





## ZAPROSZENIE DO PRENUMERATY.

Pismo „Przegląd gimnastyczny“ organ grona nauczycielskiego Sokola krakowskiego, wychodzić będzie nadal w zwiększonej objętości conajmniej półtora arkusza druku, w pierwszej połowie każdego miesiąca. Na treść pisma składać się będą artykuły z higieny, historii i teorii gimnastyki, przykłady praktyczne, pytania, odpowiedzi i bogata kronika.

### Prenumera ta z przesyłką wynosi w Austrii:

Rocznie . . . 1 zhr. 80 ct. = 3 kor. 60 hal. | Półrocznie . . . 90 ct. = 1 kor. 80 hal

w Niemczech: Rocznie . . . 3 mrk. 50 fen.

W innych krajach: Rocznie . . . . . 6 franków.

Pojedynczy numer kosztuje 18 ct. = 36 hal.

Adres:

**Redakcja Przeglądu gimn. Kraków, Wolska 25.**

W administracji Przeglądu gimnastycznego są do nabycia roczniki z 1897 i 1896 r. po 1 zhr. 20 ct. nie licząc kosztów przesyłki, która 20 ct. wynosi; tamże można również nabyć wydane nakładem Przeglądu gimnastycznego „Zapasy“ Szcz. Rucińskiego i Zygmunta Wyrobka, po cenie 30 ct. a z przesyłką po 35 ct. za egzemplarz. tudzież „Rozkład ćwiczeń dla członków“ po 10 ct. z przesyłką po 12 ct.

**Również roczniki z r. 1899 po 1 zhr. 80 ct. do sprzedania.**

## WACŁAW KODET

w Pradze, Královské Vinohrady

dostawca potrzeb sokolich  
i nauczycielskiego grona „Sokola“ praskiego

poleca:

*) Spodnie ćwiczebne wełniane ciemno-granatowe	I-a 90—100 cm. para	zhr. 3-30 ct.
„ „ „ „ „	I-a 100—110 „ „	3-50 „
„ „ „ „ „	II-a 90—100 „ „	2-70 „
„ „ „ „ „	II-a 100—110 „ „	3-00 „
„ „ <b>bawełniane</b> „ „	I-a 90—100 „ „	2-20 „
„ „ „ „ „	II-a 90—100 „ „	1-70 „
„ „ „ „ „	II-a 100—110 „ „	1-90 „
<b>Koszulki z rękawkami</b> czerwono lamowanemi . . . . .	po 55—65 ct.	za sztukę
<b>Pasy ćwiczebne</b> , czerwone, wełniane . . . . .	40 „ „ „	

Wszelkie inne potrzeby sokole w najlepszej jakości i po cenach umiarkowanych, zawsze na składzie.

\*) Przy zamawianiu spodni najlepiej podać a) długość od bioder do stopy, b) długość w kroku, c) objętość w pasie po ściągnięciu.



# PRZEGLĄD GIMNASTYCZNY

Organ Grona nauczycielskiego Sokoła Krakowskiego

POŚWIĘCONY SPRAWOM ĆWICZEŃ FIZYCZNYCH.

Wychodzi w pierwszej połowie każdego miesiąca.

Prenumerata w Austrii:

Rocznie	złr. 1'80 = kor. 3 hal. 60	W Niemczech: Rocznie . mrk. 3'50
Półrocznie	» —'90 = » 1 » 80	W innych krajach: Rocznie fr. 6—

Numer pojedynczy kosztuje 18 cnt. = 36 halerzy.

Odpowiedzialny redaktor i wydawca: Edward Kubalski.

## Obecny stan nauki o wychowaniu fizycznym.\*)

Prof. N. CYBULSKI.

Temat, który mam zamiar omówić wobec Świątecznego Zgromadzenia, przedstawia tę trudność w porównaniu z innymi tematami, które na niniejszem posiedzeniu winny rozpatrzyć, że ściśle biorąc, rozwój fizyczny człowieka dotychczas nigdy niebył, jako taki, przedmiotem badania naukowego. Wszystko, co zazwyczaj o wychowaniu fizycznym się mówi i pisze, opiera się tylko w części na faktach i szczegółach doświadczalnie stwierdzonych przez higienę i fizjologię, w części zaś i to głównej na spostrzeżeniach, czynionych od czasów ginących w pomroce przeszłości aż do ostatnich, u rozmaitych narodów, nad tym lub innym systemem wychowania. Te spostrzeżenia jednakże, jakkolwiek w wielu razach bardzo trafne, wcale nie mają sobie rościć prawa do naukowości, albowiem ten lub inny stan fizyczny młodzieży, który był punktem oparcia wniosków, był wynikiem całego szeregu nader skomplikowanych warunków, których w całości nie brano

\*) Dzięki uprzejmości W. Pana prof. Cybulskiego jesteśmy w stanie podać naszym czytelnikom cenne Jego przemówienie w całości tak, jak ono było wygłoszone na posiedzeniu Sekcji dla sprawy wychowania fizycznego. (Przyp. Red.).



pod rozwagę. Dlatego obecnie przemówienie swoje ograniczę tylko do ram, które zakreslają fakta naukowe z zakresu fizjologii i higieny.

Wiadomo Panom, że gdy fizjologia ostatnich dziesięcioleci wysilała się na badanie żywotności każdej z tkanek naszego ustroju i zbierała dowody, że ich funkcya jest możliwą nawet poza ustrojem wśród pewnych warunków, to badania ostatnich lat kilku, jakoby dla kontrastu zdążają głównie ku temu, ażeby udowodnić istnienie zależności wzajemnej pomiędzy tkaninami i narządami naszego ciała. W jednych przypadkach zależność ta nie łatwo daje się udowodnić w innych jest tak wybitną, że wykazanie jej nie nasuwa żadnych trudności; usunięcie jednego jakiegoś małego narządu z ustroju, albo wywołuje w nim znaczne zaburzenia, albo nawet pociąga za sobą śmierć — wskażę jako przykład: grasicę, gruczoł tarczycowy, nadnercze, trzustkę i niektóre inne. Z całą ścisłością naukową wykazała fizjologia i to jest również Panom wiadome, że czynność naszego serca, szybkość ruchu krwi w tętnicach i żyłach są zmienne, i że te zmiany mogą być wywołane przez wpływ po pierwsze: rozmaitych wrażeń zewnętrznych, ciepła, zimna, bólu, oraz skutkiem czynności układu mięsnego. Każdy wysiłek dowolny naszych mięśni wywołuje przyspieszenie czynności serca i przyspieszenie ruchu krwi i tem energiczniej, im jest silniejszy i im trwa dłużej. Te dwie kategorye wpływów są więc jakby regulatorami czynności serca i szybkości ruchu krwi nietylko w mięśniach, lecz także w całym ustroju.

Gdybyśmy usunęli wszystkie wpływy zewnętrzne i uniemożliwili zupełnie ruchy, to czynność serca i ruch krwi wprawdzie by nie ustały, aleby się znacznie zredukowały, bo prawie do czwartej części swego pierwotnego natężenia. Gdybyśmy wśród tych warunków oznaczyli funkcyę rozmaitych narządów, tobyśmy się przekonali, że one są również znacznie upośledzone, w szczególności zaś upośledzenie to dotknęłoby układ nerwowy i w pierwszym rzędzie mózg. W gronie tu zebranych osób nie potrzebuję chyba dowodzić, że takie upośledzenie odżywienia mózgu odrazu by się ujawniło upośledzeniem wszelkich czynności umysłowych. Ponieważ wrażenia zewnętrzne, wśród danych warunków, są zwykle czynnikiem mniej lub więcej stałym, przeto w naszym życiu codziennem głównym regulatorem akcji serca, prawidłowego odżywiania rozmaitych narządów są właściwie nasze ruchy. Wiadomo Panom również, że ruchy nasze możemy podzielić na



dwie kategorie: na ruchy mimowolne, czyli tak zwane odruchy i na ruchy dowolne, które zwykle służą do osiągnięcia zamierzonego celu. Tak jedne, jak i drugie powstają przy udziale układu nerwowego centralnego, lecz gdy dla pierwszych wystarcza prawidłowy stan rdzenia, dla drugich jest niezbędne — prawidłowa czynność mózgu — słowem myślenie.

Według dzisiejszych zapatrywań fizjologii, centralne masy nerwowe są zbiornikami osobnej energii, która w postaci szeregu impulsów wyładowując się do nerwów, wzbudza w nich czynność a przez nie pobudza mięśnie do ruchów. Otóż dla ruchów dowolnych, te impulsy, te wyładowania się energii muszą wychodzić z mózgu i są zawsze skutkiem pewnych stanów psychicznych, pewnych wyobrażeń.

Wiadomo Panom także, jak wielka jest liczba mięśni i że przy każdym ruchu np. ręki, nogi, języka nawet bierze udział nie jeden jakiś mięsień, ale zwykle cała ich grupa, jeżeli nie wszystkie w całej kończynie, oraz, że ruch każdy jest wypadkową ruchów wszystkich mięśni; w każdym takim ruchu czynność jednych mięśni przeważa, drugie zaś działają jako antagoniści miarkują i przystosowują powstający ruch do zamierzonego celu. Skutkiem tego, właściwie każdy ruch nasz, jest ruchem skojarzonym, zależnym od szeregu impulsów, które w miarę, wykonywania ruchu zostają przystosowywane wzajemnie pod względem nateżenia w każdym mięśniu. Jestto więc czynność w wysokim stopniu złożona, wprost godna podziwienia, ze względu na swoją szybkość przystosowania się. Doświadczenie i obserwacja poucza, że to przystosowanie się nie jest właściwością wrodzoną, lecz nabywamy je drogą ćwiczenia. — Każdemu wiadomo, że każdy ruch, choćby najprostsz, wykonywany po raz pierwszy jest zwykle niezgrabny, niedokładny, lecz w miarę powtórzenia zmienia się, staje się coraz dokładniejszy i w końcu możemy go wykonywać z nadzwyczajną dokładnością, która może w podziw wprawić otoczenie, jak to widzimy u gimnastyków, akrobatów i t. p. Prawo to dotyczy zarówno ruchów masowych, złożonych, jako też najdelikatniejszych, wykonywanych za pomocą naszych palców, języka, lub więzadeł głosowych. Że tylko drogą stopniowego ćwiczenia i powtórzenia dochodzimy do ruchów prawidłowych, widzimy najlepiej na dzieciach.

Każdemu z Panów wiadomo, jak nieudolne są pierwsze kroki dziecka i ile czasu potrzeba, ażeby z tych nieudolnych ruchów powstał prawidłowy chód i bieganie. Im więcej pewna



grupa ruchów jest wyrobioną, tem łatwiej wytwarza się przystosowanie do nowych kombinacji i posiadamy szereg doświadczeń, które wskazują, że każda taka kombinacja przedstawia pewien stały układ stosunków, lecz ten układ wyrabia się pod ciągłą kontrolą naszych zmysłów.

Jakkolwiek mało mamy czasu, to jednakże uważam za konieczność pokazać Panom doświadczenie zasadnicze, które stwierdza wypowiedzianą myśl: Jeżeli weźmiemy zamiast okularów zwykłych, okulary z dwoma pryzmatami jednakowo ustawionymi, to, jak Panom wiadomo, wskutek załamania się promieni, każdy przedmiot, na który patrzymy, ujrzymy nie w tym miejscu, gdzie on się znajduje, lecz przeniesiony, zależnie od siły łamiącej pryzmatu, w kierunku kąta załamania. Jeżeli się będziemy starali dotknąć tego przedmiotu, który widzimy, to oczywiście idąc za wskazówkami naszego wyroku nasamprzód będziemy go szukali w tym miejscu, gdzie widzimy jego urojony obraz i oczywiście nie znajdziemy i tylko stopniowo drogą doświadczenia nauczymy się dotykać przedmiotu. Jeżeli następnie zdejmujemy okulary i patrząc na przedmiot będziemy się starali znowu dotknąć, to znowu szukać go będziemy palcem nie tam, gdzie on się znajduje, lecz z przeciwnej strony w przestrzeni próżnej, przyczem zrobimy błąd taki sam, jakiśmy zrobili poprzednio i który nauczyliśmy się korygować. W tym więc krótkim czasie pod kontrolą wzroku i dotyku wyrobiło się tak silne przystosowanie, że mimo zupełnej wiadomości nie jestem y w stanie panować nad naszymi ruchami.

Oto są fakta podane przez fizyologię, które muszą służyć za podstawę do odpowiedzi, na czem powinno polegać wychowanie fizyczne.

Wychowanie fizyczne w obszernym zakresie pojęte, powinno więc mieć na względzie takie wyrobienie stosunków w układzie mięśniowo-nerwowym, ażeby każdy ruch, tak pod względem natężenia, jako też zborności, był zupełnie odpowiedni do zamierzonego celu, wśród danych warunków zewnętrznych i ażeby wyrobienie tej zdolności było połączone z takim ćwiczeniem i tak często się powtarzało, ażeby wpływ ruchów na inne czynności ustroju był jak najbardziej dodatni.

Jak głód lub pragnienie pobudza nas do zadośćuczynienia tem potrzebom ustroju, tak również znaczenie ruchów dla wszystkich funkcji ustroju, znaczenie ich w wyrobieniu potrzebnych



stosunków w układzie nerwowym pobudza nas instynktownie do wykonywania ruchów od najwcześniejszego wieku.

Proszę spojrzeć na zabawę młodych zwierząt, kociąt, szczeniąt lub na zabawę dzieci pozostawionych sobie — jaka różnorodność kombinacji i jaka różnorodność ruchów! Jeżeli więc uwzględnimy, że tylko za pomocą ruchów wyrabiamy tę prawidłowość stosunków w naszym układzie nerwowo-mięśniowym, że ruchy wskutek zużycia się mięśni, są źródłem głównem przemiany materii w naszym ustroju, że te same ruchy regulują nasz układ krwionośny i z jednej strony przyspieszają ruch krwi, ulepszają odżywienie wszystkich narządów a z drugiej, wskutek strat w mięśniach podniecają apetyt, to z konieczności będziemy musieli przyznać im pierwszeństwo w sprawie wychowania fizycznego. Ten wniosek wynikający ze zdobyczy fizjologii zupełnie się godzi z tem, do czego ludzkość doszła drogą doświadczenia. Wszystkim Panom wiadomo, jak wielkie znaczenie ćwiczeniom fizycznym, obejmującym właściwie tylko ruchy rozmaitego rodzaju przypisywali już starożytni. Z tego bynajmniej nie wynika jeszcze, że nie mogą być pożyteczne inne czynniki — owszem — już na wstępie zaznaczyłem, że takim czynnikiem jest otoczenie zewnętrzne i jego zmienność.

Zmiana temperatury, zmiana wilgotności i przystosowanie się do tych zmian ustroju, które również wyrobiją się tylko drogą wprawy i ćwiczenia, w wychowaniu także winno odgrywać niepoślednią rolę, lecz gdy ruchy obok wpływów na inne narządy powodują wzmocnienia i rozwój samego układu mięśniowego i nerwowego oraz kostnego wskutek znanego PP. prawa biologicznego, że każdy narząd pracujący umiarkowanie, lepiej bywa odżywiany i wskutek tego lepiej się rozwija, tak samo zmiany w otoczeniu zewnętrznem wzmacniają i rozwijają i system nerwowy i mięśniowy w układzie krwionośnym. Gdy idzie o wychowanie fizyczne, a również umysłowe, trzeba także mieć na względzie drugie prawo, że pomiędzy narządami istnieje walka o byt i że rozwój jakiegoś jednego narządu, wskutek ograniczonego przypływu materii w każdym ustroju, odbywa się kosztem drugiego. Dziecko, u którego rozwój umysłowy jest bardzo intensywny zwykle staje się bardzo słabem fizycznie; atleta, który doprowadza do nadzwyczajnych rozmiarów swoje muszkuły, bardzo często zabija w sobie zdolności umysłowe. Wychowanie więc ze społecznego stanowiska powinno wybrać tę drogę pośrednią i stwarzać do bytu takich jednostek warunki, u których przy da-



nych wrodzonych zdolnościach wytworzył się najbardziej prawidłowy stosunek pomiędzy rozwojem umysłowym i fizycznym. Stan wiedzy współczesnej, walka o byt w życiu i nieuwzględnianie tych zasad biologicznych przez twórców rozmaitych systemów kształcenia młodzieży sprawiły, że w naszym wieku zaniedbano znacznie wychowanie fizyczne, zwrócono wyłącznie uwagę na rozwój zdolności umysłowych, a więc na kształcenie mózgu.

Brak w naszym pokoleniu ludzi zdrowych, silnych charakterami nerwowość i neurastenia, wzrost zakładów hydropatycznych i tysiące innych, które przepełnione są przez naszą inteligencję względnie młodą, chyba może służyć za dowód, że w naszym wychowaniu są jakieś braki, które dadzą się najprawdopodobniej zredukować głównie do zaniedbania wychowania fizycznego. Nie chcąc zabierać PP. czasu przechodzę do ostatecznego wniosku: ściśle naukowe fakta wskazują, że w wychowaniu młodzieży potrzeba dążyć do wytworzenia niezbędnej w życiu równowagi między rozwojem fizycznym, a umysłowym, że rozwój fizyczny wymaga osobnego wychowania, które głównie polegać winno na kształceniu ruchów.

To kształcenie ruchów musi mieć na względzie:

I. Wyrobienie prawidłowej zależności i także stosunku w układzie mięsno-nerwowym, ażeby każdy ruch ściśle odpowiadał zamierzonemu celowi, tak pod względem nateżenia jak pod względem dokładności i był wykonany z możliwie małą stratą energii.

II. Ażeby każdy ruch ściśle stosował się do zmieniających warunków w otoczeniu. Do osiągnięcia pierwszego celu mogą służyć tzw. zwykłe ćwiczenia gimnastyczne, które dotychczas były wykonywane w celu ćwiczenia pojedynczych grup mięśniowych. Ze stanowiska fizjologii cel ten może być tylko ubocznym, głównym zaś winno być wykonywanie ruchu o oznaczonym z góry zakresie i o oznaczonym z góry celu, słowem dokładność ruchów.

Ćwiczenia tego rodzaju obejmują chód, bieg, przybieranie postaw rozmaitych, ruchy ciężkimi i ćwiczenia na przyrządach. Do osiągnięcia drugiego celu mogą służyć gry i zabawy. Przy tych ćwiczeniach każdy ruch stosujemy do zmieniających się warunków, prosta zabawa w piłkę już może służyć do tego celu, wszak aby ją złapać nie mogą z góry wiedzieć o żadnych ruchach swoich i muszę je stosować do tego kierunku, jaki piłka obierze.

Lecz zachodzi tu jeszcze jedna bardzo ważna okoliczność. Wszystkie te ćwiczenia są ćwiczeniami w zakresie ruchów dowolnych a więc dokładność ich zależy od naszej dobrej woli —



a tu dobra wola tylko wtedy jest na nasze usługi, jeżeli czynność, którą wykonywamy jest nam przyjemną. Skutkiem tego korzyść z wszelkiego rodzaju ćwiczeń może być tylko wtedy, jeżeli ćwiczenia są prowadzone w ten sposób, że budzą zainteresowanie i sprawiają przyjemność ćwiczącym. Z tego wniosku ćwiczenia te muszą być kierowane przez ludzi, którzy z tego znaczenia ćwiczeń zdają sobie sprawę.

Na zakończenie winienem wspomnieć, że nie jest rzeczą obojętną, gdzie się te ćwiczenia odbywają i że ze względu, iż ćwiczenia takie w zakładach naukowych odrazu bywają wykonywane przez znaczną liczbę ćwiczących i ze względu na podniesioną wymianę materji wskazanem jest odbywać je możliwie na otwartem powietrzu lub, przynajmniej w bardzo dobrze przewietrzonych lokalach, a nadto, że będą one wywierały skuteczny wpływ, jeżeli i żywienie ćwiczących będzie odpowiednie. A wobec faktu, że może w naszym społeczeństwie wychowanie jest najbardziej zaniedbane, zadaniem wszystkich tu zebranych musi być energiczne uświadomienie naszej publiczności o znaczeniu wychowania fizycznego i obmyślenie środków, któreby budziły zamiłowanie do ćwiczeń u samej młodzieży. Ponieważ społeczeństwo nasze w każdym zaborze znajduje odmienne warunki lecz za to wszędzie jednakową niedbałość o zdrowie naszych dzieci — więc wszczęcie przekonania, że musimy te braki uzupełnić przez rozwijanie samopomocy i w tym kierunku. Jak tę myśl urzeczywistnić? To musi być zadaniem ludzi dobrej woli, którzy winni znaleźć sposób najodpowiedniejszy do danych warunków.



## Sprawa wychowania fizycznego

na IX. zjeździe lekarskim w Krakowie.

Poraz pierwszy może na seryo w ostatnich czasach zainteresowały się sfery lekarskie, a zniemi całe społeczeństwo dzięki ostatniemu kongresowi lekarzy polskich, kwestyą wychowania fizycznego, poraz pierwszy też zetknęło się Sokolstwo z reprezentantami wiedzy i nauki i wyszło z tego spotkania niejako i egzaminu zwycięsko, przejednawszy niechętnych, budząc entuzjazm u ży-



czliwych a u obojętnych przeświadczenie o konieczności swego istnienia i o pierwszorzędnem znaczeniu idei, które ono już od lat wielu propaguje. Toteż sekcya poświęcona sprawie wychowania fizycznego była jedną z tych, które obudziły jak największe zainteresowanie i ściągnęły niemałą liczbę uczestników zjazdu, oraz gości na obrady toczące się w sali krakowskiego »Sokoła«. Zagał je gospodarz sekcji prof. Dr. Jordan, — któremu jako wybitnie zasłużonemu na tem polu — rola ta przypadła najwłaściwiej, — a zwracając uwagę na niezbędność ćwiczeń fizycznych, tak potrzebnych naszej słabej, histerycznej i mało rozwiniętej młodzieży, podniósł zasługi Dra Piaseckiego jako inicjatora sekcji, oraz podziękował prezesowi Turskiemu za przygotowanie wystawy sokolej oraz ćwiczeń, które illustrować miały niejako przemówienia uczestników sekcji. Poczem zaproszeni do przewodnictwa protomecyk Dr. Merunowicz, prezes Sokoła Turski, oraz X. Gnatawski tudzież sekretarze Dr. Piasecki i Dr. Tyszycki zasiedli na trybunie.

Prezes »Sokoła« p. Turski dziękując za zaszczytny wybór powitał przedewszystkiem obecnych imieniem Sokolstwa, a następnie skreślił pokrótce cele i zadania tegoż, drogi, jakimi ono dąży oraz metody, jakimi się posługuje, a zarazem wyraził życzenie i przekonanie, że powinno ono na tej podstawie stworzyć typ gimnastyki polskiej, gimnastyki narodowej, zastosowanej do charakteru i tradycji naszego społeczeństwa. Radca Dr. Merunowicz w przemówieniu swem zwrócił się głównie do pań podnosząc, że ich współdziałanie wiele w tej sprawie znaczyć może; poczem przystąpiono do obrad. Prof. Uniw. Dr. Napoleon Cybuski wygłosił rzecz p. t.: »Obecny stan nauki o wychowaniu fizykiem« którą dzięki uprzejmości czcigodnego autora pomieszczamy na wstępie niniejszego zeszytu. W dalszym ciągu przemawiał Dr. T. Tyszecki, profesor gimnastyki w tut. szkole realnej, który w swej »statystyce wychowania fizycznego w Polsce« sięgnął do czasów komisji edukacyjnej — a następnie historycznie przeszedł aż do obecnego stanu rzeczy, a mianowicie do gimnastyki tudzież gier i zabaw uprawianych w szkołach średnich, seminaryach i ludowych szkołach, podając interesujące daty i cyfry. (Streszczenie »statystyki« podamy w następnym numerze pisma).

Dr. Eugeniusz Piasecki, ruchliwy promotor sekcji, znany już w naszym fachowem piśmiennictwie, w pracy swej p. t.: »Postulaty w sprawie wychowania fizycznego w Galicji« położył silny nacisk na gry i zabawy na świeżem powietrzu; — a chociażbyśmy



się nie bardzo zgodzili na zapatrywanie, że wszystko co poza tem jest akrobatyką, albo szkodliwą dla ciała atletyką, to jednak przemówienie to trafiło nam do przekonania tembardziej, ile że sami oddawna walczyliśmy za urozmaiceniem, rozszerzeniem gimnastyki, i wyprowadzeniem jej z ciasnych sal ćwiczebnych na szeroki i słoneczny świat. Dr. Piasecki zakończył całym szeregiem postulatów, w których domaga się: postawienia gier i zabaw szkolnych na równi z nauką gimnastyki w szkołach, odpowiedniego ich uposażenia i umożliwienia przez zakładanie boisk, parków, urządzenie kursów gier dla nauczycieli etc. Dalej żądał prelegent ustanowienia inspektorów krajowych, tudzież osobnej katedry na Uniwersytecie dla sprawy wychowania fizycznego.

Ostatni z mowców Dr. Doliński, sekund. szpitala w Przemysłu w krótkiej, lecz treściwej pracy p. t.: »Postulaty fizycznego wychowania dziewcząt i kobiet« (którą również dzięki przyrzeczeniu szan. autora w następnych zeszytach pisma pomieścimy) podniósł tak ważną, a tak znowu u nas zaniedbaną sprawę ćwiczenia dziewcząt i wykazał jak ona doniosłą jest dla przyszłości i zdrowia całego społeczeństwa. — Prelegenta, tak jak i jego poprzedników nagrodzono huczными oklaskami.

Teraz odbył się popis gimnastyczny »Sokoła«, który jak zaznaczyliśmy był niejako uzupełnieniem poprzednich przemówień, oraz plastycznym obrazem dotychczasowej działalności Sokolstwa i jego metody. Wraz z parkiem Dra Jordana miał on zgromadzonym dać pojęcie o tem, co i jak robi się u nas na polu wychowania fizycznego. Mimo pory wakacyjnej na boisku stanęła pokazna liczba ćwiczących młodszych i starszych.

Pierwszą część popisu wypełniły ćwiczenia dziatwy: uczniów i uczenie szkół miejskich pod kierunkiem Dra Kirkora i S. Michalskiego. Były więc, gry i zabawy, ćwiczenia laskami (chłopców) i na belku z łąkami (dziewcząt) — a w miarę jak rozwijał się program wzrastały oklaski, rozwiewało się też uprzedzenie tych jeszcze nielicznych, którzy sądzili, że Sokół to »szkoła akrobatyki i atletyki« a nie instytucja wychowania społecznego — jaką jest w istocie. Do zupełnego przekonania malkontentów niech wystarczy i ta wiadomość, że Sokół krakowski pierwszy w swoim czasie zaprowadził w zimie zabawy i gry dla dzieci, jako uzupełnienie parku Dra Jordana, że jeden z pierwszych przyjął na siebie dobrowolnie obowiązek udzielania bezpłatnej nauki gimnastyki szkołom wydziałowem miejskiem, że ćwiczenia i zabawy w lecie prowadzi zawsze na otwartem boisku, że wreszcie Związek Sokoli



pierwszy w Galicyi urządził tego roku kurs gier i zabaw dla nauczycieli. — Ale wróćmy do opisu. Drugą jego część rozpoczęły ćwiczenia wolne w 4 obrazach do taktu muzyki, poczem drużyna rozsypała się bezwzględnie w pojedyncze zastępy, które ćwiczyły na (szybko ustawionych) przyrządach. Podnieść należy, że ćwiczenia wolne wykonano tym razem, bez pomocniczych znaków a krycie pomimo to było dokładne, co dowodzi pewnego postępu i rutyny ćwiczących. Z przyrządów najbardziej jak zwykle podobał się drążek, dobrze i czysto ćwiczył na poręczach zastęp z Podgórze, poprawnie zastęp bocheński na stole, (udział w ćwiczeniach brał bowiem cały okrąg). Nastąpiły ćwiczenia maczugami wykonane przez członków grona nauczycielskiego tutejszego, oraz gości, bawiących na kursie gier, między którymi znana i sympatyczna postać naczelnika Związku A. Durskiego, budziła życzliwe oklaski, spowodowane dziarskim wyglądem zasłużonego jubilata kroczącego w pierwszej trójce. Całość zakończyły ćwiczenia szóstki z krak. grona nauczycielskiego, oraz ćwiczenia kursistów na poręczach. Efektowne igrzyska wypadły dobrze i podobały się bardzo, lecz zapadający zmierzch nie pozwolił już rozróżnić ćwiczących, ani ocenić tego, co wykonywano na poręczach. — Wogóle — choćby nas nawet miano posądzić o to, że mówimy tu »pro domo nostra« — przyznać trzeba bezstronnie, że program ułożony był składnie — a popis wypadł wzorowo (mimo bardzo krótkich przygotowań), i co najważniejsza w tempie takim, jakiego nie widzieliśmy dotychczas na żadnym zlocie, lub wieczorku. Ta składność i werwa — nie mówiąc już o wyćwiczeniu uczestników — tak dalece zajęły patrzących, że mimo zmroku nikt nie ruszył się z miejsca — a prof. Kostanecki, gospodarz zjazdu, po skończeniu — dziękował z całą serdecznością naczelnikowi Rucińskiemu, oraz prezesowi Turskiemu za urządzenie i przeprowadzenie popisu.

Dopełnieniem obrazu działalności »Sokoła« była wystawa, urządzona w górnej sali gmachu. Mieściła ona przedewszystkiem wszelkie przyrządy gimnastyczne, przybory do ćwiczeń, gier i zabaw, strzeleckie, szermiercze, łódzie, rowery, a nadto cały szereg stojaków, na których gustownie rozwieszono fotografie, plany, mapy i graficzne zestawienia. — Wystawę urządzono przy pomocy Związku Sokolego bardzo szczupłymi funduszami, to też jeśli nie objęła ona tego wszystkiego, co objąć powinna tj. przedewszystkiem więcej tabel graficznych i zestawień statystycznych — trzeba jej darować.

Żałować należy, że wystawa nie mogła pomieścić się w lokalu powszechnej wystawy lekarskiej, gdzie »Sokół« mógłby był



słusznie i zasłużenie konkurować z innymi wystawcami — ale jak wspomnieliśmy nie było tam dla niej dość miejsca, zaś w gmachu »Sokoła« łączyła się ona najżywotniej z prelekcjami i popisem tworząc z nimi jedną organiczną i związaną całość. Obok wielu cennych fotografii poszczególnych gniazd, drużyn, oddziałów i wydarzeń sokolich największą uwagę ściągały na siebie mapy i zestawienia statystyczne Sokolstwa w Poznańskim, oraz mapa i tabela tut. Związku, przedstawiająca rozwój Sokolstwa w Galicyi (te ostatnie wypracowane jak się dowiadujemy — przez d. Walleka ze Lwowa). Piśmiennictwo fachowe i sokole wydawnictwa znalazły swe pomieszczenie na osobnych stolikach i w gablotkach.

Wystawę zwiedziła liczna publiczność, tudzież uczestnicy Zjazdu, z których niejeden dopiero poraz pierwszy dowiadywał się ze zdumieniem o istnieniu i tak wydatnych owocach Sokolstwa, nie dość jednak obfitych dla braku poparcia ze strony społeczeństwa i samychże lekarzy.

Teraz jednak gdy sprawa wychowania fizycznego postawiona została jako jeden z problemów i postulatów nauki, gdy Zjazd uznał ją za kwestyę pierwszorzędnej doniosłości — jest nadzieja, że wytworzy się wzajemna łączność między Sokolstwem a lekarzami, że ci ostatni uznają jego usiłowania za swoje własne, że wogóle zajmą się żywo wychowaniem fizycznym, które ma odrodzić siłę i dzielność naszego społeczeństwa.

Sokolstwo może być dumne poniekąd ze swego dotychczasowego dorobku, ze swych rezultatów, które bez wskazówek, bez życzliwego poparcia sfer naukowych i miarodajnych — nieraz nawet niezrozumiane przez swoich i obcych — zdołało osiągnąć, krocząc samo po drodze swego obowiązku.

Jeszcze to jednak nie to, co być powinno i nie tak zupełnie jak być powinno. Teraz przecież, gdy Zjazd powołał całą falangę świeżych pracowników gdy w postulatach swych i uchwałach zwrócił się do szerokich mas społeczeństwa, spodziewajmy się, że rozpocznie się dla nas przełom, że może wzmocnionem tętnem ożyją i zakwitną nasze Towarzystwa dla powszechnego dobra i pożytku.

*E. Kubalski.*





## PRZYKŁADY PRAKTYCZNE.

### A) Ćwiczenia wolne\*).

#### OBRAZ I.

1. Ramiona skurcz — zakrok lewą.
2. Rzuć ramiona wprzód (promień) — wykrok lewą.
3. Ramiona w bok (grzbiet) — prawe łukiem wdół —  $\frac{1}{4}$  obr. w prawo do postawy rozkroczonej.
4. Ramiona opuść — postawa zasadna.

#### OBRAZ II.

1. Ramiona skurcz — zakrok lewą.
2. Lewe ramię w pion skos (promień) — prawe wstecz (łokieć) — wypad lewą wprzód.
3. Lewe ramię w dół zewnątrz (grzbiet) — prawe w pion zewnątrz (grzbiet) łukiem w dół do środka —  $\frac{1}{4}$  obrotu w prawo do wypadu.
4. Ramiona opuść — postawa zasadna.

#### OBRAZ III.

1. Prawe ramię w bok (dłoń), lewe bokiem skurcz —  $\frac{1}{4}$  obrotu w lewo (na lewej pięcie), wypad prawą w bok.
2. Lewe ramię w bok (dłoń), prawe bokiem skurcz — prawą nogę prostą, lewą ugnij do wypadu w lewo.
3. Prawe ramię w pion skos (promień), lewe na krzyże, — wypad prawą w przód.
4. Ramiona opuść —  $\frac{1}{4}$  obr. w lewo (na lewej pięcie) do postawy zasadnej.

#### OBRAZ IV.

1. Ramiona wprzód na lewo (grzbiet) — wypad lewą w bok.
2. Ramiona w pion (dłonie ku sobie), łukiem w dół na prawo —  $\frac{1}{4}$  obr. w prawo, klęknij lewą.
3. Ramiona wstecz — wypad lewą w przód.
4. Ramiona opuść — postawa zasadna.

## B. Zabawy — gry

opisał T. K.

### 1. Mijak.

a) Grający tworzą koło zwróceniami twarzami do środka lub na zewnątrz, w odległości jednego, dwóch, trzech i t. d. kroków od siebie i podają lub rzucają sobie szybko piłkę dowolnej wielkości. Piłkę wolno podawać tylko sąsiadowi i tylko w jednym kierunku.

\*) Ćwiczenia niniejsze wykonane zostały przez członków okręgu sokołowego krakowskiego w czasie zjazdu lekarskiego.



W chwili, gdy piłka przebiegnie pewną przestrzeń, puszcza się w obieg drugą piłkę w pogoń za pierwszą. Każdy stara się otrzymać piłkę jak najprędzej podać sąsiadowi, gdyż kto nie zdąży jeszcze podać jednej piłki a już mu dorzuca drugą, ten podlega karze wyznaczonej przed rozpoczęciem zabawy. Obojętne jest przytem, czy druga piłka pierwszą dogoni, czy też pierwsza drugą.

b) Ustawienie i przebieg zabawy taki sam jak pod a), różnica zaś polega na tem, że grających dzieli się na pierwszych i na drugich, przyczem jednej partyi daje się jakieś odznaki (np. opaski na ramionach lub czapki). Jeżeli kogo spotka ten przykry los, że znajdzie się w posiadaniu obu goniących się piłek, to partya przeciwna otrzymuje jeden punkt. Gra się do pewnej liczby z góry oznaczonych punktów; ta partya wygrywa, która pierwiej tę liczbę osiągnie.

c) Grający są również podzieleni na pierwszych i na drugich, lecz muszą stać twarzami do środka koła. Nadto jedną piłkę rzucają tylko pierwsi do siebie a drugą tylko drudzy; w ten sposób zawsze się mija sąsiada należącego do partyi przeciwnej. Czyja piłka przegoni drugą piłkę czyli ją minie, ta partya zyskuje jeden punkt, jak również i w wypadku, gdy ktoś z przeciwnej partyi jej piłkę pochwyti.

Grę zaczynają dwaj stojący naprzeciw siebie w kole a więc na średnicy koła, z których jeden należy do jednej partyi, drugi do drugiej.

Opisana gra dobra jest dla młodzieży obojej płci, grać można w sali i na wolnem powietrzu.

Jak z opisu widać, właściwie »mijakiem« jest tylko gra podana pod c) jednakże wszystkie trzy przytoczone podciągnięto pod tę samą nazwę dla wielkiego podobieństwa między niemi.

---

## 2. *Boccia*\*).

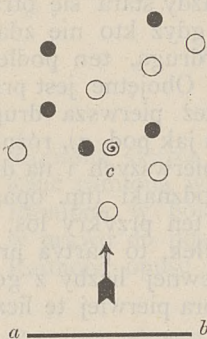
Zwykle gra 4 do 8 osób podzielonych na dwie partye. Może grać jednak więcej. W każdym razie kul używanych do gry powinno być tyle, by na każdego z grających przypadały najmniej dwie kule.

Kule z twardego drzewa, o średnicy około 15 cm. mają dwojaką barwę; kule jednej barwy np. czerwone należą do jednej partyi, innej barwy np. białe do partyi drugiej. Nadto potrzebna jest jeszcze jedna kula mniejsza od poprzednich (lub znowu innej barwy), która służy na cel (lecco) ku któremu wszystkie inne kule się rzuca.

Miejscem do gry może być każda większa przestrzeń czyto piaskiem, czy murawą pokrytą, mniej więcej równa — byle tylko nie za twarda, gdyż po takiej zbyt łatwo kule się toczą i wskutek tego trudno ocenić, gdzie ostatecznie kula się zatrzyma.

\*) Czytaj Bokcja.





Obie partye losują między sobą, która ma grę rozpocząć, poczem jeden z grających rzuca z mety (*ab*) kulę, która ma być celem (*c*) tak, by ta padła w odległości kilkunastu do dwudziestu kroków od mety. Następnie bierze swą własną kulę i rzuca ją zawsze z mety znowu naprzód starając się ją umieścić jak najbliżej kuli *c*.

Wszystkie rzuty wykonuje tak jak przy grze w kręgle, albo też chwyta się kulę z góry nie z dołu, wskutek czego kula leci łukiem przez powietrze, a padłszy na ziemię mało się toczy naprzód, gdyż posiada własny ruch obrotowy przeciwny kierunkowi, w którym leci.

Teraz rzuca swą kulę jeden z partyi przeciwnej i stara się ją umieścić jeszcze bliżej celu, po nim znowu jeden z partyi pierwszej i t. d., raz rzuca pierwsza partya raz druga tak długo, aż po kolei wszyscy grający swe kule rzucają.

Jak z przedstawienia tego widać, gra zasadza się na tem, że każda partya usiłuje mieć jedną z swych kul bliżej celu aniżeli partya przeciwna. Z tego wynika, że cel ten osiągnąć można nie tylko przez zbliżanie własnych kul do kuli *c*, ale także przez to, że się celnym rzutem odbije w bok kulę przeciwnika, blisko kuli *c*. się znajdującą albo też samą kulę *c*. popchnie ku jednej z własnych kul.

Gdy już żaden z grających kul nie posiada czyli gdy już wszystkie kule wyrzucono — oblicza się punkty. Ta partya, której kula leży najbliżej kuli *c*. zyskuje jeden punkt; jeżeli zaś leżą dwie kule bliżej kuli *c*., niż którakolwiek z kul partyi przeciwnej, to oczywiście zyskuje dwa punkty i t. p.

Wszyscy zabierają teraz swe kule z boiska i grają dalej w ten sam sposób, jak wyżej opisano przyczem to drugie spotkanie rozpoczyna ta partya, która w pierwszym spotkaniu zdobyła punkty.

Gra trwa tak długo, aż jedna strona zdobędzie ogółem 21 punktów — ta oczywiście wygrywa. Gdy zaś druga strona niema jeszcze 11 punktów, a pierwsza już osiągnęła 21, to druga przegrywa podwójnie.

Grający mogą się podzielić także na 3 partye, lecz w takim razie muszą być i kule trojkiej barwy, by kule każdej partyi można było odróżnić od kul obu innych partyi.





# SPORT.

## ATLETYKA:

### Międzynarodowe zawody w zapasach we Wiedniu\*).

Po ostatnich zawodach w zapasach w Casino de Paris a następnie w Berlinie zebrała się drużyna pierwszorzędnych zapaśników na arenie cyrku Buscha we Wiedniu, gdzie w dniach od 20-go czerwca do 17-go lipca stawały poszczególne pary do walk.

Do zawodów tych urządzonych zabiegiem czasopisma „Allgemeine Sport-Zeitung“ z pierwszorzędnymi stanęli: z Warszawy Pytłasiński, z Francji Paweł Pons, i z Turcji Kara Achmed. Przy tych poważne stanowisko zajął Francuz, Beaucairois. Prócz nich zapisał się do meeningu cały szereg innych tak starszych, jak i młodszych atletów a to: z Belgii Robinetti i Petri; z Holandii Jan Dirk van der Berg; z Hiszpanii Chorello; z Francji Desiré; z Marsylii Fournier; z Australii Fengler; z Bawarii Hitzler i Achner; z Niemiec Konietzko i Burghardt a wreszcie z Wiednia Hallmayer, Zwicker i Wiedemann.

Niemiec Eberle, który w zawodach również miał wziąć udział, zachorował zaraz w samym początku turnieju na zapalenie płucnej i musiał się od takowych odsunąć.

Jako nagrodę przeznaczyło czasopismo „Allg. Sport-Zeitung“ dla pierwszego zwycięzcy swój wielki złoty medal, prócz tego 3000 koron; dla drugiego 1500 trzeciego 1000 a czwartego 500 koron.

Przebieg zawodów miał mieć charakter ściśle sportowy i rozchodziło się w nich faktycznie w pierwszej linii o mistrzostwo świata, a dopiero w drugiej o zysk przedsiębiorców. Przeprowadzenie zawodów przypadło w udziale sądowi honorowemu, pod przewodnictwem redaktora „Allg. Sport-ztg.“ Wiktora Silberera.

Co prawda, rola sędziów w obecnych zawodach do pozazdrośczenia nie była. Raz, ponieważ panujące we Wiedniu 30—35 stopniowe upały, pobyt w przepelnionym cyrku znośniejszym wcale nie czyniły a napiętego śledzenia błyskawicznych ruchów bynajmniej nie ułatwiały; — a po drugie utrudniał ją nadzwyczajny moralny współudział publiczności wiedeńskiej w zapasach, która niejednokrotnie chciała kierownictwo walk uchwycić w swe dłonie, i swych ulubieńców wbrew faktom na zwycięzców zamienić. To też nie dziw, iż w końcowym okresie walk grono zapaśników wniosło do prezydium jury prośbę, by takowe zechciało położyć stanowczy koniec tym niepotrzebnym, często bardzo naiwnym objawom sympaty lub niesympaty, co zapaśników irytuje i równowagi moralnej pozbawia.

Sąd więc miał, co prawda, zadanie bardzo utrudnione, lecz mimo tego mógł on się z niego o wiele lepiej wywiązać.

Z dniem 20-go czerwca rozpoczęły się poszczególne walki, do których stawali wszyscy zapaśnicy w parach najrozmaiciej ze sobą po-

\*) Dla braku miejsca pomieszczamy tylko wyjątki z nadesłanego nam uprzejmie, a tak interesującego sprawozdania. (Przyp. Red.).



kombinowani. 25-go czerwca podzielono ich w dwa oddziały: wielką i małą pułę. W tej ostatniej walczyli odąd ci, którzy w przeciągu od 20-go do 25-go czerwca trzykroć pokonani byli. Reszta zapaśników tworzyła wielką pułę. Do tejże weszli: Paweł Pons, Władysław Pytłasiński, Laurency de Beaucairois, Kara Achmed, Jan Dirk van der Berg, Michał Hitzler, Karol Fengler, August Robinetti i Antoni Achner. Do małej zaś puły weszli: Leopold Chorello, Paul Fournier, Laurency Desiré, Jerzy Burghardt- Fryderyk Konietzko, Henryk Petri, Józef Hallmayer, Edward Zwicker i Alojzy Wiedemann.

Teraz słów kilka o samych zapaśnikach. W wielkiej puły pierwsze więc miejsce zajęli zapaśnicy zdawna znani, między sobą starzy znajomi, z których czterech największe zainteresowanie wzbudzało. Paweł Pons, olbrzym najszybszy w barach i najwyższy swą postawą przyćmił wszystkich. Stawał przed 2-ma laty dwukrotnie z Pytłasińskim w Paryżu do walki, lecz w obu razach walka była nierozstrzygniętą. W grudniu roku zeszłego walczył z Kara Achmedem przez 7 godzin również bezskutecznie. Laurency de Beaucairois, niekształtny potworny atleta, którego górna część ciała formalny sześciąt tworzy, jest dzięki swemu ogromnemu ciężarowi (126 kg.) również poważnym przeciwnikiem. I on już walczył z Pytłasińskim w Berlinie, gdzie po półgodzinnej walce zadawszy mu zakazany cios w łokieć przez sędziów zdyskwalifikowany został. — Kara Achmed, obrzękły Muzułmanin o nadludzkiej sile, z zawodu dźwigacz, swą ordynarnością i brakiem choćby szczypty jakiegś inteligencji różni się od innych. Czwartym jest Władysław Pytłasiński. Nie odznacza się on w porównaniu z trzema wymienionymi niczem na oko; nie ma olbrzymiej postawy Ponsa; nie ma ciężaru i mięśni Beaucairego, ani olbrzymiej siły Kary Achmeda. — a mimo to na niego oko wszystkich zwrócone. On z pomiędzy nich wyróżnia się swą chwałką, jędrną postawą, nader proporcjonalną budową, pewnem wystąpieniem. Wyższy od Beaucairego, a znacznie niższy od Ponsa, który go o dobrą głowę przewyższa nie ma karykaturalnych, niezgrabnych ruchów Turka, ani głowy, która u Beaucairego nagle z barków wyrasta bez najmniejszego śladu jakowegoś przejścia, które u ludzi prawidłowo zbudowanych szyją się nazywa.

Z innych atletów w wielkiej puły się potykających na szczególną wzmiankę zasługuje Jan Dirk van der Berg, Holandczyk. Bezwarunkowo najpiękniejsza to postać z pomiędzy wszystkich. Niższy nieco od Pytłasińskiego, siłą równy z Karą Achmedem, jest wprost idealnie zbudowany. Większej proporcji w mięśniach jego kończyn górnych do dolnych, szerokiej piersi do wciętych bioder trudno sobie wyobrazić. Formalny model Herkulesa, znajdują w nim artyści. To też słusznie obrała go sobie pleć piękna a za nią cała publiczność za ulubieńca. Jest on zapaśnikiem młodym, niedoświadczonym, a w walce z lepszym od siebie poprzestaje wyłącznie na obronie, lub... ucieczce, co miało miejsce w walce z Pytłasińskim. — Jeśli nie na równi, to przynajmniej bardzo mało niżej od niego stoi Michał Hitzler, mistrz bawarski, znakomity zapaśnik. Jego zwinność poparta bardzo dobrą techniką stawia go w sztuce zapaśnictwa na pierwszym miejscu za Pytłasińskim. Jednak niewielki wzrost i mały ciężar ciała nie pozwala mu stanąć w rzędzie pierwszych atletów.



Fengler, Robinetti i Achner kończą szereg zapaśników wielkiej puli.

W małej puli tymczasem podrzędniejsza brać zawodników miała toczyć swój meeting pocieszający. Z pomiędzy nich prócz starszych Chorella i Fourniera na wzmiankę zasługują: nader niepokaźny Wiedeńczyk Zwicker, który swą kocią zwinnością i szczególnym darem błyskawicznego wykorzystania odsłony przeciwnika kładł o wiele cięższych i silniejszych od siebie; tudzież jego rodak Wiedemann, chłop wcale pokaźny, wzrostem jedynie tylko od Ponsa niższy, uzbrojony w również pokaźny „brzuszek”. Miał on to szczególne do siebie, że nikogo nie położył, owszem najsłabsi bardzo lekko go kładli.

Przebiegu poszczególnych walk, których ogółem (bez zliczenia walk wstępnych i rewanzów) było 71, opisywać nie będę, a ograniczę się tylko na kilku z wielkiej puli, które jako rozstrzygające odbyły się w ostatnich dniach zawodów.

Cyrk Buscha był podczas takowych zazwyczaj w formalnem obleżeniu. Miejsca wszystkie wysprzedane. Zapaleni zwolennicy sportu płacą portyerom za krzesła na trybunie przeznaczonej dla orkiestry po 20—30 złr. Ci, którzy już miejsce dostać nie zdążyli, oblegają w koło wielką budowlę cyrku i czekają tam ostatecznego wyniku walk.

Początek walk rozstrzygających miał miejsce dnia 6 lipca. Już przebieg i wyniki walk poprzednich dawały podstawę do domysłów i przypuszczeń, komu wawrzyn zwycięstwa przypadnie.

Poniższa tablica przedstawia czas w jakim najlepsi czterej zapaśnicy pokonali swych przeciwników:

	Van der Berga	Hitzlera	Fenglera	Robinetta	Achnera	Razem
	r z u c i ł					
	w	w	w	w	w	w
Pons	31:18	walki nie było	25:58	5:00	9:31	1:11:47
Kara Achmed	1:18:16	6:07	29:45	11:31	11:16	2:17:45
Beaucairois	1:35:37	2:25	16:24	18:21	5:16	2:18:03
Pytłasiński	11:30	15:00	6:10	13:06	1:18	47:04

Jak widzimy przeciętnie rzecz biorąc, to do pokonania przeciwników, których Pons (bez Hitzlera) w przeciągu 1 godz. 11 m. 47 s. — Kara Achmed w 2 godz. 17 m. 45 sek. — Beaucairois w 2 godz. 18 m. 03 sek. dopiero pokonywali, potrzebował Pytłasiński tylko minut 47 i 4 sekundy. Różnica to nie mała! Przytem w walkach swych nie wyszedł on nigdy za granicę dżentelmeństwa.



Z takimi to szansami stanęli 6 lipca do walki:

### **Pytlasiński i Beaucairois \*)**

Po zwykłym powitaniu rozpoczęły się jak zwykle przeróżne próby chwytów za kark i ramiona, a przytem potężny masaż głowy, który po 5 minutach strumienie potu wywołał na ciało Francuza. Ma on to bene, że bardzo prędko i obficie się poci, przez co jego grube ramiona i tułów stają się ślizkimi nie do uchwycenia, która to okoliczność wraz z tem, że z powodu braku u niego karku odpada cały szereg najlepszych chwytów, czynią go faktycznie prawie nie do pokonania. Mimo to Pytlasiński naciera ciągle, a Beaucairois przestaje na obronie, dysząc już ze znużenia. W końcu Pytlasiński zdołał go uchwycić wpół, lecz on się wysunął z tego objęcie o tyle, że dłonie przeciwnika spoczęły na jego łopatkach, i tu przyległy silnie do ciała Francuza, który nie mogąc pracą swych ramion uwolnić się od tego uścisku, począł się cofać szybko, ciągnąc za sobą atakującego. W miejscu, gdzie koca już nie stało, przeszedł nagle w podpór kłęczny. Pytlasiński, który się tego nie spodziewał, potknął się nań i również padł bokiem do ziemi. Skorzystał z tego chciał sprytny przeciwnik, by ciężarem swym zważyć Pytlasińskiego na obie łopatki, lecz tenże uszedłszy niebezpieczeństwa błyskawiczną ruladą, skoczył na równe nogi już z drugiej strony Beaucairoego i w mig już trzymając bezkształtną tegoż masę wysoko w górze chwytem wpół z tyłu, by go bez ratunku rzucić na łopatki, lecz sam, najprawdopodobniej ugiąwszy się 130 kgmami wagi Francuza przewrócił się wstecz na obie łopatki, mając przy swym boku przeciwnika, który dotknawszy prawą łopatką ziemi, zrobił w tej samej chwili ruch, jakby chciał przejść do mostu, a z omyłki tej wyprowadziła go dopiero świstawka sędziego, zwiastująca zwycięstwo na korzyść Beaucairois, który sam w pierwszej chwili nie wiedział, jakim sposobem przyszedł do zwycięstwa już po 11 m. 03 sek. Pytlasiński wstał podał mu dłoń serdecznie i wyszli z maneżu.

### **Pons i Beaucairois.**

Zainteresowanie było nadzwyczajne, miejsca jak zwykle wysprzedane; wszyscy spieszyli do cyrku, by widzieć dwu pierwszych mistrzów francuskich. Trudno opisać walkę, która przeszło półtrzeciej godziny trwała, przeto ograniczyć się muszę na jej pobieżnem streszczeniu. Obaj rozwinięli w niej wszystkie swoje „zdolności“ i całą swą sztukę i siłę. Gigant Pons przeważał, wzrostem, swą flegmą i... nieszczędnem porządnych razów i szarpań karku i głowy Beaucairoego, który tem drażniony rzucał się jak rozszokowany niedźwiedz na przeciwnika. — Pierwszy przeszedł w podpór kłęczny Pons i w tej pozycji, jako broniący się, okazał się nieprześcignionym. Wszystkich możliwych chwytów próbował Beaucairois, lecz napróżno; sam przy tej sposobności omal nie został rzucony. W końcu Pons skorzystawszy ze sposobności przeszedł znowu do postawy stojąc i znow rozpoczął się masaż karku, głowy i ramion

\*) Opis tej walki umieszczony w »Allgem. Sport-Zeitung«.



ciągle jednak bezskuteczny. Wreszcie Beaucairois, którego dosięgły już lepiej ramiona Ponsa, przechodzi sam w podpór klęczny, lecz tu tęgi stawia opór przeciwnikowi i zgrabnie paraliżuje tegoż chwytę, aż nadarza mu się sposobność i powraca napowrót do postawy stojąc. Podrażniło to już Ponsa i zaczął potężnie szarpać kark przeciwnika; ten chce mu podobnie się zrewanżować, lecz trochę za niski i trochę za krótkie ma ramiona ku temu. Więc rzuca się wściekle naprzód, lecz Pons wystawia tylko swe długie łapy, chwytła znów za kark i znów wstrząsa nim kilkakroć. W ten sposób okrążyli kilka razy arenę, poczem cicho i spokojnie na nowo rozpoczął się masaż karku ramion i głowy, a następnie znaczna ilość bezskutecznych chwytów. — U Ponsa wytarł się trykot już tak, że kolana nagie i palce u nóg widać było, zaś Beaucairois musiał aż w garderobie swe odzienie do ładu przywrócić. Po minucie znówu stęnęli naprzeciw siebie, i w krótkim czasie Beaucairois znalazł się na ziemi w leżeniu przodem. Pons używa wszystkich sposobów, by obrócić go na łopatki, lecz wszystko nadaremnie. Nareszcie udało mu się wsadzić swe ramiona po podpachy Beaucairoego i uchwyciwszy go potężnie za kark po pod ramiona, chce go zmusić do obrotu około osi wszerek, by w ten sposób położyć go na łopatki. I już zdawało się, że tu koniec walki nastąpi, gdy Beaucairois nagle zgrabnym przewrotem wprzód (piruette) przewala się w poprzek przez Ponsa i ma tegoż już znówu pod sobą. W ten sposób zmieniała się kilkakrotnie sytuacja, aż po dwu godzinach zaciętej walki przerwał ją przewodniczący do dnia trzeciego, co szczególnie dla dobrze już wycieńczonego Beaucairoego bardzo zbawiennem było. Tu mało co odmienny obraz od poprzedniego. Pons nie szczędzi potężnych uderzeń w kark Beaucairoego, z których jednym powala go znów w podpór klęczny. Tu go obejmuje wpół z tyłu i chce rzucić o ziemię, lecz wczas przychodzi Beaucairois do mostu i wykręca się do leżenia przodem — lecz Pons znów timsamym chwytem wznosił go w górę i tym razem puścił go nagle tak, że nareszcie Beaucairois łopatkami runął o ziemię, „aż zadudniało“, a równocześnie świstawka sędziego dała znać o zwycięstwie Ponsa. — Z nabrzmiętym i zakrwawionym karkiem, ocierając krople krwi, które mu i z nosa ciurkiem ciekły, opuścił Beaucairois arenę. Rozległy się szalone oklaski częścią dla Ponsa a częścią dla Beaucairoego i teraz dopiero przypomnieli obaj sobie, że są rodakami. Obaj pod ramię wyszli przed publiczność, a oklaski i brawa zmieniły się w jeden ryk potężny. Beaucairois gratulował Ponsowi zwycięstwa cieszyło go to, że pokonał go Francuz.... W końcu zaczęli się obaj przed publicznością ścisnąć i całować.

W międzyczasie t. j. 11 lipca odbyła się walka, która tak dla publiczności i sądu honorowego, jakoteż i dla samych zawodników najwięcej zainteresowania budziła.

### **Pytlasiński i Kara Achmed.**

Uosobnienie sztuki i szyku w walce z jednej, a niezgrabność, ciężkość przytem nadzwyczajna lecz brutalna siła z drugiej strony stanęły naprzeciw siebie. Grono zapaśników, które po przedstawieniu ich



publiczności natychmiast cyrk zwykle opuszczać, staęło tym razem przy wejściu u areny, by śledzić tę walkę. — Więc znów zaczął się jak zwykle, masaż głowy i ramion. Po chwili chwycił Pytłasiński ramię Achmeda, by go swym rzutem na ziemię powalić, lecz Turek silnem szarpnięciem uwolnił się od tegoż, a powracając napowrót do poprzedniej sytuacji ugodził przegubem pod pozorem chwytu za kark Pytłasińskiego tuż pod prawe ucho tak silnie, że ten aż kilka kroków wstecz się zatoczył. Przeciagle gwizdanie i „pfui! pfui!“ ozwało się od publiczności; Pytłasiński spojrział pytająco na sędzię walki, lecz tenże najspokojniej przeczekał, aż publiczność się uspokoiła i dał napowrót znak do dalszej walki. . . .

Spokój nagle znikł z twarzy mistrza, a miejsce jego zastąpiło wzbudzenie wewnętrzne. Niczego innego jak tego chciał, przebiegły Turek. Dziwna rzecz, że Turek, który przy każdej walce przeróżne tony a właściwie ryki, czyto złości, lub ironii, czyto zadowolenia ze siebie wydawał, tym razem ani pary z ust nie puścił.

Z chwilą stracenia swego spokoju stał się Pytłasiński równocześnie więcej defensywnym, i odtąd góruje już Achmed nad nim. Po chwilec udaje się temuż uchwycić go za biodra, przez co zmusza go do podporu kłęcznego. Teraz boi on się jednak swe ramię zbliżyć do ramion Pytłasińskiego, bo ten już niejednego z podporu kłęcznego powalił i w ten sposób, może nawet naumyślnie daje sposobność przeciwnikowi do powstania na nogi. Na nowo więc stanęli do walki. Nagle podczas obejmowania się za kark i ramiona pada silne uderzenie na twarz Pytłasińskiego, tym razem już bez żadnego pozorów. Pytłasiński, przy świstach i gwizdach, jakich publiczność znowu bezczelnemu Muzułmanowi nie szczędziła, roli zwrot ku wyjściu z areny, chcąc takową opuścić, lecz sędzia go powstrzymuje. Głosy z galerii dają się słyszeć: „Disqualificiren! Disqualificiren!!“ lecz sąd dał Achmedowi tylko. . . . lekkie upomnienie (!!), podczas którego Pytłasiński ocierał z twarzy krew, która mu ciekła z uderzonego ucha. Więc znowu rozpoczęła się walka, lecz wynik jej mógł być już z góry łatwo przewidziany. To Pytłasiński, to Achmed gną się wstecz pod wzajemnem ciśnieniem, aż w końcu znów pada Pytłasiński w podpór kłęczny. Tym razem Turek, już trochę z dotychczasowego strachu straciwszy, próbuje chwytu w pół z tyłu i wbija swe ramiona tak silnie na okół bioder przeciwnika, że na twarz tego skutkiem braku oddechu błądź trupia wystąpiła. Achmed znów otrzymuje. . . . lekkie upomnienie i popuszcza nieco chwytu. Teraz już z wściekłością, czego nigdy u niego w walce nie widziano, rzucił się Pytłasiński na Achmeda, usiłując go wszelkim kosztem w pół uchwycić, co mu się i natychmiast udaje. Z Turkiem już źle było, lecz jeszcze wczas zdołał swój łep bawoli wsadzić pod prawą pachę przeciwnika; równocześnie objął go prawą ręką za kark i w ten sposób ugniatając wściekle żebra Pytłasińskiego swą głową zważył go na ziemię. Tu broni się tenże ruladą, lecz podczas tej wali się Achmed swem cielskiem na niego i osiąga. . . . zwycięstwo. Walka ta trwała 27 m. 47.

Dnia 14 lipca znów walka jedna z rozstrzygających była na porządku dziennym. Tym razem stanął:



### Kara Achmed i Beaucairois.

Walka o tyle była ciekawą, że stały tu mniejwięcej dwie całkiem równe siły naprzeciw siebie, tudzież, że była zakończoną niebyswalem skandalem, a mianowicie wygwizdaniem a po prostu wyrzuceniem z cyrku sądu honorowego przez publiczność. Walka trwała półtorej godziny i obaj zapaśnicy okazali się w niej nietylko pod względem siły, jednak i pod względem techniki zupełnie równymi. Jednakże swą wytrzymałością i dobrym humorem górował Achmed nad Beaucairois. Przy walce tej chciał Turek, który tym razem z pewną werwą i większą pewnością siebie, jak w walce z Pytłasińskim wystąpił, swą sztukę w całej pełni okazać. Wył przytem i ryczał komicznie, zwłaszcza wtedy, gdy mu się udało z podporu klęcznego napowrót do postawy stojąc powrócić. Ten szczególny humor Achmeda, który w walce z Beaucairois podobnym był do rozigranego młodego byczka, dał podstawę sędziom do mniemania, iż walka jest tylko udaną. Więc, ograniczywszy się tylko na tym pozorze, postanowili odstąpić od raz powziętej uchwały, która opiewała, że „po dwugodzinnej bezskutecznej walce takowa przerwana i odroczoneą być winna“, i wydali uchwałę, że walka bezwarunkowo tego samego dnia bez względu na przeciąg czasn ukończoną być musi. Beaucairois odstąpił po tym wyroku natychmiast od walki, raz z powodu znużenia a podrugie był obrażony niesłusznym zarzutem oszustwa. Oklaski zmieniły się w gwizd, stukanie i „pfui“ przeciw sądowi. Nietylko galerya, ale także publiczność z łóż i pierwszych miejsc była w tem czynną, grożąc sędziom pięściami, parasolami i laskami, aż ci w asystencyi policyi cyrk opuścili. Beaucairoego wywoływano kilkanaście razy, nie szczędząc mu okrzyków najwyższej sympatii. Jednak Kara Achmed został zwycięzcą! (1 godz. 30 m.).

W następniej walce stanęli:

### Pons i Pytłasiński.

Tu można było śmiało się spodziewać prawdziwej ucztę dla oka, bo dwu najlepszych, walczyć tu miało o lepsze. Bładość twarzy Pytłasińskiego zmusza nas do wielkiej obawy o jego zdrowie i wytrzymałość w walce. Była to dla fachowca najciekawsza walka, to też z ogromnem napięciem przebiegu jej każdy śledził. Rozpoczęto ją, jak zwykle, masażem karku i ramion, strasznem ciśnieniem czaszki, które Ponsowi w pierw stało się nieznośnem. Długiem swem ramieniem prac bark przeciwnika chciał go w oddali trzymać od swej głowy, lecz Pytłasiński chwyciwszy go silniej za kark, napowrót przyciągnął ją do swojej i napowrót jest poprzednia sytuacja. Pytłasiński próbuje rzutu za ramię, lecz Pons zgrabnie temuż uchodzi, więc znowu masaż karku i ramion. Po 15 minutach tej walki w postawach stojąc, napozór cichej i spokojnej, przy której jednak kręgi szyjne się gięły i trzeszczały, nastąpiła jednodominutowa pauza. Na dany przez sędziego znak stanęli napowrót obaj do walki. Znowu ten sam przebieg, co i wprzód: do podporu klęcznego jeden drugiego żadną miarą zmusić nie może. Nagle po 25 m. 30 sek. podaje Pytłasiński dłoń przeciwnikowi i zwracając się do sędziów zgłasza swe odstąpienie od walki i wychodzi. Pons nadzwyczaj zdziwiony



a nawet zakłopotany opuszcza manę; oklasków prawie nie słychać a sędzia ogłasza Ponsa, jako zwycięzcę. Cierpienie wywołane chorobą tudzież ból ugniecionego przez Achmeda boku wyczerpały najprawdopodobniej Pytłasińskiego, że walki tej zaniechać musiał.

Teraz już miał Pons utworowaną drogę do osiągnięcia pierwszej nagrody. Miał jeszcze tylko na niej Achmeda, z którym już raz 7 godzin bezskutecznie walczył. Dnia 7 lipca stanęli obaj do walki:

### Pons i Kara Achmed.

Pierwszych 15 minut przebiegło, jak zwykle na masowaniu karku i głowy. Po pauzie udaje się Ponsowi uchwycić wół przeciwnika, lecz ten się wymyka. Więc znowu obejmują się za kark i ramiona, przyczem Achmed wstrząsnął głową Ponsa w taki sam sposób, jakto tenże Beaucairoego traktował. Oburzony tem Francuz, który takie szarpanie karku tylko za swą wyłączną własność, czy przywilej uważał, odpowiedział na to kilkakrotnem wstrząśnięciem karku Turka, co tego prawie do rozpaczy doprowadziło. Więc rzuca się kilka razy ślepo na przeciwnika, lecz ten tylko wyciąga swe długie ramię zakończone ogromnych rozmiarów dłonią, o które rozbijają się wszystkie wściekłe ataki Achmeda. Tak rzucał się kilka razy, aż dostał się sam z własnej winy w chwyt wół z tyłu. Rzuca go teraz Pons o ziemię, jednakże w czas się Achmed wykręcił do leżenia przodem. Nie puszcżając go Pons podnosi go tym samym chwytym poraz wtóry w górę, lecz i tym razem pada Achmed na brzuch. Więc trzeci raz podnosi go Francuz, lecz teraz wykręcił się Turek w jego objęciu tak, że znalazł się nagle w chwycie wół z przodu. Wykorzystał to Pons, objął go silnie lewem ramieniem a położywszy prawą dłoń na piersi Turka rzucił go już tak o ziemię, że ten jak długi padł na obie łopatkki. Walka trwała 54 sek. Turek wstał nie chcąc wierzyć w to, że jest faktycznie pokonanym i kręcąc głową opuścił arenę. Huczne oklaski padły dla Ponsa, jednak i Turka publiczność widzieć się domaga. Wychodzą więc obaj, kłaniają się publiczności, a po grubem śniadem obliczu Kary Achmeda poszcżyły się dwie łyż, któremi oplakał swą przegraną.

\* \* \*

Taki obrót wzięły tegoroczne wielkie międzynarodowe zapasy we Wiedniu. Pierwszym był Pons, drugim Kara Achmed, trzecim Beaucairoes i czwartym Pytłasiński. Nie poszcżęściło mu się we Wiedniu, jednak mimo to pozostawił on tu po sobie opinię mistrza w technice nierównanego.

**Wycieczki piesze.** Szwajcarski związek gimnastyczny ustanowił jak co roku szereg nagród dla poszczególnych towarzystw, które w ciągu bieżącego perjodu (od 1 lipca 1900 do 30 czerwca 1901) odniosą zwycięstwa w zawodach wycieczkowych: W zawodach tych liczy się za wycieczki całodzienne przebycie 40 km. włądnie 8 godzin marszu, za półdniowe, przebycie 24 klm., włądnie 5 godzin marszu. W wy-



cieczce wymaga się udziału  $\frac{3}{4}$  czynnych (ćwiczących) członków Towarzystwa. Towarzystwo które odbędzie największą ilość wycieczek otrzymuje dyplom honorowy, zaś po 3 latach z rządu takiego pierwszeństwa — wieniec wawrzynowy. Że taka zachęta i inicjatywa związku Szwajcaryi odnosi wspaniałe rezultaty dowodzi choćby zgłoszenie się 35 towarzystw na rok bieżący. Czyby u nas nie dało się zaprowadzić podobnych zawodów, czyby i nasz związek nie mógł raz już w tym kierunku zacząć skutecznie działać.

**Pływanie.** Ciekawy i dowcipny aparacik dla uczących się pływac względnie dla ratowania tonących wynalazł R. Izsag w Niemczech. Polega on na wywiązywaniu się gazu z zamoczonego karbidu, a składa się z małej puszki blaszanej zawierającej karbid i przymocowanego doń, a nienadpsutego pęcherza — wszystko razem wielkości niedużego etui na cygara. Gdy aparacik ten zamoczymy w wodzie, z kacidu wywiązuje się najdalej w ciągu 8 sekund wielka ilość gazu, która napelnia w jednej chwili pęcherz, ten zaś unosi na powierzchnię wody tonącego i utrzymuje go przez kilka godzin. Przyrząd ten po należytem ulepszeniu i przystosowaniu może oddać wielkie usługi kąpiącym się, lub przy nauce pływania. Skoro już mowa o pływaniu to wspomnieć też trzeba, że Magistrat miasta Berlina ustanowił stałą nagrodę dla klubów pływackich. Osiągnąć ją można w pływaniu rozstawnem na przestrzeni 300 metrów. Każdy klub ma dać 3 pływaków, z których jeden przepływa 100 m. w normalnej pozycji, drugi dalsze 100 m. płynąc bokiem, ostatni zaś płynąc na wznak. U nas jest Wisła, są i wiosłarze, ale jakoś o zawodach w pływaniu, o pływakach nie nie słyhać.

---

## KRONIKA.

Odnowienie półrocznej prenumeraty przypominamy odnośnym P. T czytelnikom.

**Kurs zabaw i gier.** 15 lipca rozpoczął się w tutejszym Sokole pod kierunkiem Dra Tokarskiego zorganizowany przez Związek sokoli kurs gier i zabaw dla nauczycieli gimnastyki. Celem kursu było przysposobienie względnie obznajomienie nauczycieli z zabawami i grami dla młodych i starszych. Kursistów przybyło 14, a mianowicie: ze Lwowa 6 wraz z naczelnikiem związku d. Durskim, z Rzeszowa 2, z Tarnopola 2, z Brzeżan, Jasła, Krakowa, Sanoka i Wadowic po jednym. W kursie brała również udział jedna egzaminowana nauczycielka gimnastyki t. j. p. Marya Durska (obecnie małżonka naczelnika związku). Uczestników kursu powitał w dniu 16 lipca imieniem związku prezes d. Turski piękną i zachęcającą do pracy przemową, poczem Dr. Tokarski wygłosił odczyt: O znaczeniu zabaw i gier. Nauka odbywała się codzień od godz. 9 rano do 12 w południe (teorya oraz ćwiczenia w gmachu i na boisku w Sokole), a od godz. 4—6 w parku Dra Jordana. Kurs zakończył się dnia 30 lipca wręczeniem dyplomów przez prezesa Turskiego, który równocześnie żegnał uczestników serdecznie, życząc im powodzenia w dalszej działalności; zaś na towarzyskiej wieczornicy dało sokolstwo krakowskie, oraz jego grono nauczycielskie jeszcze raz wyraz swej serdecznej uprzejmości, wzmacniając przez to tę koleżeńską harmonię i solidarność, jaka powinna panować między najbliższymi sobie towarzyszami i pracownikami na niwie wychowania społecznego.

K. S.



**Nowy projekt.** Wśród omawiania spraw sokolich z przybyłymi na kurs gier i zabaw gośćmi, wyłoniła się piękna myśl stworzenia i zorganizowania związku czy też stowarzyszenia nauczycieli gimnastyki, a raczej wszystkich gron nauczycielskich, jako instytucji mającej na celu zbliżyć bardziej do siebie ludzi oddanych tej idei, a przez to zbliżenie dać sposobność do omówienia i opracowania głębszego spraw technicznych, a może (ważnych też dla wielu) spraw materyalnych. Na razie wybrano komisję, która zająć się ma wypracowaniem szczegółów. Oczywiście, że od sposobu ujęcia i postawienia tej sprawy zależeć będzie szczęśliwe jej rozwiązanie i udział tych, którzyby w takim związku chcieli widzieć instytucję poważną, świadomą swego celu i zadania i zdolną w ramach sokolstwa zająć należne sobie stanowisko.

Zwycięstwo w igrzyskach olimpijskich przypadło jak dotychczas niemal zupełnie Amerykanom. I tak w biegu na 100 m. zwyciężył Jarois w 11 sek. (który podczas próby osiągnął jeszcze lepszy i wprost wspaniały czas  $10\frac{4}{5}$  sek.). Kräuzlein, znany już ze swych skoków Amerykanin, zdobył bez trudu wielkiego nagrodę w biegu z płotami na 1'10 m. (w  $15\frac{2}{5}$  sek.) na przestrzeni 200 m. w płaskim na 60 m. i w skoku w dal (7'18 m.). W tym ostatnim miał on groźnego przeciwnika w swym ziomku Prinsteinie, którego rekord wynosi 7 m. 50, lecz tenże z powodu niedzieli, której święcenie Amerykanie bardzo przestrzegają, nie stanął do zawodów. Na 400 m. pierwszym był Long student uniwersytetu w Columbi (49 $\frac{2}{5}$  sek.). W skoku w wyż zwyciężył znowu Amerykanin Baxter (1'90 m. z bardzo małym rozbiegiem), tak samo w skoku o tyczce (3 m. 30 cm.). Światowego rekordu w skoku w wyż z odbiciem (1 m. 97 $\frac{1}{2}$  cm.), który osiągnął dawniej już Sweeney z New-Yorku, nie dało się wprawdzie pobić, natomiast nadzwyczajnie wypadł skok w wyż z miejsca (1'65  $\frac{1}{2}$  m.) Ewry'ego, który też następnie skoczył z miejsca w dal 3 m. 30 cm., a trójskokiem na 10 m. 58 cm. (W trójskoku z rozbiegiem osiągnął Prinstein 14 m. 47 cm.). Również w rzucaniu młotem (Flamagan), ciężarem i w biegu z płotami na 400 m. zdobyli nagrodę Amerykanie, a tylko w ciskanu dyskiem wyszedł niespodzianie zwycięzca Węgier Bauer (36 m. 4 cm.), drugim zaś był Czech Janda (35 m. 25 cm.). W biegu na dłuższe mety odznaczyli się głównie Anglicy: na 800 m. (Tysoë z m. 1 $\frac{1}{5}$  sek.), na 1500 m. (Bennet 4 m. 6 sek.) i na 4000 m. z przeszkodami — zaś w ciągnięciu liny oddział szwedzkich gimnastyków przeciw francuskim. W końcu dnia 19 lipca rozegrał się bieg tzw. maratoński na 40 km., do którego stanęło 13 współzawodników. Tutaj zwyciężył nareszcie Francuz Thealo w 2 g. 59 m.; podczas gdy w biegu zawodowców przebył tę przestrzeń Anglik Hurst w 2 g. 26 m. 4 sek. Tak więc jak z dotychczasowych wyników się okazuje, zapanowali Amerykanie niemal wyłącznie w całej dziedzinie sportu, a niemieccy gimnastycy, którzy tak starannie dobrali swych ludzi do zawodów, pozostali daleko w tyle, pocieszając się jedynie tą słuszną zresztą myślą, że z zawodów tych nauczą się i skorzystają wiele na przyszłość! Naturalnie nie trudno odgadnąć w czem leży ta wyższość Amerykanów: oto najpierw w metodzie wychowczej społeczeństwa, niemniej też jednak w jego zamożności, które pozwala n. p. takiemu nowojorskiemu klubowi atletycznemu wydawać 25.000 dolarów rocznie na training, zawodowych nauczycieli i w ogóle na cele sportowe. W tym samym celu poświęca uniwersytet Yale 41 a uniwersytet Harvarda 30 tysięcy dolarów, to też studenci tych uniwersytetów są nie tylko najteższymi ludźmi w społeczeństwie swoim, ale zarazem najlepszymi gimnastykami.

---

**TREŚĆ:** Obecny stan nauki o wychowaniu fizycznym, Prof. N. Cybulski. — Sprawa wychowania fizycznego na IX. zjeździe lekarskim w Krakowie, E. Kubalski. — Przykłady praktyczne: A) Ćwiczenia wolne; B) Żabawy. — Sport. — Kronika.

---



# Spółka Wydawnicza Polska w Krakowie

poleca wydawaną przez siebie od lat 14

najtańszą ze wszystkich publikacji periodycznych

## NOWĄ BIBLIOTEKĘ UNIWERSALNĄ.

Co 2 tygodnie zeszyt o objętości 7 arkuszy, mieści przeważnie niedrukowane dotąd prace — najpierwszych pisarzy polskich lub obcych, we wzorowym tłumaczeniu.

Druk staranny, czytelny, papier piękny i trwały.

Pamiętniki, prace historyczne i t. p., są dobranymi rycinami illustrowane.

Każde dzieło ma własną paginację, więc też stanowi osobny tom, który oddzielnie broszurowany lub oprawiony być może.

Przedpłata wynosi	Z przesyłką pocztową	W Niemczech:
w Krakowie: kwar. kor. 3—	.w Austrii: kwar. kor. 3:50	kwartalnie mar. 3:50
roczn. „ 12—	roczn. „ 14—	rocznie „ 14—

W innych krajach europejskich roczn. frank. 24, w Ameryce roczn. dol. 5.

W tomach, ozdobnie oprawnych, z dwurazową przesyłką: w lipca i styczniu tylko rocznie: koron 20, z przesyłką koron 22, w Niemczech marek 22.

W roku 1900 zamieści „Biblioteka“ następujące prace:

**a) Powieści:** 1) *Kowerskiej Marzyciel*. 2) *Kowerskiej Pamiętniki ornitologa*. 3) *Korolenki Niewidomy muzyk*. 4) *Lejkina N. A. Pod hiszpańskim niebem*, opis humorystyczny podróży małżonków Iwanowów do Biarritz i Hiszpanii.

**b) Pamiętniki i wspomnienia:** 1) *Brodzińskiego Pamiętniki* (z rycinami). 2) *Kołaczkowskiego Jenerata Wspomnienia* z czasów powstania 1831 r. (z ilustracyami). — **c) Dzieła treści historycznej:** 1) *Ks. Kalinki Waleryana Pisma pomniejsze*, część III-cia (stanowi dla siebie odrębną całość). 2) *O. Wacława z Sulgostowa Tadeusz Kościuszko*, jego żywot i działalność, na podstawie nowych źródeł i dokumentów (z licznymi ilustracyami). 3) *Kościuszki Tadeusza Listy i pisma* obejmujące jego prywatną i urzędową korespondencję jak niemniej memoraly, po części po raz pierwszy zebrane z archiwów w Waszyngtonie, N. Yorku, Filadelfii, Bostonie, Paryżu, Rapperswyli i prywatnych, przez *Wł. M. Kozłowski*. — **d) Różnej treści:** 1) *Tretiaka Józefa* prof. Uniw. **Szkice literackie** z dziejów piśmiennictwa. 2) *O. Ventury Posłannictwo katolickiej niewiasty* od początku chrześcijaństwa do naszych czasów, w tłumaczeniu *St. Koźmiana*. Pierwsze wydanie polskie znakomitej pracy niepospolitego pisarza.

Osoby, składające z góry przedpłatę na cały rok, mają prawo wyboru dwóch dzieł, które franko dostarczamy jako bezpłatną premię. — Spis tych dzieł na żądanie dostarczamy.



# J. GORECKI i Sp.

## FABRYKA WYROBÓW ŚLUSARSKICH

w Krakowie, ul. św. Wawrzyńca 1. 26.

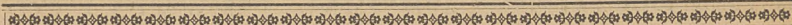
Telefon Nr. 277. — Telegramy: Gorecki, ślusarnia.  
wykonuje wszelkie roboty  
ornamentalne, konstrukcyjne, budowlane  
i plecionki z drutu

### DLA GNIAZD SOKOLICH:

ciężary gimnastyczne pojedyncze i składane od 25 do  
100 klg. i wyżej, laski żelazne, stojaki i wieszadła do  
ciężarów, lasek i t. p.



CENY PRZYSTĘPNE.





Kule i kręgle

**Lawn-tennis, Krokiety, Hamaki dla  
dorosłych i dzieci,**

Huśtawki ogrodowe, Balony i Piłki gumowe,

**Przybory do rybolowstwa**

Lakiery, Kremy i Pasty do odnawiania i odświeżania  
kolorowych bucików,

 Środki do czyszczenia sukien z plam, 

Przybory kąpielowe i do podróży,

Perfumy i Mydła toaletowe, Przybory toaletowe,

**Przybory do golenia**

polecają najtaniej

# REIM i SPÓŁKA

Rynek 37, Kraków, Linia A-B.

