

PRZEWODNIK GIMNASTYCZNY

„SOKÓŁ”

ORGAN ZWIĄZKU POLSKICH GIMNAST. TOWARZYSTW SOKOLICH.

WYCHODZI PIERWSZEGO KAŻDEGO MIESIĄCA.

REDAKCJA WE LWOWIE ULICA ZAMOYSKIEGO L. 18; ADMINISTRACJA ULICA ZIMOROWICZA L. 5.

Prenumerować można: w Administracji, w kancelaryi Tow. „Sokoł” l. 8. ul. Zimorowicza i we wszystkich księgarniach.

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

Przedpłata roczna z przesyłką pocztową pod opaską:

Do Królestwa polskiego, Litwy, Rosji 1 rs. 50 kop.

Do W. Ks. Poznańskiego, Prus i Niemiec 3 marki.

Do krajów związku poczt. Europy i Stanów Zjed. Ameryki 5 franków.

Do krajów innych podług taryfy pocztowej z doliczeniem opakowania i t. d.

Nakład 8.000 egzemplarzy.

Pilne korespondencje upraszamy nadsełać najdalej do 20. w miesiącu.

Złot wystawowy.

(Ciąg dalszy).

Zawody jednostek obejmowały pięć grup:

- skok w wyż i wspieranie ciężaru.
- „ „ i rzucanie „
- „ w dal i wspieranie „
- „ „ i rzucanie „
- bieg na chyżość.

Miara ocenienia: 1. w skoku w wyż: obowiązkowy skok = 1·00 m., do 1·50 m. każdy decymetr 1 punkt, po nad 1·50 m. każdy decymetr 2 punkty; 2. w skoku w dal: obowiązkowy skok równa się 3·00 m.; do 4·00 m. liczy każdy decymetr $\frac{1}{2}$ punkta, po nad 4·00 m. każdy decymetr 1 punkt; 3. wspieranie ciężaru: obowiązkowo 5 wspierania ciężaru 50 klg. ważącego; każde wsparcie po nadto liczy 1 punkt; 4. rzucanie ciężaru: obowiązkowy rzut ciężaru 15 klg. ważącego na dal 3·00 m., każdy decymetr po nadto liczy 1 punkt; 5. bieg: przestrzeń 300 m., obowiązkowy czas 120 sekund, każde dwie sekundy mniej liczą 1 punkt.

Do zawodów (od których byli wyłączeni nauczelnicy i członkowie gromad naukowych) zgłosili się druhowie: w grupie a) Owadiuk Feliks lat 26 z Jarosławia; Szim Józef (33) z Tarnowa; w grupie b) Falkiewicz Józef (30), Gritzmann Kaźmierz (20), Kwiatkowski Jan (34), Szturma Władysław (19) z Gródka; Teodorowicz Ksenofont (20) ze Lwowa; Fischer Marcełi (21) z Przemysła; w grupie c) Rudnicki Seweryn (20), w grupie d) Christlbauer Ludwik (21), Dobija Wojciech (35) ze Lwowa, Huppenthal Władysław (23) z Podgórze; Serwacki Józef (31) z Przemysła; w grupie e) Bielecki Maryan (19), Marcichowski Karol (19), Mia-

nowski Stanisław (27), Noah Wilibald (21), Gologórski Bronisław (21), Koziół Aleksander (20), Stamirowski Tadeusz (33) ze Lwowa; Cisek Franciszek (20), Kloppek Alojzy (20), Wojnarowski Eugeniusz (24) z Przemysła; Pawłowski Kaźmierz (20) z Tarnowa.

W grupie a) 1. d. Owadiuk Feliks z Jarosławia, skoczył w wyż 1·80 m. = 11 punktom, wsparł ciężar 50 klg. 18 razy = 13 punktom = 24 punktom; 2. d. Szim Józef z Tarnowa, skoczył w wyż 1·75 m. = 10 punktom, wsparł powyższy ciężar 10 razy = 5 punktom = 15 punktom. W grupie b) d. Fischer Marcełi z Przemysła, skoczył w wyż 1·75 m. = 10 punktom, rzucił ciężar 15 klg. pierwszy raz 4·20 m., drugi raz

4·10 m. = 11 $\frac{1}{2}$ punktom = 21 $\frac{1}{2}$ punktom; zaś druhowie, którzy w rzucaniu ciężarów nie brali udziału, skoczyli w wyż: 2. Teodorowicz Ksenofont ze Lwowa 1·70 m. = 9 punktom; 3. Gritzmann Kaźmierz z Gródka 1·60 m. = 8 punktom; 4. Kwiatkowski Józef z Gródka 1·60 m. = 8 punktom. W grupie c) nie stanął nikt do zawodów. W grupie d) 1. d. Christlbauer Ludwik ze Lwowa, skoczył w dal 5·25 m. = 17 $\frac{1}{2}$ punktom, rzucił ciężar 15 klg. pierwszy i drugi raz po 4·50 m. = 15 punktom = 32 $\frac{1}{2}$ punktom; 2. d. Dobija Wojciech ze Lwowa, skoczył w dal 4·50 m. = 10 punktom, rzucił ciężar powyższy pierwszy raz 5·40 m., drugi raz 6 m. = 27 punktom = 37 punktom; 3. d. Dr. Serwacki Józef z Przemysła, skoczył w dal 4·20 m. = 7 punktom, rzucił powyższy ciężar pierwszy raz 3·60 m., drugi raz 3·70 m. = 6 $\frac{1}{2}$ punktom = 13 $\frac{1}{2}$ punktom.

W grupie e) przebiegli przestrzeń 300 metrów druhowie: 1. Stamirowski Tadeusz ze Lwowa w 40 sekundach = 40 punktom; 2. Kloppek Alojzy z Przemysła w 61 sekundach = 29 $\frac{1}{2}$ punktom; 3. Wojnarowski Eugeniusz z Przemysła w 82 sekundach = 19 punktom.

Zwyciężyli zatem:

W grupie: a) d. Owadiuk Feliks z Jarosławia.



E. Trzemeski p.

Sztandar związkowy.

W grupie: b) d. Fischer Marceli z Przemysła.
" c) d. Dobija Wojciech ze Lwowa.
" e) d. Stamirowski Tadeusz ze Lwowa.

Zwycięzcy ci nie otrzymali żadnej nagrody i nie stawali dla niej do zawodu, ponieważ było postanowieniem, iż zwycięzcy wywalczą dla gniazd, do których należą, wzmiankę honorową. Wzmianka ta należy się tedy gniazdom w Jarosławiu, we Lwowie i w Przemysłu.

O wyścigach druhów kolarzy, które rozpoczęto po ukończeniu zawodów, wolno mi poprzestać na wzmiance dla uczynienia zadość porządkowi opowiadania, który wytknąłem sobie z samego początku, a wolno mi dlatego, że bardziej do tego, jak moje, powołane pióro spisało wyścigi obszernie na miejscu innym (p. str. 106).

Muszę tylko dodać, że całość publicznego występu naszego w pierwszym dniu zlotu spotkała się z powszechnem uznaniem umiejętnego i systematycznie przygotowanego i przeprowadzonego popisu, a jeżeli tenże trwał nieco za długo, co było skutkiem uchwały wykonania w dwóch dniach programu pierwotnie na trzy dni wyznaczonego, to pomimo tego dokładnością i pięknoscią szczegółów umiał przykuć uwagę widzów do samego ostatka.

Wieczorem w teatrze skarbkowskim odbyło się uroczyste przedstawienie ku uczczeniu zlotu sokolego rozpoczęte pięknym prologiem i obrazem z żywych osób, a zakończone polonezem i mazurem błękitnym*).

W dotychczasowym sprawozdaniu o zlocie byłem zwykłym kronikarzem opisującym wszystko, co miało związek z uroczystościami dnia pierwszego, takim piórem, jakim pisze każdy przeciętny kronikarz. Ale drugi dzień zlotu, dzień wyznaczony przez Związek na wielkie święto sokole, na złożenie publicznego hołdu temu, który pierwszy u nas wypowiedział hasła równości i braterstwa, taki dzień wymaga pióra, któreby do jego wielkości i świętości umiało dostroić się choćby w części pięknoscią i świetnością opisu. Musiałoby ono posiadać dar roztoczenia nad całą uroczystością jasnych słońca promieni, takich, jakie nam w tym dniu świeciły, musiałoby umieć tak władać sercami, aby rozjaśniać je radością i dumą, taką, jaka z nas i z tysięcy widzów tęczywymi promieniała blaskami, a zarazem osnuć perłami łez, takich, jakie w tym dniu wyciskało szczęście i marzenie, musiałoby być miękkie, jak modłów pieśń, podniosłe, jak chorału głos, przejmujące, jak bojowej surmy chrzęst. Niestety, nie mojemu pióru być mistrzem i dlatego wybaczenie, że nie roztoczy przed wami nawet słabego cienia tego, co widziały oczy, co uczuwały serca, że jednym słowem i tu także będzie piórem kronikarza.

Przed 8. godziną rano zdążyły pochodem zwykłym, czwórkami liczne zastępy sokole z kwater i ze sokolni lwowskiej na namieście św. Jerzego, skąd miał wyruszyć pochód uroczysty na boisko wystawowe. Zewsząd spieszyły tłumy widzów, aby zająć ulice, któremi pochód miał przechodzić. Na miejscu zbornem tablice z napisami siedzib gniazd oznaczały, gdzie które ma się ustawić. Rozkazy wydawał naczelnik Durski osobiście i za pośrednictwem swoich przybocznych, pieszego d. Walleka i konnego d. Smutnego. Porządek utrzymywał konny oddział sokoli, zapobiegając, aby nawał publiczności na miejscu zbornem nie utrudniał i nie opóźniał sformowania się hufców według rozkazów pomieszczonych przed zlo-

*) Potąd należało sprawozdanie z pierwszego dnia do poprzedniego numeru; z przyczyn nie zawisłych od autora musiało wejść do niniejszego. Red.

tem w „Przewodn. gimn.“. Sformowano cztery hufce złożone z żup ustanowionych w celach ćwiczebnych.

Z uderzeniem godziny 9. wyszedł rozkaz rozpoczęcia pochodu. Ozwały się trąbki naczelników, donośne słowa rozkazów i dźwięki pięknego marsza sokolego. Ruszono.

Na czele konny oddział sokoli czwórkami pod komendą d. Bayera, za nim „Harmonia“ lwowska, dalej prezes Związku d. Romanowicz z naczelnikiem związkowym d. Durskim i przybocznym d. Wallekiem, za nimi członkowie Wydziału Związku w odstępach przepisanych regulaminem pochodowym

Pierwszym hufcem dowodził d. Haczewski z Kołomyi. Do hufca tego należały żupy: Stryj (30 druhów) z gniazdami: Sambor (24), Drohobycz (8); Nowy Sącz (40) z gn. Gorlice (25), Stary Sącz (6), Limanowa (3), Nowy Targ (3); Wadowice (20) z gn. Cieszyn (1), Żywiec (6), Myslenice (3); Rzeszów (30) z gn. Jasło (10), Łańcut (13), Krosno (3), Przeworsk (12), Tyczyn (5); Tarnopol (55) z gn. Zamość (15), Brzeżany (8), Trembowla (?), Zbaraż (?); Kołomyja (44) z gn. Czerniowce (40), Zaleszczyki (2), Śniatyn (12).

Drugiemu hufcowi przygrywała „Harmonia“ krakowska, a dowodził nim d. Ruciński z Krakowa. Należały do tego hufca żupy: Kraków (120) z gn. Bochnia (16), Podgórze (20), Wieliczka (12); Przemysł (64) z gn. Jarosław (30), Sanok (21), Radymno (3).

Przy dźwiękach muzyki stryjskiej kroczył trzeci hufiec, któremu przewodził d. Cenar ze Lwowa II. Składały ten hufiec żupy: Tarnów (40) z gn. Dąbrowa (3), Słotwina (8), Wojnicz (20); Stanisławów (70) z gn. Kałusz (4), Czortków (20), Delatyn (6), Dolina (3); Lwów II. (30) z gn. Jaworów (18), Sokal (18), Brody (22), Złoczów (44), Żółkiew (6), Rohatyn (8), Gródek (20).

Ostatni hufiec pod dowództwem d. Janikowskiego tworzyło 400 druhów lwowskich, którym przygrywała muzyka tarnopolska.

Cały pochód zamykał oddział konny złożony z 10 druhów.

Już na wstępie zaznaczyłem, że pochodowi naszemu nie towarzyszyły nieustanne okrzyki lub oklaski i nie sypał się na nas deszcz kwiatów; owszem na długiej przestrzeni, jaką przebyliśmy, ulicami: Mickiewicza, Marszałkowską, Trzeciego Maja, Karola Ludwika, Maryacką, Akademicką, Mikołajską, Zyblikiewicza i Stryjską — była niekiedy taka cisza, iż mogło zdawać się, jakoby tysiące i tysiące widzów, które zaległy chodniki lub tłoczyły się w oknach i na balkonach, szły za popędem zwykłej ciekawości, głodnej przelotnego podrażnienia wzroku, nie zaś z potrzeby serca. Ja te serca widziałem w około, widziałem w blaskach oczu patrzących życzliwie i przyjaźnie na ten długi, równy i piękny korowód, widziałem je w przyspieszonym oddechu piersi wolnych na kilka dni od tej barbarzyńskiej zmyry, co nawet myśli nakłada kaganiec, widziałem je w cichych westchnieniach i szeptach, które płynęły za nami błogosławiąc myśli, co nas zespoliła w codzien liczniejszą rodzinę braci...

I wobec takich świadków, raźnie i pięknie i karnie szliśmy nie bacząc na bezlitośny upał, szliśmy tam, gdzie miłościwe oblicze Naczelnika pragnęło nas ujrzeć i zliczyć i rozjaśnionem okiem wyczytać nam zapal z twarzy spalonych żarem słonecznym.

Dopiero w górnej części ulicy stryjskiej zwolniliśmy kroku mogąc odetchnąć swobodniej w cieniu drzew przydrożnych, a jakby w nagrodę trudów zmęczenia spotkaliśmy się z niezwykłym w tych stronach zjawiskiem, równie dla oka jak dla serca miłym,

ptaka sokolego, który szybując nad nami nisko a spokojnie zdawał się robić przegląd szeregów naszych.

Tymczasem zbliżała się 11. godzina, początek właściwej uroczystości. Druhowie konni zatrzymali się na miejscu zbornem, piesi zaś przy dźwiękach muzyk i wśród serdecznych powitań ze strony widzów zgromadzonych na trybunach zapełnili boisko ustawiając się hufcami twarzą ku wschodowi. Wzorowy porządek, śliczne, równe ustawienie się wywołały słuszny podziw i zachwyt.

Na wzniesieniu pod biustem Kościuszki stanęli półkolem zwróceniu twarzami ku hufcom członkowie Wydziału Związku, obok nich prezesowie wszystkich gniazd i dwudziestu chorążych ze sztandarami. Wśród ciszy wielkiej, uroczystej, rozległy się z bocznej trybuny tony „hymnu Sokółów“ odśpiewanego z towarzyszeniem muzyki przez połączone chóry Lutni, Echa i Sokola lwowskiego.

Gdy ucichła ostatnia nuta wzniesłego śpiewu, rozwarły się podwoje głównej bramy i zastępca naczelnika lwowskiego d. Władysław Janikowski wniósł na boisko rozwinięty sztandar, który Sokół lwowski złożył miał Związkowi uroczystość w darze. Prześliczny to dar, a tem droższy sercu, że wykonany w lwowskim towarzystwie „pracy kobiet“. Podczas uroczystości wręczenia miał tylko jedno lico, karmazynowe, zapełnione haftem; drugie, białe, musiało czekać aż do zamknięcia wystawy na przeszliczny obraz Matki częstochowskiej, haftowany ręką zaszczytnie znanej i srebrnym medalem odznaczonej p. Jaworskiej. W samym środku karmazynowego lica wstąpiła cała w promieniach piękny srebrny ptak sokół z ciężkimi w szponach i wstęgą, na której napis: Związek Sokółów polskich. Otacza go koło złożone z herbów tych miast, gdzie w chwili sporządzenia sztandaru były towarzystwa związkowe oznaczone napisem siedziby i roku założenia. W osi podłużnej lica umieszczony zewnątrz koła po jednej stronie herb Lwowa, po drugiej Krakowa. U dołu zamknięto to koło herbem polskim, jakby wielki pierścien wspaniałą pieczętą. Poprzednie brzegi lica zamykają srebrne gałązki dębowe, podłużne — wijąca się wstęga dla przyszłych napisów i herbów tych gniazd, które przystąpią do Związku. Kilka z nich ugrupowano już w zwojach górnej wstęgi.

D. Janikowski rozwiniawszy sztandar, stanął z nim obok wiceprezesa lwowskiego dr. Dzieńdzielewicz, który zwracając się ku prezesowi Związku przemówił następującymi słowy:

„Dostojni goście! Serdeczni druhowie! Przeznacz prezesie Związku!

Nazwano nas, „Sokoła“ lwowskiego, „macierzą“ polskiego sokolstwa. Wielce zaszczytne to miano dostało nam się po 25 latach pracy, w chwili jej ówsiemsetletniego jubileuszu, święconego przed dwoma laty na I. zlocie polskiego sokolstwa, w chwili, kiedy się ziszczało najgorętsze nasze pragnienie, kiedy powstał Związek polskiego sokolstwa. Mniemamy, żeśmy na to zaszczytne miano rzetelną pracą zasłużyli.

Ale matka Polka, kiedy przemagając najrozszy z ludzkich bólów — ból matczynej serca — słała synów swych na pole nieraz beznadziejnej walki, dawała im w drogę talizman, rzecz drobną, ale wielkiej mocy, dawała im — szkaplerz, co nieraz, jak puklerz, odtrącał nieprzyjacielską kulę, a zawsze dawał niezachwianą wiarę w sprawę, za którą szli do walki, kryjąc w sobie tajemnicę tych nadludzkich prawie zwycięstw naszych, nad którymi świat się zdumiewał.

Idźcie na walkę i pracę i — wierzajcie mi — na większą jeszcze i cięższą, niż ta, którą my speł-

niamy; więc i w tem chcemy być dobrą macierzą, byście szli na nią ze znakiem wiary w zwycięstwo i jedności w działaniu. Dajemy wam symbol tej jedności — ten sztandar, na którym nasz „Sokół“ pod szeroko rozpięte swe skrzydła garnie nas wszystkich nierozzerwalnym — łańcuchu braterstwa; sztandar, na którego krwawe pole zaszczytem jest się dostać, ale hańbą by było, żeń zniknąć! (Tu zastępca naczelnika lwowskiego, d. Władysław Janikowski, rozwiniął sztandar).

Jeżeli idzie o symbol i dobrą gwiazdę, to nie mogło się to stać w chwili właściwszej, jak w tej, w której naród nasz na wspomnienie swego naczelnika stanął, żeby zdać przed nim raport ze swojej całowiekowej pracy. I my stajemy tu do tego raportu, a gdy wspomniemy, że przed dwoma laty jeszcze liczono gniazda nasze o mało więcej nad 30, a dziś stajemy tu przeszło w dwójnasób; gdy wspomniemy, że w hasłach tych naszych sztandarów — a przede wszystkim w tem prostym, krótkim hasle, które na waszym wypisaliśmy sztandarze: „W jedności siła!“ — tkwi hasło tego, przed którym dziś myślą do raportu stajemy: to nam się wolno krzepić myślą, że raport nasz nie zasłuży na naganę. My odtąd tylko szeregowcy i tylko w jednym pragniemy być pierwsi: w posłuszeństwie bezwzględnie dla Związku, w karności bez zastrzeżeń, w miłości bezgranicznej dla znaku, pod którym on nas powiedzie.

Wiedźcie i zwyciężajcie!“

D. Romanowicz ująwszy w dłoń podany mu sztandar, który w ciągu jego przemówienia odebrał sekretarz związkowy, tak odpowiedział na piękne słowa Dr. Dzieńdzielewicz:

„Z uczuciem wielkiej radości i najserdeczniejszej wdzięczności biorę z zacnych rąk twoich, szanowny druhu, ten wspaniały dar lwowskiej macierzy. Przyjmuję go imieniem Związku jako nowy dowód troskliwości tej naszej macierzy o dzieło, które sama wielkim wysiłkiem i wielką ofiarnością stworzyła — biorę jako zadatek pomysłnego rozwoju Związku, biorę go jako zewnętrzny znak ciężącego na nas wielkiego obowiązku, abyśmy ideę w lwowskim Sokole wypielęgowaną zachowali w całej czystości. Biorę go jako znak tej idei, a biorę go z otuchą, którą w nas ukrzepił drugi znak widomy, jaki dziś mieliśmy, i to nie malowany, ale żywy prawdziwy znak sokoli. Gdyśmy przed chwilą przechodzili hufcami ku boisku, ujrzałyśmy w przestworzu nad głowami naszymi wznoszącego się sokoła żywego. Z hasłem „czapki w lot“ witaliśmy serdecznie tego sokoła, pod którego znakiem żyjemy. W tej myśli wręczacie nam ten sztandar, w tej myśli my go od was wdzięcznym przyjmujemy sercem. W tej zaś uroczystej dla nas chwili, silniej niż kiedykolwiek uczuwamy potrzebę wypowiedzenia głośno, wobec kraju całego, jaką jest ta idea, której sługami my się wyznawamy. Pragniemy, aby kraj wiedział dobrze i rozumiał, czego chcą ci dziwni ludzie, którzy w wieku konwenansów przywdziali na siebie strój niezwykły, mówią do siebie „druhu“, zamiast „panie“, nie zdejmują czapki przed nikim, i witają się między sobą nie dawnem „upadam do nóżek“ — a których jest już dziś w kraju kilka tysięcy i da Bóg, będzie coraz więcej.

Chwila, w której zrodziło się u nas, a najpierw we Lwowie, sokolstwo polskie, nadaje mu znamienne a niezatartą cechę i świadczy, iż nie było ono prostym naśladownictwem tego, co gdzieindziej czyniono, że nie było sztuczną jakąś, obcą rośliną, ale, że naturalną koniecznością wyrosło, jako żywa latorośl na żywym pniu narodowym. Matką mu była gorąca mi-

łość Ojczyzny, rodzicem trzeźwy rozsądek — a u kolebki jego stały wielkie klęski narodu. Sokolstwo powstało po ostatnim strasznym pogromie, jaki spadł na nasz naród lat temu trzydzieści. Goić głębokie a bolesne rany z tego pogromu, krzepić siły narodu, aby nietylko klęskę przetrwał, ale i na przyszłość ubierał potężne siły zasoby — oto była i jest po dzień dzisiejszy nieustanna troska wszystkich wiernych synów Ojczyzny. I w tej też myśli, a nie z marnego naśladownictwa obcych wzorów powstało polskie sokolstwo. Powiedzieli sobie twórcy jego, że siły narodu rozwijać się muszą organicznie, jeżeli się mają rozwijać skutecznie. Powiedzieli sobie dalej, że jeżeli to ma iść drogą organiczną, toż żaden z czynników narodowej siły zapomnianym być nie może. Nie tylko potrzeba nam podźwignięcia umysłowych, moralnych i ekonomicznych sił narodu, lecz trzeba krzepienia siły fizycznej. Nie będzie silnem umysłowo i moralnie ani też ekonomicznie nie rozwinię energii, a już zgoła przyszłości dla narodu nie zdobędzie pokolenie, skarłowaciałe fizycznie, bezkrwiste, o nerwach nieznośnych wstrząśnięć, o mięśniach, nie mogących poddać żadnej pracy i wyczerzeniu. Nad zahartowaniem tych nerwów, nad wzmocnieniem tych mięśni, nad nadaniem im sprężystości i gibkości, zaczął Sokół lwowski pracować naprzód przez ćwiczenia samych członków Towarzystwa, następnie przez objęcie nauki gimnastyki dla młodzieży szkolnej, wreszcie przez kształcenie nauczycieli gimnastyki — zaczęł poszedł dalszy obowiązek, ażeby przy świetłej pomocy świąta lekarskiego samą technikę gimnastyki i jej umiejętną stronę coraz rozwijać i doskonalić.

Wszakże — jak dziecko, które się wypiera ojca swego i matki swojej, wyrodnem jest, bo się ono przeciw prawom przyrody wyrodziło i bunt przeciwko nim podnosi — tak my bylibyśmy wyrodnymi, gdybyśmy się zaprzęć chcieli tej idei, z której sokolstwo się zrodziło, gdybyśmy zapomnieli chcieli o wielkiej potrzebie, dla której ono powstało, gdybyśmy w samym ćwiczeniu siły fizycznej cel upatrywać chcieli ostateczny. I bylibyśmy, jak owo biblijne drzewo figowe, które ścięte będzie i w ogień rzucone, bo owoców nie niesie — gdybyśmy kiedykolwiek zapomnieli mogli o tem, że z narodowego gruntu wyrosli i narodowemi karmieni sokami, my tylko na tym narodowym gruncie skutecznie działać i pomyślnie rozwijać się możemy. Mamy więc nad sobą pana, któremu służymy, a tym panem naród — mamy nad sobą panią, której słuchamy, a tą panią nasza ziemia ojczysta. I wiemy, że temu państwu naszemu najlepiej, najskuteczniej służyć będziemy, gdy będziemy w sobie rozwijać te cnoty, których nam brak, a które rozwijać możemy, pozostając najściślej w granicach naszej działalności, jako gimnastyczne towarzystwa. Brak nam karności — nie tej niewolniczej, która ze strachu i bezmyślności zrodzona, nieszczęśliwość tylko płodzić może, ale tej, która wiernie wykonywa to, co jest zbiorowej a wolnej woli wynikiem. Tę karność kształcimy tym oto mundurem, który jest dla nas publiczną kontrolą — kształcimy na boiskach naszych i w tych oto naszych szeregach, w których ludzie osiwiali i poważne zajmujący stanowiska chętnie poddają się komendzie młodszych, których zbiorowa wola na ich czele postawiła. Brak nam ścisłości w pełnieniu obowiązków, brak punktualności w pracy. Te cnoty kształcimy także w szeregach naszych, w których wojskowy rygor panuje i panować musi. A za tym mundurem, który jest jednaki dla wszystkich, a za tem wojskowym uszeregowaniem się naszym idzie jeszcze jedno: szczere koleżeństwo — wyrażające się na zewnątrz nazwą „druh“, którą się wzajemnie darzymy. A za ćwiczeniem i hartowaniem

siły fizycznej, za przyzwyczajaniem się do trudów, idzie też wyrabianie moralnego hartu, wytrwałości, energii.

Oto streszczona w krótkich zarysach idea sokola — oto duch, który nas ożywia — kierunek, jaki pracy naszej nadajemy. Tę ideę wypielegnowała nasza lwowska macierz, która nas dzisiaj sztandarem tym obdarza — tego ducha zaszczerpiła w nasze sokolstwo i zaiste dumną z tego być może. Idei tej zawsze wiernymi pozostaniemy, duchowi temu upaść nie damy i to wam dziś, przy odbiorze z rąk waszych tego sztandaru ślubujemy.

Roztocz więc nad nami skrzydła swoje ukochany nasz ptaku — i nie obawiaj się, aby się one w rękach naszych zbrukały. My zawsze za lotem twych skrzydeł chcemy i będziemy podążać: wyżej! Wyżej w uszlachetnieniu serc i umysłów, wyżej w braterskim ukochaniu wszystkich synów tej naszej ziemi, wyżej w hartowaniu ducha i ciała, w wyrabianiu woli, w poczuciu obowiązków, w mądrej a wolnego człowieka godnej karności, wyżej w wiernej, wytrwałej aż do końca, niezmordowanej służbie tej naszej Ojczyźnie, która jest dla nas wszystkim na ziemi. Wyżej!

Przemówienie to wywarło głębokie wrażenie. Wszyscy prezesowie gniazd cisnęli się rozrzuwając do mowcy, aby zamienić z nim serdeczny uścisk dłoni, a w szeregach stojących na boisku zagrzmiało jednogłośnie — czołem!

Teraz powrócili reprezentanci towarzystw i chorągwie do swoich szeregów, a gdy chóry odśpiewały „straż nad Wisłą“ następnie zaś muzyka odegrała hymn legionów, rozległ się donośny sygnał, a za nim rozkaz: „w pochód“ i przy dźwiękach muzyki hufiec za hufcem, w tym porządku, w jakim przybył na boisko, przedefilował przed sztandarem związkowym na komendę swych dowódców: „baczność! — w lewo patrz!“ Trzymając sztandar w górę podczas całej defilady byłem podwójnie wzruszony i dumny; raz, że mnie właśnie dostało się trzymać znak związkowy podczas pierwszej uroczystości, a powtóre, że mogłem być najbliższym i ciągłym świadkiem pochodu, o którym wolno mi powiedzieć: przesłuszny, wzorowy — pomimo umęczenia druhów pochodem na boisko, długiem staniem na „baczność“ i szalonym upałem.

Żałuję bardzo, że z powodu obowiązku należytego przechowania powierzonego mi sztandaru, nie mogłem być świadkiem, jak wszystkie hufce usłuchawszy myśli rzuconej po defiladzie podążyły ku pawilonowi przemysłowemu, gdzie okrążając skarbonę towarzystwa „Szkoły ludowej“ rzucali do niej ofiary i tym zacnym przykładem pociągnęli za sobą tłumy publiczności. Złożono tem nowy dowód, że sokolstwo polskie wzrosłe na gruncie narodowym popiera wszystko, co dąży do odrodzenia narodu. Czołem! czołem! (C. d. n.) Dr. X. F.

Ćwiczenia wolne

czyli
wspólne na miejscu
przez

Władysława Janikowskiego.

(Ciąg dalszy).

Lekcja X.

Osnowa: rzuty i przenoszenia ramion równo-
stronne. Ruchy tułowia. Ruchy nóg proste: kroki
i podnoszenia.

Postawa zasadna: ramiona skurzone.

Takt: 1., 2. (3). Ruchy ramion i nóg wykonywane osobno po 10 razy, zaś ruchy ramion i tułowia łącznie, a tak samo ruchy ramion i nóg, po 5 do 6 razy.

A.

I. „Rzuć ramiona w dół — **raz!** — przenieś w bok — **dwa!** — skurcz — **trzy!**“ Oba ramiona prostujemy różnym rzutem w dół, poczem bezpośrednio przenosimy je do poziomu w bok.

II. „Zakrok lewą. Ten sam ruch ramion: w 1-ym takcie skłoń się w przód, w 2-im w lewo, w 3-im się prostuj. Rzuć ramiona w dół, skłoń się w przód — **raz!** — ramiona w bok, skłoń się w lewo — **dwa!** — ramiona skurcz, prostuj się — **trzy!**“ Ciężar ciała spoczywa na obu wyprężonych nogach, które opierają się całymi stopami o ziemię.

III. „Postawa (lewa do prawej). Zakrok prawą. Ten sam ruch ramion i tułowia, a w 2-im takcie skłoń się w prawo. Rzuć ramiona w dół, skłoń się w przód — **raz!** — ramiona w bok, skłoń się w prawo — **dwa!** — ramiona skurcz, prostuj się — **trzy!**“.

IV. „Postawa (prawa do lewej). Wykrok lewą — **raz!** — podnieś w bok — **dwa!** — postawa — **trzy!**“ Przy wykroku ciężar ciała przenosimy na nogę lewą, opierając się o ziemię tylko palcami stopy prawej; poczem stajemy napowrót całą stopą prawą i podnosimy wyprężoną lewą nogę w bok.

V. „Łącznie (I. i IV.): rzuć ramiona w dół, wykrok lewą — **raz!** — ramiona i lewa noga w bok — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“

VI. „Wykrok prawą — **raz!** — podnieś w bok — **dwa!** — postawa — **trzy!**“ Uwaga: jak pod IV., a przeciwnie.

VII. „Łącznie (I. i VI.): rzuć ramiona w dół, wykrok prawą — **raz!** — ramiona i prawa noga w bok — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“

„Kucznij, ramiona w bok, a wytrzymaj!“ Takt od 1 do 10. „Postawa, ramiona w dół, w miejscu po — **chód!**“.

B.

I. „Ramiona skurcz: rzuć ramiona w pion — **raz!** — przenieś w przód — **dwa!** — skurcz — **trzy!**“.

II. „Wykrok prawą. Ten sam ruch ramion: 1-ym takcie skłoń się wstecz, w 2-im w przód, w 3-im się prostuj. Rzuć ramiona w pion, skłoń się wstecz — **raz!** — ramiona do przodu, skłoń się w przód — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“.

III. „Zmiany postawy poskokiem — **hop!** Ten sam ruch ramion i tułowia: rzuć ramiona w pion, skłoń się wstecz — **raz!** — ramiona do przodu, skłoń się w przód — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“.

IV. „Postawa (lewa do prawej). Zakrok lewą — **raz!** — podnieś w przód — **dwa!** — postawa — **trzy!**“ Przy zakroku ciężar ciała spoczywa na obu nogach, które opierają się o ziemię całymi stopami.

V. „Łącznie (I. i IV.): rzuć ramiona w pion, zakrok lewą — **raz!** — ramiona i lewa noga w przód — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“.

VI. „Zakrok prawą — **raz!** — podnieś w przód — **dwa!** — postawa — **trzy!**“.

VII. „Łącznie (I. i VI.): rzuć ramiona w pion, zakrok prawą — **raz!** — ramiona i lewa noga w przód — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“.

„Stań na palcach stóp, ramiona w pion, a wytrzymaj. Postawa, ramiona skurcz. Takt od 1 do 10.

C.

I. „Rzuć ramiona w bok — **raz!** — przenieś w pion — **dwa!** — skurcz — **trzy!**“.

„Przewodnik gimn.“ nr. 12.—1894.

II. „Rozkrok lewą. Ten sam ruch ramion: w 1-ym takcie skłoń się w lewo, w 2-im w prawo, w 3-im się prostuj. Rzuć ramiona w bok, skłoń się w lewo — **raz!** — ramiona w pion, skłoń się w prawo — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“.

III. „Ten sam ruch ramion: w 1-ym takcie skłoń się w prawo, w 2-im w lewo, w 3-im wstecz. Rzuć ramiona w bok, skłoń się w prawo — **raz!** — ramiona w pion, skłoń się w lewo — **dwa!** — ramiona skurcz, skłoń się w przód — **trzy!**“.

IV. „Postawa (lewa do prawej). Rozkrok lewą — **raz!** — podnieś wstecz — **dwa!** — postawa — **trzy!**“.

V. „Łącznie (I. i IV.): rzuć ramiona w bok, rozkrok lewą — **raz!** — ramiona w pion, lewa noga wstecz — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“.

VI. „Rozkrok prawą — **raz!** — podnieś wstecz — **dwa!** — postawa — **trzy!**“.

VII. „Łącznie (I. i VI.): rzuć ramiona w bok, rozkrok prawą — **raz!** — ramiona w pion, prawa noga wstecz — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“.

„Przysiadź, ramiona w bok, a wytrzymaj! Postawa, ramiona w dół.“ Takt od 1 do 10.

„Podnieś lewą nogę w przód: wywijaj wstecz, a w przód — **raz!** — **dwa!**“ Lewą nogę wyprężoną podnosimy do poziomu w przód, poczem tak wywijamy, że na raz przypadnie przeniesienie jej wstecz, a na dwa w przód. Ciężar ciała spoczywa na nodze prawej. Takt od 1 do 10.

„Postawa. Podnieś prawą nogę w przód: wywijaj wstecz, a w przód — **raz!** — **dwa!**“.

D.

I. „Postawa, ramiona skurcz. Rzuć ramiona w przód — **raz!** — przenieś wstecz — **dwa!** — skurcz — **trzy!**“.

II. „Poskokiem rozkrok — **hop!** Ten sam ruch ramion: w 1-ym takcie zwróć się w lewo, w 2-im skłoń się w przód, w 3-im skłoń się w lewo. Rzuć ramiona w przód, zwróć się w lewo — **raz!** — ramiona wstecz, skłoń się w przód — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“ Tułowiem wykonywamy w biodrach tylko ¼ obrotu do lewej strony, poczem odwracamy się i naginamy tułów jak najniżej do przodu, a następnie w lewo. Nogi wyprężone opierają się całymi stopami o ziemię.

III. „Ten sam ruch ramion: w 1-ym takcie zwróć się w prawo, w 2-im skłoń się w przód, w 3-im skłoń się w prawo. Rzuć ramiona w przód, zwróć się w prawo — **raz!** — ramiona wstecz, skłoń się w przód — **dwa!** — ramiona skurcz, skłoń się w prawo — **trzy!**“ Uwaga: jak pod II., a przeciwnie.

IV. „Poskokiem postawa — **hop!** Zakrok lewą do środka — **raz!** — podnieś w przód zewnątrz — **dwa!** — postawa — **trzy!**“.

V. „Łącznie (I. i IV.): rzuć ramiona w przód, zakrok lewą do środka — **raz!** — ramiona wstecz, podnieś lewą w przód zewnątrz — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“.

VI. „Zakrok prawą do środka — **raz!** — podnieś w przód zewnątrz — **dwa!** — postawa — **trzy!**“.

VII. „Łącznie (I. i VI.): rzuć ramiona w przód, zakrok prawą do środka — **raz!** — ramiona wstecz, podnieś prawą w przód zewnątrz — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“.

„Rozkrok lewą. Kucznij, ramiona w przód, a wytrzymaj. W postawie rozkroczonej stajemy na palcach stóp, przyczem nogi uginamy pod kątem rozwartym, a kolana rozwieramy nieco na zewnątrz. Takt od 1 do 20.

E.

I. „Poskokiem postawa — **hop!** — ramiona skurcz. Rzuć ramiona wstecz — **raz!** — przenieś w bok — **dwa!** — skurcz — **trzy!**“.

II. „Rozkrok lewą. Ten sam ruch ramion: w 1-ym takcie skłoń się w przód, w 2-im w lewo, w 3-im wstecz. Rzuć ramiona wstecz, skłoń się w przód — **raz!** — ramiona w bok, skłoń się w lewo — **dwa!** — ramiona skurcz, skłoń się wstecz — **trzy!**“.

III. „Ten sam ruch ramion i tułowia, a w 2-im takcie skłoń się w prawo. Rzuć ramiona wstecz, skłoń się w przód — **raz!** — ramiona w bok, skłoń się w prawo — **dwa!** — ramiona skurcz, skłoń się wstecz — **trzy!**“.

IV. „Postawa (lewa do prawej). Wykrok lewą do środka — **raz!** — podnieś wstecz do środka — **dwa!** — postawa — **trzy!**“.

V. „Łącznie (I. i IV.): rzuć ramiona wstecz, wykrok lewą do środka — **raz!** — ramiona w bok, podnieś lewą wstecz do środka — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“.

VI. „Wykrok prawą do środka — **raz!** — podnieś wstecz do środka — **dwa!** — postawa — **trzy!**“.

VII. „Łącznie (I. i VI.): rzuć ramiona wstecz, wykrok prawą do środka — **raz!** — ramiona w bok, podnieś prawą wstecz do środka — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“.

„Przysiadź, wyprostuj lewą nogę w bok, ramiona w bok, a wytrzymaj!“ Takt od 1 do 10.

„Postawa, ramiona wdół. W miejscu po — **chód!**“.

F.

I. „Ramiona skurcz. Rzuć ramiona w przód — **raz!** — przenieś wpion — **dwa!** — skurcz — **trzy!**“.

II. „Rozkrok prawą. Ten sam ruch ramion: w 1-ym takcie skłoń się w lewo, w 2-im w prawo, w 3-im w przód. Rzuć ramiona w przód, skłoń się w lewo — **raz!** — ramiona wpion, skłoń się w prawo — **dwa!** — ramiona skurcz, skłoń się w przód — **trzy!**“.

III. „Ten sam ruch ramion: w 1-ym takcie skłoń się w prawo, w 2-im w lewo, w 3-im w przód. Rzuć ramiona w przód, skłoń się w prawo — **raz!** — ramiona wpion, skłoń się w lewo — **dwa!** — ramiona skurcz, skłoń się w przód — **trzy!**“.

IV. „Postawa (prawa do lewej). Zakrok zewnątrz lewą (między wstecz prosto a w bok) — **raz!** — podnieś w przód do środka — **dwa!** — postawa — **trzy!**“.

V. „Łącznie (I. i IV.): rzuć ramiona w przód, zakrok zewnątrz lewą — **raz!** — ramiona wpion, podnieś lewą w przód do środka — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“.

VI. „Zakrok zewnątrz prawą — **raz!** — podnieś w przód do środka — **dwa!** — postawa — **trzy!**“.

VII. „Łącznie (I. i VI.): rzuć ramiona w przód, zakrok zewnątrz prawą — **raz!** — ramiona wpion, podnieś prawą w przód do środka — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“.

„Przysiadź, wyprostuj prawą nogę w bok, ramiona w przód a wytrzymaj!“ Takt od 1 do 10.

„Postawa, ramiona wdół. W miejscu obunóż na palcach stóp — **skacz!**“ Takt od 1 do 10.

G.

I. „Ramiona skurcz. Rzuć ramiona wdół — **raz!** — przenieś bokiem wpion zewnątrz (między wpion prosto a w bok) — **dwa!** — skurcz — **trzy!**“.

II. „Zakrok lewą. Ten sam ruch ramion: w 1-ym takcie skłoń się w przód, w 2-im wstecz, w 3-im w prawo. Rzuć ramiona wdół, skłoń się w przód — **raz!** — ramiona (bokiem) wpion zewnątrz, skłoń się

wstecz — **dwa!** — ramiona skurcz, skłoń się w prawo — **trzy!**“.

III. „Postawa (lewa do prawej). Zakrok prawą. Ten sam ruch ramion i tułowia, a w 3-im takcie skłoń się w lewo: rzuć ramiona wdół, skłoń się w przód — **raz!** — ramiona (bokiem) wpion zewnątrz, skłoń się wstecz — **dwa!** — ramiona skurcz, skłoń się w lewo — **trzy!**“.

IV. „Postawa (prawa do lewej). Wykrok zewnątrz lewą (na palcach stopy prawej) — **raz!** — podnieś w przód do środka — **dwa!** — postawa — **trzy!**“.

V. „Łącznie (I. i IV.): rzuć ramiona wdół, wykrok zewnątrz lewą — **raz!** — ramiona (bokiem) wpion zewnątrz, podnieś lewą w przód do środka — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“.

VI. „Wykrok zewnątrz prawą (na palcach stopy lewej) — **raz!** — podnieś w przód do środka — **dwa!** — postawa — **trzy!**“.

VII. „Łącznie (I. i VI.): rzuć ramiona wdół, wykrok zewnątrz prawą — **raz!** — ramiona (bokiem) wpion zewnątrz, podnieś prawą w przód do środka — **dwa!** — ramiona skurcz, postawa — **trzy!**“ (C. d. n.).

Ćwiczenia na skrzynce

napisał

Edmund Czar.

II.

Urozmaicenia wyskoków wykonanych z rozbiegu są te same — które przytoczono pod b), c), d), e), f), g), h) wyskoków z miejsca.

Zeskoki.

(przodem — bokiem — tyłem).

a) *Zeskoki i poskoki.*

1. Zeskok — poskok na miejscu.
2. „ — dwa poskoki na miejscu.
3. „ — poskok w przód.
4. „ — „ w bok w lewo (pravo).
5. „ — „ wstecz.
6. „ — „ w przód w lewo (na ukos) (pravo).
7. „ — „ wstecz „ „ „

b) *Zeskoki i zmiany postaw poskokiem.*

1. Zeskok — postawa wykrocza w lewo (pr.).
 2. „ — „ skrzyżna „ „
 3. „ — „ jednonóż „ „
 4. „ — poskok w przód
 5. „ — „ w bok w l. (pr.)
 6. „ — „ wstecz
 7. „ — „ w przód w l. (pr.)
 8. „ — „ wstecz „ „
- } do postawy wykroczej w lewo (pr.), skrzyżnej w lewo (pr.), jednonóż w l. (pr.).

c) *Zeskoki i obroty poskokiem.*

1. Zeskok — $\frac{1}{4}$ obrót w lewo (pr.).
 2. „ — $\frac{1}{2}$ „ „ „
 3. „ — $\frac{3}{4}$ „ „ „
 4. „ — $\frac{4}{4}$ „ „ „
 5. „ — poskok w przód
 6. „ — „ w bok
 7. „ — „ wstecz
 8. „ — „ w przód w l. (pr.)
 9. „ — „ wstecz „ „
- } w locie $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$, $\frac{3}{4}$, $\frac{4}{4}$ obrót w lewo (pravo).

d) *Zeskoki i obroty ze zmianą postaw poskokiem.*

1. Zeskok — $\frac{1}{4}$ obrót w lewo (pr.)
 2. „ — $\frac{1}{2}$ „ „ „
 3. „ — $\frac{3}{4}$ „ „ „
 4. „ — $\frac{4}{4}$ „ „ „
- } do postawy wykroczej w lewo (pr.), skrzyżnej i jednonóż.

- | | | | | | |
|----|--------|---|--------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5. | Zeskok | — | poskok | wprzód | $\left. \begin{matrix} 1/4, 1/2 \\ 3/4, 4/4 \end{matrix} \right\}$
w locie obrót (pr.) do post. wykroczonej, skrzyżnej i jedennoż. |
| 6. | " | — | " | wbok | |
| 7. | " | — | " | wstecz | |
| 8. | " | — | " | wprzód w l. (pr.) | |
| 9. | " | — | " | wstecz " " | |

e) Zeskoki z ruchem ramion w locie.

1. Zeskok — w locie kłaśnij w dłonie w przodzie.
2. " — " " " w pionie.
3. " — " " " w tyle.
4. " — " " ram. w bok i kłaśnij w przodzie.
5. " — " " w pion " "
6. " — " " wstecz " "
7. " — " " kłaśnij w tyle i przodzie.
8. " — " " w pionie i przodzie.
9. " — " " krzyżuj ramiona szybko.
10. " — " " rzuć ram. wprzód, w dół, w bok itd.
11. " — " " okrąg ramionami: wprzód, wstecz, w lewo, prawo, na zewnątrz, do środka.
12. Zeskok — w locie okrąg ramion wprzód i kłaśnij. i t. p.

f) Zeskoki z obrotem w locie.

1. Zeskok — w locie $\frac{1}{4}$ obrót w lewo (pravo).
2. " — " " $\frac{1}{2}$ " " "
3. " — " " $\frac{3}{4}$ " " "
4. " — " " $\frac{4}{4}$ " " "

g) Zeskoki z obrotem w locie i zmianą postawy po doskoku.

- | | | | | |
|----|--------|---|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Zeskok | — | w locie $\frac{1}{4}$ obrót w l. (pr.) | $\left. \begin{matrix} \text{poskokiem postawą} \\ \text{wykroczonej,} \\ \text{skrzyżnej i} \\ \text{jednonoż.} \end{matrix} \right\}$ |
| 2. | " | — | " " " $\frac{1}{2}$ " " " | |
| 3. | " | — | " " " $\frac{3}{4}$ " " " | |
| 4. | " | — | " " " $\frac{4}{4}$ " " " | |

h) Zeskoki z obrotem w locie i obroty po doskoku.

- | | | | | |
|----|--------|---|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Zeskok | — | w locie $\frac{1}{4}$ obrót w l. (pr.) | $\left. \begin{matrix} \text{poskokiem: } 1/4, 1/2 \\ \text{obrót w l. (pr.) do post.} \\ \text{(pravo) do postawy} \\ \text{zasadnej.} \end{matrix} \right\}$ |
| 2. | " | — | " " " $\frac{1}{2}$ " " " | |
| 3. | " | — | " " " $\frac{3}{4}$ " " " | |
| 4. | " | — | " " " $\frac{4}{4}$ " " " | |

i) Zeskoki z obrotem w locie i obroty ze zmianą postaw po doskoku.

- | | | | | |
|----|--------|---|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Zeskok | — | w locie $\frac{1}{4}$ obrót w l. (pr.) | $\left. \begin{matrix} \text{posk.: } 1/4, 1/2, 3/4, 4/4 \\ \text{obr. w l. (pr.) do post.} \\ \text{wykroczonej, skrzyżnej} \\ \text{lub jedennoż.} \end{matrix} \right\}$ |
| 2. | " | — | " " " $\frac{1}{2}$ " " " | |
| 3. | " | — | " " " $\frac{3}{4}$ " " " | |
| 4. | " | — | " " " $\frac{4}{4}$ " " " | |

Przeskoki z miejsca.

(przodem — bokiem — tyłem).

a) Przeskoki z różnych postaw.

1. Z post. zasadnej przodem do skrzynki — przeskok wprzód
2. " " bokiem " " " bokiem
3. " " tyłem " " " tyłem.
4. " wykroczonej przodem " " " wprzód
5. " " bokiem " " " bokiem
6. " " tyłem " " " tyłem
7. " skrzyżnej i jedennoż podobnie.

b) Przeskoki z urozmaicaniem doskoku:

- α) poskokiem na miejscu i z miejsca;
- β) poskokiem ze zmianą postawy;
- γ) obrotem;
- δ) poskokiem w połączeniu z ruchem ramion, jak podano poprzednio.

c) Przeskoki z urozmaicaniem lotu:

- α) ruchem ramion;
- β) obrotem — jak podano poprzednio.

Przeskoki z rozbiegu.

- a) Przeskoki z rozbiegu przodem.
- b) " " bokiem — jak podano wyżej.

Sprostowanie. W numerze 11. Przewodnika gimnastycznego z r. b. w artykule zatytułowanym: „Ćwi-

czenia na skrzynce“ — wskutek pomyłki przy łamaniu kolumny — umieszczono niewłaściwie na str. 112 wiersze od 1 do 5 od dołu i na str. 113 od 1 do 7 od góry, które następywać powinny dopiero na str. 113 przed wstępem: I. Ćwiczenia na skrzynce wszerz i t. d. a po wstępie: „przyczem uwagę zwrócić musimy na: „postawę, z której skok wykonywamy; „odbicie i „rodzaj rozbiegu“.

Sprawy towarzystw gimnastycznych polskich.

Związek. W d. 14. paźdz. odbyło się II. posiedzenie Wydziału Związku. Obecni dd. prezes Romanowicz, Barancewicz, Cenaar, Czarnik, Durski, Fiszer, Krobicki. Padewski, Slosarski, Tarnawski, Wallek. Nieobecność usprawiedliwił d. Bandrowski. Początek o godzinie 10. rano. Odczytane protokoły posiedzeń z 24. i 29. czerwca i 16. lipca przyjęto bez zmiany. Rezygnacyi d. Dziędzielewicza z godności II. zastępcy prezesa wniesionej na ręce d. Romanowicza nie przyjęto i uchwalono uprosić go, aby z uwagi na dobro Związku zechciał spełniać dalej obowiązki z niej płynące. Przyjęto do wiadomości sprawozd. skarb. d. Padewskiego za czas od 1. stycznia do 30. września 1894 wykazujące w przychodzie 2.469 złr. 24 ct. w rozchodzie 2100.78 złr. w pozostałości kasowej 368.46 złr. Zatwierdzono rachunki d. Dziędzielewicza sprawdzone przez dd. Czarnika i Fiszera ze zlotu wystawowego wykazujące w przychodzie 3347.76 złr. w rozchodzie 3335 złr. w pozostałości kasowej 12.76 złr.; uchwalono rozmaite urządzenia sprawione na zlot oddać Sokołowi lwowskiemu do użytku, tudzież udać się z prośbą do Wydziałów sokolich, aby przedmioty przysłane na wystawę pozostały Związkowi (o ile to możliwe) jako zawiażek przyszłego muzeum sokolego. Wartość poręczy Sokoła złoczowskiego (45 złr.) uchwalono pokryć na razie z funduszów związkowych i zażądać zwrotu jej od spedytora Tuszyńskiego, któremu powierzono odesłanie przyrządów gimnastycznych przywiezionych na zlot przez towarzystwa. Nareszcie uchwalono wyrazić podziękowanie Komisji zlotowej za urządzenie zlotu i wystawy sokolej. — Przyjęto do wiadomości sprawozdanie o kursie związkowym odbytym w czasie od 2 do 25. sierpnia, zatwierdzono wydatek 70 złr., uchwalono dla oznaczenia postępow uczestników kursu skalę: a) uzdolniony z odznaczeniem na samoistnego kierownika w towarzystwach sokolich, b) uzdolniony na samoistnego kierownika, c) uzdolniony z odznaczeniem na pomocniczego nauczyciela, d) uzdolniony na pomocniczego nauczyciela, e) nie uzdolniony; uchwalono wydać świadectwo według skali b) trzem druhom, według skali c) jednemu, według skali d) trzem, (dwom tylko w wyrażne żądanie, równie jak dwom według skali e) z wyraźnym poświadczeniem jednemu z nich, że korzystał z kursu z bardzo wielką pilnością). — Przyjęto do Związku od 1. lipca towarz. gymnast. „Sokół“ w Oświęcimiu liczące z końcem ubiegłego r. członków 48. — Uchwalono statut wzorowy dla Towarzystw gimnastycznych w dobrze zrozumianym celu ułatwienia powstawania nowych towarzystw sokolich tudzież zmiany statutów towarzystw już istniejących. — Na wniosek naczelnictwa związkowego uchwalono wstrzymać się narazie z mianowaniem drugiego zast. nacz. i powołać do związkowego grona naucz. dd. Wład. Mianowskiego (Drohobycz), Kazimierza Haczewskiego (Kołomyja), Stanisława Tokarskiego (Kraków), Wład. Janikowskiego, Romualda Kwiatkowskiego (Lwów I.), Kornelego Jaworskiego (Lwów II.), Włodzimierza Sawickiego (Przemyśl), Włodzimierza Świątkiewicza (Stanisławów) i Stanisława Szytylińskiego (Tarnopol), o czym tak mianowanych jak osobne Wydziały zawiadomić się ma. — Dr. Czarnik przedstawił sprawozdania za r. 1893 Wydziałów Sokoła

w Bochni, Limanowej, Rzeszowie i Stanisławowie; przyjęto do wiadomości z uznaniem rzetelnych usiłowań zmierzających do rozwoju tych towarzystw, i zwiększenia nieodolnie wielkiej liczby członków korzystających z ćwiczeń gimnastycznych. — Na zapytanie Wydziału Sokoła w Koloymy, co robić w takim wypadku, jeżeli ktoś wykluczony ze Sokoła, będąc w posiadaniu stroju sokolego używa go publicznie i w złej woli naraża sokolstwo na zbezczeszczenie, uchwalono odpowiedzieć, że jeżeli środki łagodne nie odniosą skutku, nie pozostaje nic innego, jak wykluczenie i nadużywanie stroju podać do publicznej wiadomości zapomocą dzienników. — Wskutek zażalenia jednego z byłych członków Sokoła przeciw krzywdzącemu go, jego zdaniem, wykluczeniu za działanie na szkodę Towarzystwa i przeciw skutkom tego wykluczenia objawiającym się w odmowie przyjęcia do innego towarzystwa sokolego, uchwalono zawiadomić żalącego się, że przeciw wykluczeniu może odwołać się tylko do Walnego zgromadzenia towarzystwa, z którego został wykluczony i że Wydział Związku nie powziął uchwały, jakoby wykluczenie z jednego towarzystwa równało się wykluczeniu ze wszystkich, a tylko uważa za obowiązek swój wynikający z łączności sokolej i z dbałości o to, iżby do szeregów sokolstwa nie przyjmowano osoby przynoszącej mu ujmę, zawiadamiać w wypadkach przez siebie wyraźnie jako właściwe po temu uznanych wszystkich prezesów gniazd związkowych o wykluczeniu prawomocnie postanowionem.

Przyjęto do wiadomości doniesienie jednego z Wydziałów sokolich o wykluczeniu dwóch panów za publiczne naruszenie czci jednego z druhow, podnosząc z uznaniem, że w obronie tej czci umiano się wznieść ponad względy miejscowe. — Przyjęto do wiadomości pismo Wydziału Sokoła w Brzeżanach omawiające sprawę łącznego wystąpienia 16 druhow wskutek nieporozumień zaszłych w łonie komitetu zarządzającego banderyę konną na powitanie arcybisk. ormiańskiego w lecie roku ubiegłego. — Sokolowi w Radymnie w uwzględnieniu rzeczywiście przykrych stosunków majątkowych przedstawionych w sprawozdaniu za r. 1893. uchwalono zniżyć na rok bieżący wkładkę roczną na 36 ct. od każdego członka (40) towarzystwa. — Przyjęto do wiadomości raport sekretarza, że załatwił odroczenie następujące pisma: Sokoła we Frysztaku co do wysłania delegata na Zjazd przez towarzystwo niezwiązkowe, Sokoła w Śniatynie co do zezwolenia przybycia na zlot ze sztandarem z mniejszą od przepisanej liczbą druhow, Sokoła w Mikulińcach i w Pilźnie co do warunków przystąpienia do Związku, komitetu założycieli Sokoła w Chodorowie o udzielenie wzoru statutu i wskazówek, oddziałów tarnowskiego Sokoła w Wojnicz i Słotwinie o statut wzorowy dla ukonstytuowania się jako gniazda samoistne, Sokoła w Czortkowie co do obowiązku przedkładania rocznego sprawozdania, lwowskiego klubu cyklistów w sprawie wypożyczenia urządzeń wyścigowych. Przyjęto do wiadomości i zatwierdzono wysłanie pisma z życzeniami Sokolowi w Przemyślu, Tarnowie i Stanisławowie z powodu uroczystości położenia węgla pod własną sokolnię, Sokolowi w Zagórz na uroczystość pierwszego Walnego Zgromadzenia, Sokolowi w Oświęcimiu na uroczystość otwarcia sali ćwiczeń. — W końcu uchwalono konieczność ułożenia programu czynności Wydziału i w tym celu wybrano komisją złożoną z dd.: Cenara, Czarnika, Durskiego, Dziędzielewicza, Fiszera, Padewskiego, Romanowicza, Walleka i Zimy — polecając jej, aby przystąpiła jak najspieszniej do wypracowania wniosków i przesłała je nie tylko członkom Wydziału Związku, lecz także Wydziałom towarzystw związkowych. — Na tem zakończono o godz. 2.

Dr. X. F.

Kościan (W. Ks. poznań.). D. 14. października zawiązało się tu nowe gniazdo sokole.

W drodze tajnego głosowania wybrani zostali większością głosów do Zarządu następujący druhowie: Dr.

Bojanowski, prezes, H. Nowakowski, wiceprezes, Bobowski, sekretarz, F. Czapliski, skarbnik, Bolesław Breśniński, porządkowy, Łakiński i Hechelski, radni; do komisji kasowej wybrano: L. Małolepszego i St. Miczkiewicza. Ćwiczenia gimnastyczne odbywać się będą co czwartek, posiedzenia w pierwszy czwartek każdego miesiąca na sali hotelu „Victoria“.

Nowemu gniazdu sokolemu **Szczęść Boże i Czołem!**
Miłostaw (W. ks. poznań.). W niedzielę 30. września założono tu nowe gniazdo sokole. Zapisali się 53 osób. Prezesem d. Rabski, kierownikiem gimnastycznym d. Sosna. **Szczęść Boże!**

Przemyśl, dnia 20. października 1894 r. Wydział na posiedzeniu 13. b. m. postanowił urządzić w najbliższym czasie zabawę względnie wieczorek, celem poruszenia drzemających druhow, zachęcenia tychże do wspólnej pracy, i wynikającego z tejeż wzajemnego zbliżenia, chcąc w tym kierunku zwrócić działalność Towarzystwa na właściwe tory. — W ostatnich czasach budowa gmachu Sokoła absorbując wszystkie prawie siły czynne, spowodowała, że na chwilę stracono z oczu ten cel, który jednakże Sokół wzywając do jedności i braterstwa wszystkie warstwy narodu, wypisał na swoim sztandarze. Obok gimnastyki i ćwiczeń fizycznych, wspólne zabawy, wieczorki i wieczornice sokole, będą zawsze środkiem wychowawczym w rozumieniu idei sokolej, bo gdy tamte pielęgnują zdrowie i hartują ciało, te kształcą ducha, wzmacniają miłość Ojczyzny i kraju. Te pobudki, jak niemniej spodziewany dochód, któryby przypadł funduszowi budowy, skłoniły Wydział do wybrania z łona swego komisji złożonej z czterech druhow, mającej zająć się ułożeniem programu i przygotowaniem wszystkiego, coby z zabawą lub wieczorkiem związać mieć mogło. W skład komisji weszli dd.: Tadeusz Czyński, Władysław Dobrzański, Dr. Jan Dzierżyński i Dr. Józef Serwacki.

Komisja odbyła posiedzenie 17. b. m. a upoważniona do kooptowania dalszych członków w miarę potrzeby, powzięła następujące uchwały: a) urządzić wieczorek muzykalno-wokalny w połączeniu z obrazkiem dramatycznym i ćwiczeniami gimnastycznymi, ku uczczeniu rocznicy listopadowej, lecz dopiero dnia 1. grudnia b. r., b) zaprosić do pomocy w urządzeniu tegoż wieczorku dd.: ks. Dr. Jana Łabudę artystycznego dyrektora chóru Sokoła, Kazimierza Sawickiewskiego, reżysera teatru amatorskiego, Wacława W. Regera literata, Włodzimierza Sawickiego, naczelnika technicznego Sokoła i Jana Godka. Posiedzenie obszerniejszego komitetu odbędzie się w tych dniach, a po składzie komisji, zdolnościach jej członków i szczerych chęciach spodziewać się należy, że program obok obfitości będzie nader wyborowym a o wykończeniu już naprzód wnosić można z długości czasu i energii, z jaką komisja zabawowa wzięła się do dzieła. **Czołem!**

Dr. Jan Dzierżyński, sekretarz.

Radymno 1. października 1894. Lżej jest człowiekowi, jeżeli w kłopotach swoich ma się przed kim wynurzyć; to też i my tak robimy, prosząc o uzupełnienie niniejszym dodatkiem naszego ostatniego sprawozdania. Podawaliśmy już poprzednio, że najsłabszą naszą stroną jest brak lokalu do ćwiczeń. W tej biedzie liczyliśmy na to, że tu towarzystwo powroźnicze, które zbudowało bardzo obszerną bo 100 m. długą a 13 m. szeroką halę powroźniczą, pozwoli nam w pewnych godzinach w tygodniu korzystać z tego lokalu. Byłby to idealny przytułek dla naszego biednego gniazda! Mając w zarządzie towarzystwa powroźniczego kilku członków Sokoła liczyliśmy na pewne, że w tej hali przytułek znajdziemy, a przedewszystkiem pokładaliśmy nadzieję w poparciu ks. kan. Pastora, dyrektora towarzystwa powroźniczego, który jest członkiem wspierającym naszego towarzystwa i przy zakładaniu naszego Gniazda na Walnem zgromadzeniu w styczniu 1893 odbytem, życzliwość swą dla idei sokolej niejednokrotnie wyraził, czem nas uprawnili

do pewności prawie, że prośbę naszą o przytułek w hali powroźniczej poprze skutecznie. Niestety, zabiegi nasze dwukrotne spotkały się ze stanowczą odmową usprawiedliwianą potrzebami towarzystwa powroźniczego. Pocięszamy się obecnie tem, że każde przykre doświadczenie ma tę dobrą stronę, iż uczy rozumu; zawsze więc na niem coś się zyska. Nie zgniotło nas też wcale, choć przyczyniło kłopotu. — Doznając zawodów w sprawie lokalu, nie chcemy zapominać o *nervus rerum*, funduszach kasy naszej, która, jeżeli pełna, ma tę moc cudowną, że kłopoty snadnie usuwa. Względ na kasę spowodował nas do urzędzenia tu na dochód naszego Gniazda w dniu 29. września wieczorku wokalnie-muzycznego, który dzięki łaskawej pomocy chóru Sokolego przemyskiego, panny St. z Jarosławia i panien Wor. z Przemysła, pana Jac. z Radymna, pana Krz. z Jarosławia udał się nam nie źle pod każdym względem, za co poczuwamy się do wdzięczności i wyrażamy ją tutaj, dziękując szczerze tak zacnemu Gniazdu i chórowi przemyskiemu, które prawdziwie po sokolsku zawsze od początku naszego istnienia szczerą życzliwość radą i czynem nam okazują, jakoteż wszystkim zacnym osobom, które czynny udział w naszym wieczorku wzięły i do jego urozmaicenia i uświetnienia się przyczyniły. Czołem!

Rzeszów. W niedzielę dnia 7. października odbył się zapowiadany wieczorek gimnastyczny przy licznych udziałach publiczności. Popis, wyprowadzony na szerszą arenę przez Sokołów, wypadł bardzo dobrze. Publiczność nie szczędziła popisującym się zasłużonych oklasków. Szczególniej świetnie wypadły ćwiczenia laskami, oraz ćwiczenia na drążku amerykańskim. Program wieczorku, w czasie którego przygrywała muzyka wojskowa 90 p. p. zakończył obraz z żywych osób, przedstawiający „Polonię“ według Grottgera. — Na posiedzeniu wydziału Sokoła dnia 9. b. m. załatwiono sprawę stabilizacji nauczyciela gimnastyki, uchwalając jednocześnie w zasadzie ubezpieczenie tegoż od wypadku. Sposób przeprowadzenia tej asekuracji powierzono osobnej komisji. Sprawę ustanowienia pomocnika dla nauczyciela gimnastycznego z płacą 200 zł. rocznie załatwiono w ten sposób, iż ma być rozpisany konkurs z terminem do wnoszenia podań do 1. listopada 1894 r. — Następnie postanowiono uregulować granicę od strony realności pp. Borkowskich przez zakupno odpowiedniego paska ziemi i postawienia trwałego murowanego odgródzenia. — Po załatwieniu kilku spraw mniejszej wagi, przyjęto 7 nowych członków.

Tarnów. Z festynu Sokoła podczas poświęcenia kamienia węgielnego w d. 16. września b. r. uzyskano w przychodzie kwotę 495.03 zł., wynik składki przy śniadaniu w sali kasynowej: dzięki ks. Gwardyanowi OO. Bernardynów i pani Gerzabek uzyskano 102.20 zł., dary dodatkowe wynoszą 48 zł., czyli razem 645.23 zł. Wydatki połączone z urządzeniem samej uroczystości oraz festynu wynoszą 319 zł. 45 5 ct. Czysty dochód wynosi 325.49½ zł. Koszta biesiadnego zebrania zostały osobno pokryte ze składek członków i z funduszków uzyskanych podczas zabawy wieczornej w sali „Ogniska“.

Ćwiczenia odbywają się w sali „Gwiazdy“ w poniedziałki i czwartki od 6—7 wieczorem, a ponieważ powrócił tu teatr tarnowski pod dyrekcją p. Myszkowskiego, przeto, aby członkowie w czwartki mogli być na przedstawieniu, przełożono ćwiczenia z czwartku na piątek.

Dzięki niezmiernym zabiegom d. prezesa Dr. Adolfa Wolframa postępuje budowa sali rażno i jeszcze tego roku będzie nakryta. Co dalej się zrobi i czy potrafimy wytyknąć salę, zależy będzie od funduszków. Towarzystwo nasze puściło w obieg obligi dłużne po 10 zł. i rozeszło do Wydziałów Sokoła na ręce prezesów. Od rozkupienia tych obligi, a spodziewać się należy, że gniazda zechcą przyjść w pomoc tarnowskiemu Sokołowi, zależy będzie także i wykończenie sali przed zimą.

Toruń. W niedzielę 9. września w południe przybyło do Torunia kilkudziesięciu umundurowanych Sokołów z Inowrocławia, Bydgoszczy i Kruświcy pod wodzą p. Dra Krzymińskiego. Nasamprzód zwiedzili goście wielkopolscy miejscowe kościoły i pamiątki a następnie udali się do „Muzeum“ na pogawędkę. Ponieważ w mniejszych salach wszyscy nie mogli znaleźć pomieszczenia a wielka sala nie została im otwarta, przeto udali się do strzelnicy, gdzie się pokrzepili. Tymczasem zgromadziło się koło Sokołów grono obywateli z Torunia i z Mokrego, którzy im służyli za przewodników przy dalszym zwiedzaniu miasta a potem zaprowadzili ich do lokalu pana Maciejewskiego, gdzie wśród wesołej pogawędki spędzono kilka godzin. O godzinie 8. wieczorem zjawiła się drużyna sokoła w teatrze, a o godzinie 11. odjechali wielkopolscy goście pospiesznym pociągiem do domu. Pobyt ich w grodzie Kopernika nie pozostał bez skutku, bo przy tej okazji pp. Tomaszewski i Lipczyński, podjęli się zebrania podpisów od osób chcących należeć do Sokoła w Toruniu i zwołania w porozumieniu z niemi pierwszego Walnego zgromadzenia. Zaraz w niedzielę zapisało się 17 członków, różnego wieku i zawodu. Szczęść Boże!

Trzemeszno. Założono tu w czerwcu towarzystwo gimnastyczne „Sokół“. W skład zarządu wchodzi dd.: Jan Sommerfeld przewodniczący, Leonard Mrówczyński zastępca przew., Julian Dimmich sekretarz, Ignacy Ellmann skarbnik, Kazimierz Bańkowski i Wład. Kaczmarek radni.

Zbaraż 9. września. Przed dwoma tygodniami urządził Sokół tutejszy festyn, połączony z bazarem i ćwiczeniami przy współudziale przybyłych druhów z Tarnopola, Załoziec i Czortkowa. Goście ci wraz z Sokołami tutejszymi, razem około 70 druhów, pod dowództwem naczelnika tarnopolskiego Szytylińskiego, wykonali pochód i ćwiczenia wolne, laskami, na przyrządach i maczugami na urządzonym umyślnie w tym celu boisku. Ćwiczenia te wypadły bardzo dobrze i ku wielkiemu zadowoleniu publiczności. Druhów zbarazkich zaprawiał do nich Szytyliński. Wogóle ze strony Sokoła tarnopolskiego doznaliśmy bratniej pomocy pod wielu względami. — Miejscowe obywatelki Sobolowa, Kruhowa i Angermanowa zajęły się z całą gotowością i wielką zapobiegliwością urządzeniem bazaru, a skutek był taki, że w dwóch godzinach zapas fantów został w zupełności rozprzedany. Do kasy Sokoła wpłynęło 200 zł. czystego dochodu. Ze festynu tak świetnie się powiódł, mamy do zawdzięczenia wzmiankowanym paniom i gościom, dalej obywatelom Podwołoczysk, którzy pospieszyli z ofiarami pieniędzmi. P. Aleks. Kruh zajął się zbieraniem składek, niemniej p. Morawetz. Prawdziwie znaczącym był dla nas udział d. Promińskiego, prezesa, Kahanego, zastępcy prezesa, Szytylińskiego, naczelnika Sokoła tarnopolskiego, tudzież druhów tamtejszych Dubelskiego i Tad. Małaczyńskiego. — Po festynie urządzono zabawę w kasynie, która trwała do godz. 2. po północy, aż do odjazdu do Tarnopola.

Dziękujemy również obywatelom: Maks. Buberowi za ofiarowany większy datek pieniężny, za wysłane podwoły do Tarnopola po muzykę, jakoteż za ofiarowany materiał, Niementowskiemu, właścicielowi dóbr Zbaraża, za odstąpienie ogrodu spacerowego na festyn, jakoteż prastarego zamku książąt Wiśniowieckich na urządzenie boiska, dr. Jul. Kocpzyńskiemu za pomoc pieniężną, Adolfowi Fedorowiczowi za podwoły w celu odwiezienia muzyki do Tarnopola, jakoteż wszystkim, którzy się przyczynili do podniesienia dochodu festynowego, w szczególności zaś wszystkim druhom z Tarnopola, Załoziec i Czortkowa, którzy uświetnili nasz festyn, biorąc udział bądź w pochodzie, bądź w ćwiczeniach, ale przepraszamy ich zarazem, że znużeni urządzeniem festynu, nie mogliśmy się nimi tak zająć, jak należało. *Ant. Ochrymowicz*, gospodarz Sokoła.

Wągrowiec (W. Ks. Pozn.) 30. września b. r. powstało tu nowe gniazdo sokole liczące 50 członków. Prezesem jest Dr. Karol Suszycki, zastępcą i kierownikiem gimn. Edmund Sroczyński, sekretarzem Stanisław Adfeldt, skarbnikiem Antoni Mroczkiewicz, porządkowym Kazimierz Heliński, bibliotekarzem Stanisław Prajs.

Wrocław. Założenie Sokola tutejszego nastąpiło w dniu 21. lipca r. b., a przyczynił się do tego w nie małej mierze ogólny zjazd gimnastyków niemieckich w Wrocławiu, który Polakom tutejszym unaozcnił, do jakiej potęgi narodowej i fizycznej doszli Niemcy przez pielęgnowanie gimnastyki. W zebraniu zawiązującym uczestniczyło przeszło sto osób, pomiędzy nimi delegaci Sokola poznańskiego dd. Ignacy Andrzejewski, Wiktor Gładysz, Jan i Maksymilian Zabłoccy i Kajetan Ignatowicz. Po dłuższej dyskusji 39-ciu oświadczyło się za założeniem Tow. i gotowość swą piśmiennie zadeklarowali. Obecnie liczy Sokół wrocławski 48-miu członków, a ćwiczenia odbywają się raz w tydzień w najętej sali. Udaliśmy się wprawdzie z prośbą do tutejszego magistratu, aby zechciał Tow. naszemu przeznaczyć do ćwiczeń jedną z licznych sal gimnastycznych miejskich; wniosek nasz jednakowoż w ostatnich dniach odrzucony został, przyczem nam prześwietny magistrat rady udzielił, abysmy się do jednego z tutejszych niemieckich Tow. przyłączyli (!). Odpowiedzią tą nie daliśmy się zbić z tropu i w ponownym wniosku, który niebawem od nas wysłany został, staraliśmy się udowodnić, że jako obywatelom płacącym podatki przysługiwać nam także powinno prawo korzystania z tych wszystkich urządzeń i ulepszeń, które miasto dla ogółu mieszkańców zaprowadzało, że jako Polacy do niemieckich Tow. choćby najlepszych już z tej prostej przyczyny przyłączyć się nie możemy, ponieważ język nasz równouprawnienia doznać by nie mógł, zresztą założycielom też o to chodziło, założyć Tow. o wybitnym charakterze narodowo-polskim. Nie wiemy jaki skutek ponowny nasz wniosek odniesie, a chcąc po blisko trzymiesięcznym istnieniu rozpocząć ćwiczyć na przyrządach, — wypełnialiśmy dotychczas nasze lekcye tylko ćwiczeniami wolnymi — udaliśmy się z prośbą do druhow poznańskich, aby nam kilka z sprzętów swoich, których używać nie potrzebują, do czasu tego pożyczyl, aż odpowiedź z magistratu dostaniemy. Przewod. Gimnast. zapnumerowało Tow. w 13-tu egzemplarzach a biblioteka nasza liczy 15 dzieł przeważnie dar macierzy lwowskiej. W dniu 30. września 8-miu druhow zrobiło pierwszą wycieczkę pieszą do Patenicza, Blesowa i Tumsli, miejscowości o 2¹/₂ mili od Wrocławia odległych, dziś zupełnie zniemczonych. — Wydział tworzą druhowie: Maryan Hubiński prezes, Wincenty Rakowski wiceprezes, Włodzimierz Broekere pisarz, Ślosarczyk Adam zast. pisarza i ksiązkowy, Kazimierz Lenartowicz skarbnik, Paweł Harkiewicz nauczyciel gimnastyki (nie egz.), Emanuel Twórz zastępca nauczyciela.

Wszystkie do Tow. skierowane korespondencje nadsyłać prosimy na ręce druha prezesa Maryana Hubińskiego, Wrocław, Margarethenstr. 36. pt.

Sprawozdania wydziałów sokolich.

Poznań, dnia 16. września 1894. Za rok 1893/4. Wydział Gniazda poznańskiego składał się z druhow: B. Chrzanowskiego, prezesa, W. Adamskiego, wiceprezesa, J. Brojerskiego, sekretarza, Teofila Preissa, skarbnika, W. Gładysza, naczelnika, T. Sienicza, zastępcy, L. Mylera, porządkowego, W. Płonki, zastępcy, St. Chmielewskiego, bibliotekarza, Ign. Andrzejewskiego, J. Zabłockiego i L. Sokołowskiego, radnych. Obecnie należą do Wydziału: Dr. Rabski, prezes, Dr. Broekere, wiceprezes, K. Rzepecki, sekretarz, T. Preiss, skarbnik, W. Gła-

dysz, naczelnik, T. Sienicz, zastępca, L. Myler, porządkowy, W. Płonka, zastępca, St. Chmielewski, bibliotekarz, Ign. Andrzejewski, J. Zabłocki i Pasznerski, radni. — Posiedzeń (także komisyjnych) było w ubiegłym roku 36, zebrań miesięcznych 10, półroczne 1, walne 1. W lipcu b. r. liczyło Gniazdo poznańskie członków 330, a w ubiegłym kwartale przystąpiło nowych 30 i kilku. Choć liczba ta rośnie z rokiem każdym, to słusznym jest zarzut czyniony Poznańczykom, że nie należycie pojmują doniosłość Sokola. To też spodziewamy się, że dzięki gorliwości druhow i pomocy prasy polskiej osiągniemy tyśiąc nie dalej, jak za lat pięć. Kontyngensu tego powinny dostarczyć tak inteligencja jak i koła kupiecko-przemysłowo-rzemieślnicze, a gdy to uczynią, wtedy dopiero Gniazdo poznańskie stanie na wysokości swego zadania. — Udział w gimnastyce brało w przecięciu tylko siedemnastu druhow, mimo gorących odezwo naczelnika, który w wielkiem poświęceniu oddaje się sprawie sokolej. — W czasie zimy odbyło towarzystwo trzy wieczornice; wycieczek pieszych odbyło się siedm. Biblioteka liczy tomów 442. Delegaci Gniazda byli w Berlinie, Pleszewie i Lwowie. Mundury posiada zaledwie 30 druhow, co smutnym jest dowodem obojętności wielkiej reszty. Nie dorośliśmy druhom z Galicyi i dużo upłynie wody we Warcie, nim będziemy mogli zmierzyć się z nimi. — Kasa towarzystwa (w lipcu 1894) wynosiła: 2.166 grzywien. Fundusz budowlany osiągnął ilość 6.000 grzywien i w najbliższym czasie druhowie Gniazda poznańskiego może zajmą się przeprowadzeniem budowy własnej sali gimnastycznej, co jedynie będzie możliwym, jeżeli dotrzymają obietnicy ofiarodawcy drzewa i cegły. — W przybory gimnastyczne (jakoteż instrumenta), Gniazdo jest należycie uposażone. — Nie wątpimy o tem, że Wydział wielkopolskiego Związku sokolego zda druhom galicyjskim sprawozdanie z ogólnego położenia sprawy sokolej we Wielkopolsce, to też kończymy na dziś serdecznem pozdrowieniem i bratniem uściskiem. Czołem! *Dr. Wł. Rabski*, prezes. *Kazimierz Rzepecki*, sekretarz.

Radymno. (Dokończenie).

Z ważniejszych zarządzeń Wydziału podnieść należy uchwalenie regulaminu posiedzeń Wydziału, przeprowadzenie wcielenia naszego gniazda do Związku krajowego polskich towarzystw gimnast. sokolich we Lwowie za zniżonemi wkładkami rocznemi, wskutek czego towarzystwo nasze zyskało silniejszą podstawę moralną przez łączność z centrum życia sokolego i przez otrzymywanie czasopisma sokolego „Przewodnik gimnastyczny“, w 40 zeszytach każdego miesiąca. — Wreszcie Wydział przeprowadził do skutku uroczysty obchód kościuszkowski, który się tu odbył dnia 11. kwietnia b. r. z uprzejmym udziałem druhow Przemyskich. — Na zewnątrz towarzystwo nasze występowało: w dniu 14. maja 1893 przez swego delegata — na Zjeździe delegatów we Lwowie, w dniu 21. maja 1893 przez 3 druhow na Zlocie sokolim w Tarnopolu, w dniu 31. stycznia 1894 na nabożeństwie za poległych braci urządzonem przez tut. Czytelnię mieszczańską, w dniu 20. kwietnia r. b. przy poświęceniu sztandaru sokolego w Czerniowcach przez uproszonego delegata Sokola przemyskiego, w dniu 3. czerwca r. b. przy poświęceniu sztandaru Sokola złoczowskiego, przez uproszonego na delegata złoczowskiego d. Krobickiego — którzy to delegaci wbili gwoździe naszego Gniazda w drzewce poświęconych sztandarów; w dniu 3. czerwca r. b. byliśmy też obecni na poświęceniu sztandaru tut. Straży ogniowej ochotniczej, a zacna drużyna Sokola przemyskiego przybyła tutaj na prośbę naszą ochotnie i obecnością swą, śpiewami swego chóru i urządzonemi tu ćwiczeniami znakomicie przyczyniła się do urozmaicenia uroczystości, do podniesienia tu ducha sokolego i zrozumienia przez ogół tutejszy celów naszych, co tutaj szczególnie zaznaczam — imieniem Wydziału dla Sokola i zacnych druhow naszych z Przemyśla wdzię-

czność i podziękowanie wyrażając. — Dalej w dniach 14. i 15. lipca b. r. towarzystwo nasze brało udział w zlocie wystawowym lwowskim przez 3 druhów, z których dwóch brało udział w ćwiczeniach na boisku wystawowym, w dniu 2. sierpnia r. b. w zjeździe sokolim w Przemyśle z powodu uroczystości poświęcenia węgla pod własne gniazdo tamtejsze również przez 3 druhów; dwóch z nich uczestniczyło w ćwiczeniach publicznych — które się tam wówczas odbyły. — Oprócz tych udziałów osobistych, gniazdo nasze na wezwanie Związku krajowego wzięło udział w podpisaniu adresu do wieszcza naszego Kornela Ujejskiego. — Na zaproszenia Związku krajowego: na pogrzeb Lenartowicza, na obchód kościuszkowski w Krakowie, na kursa nauczycielskie gimnastyczne we Lwowie w sierpniu 1893 i w sierpniu 1894 zarządzane — nie mogliśmy niestety udziałem odpowiedzieć, z braku druhów w naszym Gnieździe rozporządzających czasem dowolnie.

Ponieważ ilość członków świadczy o sile towarzystwa, nadmienię, że gdy w czasie poprzedniego Walnego zgromadzenia liczyliśmy 23 członków czynnych a 14 wspierających — obecnie po wystąpieniu z różnych przyczyn członków 10 i przybyciu nowych członków 16 liczymy: druhów czynnych 27, wspierających 16, łącznie 43, a w tej liczbie 7 mundurowanych.

Na tem kończę moje sprawozdanie a przytem wyrażam, że jakkolwiek liczba członków naszego Gniazda jest szczupłą i brak nam pomieszczenia, jakkolwiek nie cieszymy się życzliwością tutejszego ogółu, który celów naszych dostatecznie nie świadom, to jednak moralnie silnie stoimy, materyalnie się podnosimy, przeto też mimo chwilowych przeszkód z otuchą i nadzieją w pomyślny rozwój naszego Gniazda w przyszłość spoglądamy!

Według sprawozdania rachunkowego przedłożonego przez skarbnika d. Schellera majątek towarzystwa bez inwentarza wynosi 236 zł. 43 ct., nadto 36 zł. 20 ct. pretensyi z tytułu nie wpłaconych wkładek. — Inwentarz przedstawia wartość około 20 zł. — Gotówka złożona jest na książeczkę oszczędności.

Na Walnem zgromadzeniu odbytem 26. sierpnia b. r. wybrany został prezesem towarzystwa d. Wład. Janicki, notaryusz, jego zastępcą d. Ant. Bahr, kand. notar., wydziałowymi dd.: Józef Scheller, Wład. Hajdukiewicz, Michał Gruszka, Gustaw Jänich, zastępcami dd.: Romanekiewicz, Gottfried, członkami komisji rewizyjnej dd.: Krell, Pollak, Franciszek Popkiewicz, członkami Sądu honorowego dd.: Mikiwicz i Obtulowicz, delegatem do Związku: d. A. Bahr, zastępcą d. J. Scheller. — Czołem! A. Bahr.

Kronika.

— † **Frańciszek Miazga**, założyciel Sokoła w Stanisławowie, profesor tamtejszej szkoły realnej, umarł 9. października przeżywszy 44 lat. Druhowie stanisławowscy oddając ostatni hołd zmarłemu, który cieszył się powszechnym szacunkiem, a swoim uczniom był serdecznym opiekunem i przyjacielem, wystąpili na pogrzebie w uroczystym pochodzie. Cześć pamięci zmarłego.

— **Dr. M. St. Tokarski** złożył 13. października państwowy egzamin na nauczyciela gimnastyki w szkołach średnich z odznaczeniem. Był to pierwszy egzamin, który się odbył przed komisją, od niedawna w Krakowie ustanowioną, w skład której wchodzi: prof. dr. Jordan jako przewodniczący, a jako egzaminatorowie: prof. dr. Kostański, prof. dr. Bujwid, i dr. Teofil Tyszecki. D. Tokarski jest członkiem związk. grona nauczycielskiego.

— **Pierwszy popis korpusów wakacyjnych.** W dniu 18. lipca b. r. odbył się pierwszy od założenia popis lwowskiego korpusu wakacyjnego chłopców i dziewcząt. Z ude-

rzeniem godziny 4. po południu wyruszyły 4 oddziały chłopaków i 2 oddziały dziewczątek pod dozorem swych kierowników i kierowniczek, a naczelnem dowództwem d. Edm. Cenara z muzyką z ratusza na boisko wystawowe sokole. O 6. godzinie 300 chłopaków wykonało w takt muzyki 5 obrazów ćwiczeń wolnych. Po skończeniu każdego obrazu publiczność oklaskiwała gorąco małych sokolików. Opuszczone przez chłopców stanowisko zajęło 120 dziewczątek (jednakowo w różowe sukienki ubranych), które wykonały 3 obrazy rejów w takt muzyki (muzyka E. Urbanka) z precyzją, dokładnością i wdziękiem — godnymi uznania. Następnie wróciły dziewczątka na zborny plac za boiskiem i powtórnie wymaszerowały wraz z chłopcami — oddziałami na boisko. Zajęto stanowiska wyznaczone i rozpoczęły się gry i zabawy gimnastyczne, które stanowiły najhumorystyczniejszy punkt programu.

Po skończonych grach wyprowadził druh E. Cenar zastęp dziarski wychowanków miejskiego zakładu sierót i produkował musztrę wojskową (ćwiczenia rządowe). Jak dokładnie i dziarsko wywiązali się malcy z zadania wystarczy powiedzieć, — że obecna publiczność nie miała słów uznania dla biednych sierotek.

Wychowawcy zakładu sierót pobierają corocznie w miesiącach letnich na boisku własną naukę gimnastyki. Nader pomyślny zwrot w udzielaniu nauki tej szczególnie w dziale ćwiczeń rządowych datuje się od chwili objęcia nauki tej przez druha Wł. Mięśowicza, członka Koła gimnastycznego. Pod jego kierunkiem i pod następcą jego druhem Domiszewskim Michałem doszły ćwiczenia rządowe do tak pomyślnego rozwoju, iż młodzież zakładu w marszach, zwrotach i zmianach uszykowań nie ustępuje najlepiej wyćwiczonemu żołnierzowi, a możemy śmiało orzec, iż trudnoby było znaleźć w kraju a nawet za granicą drugiej tak pięknie wyćwiczonej drużyny dzieci.

Wobec tego szkoda wielka, że ćwiczenia gimnastyczne nie trwają w zakładzie tym przez cały rok; byłoby to wielkim pożytkiem dla młodzieży, której cera i tak nie bardzo dobrze świadczy o higienicznych warunkach i odżywianiu w zakładzie.

Na koniec wszystka dziatwa, biorąca udział w ćwiczeniach, odpiewała wieniec melodyi polskich przy akompaniamencie orkiestry d. Lewickiego pod batutą d. E. Urbanka.

Cały program opracowany przez druha Edm. Cenara znalazł chętnych i rzetelnych wykonawców w druhach: Wł. Czarniku, Fr. Domiszewskim, K. Kwiecińskim, E. Lewickim, Federbuschu, M. Musze i F. Szczurkiewicz, którzy wyćwiczeniem dziatwy zajęli się bardzo gorliwie. Z pań pomocne były podczas wszystkich prób p. Aleksandrowiczówna, Janicka, Szyjkowska, Sołtysówna, Wątorska, Jacobi i Borecka. — Dochód z popisu tego przypadł komitetowi korpusów wakacyjnych, który w tym roku z uwagi na Wystawę, absorbującą większą liczbę sił nauczycielskich, utworzył tylko 2 korpusy chłopców i jeden dziewcząt.

— **Wścig cyklistów na torze wystawowym** we Lwowie d. 11. września 1894 rozpoczął się o godz. 4³/₄ po południu. Pogoda niesprzyjała. Co chwila bowiem zimny deszcz przepadywał. Z tego powodu i publiczności było mało na trybunach, a wielka szkoda, bo jeżeli co, to popisy cyklistów, znamionujące dowód niepospolitej siły i wytrwałości jeźdźców, jako integralny dział ćwiczeń sokolich zasługują ze wszech miar na uwagę i sympatyę publiczną. Biegów było ogółem 8.

Do wścigu I. (zachęty) na dystans 2.000 metrów o nagrodę 30, 20 i 10 koron, z 12 zapisanych stanęło 8: Włodz. Strzelecki i Aleks. Cybulski ze Lwowa, Jan Fischer, Jan Mołęcki, Ign. Wójcikiewicz z Krakowa, Emil Schyller, Sabin Barański i Hen. Neuding z Warszawy. Pierwszy stanął u mety Wójcikiewicz (3 min. 52 sek.), Neuding (4.2). Schyller (4.7).

Wyścig II., 2.000 metr. dla uczestników wyścigu dystansowego z Krakowa do Lwowa. Jazda na tej samej maszynie i w tym samym kostymie, w którym ten wyścig ukończyli. Stańło tylko 3: Pierwszy Dębiński Jul. przebył drogę w 3 min. 44 sek. i wziął nagrodę 50 koron, drugi Barański Miecz. w 3 min. 47 sek. 30 koron, trzeci Neuding. Wszyscy trzej z Warszawy.

Wyścig III. na wysokich kołach, 3.000 metr. Pierwszą nagrodę 40 kor. wziął Mańkowski Bolesław z Krakowa (8 min. 11²/₅ sek.), drugą Gidlewski Tad. Sokół z Rzeszowa (9 m. 17 sek.).

Wyścig IV. na rowerach 5.000 metr. zapisanych 8, wzięło udział 4. Pierwszy Geyer Wilhelm z Warszawy (10 m. 30 sek. nagrodę 80 kor.), drugi Barański Miecz. (w 10 m. 36 sek. 30 koron).

Wyścig V. 3.000 metr. na maszynach drogowych. Pierwszy Kuschée Tad. (7 m. 1²/₅ sek.), drugi Dr. Mar. Dawidowski (7 m. 1³/₅ sek.) obaj ze Lwowa.

Wyścig VI. główny na rowerach 10.000 metrów. Na 8 zapisanych wzięło udział 4, w środku jazdy ustał Cybulski Aleks. Pierwszą nagrodę 80 kor. wygrał Geyer w 20 m. 40²/₅ sek. (bawiąc się literalnie ze swoimi współzawodnikami), drugą 50 koron wziął Barański Miecz. (20.42⁴/₅), trzecią 30 koron Neuding Hen., wszyscy z Warszawy.

Wyścig VII. na tandemach (po 2 jeźdźców na jednej maszynie) odpadł dla braku czasu.

Wyścig VIII. 1.600 metrów. Pierwszą nagrodę 50 koron wygrał Horodyński Miecz. z Warszawy w 2 m. 50 sek., drugą 30 koron Em. Szylle, trzecią 20 k. Barański Mieczysław.

Wyścig IX. z przeszkodami, zmuszającymi zapasników do zatrzymania się w biegu i przenoszeń maszyny, 2.000 metrów. Pierwszą nagrodę 35 kor. wziął Em. Szylle, drugą 25 kor. Tad Gidlewski, trzecią 15 kor. Cybulski. Nagrody dawano nie w gotówce, ale w przedmiotach wartościowych odpowiedniej ceny.

Od Redakcyi.

— *Druh A. B. w P.* Musieliśmy skrócić, z powodów, które szan. d. po rozważeniu sprawy sam ocenić powinien.

— *Druh W. J. w St.* Nie umieszczamy z zasady pism osobisto polemicznych. Proszę żale swoje przedstawić Wydziałowi Sokola.

— *Druh W. A. w P.* Sprawozdanie Wydziału będzie umieszczone w przyszłym numerze.

M. Borkowski

we Lwowie, ul. Bogusławskiego l. 1.

odznaczony srebrnym medalem na wystawie krajowej w r. 1894

poleca Towarzystwom gimnastycznym sokolim

przyrządy do gimnastyki

najnowszej konstrukcyi, trwałe, z doborowego materiału po cenach umiarkowanych.

Posiada na składzie, wystawione w pawilonie sokolim na wystawie: drążek przenośny (amerykański) 75 zł., drabinę kombinowaną (potrójną) 65 zł., poręcz ze żelazne najnowszej konstrukcyi 95 zł., poręcz drewniane 45 zł., kozła 35 zł.

Również podejmuje się kompletnego urządzenia sal gimnastycznych i boisk.

Treść: Złot wystawowy. (C. d.). — Ćwiczenia wolne czyli wspólne na miarę potrzeb Towarzystw gimnastycznych polskich. — Sprawozdania wydziałów sokolim.

Rocznik Sokoli 1895

w formacie kieszonkowym, oprawny w płótno ang., objętości 6—8 ark. drobnego druku (podwójna 16-ka)

wyjdzie z końcem listopada b. r.

Cena egzemplarza 50 ct.

Zamówienia na Rocznik Sokoli i inseraty, przyjmuje d. Alojzy Wallek, ul. Karola Ludwika l. 1.

Przesyłka tylko za gotówkę lub za zaliczką.

„K O Ł O“

kalendarz sportowy na r. 1895

wyjdzie nakładem drukarni Z. Golloba pod redakcyą druha K. Hemerlinga

Zawierać on będzie prócz kalendarium i zwykłej części informacyjnej, statystykę wszystkich polskich Towarzystw i klubów kolarskich, wykaz odległości, stanu utrzymania i górzystości wszystkich gościńców w Galicyi i na Bukowinie z wymienieniem polecenia godnych hoteli, restauracyj, gospód, warsztatów reparacyjnych itp. dalej przepisy cłowe, przepisy kolejowe co do transportu kół, w ogóle bardzo bogatą część informacyjną, techniczną jako też literacką.

Druhów kolarzy, którzy dotychczas kwestynarzy i dat co do stanu dróg nie nadesłali upraszamy o pospiech.

PRZYBORY

do pokojowej gimnastyki.

Trapezy, kółka, huśtawki.

Ciążki do 2 Kl. po 25 ct. za 1 Kl., cięższe po 20 ct. laski kute Kl. po 22 ct.

Kule do masowania obszyte irchą od Kl. ³/₄ do 4.

Wszelkie wyroby obejmujące zakres handlu żelaznego do użytku gospodarczego, do budowy, do kuchni i domu po cenach możliwie niskich poleca

ANTONI HALSKI

HANDEL ŻELAZNY. — LWÓW, PLAC MARYACKI L. 9.

Osobny magazyn mebli żelaznych na I. piętrze.

Cenniki ilustrowane na życzenie.

Upraszamy Towarzystwa, którym bądź z winy przedsiębiorstwa wysyłkowego bądź dla niedokładnego adresu, po II. Złocie mylnie przyrządy rozesłane zostały, o zawiadomienie lub wprost odesłanie takich przyrządów pod adresem Związku. — Między innymi poszukujemy drążka stalowego fornirowanego z Tarnopola, poręcz ze Złoczowa a nadto lasek żelaznych z Jaworowa, Złoczowa i Rzeszowa. *Gospodarze Związku.*

Do ekspedycyi niniejszego numeru dołącza się jeden egzemplarz statutu wzorowego dla użytku Towarzystw związkowych.

Odbitki statutów sokolich uchwalonych lub zmienionych według statutu wzorowego uchwalonego przez Wydział Związku można zamawiać w Drukarni Związkowej we Lwowie, która dostarczy ich prędko i tanio, gdyż zachowując skład pierwotny może w nim łatwo porobić mniejsze zmiany wynikające z potrzeb miejscowych.

Ćwiczenia na skrzynce. — Sprawy towarzyskie. — Kronika. — Od Redakcyi. — Inseraty.