę jako przedmiot nadobowiązkowy i na tem koniec. Jak w praktyce wygląda nauka nadobowiązkowa, o tem rozpisywać się

nie potrzeba; ze wszystkich zaś przedmiotów nadobowiązkowych najgorzej niestety prowadzona jest gimnastyka, chociaż ważność przedmiotu wymaga innego traktowania rzeczy. Na usprawiedliwienie macoszego traktowania po szkołach można wiele poważnych powodów przytoczyć, ale stąd nie wynika, aby nie starano się inaczej gimnastykę prowadzić tem bardziej, że trudności są możliwe do przewyciężenia.

Racjonalne prowadzenie gimnastyki wymaga odpowiedniego umieszczenia, czyli sali z doborowymi przyrządami i fachowo wykształconych nauczycieli. Tymczasem z wyjątkiem niektórych miast, szkoły nasze nie posiadają żadnych sal gimnastycznych, albo istniejące nieodpowiadają nawet skromnym wymaganiom, albo co najczęściej się dzieje dla rozmaitych powodów nie są używane. Podobnie rzecz się ma z nauczycielami gimnastyki. Że faktycznie ukwalifikowanych do prowadzenia nauki gimnastyki jest wielki brak w naszym kraju, dziwić się nie można, nikt bowiem dotąd u nas o tej sprawie nie myślał i gdyby nie Sokół lwowski, któremu zawsze ta sprawa leżała na sercu i który dzisiaj wszelkich starań dokłada, aby kurs dla nauczycieli zaprowadzić, mielibyśmy jeszcze większe niedostatki, albowiem prawie wyłącznie obecni nauczycieli gimnastyki są wychowankami i uczniami Sokola lwowskiego.

Dla nauki poszczególnych przedmiotów żądamy i słusznie, specjalnych nauczycieli dokładnie z przedmiotem obznajomionych, dla gimnastyki zaś, dla nauki o fizycznym rozwoju, który niewątpliwie jest ważniejszą rzeczą jak nauka łaciny lub greki, wystarcza nauczyciel, który uzyskał stopień, ale mając inne główne zajęcie, nie wiele dba o swe wykształcenie fachowe pod względem gimnastycznym i najczęściej mniej umie jak w chwili starania się o stopień nauczyciela. Już te braki dokładnie wyjaśniają dlaczego nauka gimnastyki w szkołach średnich nie daje pożądaných rezultatów, dlaczego nieodpowiada celowi. Przypuśćmy jednak, że posiada szkoła ukwalifikowanego nauczyciela i odpowiednią salę, to i w takim razie jeszcze nie moglibyśmy mieć zapewnienia, że gimnastyka w szkołach udzielana nie przyniesie więcej szkody jak pożytku. Ze sprawą gimnastyki jest ściśle połączona sprawa nadzoru lekarskiego w szkołach, a nadzór lekarski nad gimnastyką jest najniezbędniejszy. Dość przypomnieć, że istnieją wady

organiczne przeciwwskazujące wszelkie natężenia fizyczne, które przeoczone mogą podczas ćwiczenia stać się powodem kalectwa lub choroby, a czy takim zboczeniem dotknięty jest uczeń, może zawyrokować tylko lekarz. Ponieważ nie rozchodzi się o wyliczenie wszystkich braków na jakie cierpi nauka gimnastyki w szkołach średnich, ograniczamy się do powyżej przytoczonych, które niewątpliwie stwierdzają, że gimnastyka w szkołach średnich udzielana nie daje odpowiednich rezultatów. Zdaniem naszym pod względem fizycznego wychowania konieczną potrzebą jest reforma, któraby wszelkie niedostatki usunęła, gdy jednak poprawa nie jest rzeczą jednej chwili, a zaniedbać sprawy fizycznego wychowania nie wolno, pozostaje jedyna droga t. j. powierzenia sprawy fizycznego rozwoju instytucji wyłącznie nią się zajmującej, a więc Towarzystwom gimnastycznym, bo one posiadają odpowiednie sale, fachowych nauczycieli i nadzór lekarski, jednym słowem one tylko mogą w danych warunkach odpowiedzieć słusznym wymaganiom. Tymi względami kierując się najwyższa władza szkolna, Rada krajowa, troskliwa również o rozwój umysłowy jakoteż fizyczny naszej młodzieży, powierza o ile to być może naukę gimnastyki Towarzystwom gimnastycznym; niestety jednak nie jest to możliwe wszędzie, albowiem dotąd w wielu miastach nie ma Towarzystw gimnastycznych, albo co z żalem stwierdzić musimy, nie wszystkie istniejące Towarzystwa chcą i mogą zająć się tą sprawą już to dlatego, że zajęcie się nią wymaga pewnych ofiar ze strony Towarzystwa, lub też dlatego, że same Towarzystwa nie zajęły takiego stanowiska, aby zdołały godnie odpowiedzieć wymaganiom. Miejmy jednak nadzieję, że polepszenie pod tym względem wkrótce nastąpi i Towarzystwa gimnastyczne istniejące pamiętając, że młodzież to przyszłość narodu, szczerze zajmą się sprawą wychowania fizycznego naszej młodzieży.

O potrzebie ćwiczeń cielesnych

przełożył z francuskiego

Dr. Al. Małaczyński.

(„Le Gymnaste“ Nr. 9. z r. 1886).

Wszyscy uznają zbawienny wpływ, jaki wywierają ćwiczenia gimnastyczne na mięśnie; powszechnie jednakże zapominają o bezpośrednim, a bardzo ważnym skutku ćwiczeń cielesnych, pilnie i racjonalnie wykonywanych t. j. o rozszerzeniu klatki piersiowej, czego nader korzystnym następstwem jest wolne i doskonałe funkcjonowanie organów w klatce piersiowej się mieszczących — niezbędne zresztą do utrzymania życia.

Ta okoliczność sama jedna stanowi potężny i rozstrzygający argument na korzyść gimnastyki i wykazuje konieczność uprawiania wiedzy tak ważnej dla ludzi dbających o zdrowie własne i swego potomstwa.

Statystyka wykazuje, że w ogromnej ilości wypadków śmierci, suchoty są teź powodem, a pochodzi to stąd, że płuca u wielu ludzi są częściowo zanikłe i niedostatecznie rozwinięte, skutkiem czego

oddechanie nie może być ani regularnem ani dokładnem.

Ćwiczenia gimnastyczne wykonywane na kilku przyrządach lub z ciężarkami, wpływają znakomicie na rozrost klatki piersiowej, a wzmacniając mięśnie, zapobiegają zarazem wielu złym następstwom krzywicy czyli rachityzmu.

„Często — jak mówi Dr. Dally — objętość piersi jest niedostateczną i nie pozwala płucom rozwinąć się i udoskonalic nalezycie“.

Otóż liczne spostrzeżenia dokonane w armii i w zakładach gimnastycznych, a w szczególności doświadczenia w wojskowym zakładzie gimnastycznym w Joinville-le-Cast dokonane, wykazały, że u osób o bardzo wąskiej klatce piersiowej, objętość teź wzrosła od 4 do 5 centymetrów po kilku miesiącach ćwiczeń gimnastycznych. Zresztą skonstatowano już wielokrotnie, że ćwiczenia nieprzerwanie uprawiane, spowodują u ćwiczących po pewnym czasie całkowite przekształcenie ciała: pierś, która znacznie się rozrasta, wzdyma się przy oddechaniu coraz to dokładniej, mięśnie teź się i występują znacznie przy każdym ruchu. Skutki te niezbitnie udowodnione — z czasem przeistaczają się w trwałą nabytek.

Ileż to dzieci, młodzieńców i dziewic uszłyby przedwcześnie śmierci, gdyby pomyślano o rozszerzeniu ich klatki piersiowej zapomocą racjonalnych ćwiczeń gimnastycznych?!

Na niekorzyść naszego zdrowia, które polega na równomiernem kształceniu władz umysłu i ciała, dziś coraz to więcej starają się zastąpić siły fizyczne rozwojem sił umysłowych.

Zdanie „mens sana in corpore sano“ powszechnie bywa uznawanem — niemniej przeto poświęca się wszystko dla umysłowego rozwoju, ta zaś ciągła i prawie wyłączna praca systemu nerwowego spowodza w koniecznem następstwie osłabienie sił fizycznych.

W wieku dziecięcym i młodzieńczym najbardziej zastosowywać należy pracę fizyczną; ćwiczenia bowiem gimnastyczne przyczyniają się nie tylko do rozwoju systemu mięśniowego i kostnego, lecz są także znakomitym środkiem zapobiegawczym przeciw skłonności do suchot, pojawiającej się tak często u młodzieży. W tej epoce życia, w której pojedyncze części ciała, rozrastając się i wydoskonalając, przybierają odrębne cechy, stanowiące indywidualność, koniecznym jest ruch.

U młodzieży przeciążonej nauką pojawiają się często przypadłości nerwowe, będące skutkiem ciągłego natężenia systemu nerwowego. Kształcenie umysłu powinno iść w parze z ćwiczeniami ciała, te ostatnie bowiem mają na celu wytworzenie siły i utrzymanie zdrowia, w braku których i umysł znacznie ucierpieć musi.

Przedwczesna nauka, którą niektórzy rodzice dla dogodzenia miłości własnej nękają swe dzieci, aby je wykształcić na „geniusze“ — kępuje wolność dzieci, wypacza ich zabawy, rozdrażnia umysł i spowodza później prawie zawsze zastój cielesny i umysłowy, na którego usunięcie nie ma żadnych środków.

Zdarza się, że dziecko pozbawione naturze jego odpowiedniego i niezbędnego dlań ruchu, coraz to bardziej zapada na zdrowiu i często dochodzi wieku młodzieńczego, podczas gdy ciało jego nędzne i chomliwie posiada dziecięcą bezsilność. Prawie nigdy się nie zdarza, iżby dziecko o przedwcześnie rozwiniętym umyśle, wyrosło na człowieka, cieszącego się wybornem zdrowiem i dożyło późnego wieku, ponieważ wychodzić to musi na niekorzyść innych narządów, jeśli mózg rozwija się zanadto w wieku dziecięcym.

Jeżeli tedy jakikolwiek system wychowania ma być uważany za zupełny i doskonały, musi uwzględniać koniecznie podwójny cel wychowania: harmonijny i zupełny rozwój władz umysłu i ciała: „Mens sana in corpore sano“.

Szkoła dla kształcenia nauczycieli gimnastyki.*)

tłumaczyła

Hel. Mak...

Myśl założenia szkoły nie jest wcale nową, a nawet jest ona od dawna na porządku dziennym; tymczasem zdawałoby się, że projektu tego nie można za co innego uważać, jak za marzenie niepodobne do urzeczywistnienia; krótko mówiąc, nikt nie śmie dyskutować o tej kwestji, wiedząc, jakie rozczarowanie go czeka.

Wyśmienite projekta Laisnego, Triala, Para, Bedoura i innych pozostały martwą literą; okoliczność nawet, że miasto Reims przed kilku laty ofiarowało u siebie miejsce na założenie takiej szkoły, użyteczność tej propozycji zdawała się być zupełnie zapomnianą.

Tymczasem dzięki zjednoczeniu Towarzystw gimnastycznych francuskich, dzięki także licznym „stowarzyszeniom“ i „towarzystwom“, które się wszędzie potworzyły, znaczenie gimnastyki stało się nader ważnem tak dalece, że można już skutecznie przystąpić do dyskusji nad kwestją powyższą i doprowadzić ją do chwili, kiedy nastąpi jej upragnione rozwiązanie przez świat gimnastyków. Dlaczegożby Francja, jeżeli stoi na równi z innymi mocarstwami, nie miała mieć swojej szkoły specjalnej, podobnie jak Turyn, Stockholm, Karlsruhe, Berlin, Monachium i t. p.? Czyż możemy dłużej spokojnie patrzeć na to, aby kraj nasz, idący zawsze naprzód w rzeczach postępu, dał się zwyciężyć Japonii, która wprawdzie naśladuje nas, atoli zachowuje i utrzymuje dzieła przez siebie wzniesione? I rzeczywiście w Tokio, stolicy Japonii, został założony wielki zakład, rodzaj instytutu, do którego uczęszczają na kursa trzy kategorie uczniów: jedni, którzy się przygotowują na nauczycieli, wysłani w tym celu na koszt miast i okręgów, bądź też uczący się na własne koszta; drudzy są uczniami ze wszystkich szkół w Tokio, których wyznacza ministerjum oświaty; wreszcie

*) Ponieważ Wydział Towarzystwa naszego zajmuje się sprawą założenia szkoły dla nauczycieli gimnastyki, podajemy głos p. Dés. Séhé'a w tłumaczeniu, dla wykazania jak się zapatrują na tę sprawę we Francji.

uczęszczają tam prywatni, którzy swe wolne chwile pragną poświęcić nauce gimnastyki.

Dwadzieścia jeden godzin tygodniowo przeznaczonych jest na rozmaite wykłady, dwanaście na gimnastykę, trzy na teorię wychowania fizycznego, a sześć na fizjologję i anatomję.

Nie jest że to samo, czego my żądamy, gdy widzimy, że liczba doświadczonych nauczycieli wcale nie odpowiada liczbie ciągle nowo zakładanych gimnazjów, towarzystw, szkół wyższych i niższych? Przytaczamy tu słowa A. Ruguarta wypowiedziane w „Verité sur la Gymnastique“: „Prócz lekarzy gimnastyków, mówi on, znajduje się pewna liczba ludzi, którzy nie mają wcale, lub tylko niedostateczne naukowe kwalifikacje, przez własne doświadczenie i obdarzeni szczególnym sprytem doszli do tego, że nabywszy pewnych wiadomości, stali się dobrymi nauczycielami godnymi polecenia dla swej roztropności i pilności. Niemniej zasługuje na zaufanie publiczności większa część nauczycieli liceów i szkół miejskich w Paryżu, którym nadaje dyplomy uzdolnienia minister oświecenia. Atoli po za temi trzema kategorjami spotykamy prawdziwy chaos. Pewne indywidua zaraz po opuszczeniu służby w pułku zostają gimnastykami z zawodu (!) a to jedynie z tego tytułu, że umieją wywrócić kilka koziołków, podnosić większe ciężary rozciągniętymi ramionami i że nie mają dość odwagi pozostać robotnikami, ani dosyć nauki, aby być dobrymi oficjalistami w przemyśle lub handlu“.

Słowa te są może nieco zbyt surowe, bez wątpienia jednak sprawiedliwe i słuszne ze względu na owe kategorje nauczycieli, które się przyczyniły nie mało do różnorodności nauki wykłanej we Francji.

Pominąwszy bowiem stronę praktyczną, tylko mała liczba nauczycieli używa tej samej nazwy dla tego samego ćwiczenia, tymczasem iluż ich uważało za stosowne odpowiedzieć na wezwanie p. Laly, który żądał jednolitej terminologii?

Przyczyna tego milczenia jest całkiem prosta, ponieważ u nas rutyna się ustaliła, przeto dyskusja nie potrafiłaby przekonać nikogo.

Zdaje się nawet, jakoby sam rząd przyjmował prostodusznie ów podział na rozmaite kategorje, bowiem pozostawia bez żadnego dozoru tę tak użyteczną gałąź nauki, nie rozróżnia on wcale nauki gimnastyki w szkole, w wojsku, w stowarzyszeniach, a nawet pozwala egzaminować kandydatów na nauczycieli gimnastyki według osobistych wymagań i zapatrywań egzaminatorów, nie zaś według programu ministerjalnego jasno określonego.

Stwierdzić nawet powinniśmy ten fakt, że re-skrypt ministerjalny pozostawia wiele ciemnych punktów i mało zwraca uwagi na właściwą część pedagogiczną gimnastyki szkolnej i to uważać jako okoliczność łagodzącą, uniewinniającą poniekąd egzaminatorów, którzy, aby uczynić egzamin o ile możliwości wszechstronnym zmuszeni są przedsiębrać go według własnej inicjatywy. Atoli powtarzamy to raz jeszcze, dopuściwszy do tego, że to samo ćwiczenie wolno tłumaczyć na różne sposoby, dojdzie się do tego, że

żaden z kandydatów, nie będzie w końcu pewnym, czy się czegoś nauczył lub nie.

Powszechnie się przypuszcza, że orzeczenia przysięgłych winny być bez apelacji, a tu tymczasem, gdyby zaszedł przypadek, któryby wypadło dać do rozstrzygnięcia wyższej instancji, do kogożby się w takim razie udano? I oto w rozwiązaniu tego zasadniczego postulatu leży rzeczywisty rozwój gimnastyki, który powinien zależeć od komitetu kierującego szkołą gimnastyczną.

Kiedy gimnastykę uważano jeszcze za zabawkę w czasie rekreacyjnym, nie podnosił nikt żadnego zarzutu; dzisiaj jednak, gdy naszej nauce oddano miejsce, jakie jej się należy w kwestji wychowania publicznego, wymagamy, aby jako taka była powszechnie uznana i wspierana.

Pedagogja, metodyka, anatomja, fizjologja, gimnastyka racjonalna, patryjotyzm, moralność, odwaga, siła, karność i t. p., wszystkie te słowa używane codziennie w naszych pismach traktujących o ćwiczeniach ciała; winny być brane szczerze i na serjo; a jeżeli chcemy, aby one odpowiedziały rezultatom, których ogół oczekuje, potrzeba, aby gimnastyka zajęła to samo stanowisko, jakie zajmuje od lat tyłu w naszych programach uniwersyteckich wyłącznie tylko wychowanie umysłowe. „Siła wyrównuje prawo!“ oto nasze zdanie.

Założenie szkoły staje się zatem nieodzowną koniecznością. Ponieważ zaś sądzimy, że mamy w rękach potrzebne czynniki do jej instalacji w Paryżu, uważaliśmy za stosowne zwrócić na tę myśl uwagę naszych gimnastyków, spodziewając się znaleźć w nich chętnych współpracowników w urzeczywistnieniu projektu powyż przedstawionego.

O gimnastyce ze stanowiska estetyki

skreślił

Dr. Mirosław Tyrz.

(Dokończenie).

Wedle prawidła trzeciego jednak byłby kontrast ten zbyt wielkim, twardym, lub jak mówimy krzykliwym, gdyby się te barwy bezpośrednio stykały; koniecznym jest, abyśmy do nich jeszcze trzecią barwę przydali, lub takową je rozłączyli; tu więc bład o-żółtawą, która nie stoi do żadnej z nich w silnem przeciwieństwie, a do której przeciwieństwo obie (czerwona za pomocą pomarańczowej, zielona za pomocą żółto-zielonej) naturalnie przechodzą. Krótko mówiąc: między dopełniające się kładźmy barwy łamane lub neutralne.

Co się tyczy reszty zestawień mianowicie połączeń barw niedopełniających się (żółta i zielona, żółta i niebieska, żółta i czerwona, żółta i pomarańczowa i t. d.) nadmieniamy dla krótkości tylko, że tem są nieprzyjemniejszymi:

a) im bliżej one w kręgu barw obok siebie leżą;

b) czem nieprzyjemniejszymi są inne kontrasty (ciepła i chłodu, światła i ciemności.

c) im bardziej obopólne zatknięcie nieprzyjaźnie wpływa na czystość, jednej lub każdej z nich, takową nawzajem narusza i kazi.

Im mniej wszystko powyższe się dzieje, tem bardziej połączenie jest przyjaznem.

Wedle tych prawideł możemy łatwo ocenić wszelkie połączenie barw. Obieramy w celu objaśnienia niebieską i czerwoną. U tych barw kontrast chromatyczny nie jest całkiem nieprzyjaznym, albowiem w kręgu barw nie leżą obok siebie, lecz fioletową od siebie są oddzielone; kontrast światła i ciepła nie jest wielkim, a więc przyjaznym, co do odcienia jest dopełniającą niebieskiej (jak z barwo-kręgu jest widocznem), barwa pomarańczowa, dopełniająca czerwonej, barwa zielona dostanie więc czerwona od niebieskiej odcień pomarańczowy, niebieska od czerwonej odcień zielony, co mianowicie wyraz obu barw poniekąd zmienia, lecz nie jest z ujmą dla ich jasności. I rzeczywiście połączenie niebieskiej z czerwoną jest ze wszystkich niedopełniających się najprzyjemniejszym. Tylko abyśmy jeszcze ostatnią okoliczność wyjaśnili obieramy w końcu jako przykład czerwoną i fioletową; tu zielony odcień, pochodzący od czerwonej, tworzy z fioletowej barwę zielonawo-fioletową, a więc barwę nieczystą, a tak więc skutkiem nieprzyjaznego kontrastu chromatycznego barwa się brudzi.

Biała, czarna, siwa nie są ani ciepłe, ani zimne, a zarówno w prawdziwym słowa znaczeniu nie są barwne; u nich więc, skoro je między sobą lub z innymi barwami połączyć chcemy, jedynie kontrast światła i ciemności rozstrzyga, który nie śmie być zbyt wielkim; nadają się więc do łączenia i pośredniczenia prawie wszystkich barw; u białej tylko najciemniejsze, u czarnej tylko najjaśniejsze są wyłączone.

U barwy brunatnej stosuje się rzecz wedle odcienia barwnego, jaki ma, czy do żółtej, do czerwonej, do czarnej i t. d. przechodzi.

W końcu jeszcze nadmienić musimy, że przy tychże samych barwach w tych to wypadkach kontrasty się zmniejszają:

a) gdy bądź bladą lub białawą, bądź ściemniałą odmianę (mieszankę) barw obierzemy. Tak pod względem kontrastu barwnego n. p. energiczna czerwona obok energicznej zielonej barwy bezpośrednio położona, krzyczy, nie zaś białawo-czerwona (jasnoróżowa) obok bladzielonej. Przy tem jeszcze nadmieniamy, że kontrast ciemności też zbyt małym być nie śmie; zwłaszcza dwie bardzo ciemne barwy obok siebie jednostajnie wyglądają. Przy kontraście ciepła i zimna jest przyjemniej, gdy obie barwy bardziej się skłaniają ku ciepłu jak zimnu;

b) gdy obszar jednej barwy ograniczymy i zwięźmy względem drugiej, to wiele barw zniesie drobny wzór drugiej barwy, chociażby nawet nigdy się nie zgadzały z takową przy równym obszarze. Im jaśniejszą, a zarówno energiczniejszą jest jakaś barwa, tem mniejszego potrzebuje obszaru, aby zrównoważyła ciemniejszą a mniej wy-

razistą barwę. Pod tym względem barwy główne: żółta, czerwona, niebieska tak się mają do siebie jak 3:5:8, tak że zupełna by nastąpiła między nimi równowaga, gdyby n. p. zajęła żółta 3, czerwona 5, niebieska 8 cm. □ obszaru;

e) połyskiem lub przeźroczystością. Tak n. p. żółta nie dobrze wygląda przy niebieskiej, a przecież sprawiają dobre wrażenie mosiężne guziki lub złote borty na niebieskim uniformie. Podobnie soczysta połyskująca zieleń trawy zgadza się z przeźroczysto-niebieskiem niebem.

Oto wszystko w streszczeniu, cośmy nadmienić musieli o harmonji barw. Przeprowadziliśmy sprawę poniekąd obszerniej, jednak wymagały tego, udowodnienie rzeczy i względna tego przedmiotu nieznanostwo; zarazem chcieliśmy podać dokładną wskazówkę, wedle której dałyby się wszelkie możliwe przyszłe co do harmonji barw zapytania rozstrząsnąć bezpiecznie i pewnie.

Brak smaku i niestosowny dobór barw świadczy przecież tylko o braku wykształcenia estetycznego, a żaden brak nie przynosi nikomu zaszczytu. Nie będzie więc dla nas ze szkoda, gdy okazemy i w tym to względzie, gdzie się powinno nas umieszczać, i że plotki w celu zawstydzenia nas rozsiewane są nader lichy i bezpodstawne. Świadome przeświadczenie o wielkiej doniosłości naszego celu wniknęło tylko do małych bardzo kólek, przeto nie śmiemy przy zewnętrznym wystąpieniu niczego zaniedbywać i za zbyteczne uważać.

Zawiodło by nas zadaleko, gdybyśmy rozprawiać chcieli o wszelkich wypadkach, w których się rozchodzi o harmonję barw.

O urządzeniu samego budynku gimnastycznego jużesmy nadmienili, dodajemy jeszcze tylko, że sama jednobarwność lub wreszcie białość ścian jego pozostanie przecież zawsze monotonna. Na jasnym tle prosty wzór w końcu tej samej, tylko ciemniejszej barwy będzie koniecznym, jeśli się poniekąd przyczynić chcemy do ożywienia całości.

Kończymy naszą rozprawkę, tusząc, żeśmy wspomnieli o wszystkim przynajmniej w krótkości, co dotyczy gimnastyki pod względem estetycznym. Zadaniem naszym było wedle możliwości skromnych sił naszych przyczynić się do udoskonalenia i uszlachtowania naszej sprawy.

Spolszczył *Adur.*

Trzecia rocznica.

W dniu 2. b. m. w trzecią rocznicę pierwszych ćwiczeń we własnej sali, odbył się za inicjatywę grona nauczycielskiego wieczorek gimnastyczny. Program wieczorku składał się z dwóch części: z ćwiczeń zwykłych, z zawodów i z wieczornicy.

O godzinie 7mej rozpoczęły się zwykłe ćwiczenia przy współdziałaniu 122 członków. Przy dźwiękach muzyki niejskiej „Harmonii“ wykonano pochód ozdobny, poczem ćwiczone na przyrządach z jedną zmianą. Galeria przepełniona była publicznością, wśród której nie brakło i przedstawicieli plei pięknej. Szczególniejsze zainteresowanie wywołały ćwiczenia zawodnicze odbywane po raz pierwszy w nowej sali, a zawodniczone w skoku w dal,

i w wyż, w wspieraniu 48-kilowych ciężarów, tudzież na drążku.

Warunki uczestniczenia w zawodach były następujące:

1. przy skoku w dal — skok 3 metrowy,
2. przy skoku w wyż — skok 1 metrowy,
3. przy wspieraniu ciężarów; wesprzeć ze zwisłego

położenia ramion do pionu 48 kilo.

4. na drążku: wykonać należyte wychwyty zamachem, przemyk z naskoku i wychwyty, wymyk tyłem z zamachu, waga podpora, przewlek i poziomka nóg.

Członkowie grona nauczycielskiego byli wyłączeni i sprawowali urząd sędziów.

Do zawodów zgłosiło się 41 członków, a mianowicie do skoku w wyż 14, w dal 16, do drążka 6, do wspierań 5.

Po godzinie 8mej rozpoczęły się zawody skokiem w wyż, poczem zawodniczone na drążku, w skoku dal, a na końcu w wspieraniu. Przebieg ich śledzono z natężoną uwagą i wśród uroczystej ciszy, przerywanej od czasu do czasu grzmiotem oklasków.

Ogłoszenie nazwisk zwycięzców miało nastąpić dopiero podczas wieczornicy, odbywającej się w czytelni Towarzystwa na I. piętrze, która tym razem okazała się za szczupłą.

Szanowny prezes Dr. Króweczyński zagał zebranie następująca przemową:

„Obchodzimy uroczystość domową w trzecią rocznicę rozpoczęcia ćwiczeń w własnym gmachu. Mimo woli dzień dzisiejszy wywołuje wspomnienia dotyczące przeszłości naszego Towarzystwa, przypomina dołę i niedole, wesole i smutne momenta dziejów Towarzystwa. Niewątpliwie najweselszym faktem dla nas jest, że od chwili panowania naszego w własnym gmachu, rozwój Towarzystwa rażniejszym postępuje krokiem. A gdy posiadanie gmachu zawdzięczamy nietylko własnym siłom, godzi się wdzięczność naszą okazać wszystkim, którzy czemkolwiek do wzniesienia się gmachu przyczynili. Wdzięczność nasza jest tak wielką, jak wielką była ofiarność wysokiej Reprezentacji kraju, Reprezentacji miasta i Kasy oszczędności naszego miasta, instytucyj, które tym sposobem wskazały potrzebę popierania Towarzystwa mającego na celu rozwój fizyczny. Nie otrzymalibyśmy jednak owych hojnych zasiłków, gdyby nie usiłowania poprzednich Wydziałów i tych, których zaufanie członków na kierowników Wydziału Towarzystwa powołało. Starania te przypominają nam zarazem najsmutniejsze chwile dziejów naszego Towarzystwa, bo utratę tych, którzy wielkie zasługi około Towarzystwa położyli. Dotąd nigdy publicznie nie uczellimy pamięci pierwszego prezesa Dr. Millereta, którego dobre imię ułatwiło zawiązanie Towarzystwa, uzyskania i przyzwolenia rządowego na założenie Towarzystwa w chwili, w której rząd niechętnie patrzył na powstawanie Towarzystwa, bo podejrzewał, iż ono ukryte ma cele. Znadto żywa jest pamięć zasług wieloletniego prezesa Jana Dobrzańskiego i jego zastępcy Dra Tadeusza Żulińskiego, abym nad nimi się rozwodził, mam to jednak przekonanie, że wyrażam życzenie zgromadzonych, składając cześć ich pamięci. Na nic jednak nie przydałyby się usiłowania Wydziału, gdyby Towarzystwo nie dawało niezbitych dowodów prawdziwej żywotności, która była rezultatem pracy członków czynnych, owej podstawy każdego Towarzystwa. Nie wielu z członków założycieli i pierwszych członków czynnych liczymy pośród nas, ale są oni i dzisiaj jeszcze pracują dla dobra Towarzystwa, słusznie więc należy się im jako też tym wszystkim, którzy w jakikolwiek sposób Towarzystwu się przysłużyli naszą wdzięczność i cześć.

Dla uczczenia dzisiejszej rocznicy nie podobna było obmyśleć lepszej i odpowiedniejszej formy. Ćwiczenia, na które przed chwilą patrzyliśmy, zakończone zawodami i uwieńczeniem zwycięzców, to najwspalniejsza nasza biesiada. Za chwilę spotka zasłużona nagroda zwycięzców, po którą mogą sięgnąć w przyszłości zwycięzcy, gdy z wytrwałością dalej pracować będą. Od nas świadków dzisiejszych zawodów, niechaj przyjmą uwieńczeni to zapewnienie, że każdy z nas poczytuje sobie za obowiązek

z równą wytrzymałością pracować w tym kierunku, który sobie obrał, aby równie uzyskać nagrodę, jaką jest uznanie, że się spełniło obowiązek, a gdy każdy z nas będzie starał się wywiązać z ciężących na nim obowiązków i gdy tak większość narodu postępować będzie, wówczas jutro będzie nasze, bo szczerze zasłużone“.

Po tej przemowie odśpiewał chór pieśń sokolską Czerwińskiego, a p. Adam wygłosił wiersz „Lala“, a następnie zabrał głos wiceprezes Dr. Dziędzielewicz i przemówił jak następuje:

„Nasza to nuta, której tak silny oddźwięk słyszeliśmy w wygłoszonym przed chwilą wierszu. Ale każda zorganizowana społeczność ludzka, choćby to była najczystszej wody demokracja, potrzebuje koniecznie symbolów. W nich skupia i ześrodkowuje ludzkość swoje najwyższe ideały; przekazuje potomności najczystsze i najrzetelniejsze myśli; pod nimi się gromadzi i zespala. Są one tłumaczem i piętnem swego czasu, a choć nie zawsze zrozumiałe dla potomności i jak hieroglif kryjące zagadkę, dla swoich czasów i dla swoich ludzi, mają nieraz potęgę porywających hasel.

Nie potrzebuje sięgać daleko po przykład. Sokół nasz, ten sokół, który dzięki ofiarności druha Harasimowicza, dziś tak plastycznie roztacza w sali naszej skrzydła, ptak nie królewskich wprawdzie aspiracji, ale szybkiego lotu i bystrego oka, to symbol tak prosty, a tak wyrazisty, tak wiernie oddający nasze dążności i pragnienia, że o lepszy pokusić się trudno.

Dziś po raz drugi dopiero w życiu naszego Towarzystwa chcemy zrobić użytek z innego symbolu, może nie tak wyrazistego i potężnego, ale pod względem ukrytej w nim myśli co najmniej równego znaczenia.

Gdzie idea sokolska rozrosła się na zewnątrz i gdzie grunt zyskała, tam zatknęto nasz sztandar sokoli; gdzie najistotniejsze zadanie nasze na wewnątrz się urzeczywistnia, gdzie praca nasza i starania nasze około podniesienia i hartowania sił i zdrowia ciała widomie najpiękniejszy osiągają skutek, tam składamy nasz skromny wianek sokoli.

Symbol to, a nie nagroda! — symbol uwieńczenia pracy naszej pomyślnym skutkiem, bo gimnastyka racjonalnie pojęta i pielęgnowana jest pracą, od której grubieją dłonie i bolą muszkuły, jak przepięknie powiedział nieznanym mi autor ogłoszonego w „Przewodniku“ naszym artykułu „O wieku młodzieńczym“.

Do pracy tej nałamać się trzeba wprzód, nawyknąć i rozmyślać się niejako w trudzie, nim organizm nabrawszy hartu da to poczucie zdrowia i siły, które jest wypadkową racjonalnych ćwiczeń gimnastycznych, a najskuteczniejszym owocem naszej pracy. Kto z nas do tego celu najbardziej potrafił się zbliżyć, przed tym składamy dziś sokoli wianek, nie upstrzony barwnem, ale opadającym kwieciem, lecz skromny, ale z trwałą zielenią.

Tak pojęty ten symbol żadnej nie nasuwa obawy. Ani się on dostanie niezasłużonemu, ani upowszechnieniem zbyt niemiernie straci na wartości. Kto widział dzisiejsze ćwiczenia zawodnicze, ten przyzna mi pewnie, że choćby w gronie pań naszych znalazła się Limuzin i najbardziej zwodnicza, w tym, przez którego ręce pod kontrolą wszystkich wianek nasz wręczamy: w dzielnym naczelniku naszym, Caffarella nie znajdzie. Wianuszka sokolego ani przymileniem, ani chyłkiem nie zyskasz, trzeba go w oczach wszystkich zdobyć pracą i znojem całego ciała. A choćby ten wianek wśród nas tak licznie rozsiano jak wstążeczkę francuskiej legii honorowej, nie straci on przez to na znaczeniu, ale owszem zyska. Jak nas otuchą napawa to, że Sokół coraz to liczniej zakłada w naszej ziemi gniazda, tak życzyć nam sobie tylko najgoręcej, żeby wianka sokolego w żadnej polskiej nie brakło rodzinie, bo wówczas ci, co go zdobyli, splotą wieniec wielki, a potężny i nierozzerwalny i będziemy wówczas mogli obchodzić wielkie święto wianków, jakiego Wisła nasza jeszcze nie widziała. Co dać Boże“!

Kierujący nauczyciel p. Durski ogłosił wynik zawodów:

1. w skoku w wyż (1.55 cm.) zwyciężył Mieczysław Kowalski, urzędnik Banku krajowego i Henryk Żaak, nauczyciel szkoły przemysłowej;

2. w skoku w dal (4.75 cm.) Mikołaj Ludwig (właściciel handlu) i Dr. Tadeusz Heppe, koncypient krajowej dyrekcji Skarbu;

3. na drążku Józef Żytny, leśnik, Dr. T. Niementowski, asystent politechniki i Leopold Rosenbaum urzędnik;

4. ciężary: Mieczysław Korwin, prawnik (9 1/2) razy i Józef Żytny.

Po skromnym posiłku zaprezentował się znowu chór Towarzystwa, wykonując kilka pięknych utworów, poczem nastąpiły śpiewy solowe druhow T. Borkowskiego i Guszalewicza oklaskami wynagradzane przez zgromadzonych.

Wśród wesołej pogadanki, urozmaiconej humorystycznym odczytem „O stworzeniu świata“ wygłoszonym przez druha Małeckiego, przy dźwiękach fortepianu na którym wtórował w ciągu całego wieczora druh Hauswald, bawiono się ochoczo do późnej godziny.

Sprawy towarzystw gimnastycznych polskich.

Tarnopol w listopadzie.

Komitet strzelecki tarnopolskiego Sokola urządził na dniu 27. listopada o godzinie 4tej po południu strzelanie o nagrody, w którym brało wielu członków udział i waleczono z zajęciem o osiągnięcie nagrody.

Dnia tego o godzinie 3ciej odbyło się posiedzenie Wydziału, na którym sprawdzono przedłożone rachunki z urzędzenia sali Sokola i postanowiono przedłożyć takowe Walnemu Zgromadzeniu. Koszta urzędzenia wynoszą dotychczas do 260 zł., a sala jest już prawie na ukończeniu. Wszyscy członkowie są zachwyceni dobrem i gustownem urządzeniem sali i dla tego też liczniej przybywają na ćwiczenia, szczególnie wspólne, któremi osobiście kieruje p. Szytyliński z gruntowną znajomością rzeczy. Spodziewać się należy, że wkrótce tarnopolskie Towarzystwo sokolskie powiększy się do 100 członków i ustali swój byt na zawsze.

O godzinie 4tej odbyło się przedwyborcze Zgromadzenie członków Sokola, celem wybrania komitetu mającego zająć się ułożeniem listy kandydatów do Wydziału dla przedłożenia Walnemu Zgromadzeniu, które dnia 4. grudnia ma się odbyć.

Do komitetu zostali wybrani pp.: Dr. Moszkowicz Maksymowicz, Cieński, Satke i Tęcza. Równocześnie polecono także komitetowi ułożenie listy kółka zabawowego. W tym też celu odbył nowo wybrany komitet zaraz posiedzenie na którym zajęto się i ułożono listę wydziałowych.

Wadowice w listopadzie.

Jako najbardziej na zachód wysunięta i najwięcej od Was oddalona filja mamy też i największe trudności do pokonania. Mimo tego śmiało wyznać możemy, że aczkolwiek powoli wznosimy, postęp na każdym kroku jest widoczny. Myśl przewodnią naszego Towarzystwa t. j. obowiązek kształcenia ciała i sił fizycznych, coraz bardziej w naszym gronie się zakorzenia i coraz znaczniejsza liczba członków na ćwiczenia przybywa. Członków zwyczajnych liczymy 38, z tych trzecia część uczęszcza regularnie na ćwiczenia. Od chwili zawiązania się Towarzystwa t. j. od maja b. r. odbywały się ćwiczenia regularnie trzy razy tygodniowo najpierw w sali do tego celu wynajętej, obecnie zaś w sali gimnastycznej tutejszego gimnazjum. Mamy wielką nadzieję, że c. k. krajowa Rada szkolna zezwoli nam i nadal użytkować salę tem bardziej, że nauka gimnastyki w tutejszem gimnazjum od 3 lat się nie odbywa. Mając tedy ponosić tylko kosztą opału,

światła i usługi posiada już obecnie nasza filja prawie wszystkie przyrządy. Zakupiliśmy je na wystawie krakowskiej od znanej firmy Meisnera w Krakowie i z przyjemnością stwierdzamy, że są tańsze od wyrabianych w Białej, a pod względem wykończenia i praktyczności białskim nie ustępują. Propozycję Waszego Wydziału uwalniania od wstępnego członków Sokoła lwowskiego i wszystkich filij w razie przeniesienia się do naszej filji przyjęliśmy. P. Gluziński znany koncertant podjął się kierować chórem Sokoła naszego. Na życzenie członków, otworzyliśmy osobne godziny gimnastyki dla starszych, mianowicie we wtorki i soboty. W czerwcu dane amatorskie przedstawienie przyniosło dochodu 67 zł, za którą to kwotę zakupiono przyrządy.

Jasło w listopadzie.

Mimo złych wróżb, Sokół w Jasle rozwija się jakoś, powoli wprawdzie, ale prawidłowo. Liczba członków wzrosła do 44, liczba uczęszczających stale na ćwiczenia gimnastyczne wynosi przeciętnie 10, a więc blisko $\frac{1}{4}$ wszystkich członków, a pocieszającym jest szczególnie fakt, że kto kilka razy tylko odważy się wstąpić w szeregi ćwiczących, znajduje wnet zachętę do wytrwania w pracy. Fundusz budowy własnego domu wzrósł także do kwoty 17 zł. Początek więc zrobiony, — byleby wytrwać!

Urywki higieniczne.

Oświetlenie naftą. Poincaré robił doświadczenia na zwierzętach że parowanie nafty źle wpływa na organa oddechowe a mianowicie stwierdzał zawsze przekrwienie błony śluzowej oskrzeli a nawet samych pęcherzyków płucnych. W następstwie tego przekrwienia grubieje błona śluzowa szczególnie w pęcherzykach płucnych.

Szpitala dla suchotników. Riout wskazując na wielką śmiertelność ze suchot w Londynie i Paryżu nawołuje do zakładania specjalnych szpitali, w których mogliby przedewszystkiem znaleźć pomieszczenie ubodzy chorzy w domach się leczący a właściwie wcześniej umierający i będący przyczyną szerszenia się tych chorób. Że w specjalnych szpitalach dla suchotników, jakie w Londynie, we Włoszech, Hiszpanii, Portugalii i Ameryce istnieją, śmiertelność ze suchot jest mniejsza dodawać nie potrzeba — ważniejszy jednak wzgląd t. j. że suchoty nie mogą się tym sposobem stać źródłem choroby u zdrowych przemawia za tem, aby wszędzie podobne szpitale istniały.

Zaraźliwość suchot. Zanim stwierdzono, że przyczyną suchot jest pasożyt, starano się sprawy zaraźliwości o której dzisiaj niewątpimy — rozstrzygnąć wspólnymi badaniami. Te jednak niedoprowadziły do celu — a przynajmniej nie stwierdzały z pewnością i w każdym przypadku zaraźliwości, lecz przeciwnie zdawało się, że zebrane spostrzeżenia przemawiały przeciwko zaraźliwości suchot. Dzisiaj gdy o zaraźliwości nie wątpią badacze, zachodzi pytanie dlaczego suchoty nie zawsze są zaraźliwe, a odpowiedź brzmi, że przyczynę tego zjawiska upatrywać należy w korzystnych warunkach tych osób, które na zarażenie są narażeni. Że wielką rolę w zaraźliwości suchot odgrywają niekorzystne warunki higieniczne doprowadzają więzienia, w których śmiertelność ze suchot jest bardzo wielka. Dla potwierdzenia zaraźliwości suchot można przytoczyć wiele przykładów i tak w małym mieście niemieckim umarło w krótkim przeciągu czasu kilkanaście noworodków na suchoty a właściwie gruźlicę — a jak się przekonano we wszystkich przypadkach była czynną położną (akuszerka), mająca zwyczaj wdmuchiwania powietrza noworodkom do ust, która była chorą na gruźlicę i tej chorobie uległa. Ollivier przytacza przypadki śmierci z gruźlicy u dziecka przedtem zupełnie zdrowego i z rodziców zdrowych, które dłuższy czas bawiło

się z dziećciem gruźlicą dotkniętem. Drugi przypadek przytoczony przez autora dotyczy dziećcia, które z powodu porażenia leczono w szpitalu i ułożono obok dziećcia dotkniętego gruźlicą.

Opłakane stosunki. Według sprawozdania Rubnowa o stosunkach sanitarnych w Rosji, wynosi w niektórych okolicach śmiertelność 60—80 przypadków na 1000 mieszkańców. Przerażająco wielką jest śmiertelność dzieci wynosi bowiem 59 a gdzie niegdzie nawet 79% ogólnej śmiertelności. W wielkiej śmiertelności dzieci należy szukać przyczyny bardzo małego wzrostu ludności pomimo wielkiej liczby urodzin. Rocznie umiera w Rosji 2,800.000 ludzi, z których milion zdaniem Bubnowa umiera z powodu złych stosunków sanitarnych. Równie wielką jest chorobliwość, jakkolwiek stanowczo nie można jej wielkość oznaczyć z powodu braku lekarzy. Na sto milionów mieszkańców przypada do 5000 lekarzy, z których poważną część zamieszkuje większe miasta.

Krótkowidztwo szkolne. Jeden ze sławniejszych doktorów niemieckich, Karol Reich, wskazuje na cały szereg t. zw. „chorób szkolnych“, dotyczących uczącą się młodzież wskutek wadliwości obecnego systemu nauczania w ogóle, oraz wielu innych przyczyn drugostronnych, jako to: złego pomieszczenia, braku powietrza, niedostatecznego oświetlenia i t. d. Na pierwszym planie wykazywanych chorób staje krótkowidztwo, które wobec ścisłych statystycznych obliczeń z każdym rokiem przybiera znacznie większe rozmiary. Ścisła obserwacja, dokonana na 10,000 dzieci, uczęszczających do zakładów naukowych, począwszy od szkółek elementarnych wiejskich, a skończawszy na gimnazjach, daje następujące wyciągi: w szkołach elementarnych wiejskich na 100 chłopców procent krótkowidztwa—14; w szkołach elementarnych miejskich—6.7 na 100; w szkołkach miejskich dla dziewcząt—7.7 na 100; w szkołach miejskich średnich („Mittelschulen“)—10.3; w szkołach wyższych („Realschulen“)—19.7; nareszcie w gimnazjach procent krótkowidzów podnosi się do 26.2; co już staje się zjawiskiem zastraszającym. Obliczenia statystyczne, dokonane jednocześnie na 30.000 dzieci w Wiedniu, Petersburgu, Marsylii i Nowym Jorku, dały rezultaty mniej więcej identyczne. Według dra Reicha, jedną z przyczyn tego kalectwa wzrokowego ma być złe oświetlenie, oraz wadliwa instalacja szkolnych sprzętów. Dr. Durr, a następnie dr. Fuchs, wyprowadzili w tym względzie porównanie pomiędzy czasem, przeznaczonym na pracę umysłową, a gimnastyką, zestawiając w cyfrach godziny, poświęcone jednej i drugiej w ciągu dziesięciu lat nauki. Czas ten w państwach zachodnich wynosi: w Anglii 16.500 godzin nauki, 4.500 godzin gimnastyki; we Francji 19.000 godzin nauki, 560 gimnastyki.

KRONIKA.

Dyrygent chóru. Po zrzeczeniu się dotychczasowego dyrygenta, objął kierownictwo chóru Sokoła p. W. Kulczycki, powszechnie szanowany i lubiany, członek naszego Towarzystwa, jeden z najczynniejszych członków galicyjskiego Towarzystwa muzycznego.

Dowody wytrwałości i nadzwyczajnej siły moralnej złożyła młodzież, pełniąca obywatelski obowiązek służenia pod bronią w charakterze jednorocznych ochotników przy pułku piechoty nr. 9. we Lwowie. Oto tymi dniami 52 tych ochotników odbyło w jednym dniu marsz ze Lwowa do Gródka i napowrót, t. j. 60 kilometrów, który był tem uciążliwszym, że glinka na gościńcu tworzy niezdolne błoto, a nadto, że marszowi nie towarzyszył ani bęben ani trąbka. Młodzieńcy maszerowali przyspiewując nasze pieśni i wrócili w wybornym stanie o 7. wieczorem do Lwowa. Nazajutrz o 6. rano znowu stanęli wszyscy 52

pod broń do zwykłych zajęć. Oddziałowi temu przewodniczył jego komendant Dienstl.

(Przewodnik pożarniczy).

Pogadanki popularne. Towarzystwo subj. przem. m. Warszawy urządza szereg odczytów i pogadank.

Szereg ten rozpocznie w niedzielę dnia 17. b. m. p. Marjan Olszewski, znany nauczyciel gimnastyki, który wypowie rzecz o „gimnastyce higienicznej“. Myśl to nader szczęśliwa. Prelegent, jako znany zaszczytnie specjalista, potrafi bezwątpienia przedstawić we właściwym świetle znaczenie gimnastyki dla ludzi, skazanych na pracę biurową i zachęcić do systematycznego uprawiania tak pożytecznego, jak gimnastyka, środka leczniczego.

Po odczycie nastąpi wieczorek muzyczno-deklamacyjny.

(Kurjer warszawski).

Zabawa dla dzieci. Specjalne zabawy dla dzieci, urządzone dzięki inicjatywie zarządu zwierzynca, cieszą się coraz szerszym powodzeniem. Obecnie liczne grono pań, należących do świata arystokratycznego, podjęło myśl urządzenia wielkiej zabawy dziecięcej z celem dobroczynnym. Miejscem balu ma być ogród Frascatti, o ile właściciele tej pięknej posiadłości na to pozwolą. Ponieważ zabawa odbędzie się dopiero za miesiąc szczegółowy program nie został jeszcze ułożony. Może i we Lwowie godziłoby się pomyśleć o tej sprawie i zamienić ją w czyn.

(Kurjer warszawski).

Szczęśliwy projekt. W Towarzystwie wioślarskiem powstał projekt urządzenia w lokalu zimowym przy ulicy Królewskiej zabaw dla dzieci członków Towarzystwa. Zabawy te odbywałyby się w niedzielę od godziny 6tej do 8mej wieczorem, pod nadzorem nauczyciela gimnastyki i szermierki p. Stanisława Majewskiego.

(Kurjer warszawski).

Klub cyklistów lwowskich. Dnia 8. b. m. jako w rocznicę założenia klubu, odbyły się w sali przy ulicy Kurkowej, w której mieściło się niegdyś nasze Towarzystwo publiczne ćwiczenia popisowe, wobec licznie zgromadzonej publiczności. Produkcje składały się z jazdy „szkolnej“ (p. Kor.) na bicyklu, jazdy na „Rowerze“ (p. T.) z jazdy zbiorowej na 4 i 6 bicyklach i wreszcie ze sztucznych produkcj (pp. S. i W.) nagrodzonych oklaskami. Prócz tego reprezentował p. hr. D. jazdę na monocyklu. Uroczystość zakończyła się wspólną ucztą.

Z klubu cyklistów warszawskich. W początku grudnia ukończono nowobudujący się lokal Towarzystwa cyklistów na placu przy rogu ulic Marszałkowskiej i Koszykowej nr. 57. Główna sala, przeznaczona na ujeżdżalnię, już gotowa, pozostały jeszcze: remiza dla welocypedów, garderoba, bufet i t. d. Ujeżdżalnia obszerna może pomieścić do 100 welocypedów. Oświetlenie będzie elektryczne. Podczas otwarcia, przy dźwiękach orkiestry, cykliści wykonają różne ćwiczenia zbiorowe na bicyklach. Jeżeli nastąpią mrozy, w pobliżu otwartą zostanie ślizgawka. Oprócz tego funkcjonować będzie „Skating-ring“. Tak więc po dwóch miesiącach przerwy, znów nastąpi ruch w naszym młodem, a energicznym Towarzystwie, propagującym w Warszawie i na prowincji sport welocypedowy. Dnia 11. b. m. odbyły się pierwsze ćwiczenia w nowej sali.

Zjazd straży ochotniczych. Dnia 10. i 11. b. m. odbył się zjazd straży ochotniczych, o którym w następnym numerze podamy bliższe szczegóły.

Pocieszający objaw. Prawie wszyscy nauczyciele lwowskich szkół ludowych, wnieśli do tutejszej Rady miejskiej prośbę o utworzenie dla nich kursu nauki

gimnastyki, by wykształciwszy się należycie teoretycznie i praktycznie mogli udzielać jej odpowiednio do wymogów. Rada miejska zaważwała obecnie Towarzystwo nasze o podanie warunków urządzenia takiego kursu i sprawa ta będzie przedmiotem obrad na najbliższym posiedzeniu Wydziału, a nie wątpimy o pomyślnem jej załatwieniu. Z prawdziwą przyjemnością wypada zaznaczyć, że świetna Reprezentacja miasta uznaje ważność gimnastyki dla społeczeństwa, bo wszystkie nowo wystawione budynki szkolne mają sale gimnastyczne, spodziewać się więc można, że Reprezentacja miasta postara się i o to, by naukę gimnastyki udzielali fachowi nauczyciele.

Prezesem Sokoła praskiego obrany został Gabrjel Zyzka, dotychczasowy gospodarz Towarzystwa od jego powstania, a więc od 25 lat.

Sokol w Tarnowie. Na różne zapytywania członków Towarzystwa kiedy Wydział obmyśli dla członków łatwiejsze środki nabywania ubiorów jednolitych, Wydział porobił już odpowiednie kroki i próbki granatów nadeszły. W przyszłym tygodniu oznajmi Wydział o warunkach pod jakimi będzie pośredniczyć w zamówieniach, a tutejsi rękodzielnicy wykonają takowe.

Sokol skazany. „Dziennik Poznański“ donosi: „Na majówce Towarzystwa gimnastycznego Sokol w Szamotulach, wywieszono sztandar tegoż Towarzystwa przedstawiający sokoła z rozszerzonymi skrzydłami w wieńcu debowym, otoczony wstążeczkami czerwonymi i białymi. Sąd szamotulski widział w tem symbol, mogący wznieść niepokój publiczny i skazał oskarżonych na 5 marek kary. Dziś toczyła się ta sprawa w apelacji, przed kratkami sądu poznańskiego. Archiwariusz miasta Poznania potwierdził dziś jako biegły, iż orła z rozszerzonymi skrzydłami, przedstawiają tylko plastycznie, sztandar Sokolów szamotulskich przedstawia zatem orła, choć nie można osądzić, której narodowości. Na zapytanie obrońcy Dr. Dziembowskiego, przyznał biegły, że biały orzeł, jest przyjęty do ogólnego pruskiego herbu, i że kolor biały i czerwony, są kolorami W. Księstwa Poznańskiego. Obrońca mianowicie opierał się na zasadzie, że wolno używać publicznie kolorów czerwonego i białego, również i przedstawień białego orła, gdyż symbole te uznane są przez panujących jako prowincjonalne odznaki, powoływał się na Hesję, gdzie prowincjonalne kolory i emblemy publicznie zawieszają. Twierdził dalej, że wywieszanie uznanych prawnie odznak nie jest w stanie zakłócić spokoju publicznego — może się tylko nie podobać szowinistom. Zaprzeczył dalej obrońca, ażeby oskarżeni mieli tendencje demonstracji, przeciwnie kazali odlać „Sokoła“ i sztandar swój uważali i uważać mogli za przedstawienie tegoż ptaka a nie orła. Sąd oddalił apelację z następujących głównych motywów: Sztandar szamotulskich Sokolów jest symbolem; nie chodzi o to, czy orła przedstawia, ale można go przynajmniej za orła uważać. Symbol taki może zakłócić spokój publiczny, gdyż panuje w Księstwie namiętny stosunek narodowości i przypuścić można, że obywatele niemieccy mogli się czuć urażeni publicznem wystąpieniem takiego symbolu“.

OD ADMINISTRACJI.

Szanownych prenumeratorów uprasza o wczesne nadsyłanie przedpłaty.

Treść: Gimnastyka w szkołach średnich. — O potrzebie ćwiczeń cielesnych. — Szkoła dla kształcenia nauczycieli gimnastyki. — O gimnastyce ze stanowiska estetyki (dok.). — Trzecia rocznica. — Sprawy towarzystw gimnastycznych polskich. — Urywki higieniczne. Kronika.