

SOKOŁ POLSKI



Organe Officiel de l'Union des Sociétés Polonaises de Gymnastique en France
Hédomadaire consacré aux intérêts des Sokols, ainsi qu'aux questions sociales et nationales.

Organ Oficjalny Dzielnicy Sokolstwa Polskiego we Francji
Tygodnik, poświęcony interesom Sokolstwa oraz sprawom społecznym i narodowo-oświatowym.

Przenumeracja	24 fr.
Rocznica	12.50
Półrocznica	6.50
Kwartalnie	30 fr.
Zagranicą rocznica	16 fr.
— półrocznica	8 fr.

Adres Redakcji i Administracji :

«SOKOŁ POLSKI», 7, rue Corneille - Paris (6°)

POCZTOWE KONTA CZEKOWE N° 648.83

Wychodzi : w każdą sobotę

PARAISANT TOUT LES SAMEDIS

Cena pojedynczego numeru 50 c.

La Gérance : W. LANDY.

Przypominamy Sz. Druhom Prenumeratorom,

że z rozpoczęciem ostatniego kwartału r. b. numer 85 « Sokola polskiego » wysłamy za zaliczeniem pocztowym. Wobec kosztów, na które jesteśmy narażeni, gdy numer zostaje niewykupiony, prosimy uprzejmie Druhów zachować się po sokolemu, zaliczkę wykupić, nie wnosząc zamętu w odbiór pisma i nie narażać nas na niepotrzebne straty.

Druhowie! — prenumerujcie pismo, celem i wytyczną którego jest dobro sprawy sokolej.

Sokoli Polscy We włoszech

Zawody gimnastyczne w Asti
(Włochy) od 8 do 10 maja 1925 r.

Zawody gimnastyczne zorganizowane w Asti przez Tow. Gimnast. « Fulgor » dzieliły się na zawody wewnętrzne — narodowe i międzynarodowe.

Do zawodów wewnętrznych zgłosiło się około 2.500 zawodników wraz z młodzieżą i wojskiem, którzy w zespołach od 12 do 36 zawodników stawali w trzech stopniach.

1. Stopień niższy (młodzież); 2. Stopień średni; 3. Stopień wyższy.

Do stopnia średniego i wyższego dopuszczeni byli tylko członkowie i wojsko.

Prócz zawodów w zespołach, odbyły się zawody jednostek w gimnastyce i lekkoatletyce, potem zawody oddziałów w ćwiczeniach z przyborami i grupowych.

Do zawodów międzynarodowych, prócz gospodarzy stolicy Belgia, Francja, Polska i Szwajcaria.

W zawodach lekkoatletycznych nie było wyników sędziowskich; poniżej zamieszczone najlepsze wyniki jakie osiągnęło się w wielu wypadkach słabsze od naszych.

Wyniki w poszczególnych zawodach lekkoatletycznych osiągnięto następujące :

Bieg na 100 m — 12 sek.; bieg na 400 m — 56.4/5 sek.; bieg rozstawny 4x100 m — 49.4/5 sek.; bieg 15 km — 1 g. 1 m. 1/5 sek.; skok w dal z rozbiegu — 5.32 m.; skok w wż — 1.55 m.; skok w wż i w dal — 1.20+4.05 m.; skok o tyczce — 2.90 m.; Trójkok — 10.35 m.; rzut dyskiem — 32.03 m.; Pchnięcie kulą 7 1/4 kg — 12.50 m.

Oddziały przystępowały do zawodów kolejno i oczekiwały na stanowisko nieraz po pół godziny. Pomimo swobody, jaka wśród nich panowała, sędziowie bez szemrania wyzekaliwały swoje kole, obserwując pilnie w czasie ćwiczeń swoich przeciwników.

Wszystkie ćwiczenia w zespołach, prócz wolejki, które odbyły się z całym oddziałem, wykonywano czworakami, nawet pchnięcie kulą wykonywało czterech zawodników jednocześnie na liczenie głośno swego prowadzącego.

Przy ocenie sprawdzano nie tylko dół rzutu lub wysokość skoku, lecz również odjęcie i odejście zawodników, wdziałło się też w wielu wypadkach przesade pod tym względem, z czego wynikało, że na przyjęcie i odejście zawodnika i oddziału szczególnie zwracano uwagę. Wszystkie te dojska i odejska były wykonywane sprawnie i szybko, może nawet za szybko,



Ślub druha Szczepaniaka, Nacz. gn. Beuvry, z drużną St. Stachowską.

Pod znakiem Bolesława Chrobrego

Tegoroczne uroczystości sokole w kraju odbyły się pod znakiem Bolesława Chrobrego. Czy wiecie Sokoli, co to znaczy ?

Nie wątpimy, że wiecie, ale uważamy za nasz obowiązek przypomnieć tym, co pod wpływem codziennej walki o byt swój i wśród ciężkich trudów zawodowych zapomniał, może, iż nasz Bolesław Chrobry, 900 lat temu, w r. 1025 włożywszy na swą skroń koronę, stworzył jedno z najpotężniejszych państw europejskich, a tem państwem była Polska nasza, która mogła iść w zawody z potęgą niemiecką i bizantyjską.

Żyć, myśleć, działać, pracować pod znakiem Chrobrego — to znaczy — czerpać ideał państwowości z naszej wielkiej przeszłości, wierzyć niezłomnie w naszą wartość i przyszłość, skupić wszystkie siły ducha i ciała ku budowie tej przyszłości, aby się stała ona jasną i świetną!

Żyć i działać pod znakiem

Chrobrego, to znaczy — patrzeć na tą wielką historyczną postać i z niej czerpać siły i natchnienie.

Dzielnosc wielkiego wodza łączyła się u Bolesława z mądrością człowieka polityczną i troską o kulturę narodu. Stworzył w Polsce rządzący wewnętrzny i zewnętrzną sprawliwosc, załadniał pustkowi i dał gospodarcze podstawy pracy narodowej, obdarzył kraj dobrobytem i bogactwem.

Bolesław Wielki stał się twórcą potęgi państwa polskiego — królem — duchem, którego majestat i zasługa pozostały pomnikiem chwwały, pracy i naszej myśli narodowej, genialnym wzorem dla budującej się dzisiaj ponownie Państwowości polskiej.

Sokoli! Żyć i działać pod znakiem Chrobrego — znaczy być chobrym i dzielnym. To słuchujemy w naszym sokolim zakoncie, tego dokonamy.

« Tak nam dopomóż Bóg ! ».

przez co psuło się równanie i krycie oddziału.

Ćwiczenia wolne składały się z dwóch obrazów po 15 taktów każdy. Wykonywane były na miejscu po dwa lub cztery razy w kółko. Układ ćwiczeń nie zawierał nic nowego. Ćwiczenia wykonywane były w wolnym następie na liczenie głośno prowadzącego.

Zawody oddziałów z przyborami (laski, maczugi, podstawki), różniły się znacznie od ćwiczeń wolnych pomy-

słowości. Ciężkie były ćwiczenia laskami (laski około 50—60 cm długie), które przeważnie składały się z przekrętów przedramion i powtarzane po kilkanaście razy z nadszywaną zbytkościami i dokładnością.

Ćwiczenia z podstawkami odróżniały się padaniem w przód do podporu leżąc o ramionach ugiętych, przemachami do podporu, leżąc tyłem i zwrótem tułowia.

Ćwiczenia na przyrządach, drążku,

kółkach, poręczach i koniu wykonywano po czterech zawodników równocześnie. Ćwiczenia te stały na wysokim poziomie. Jednocześnie wymyki na kółkach do stania na rękach, kolowroty allurzyście na drążku, lub zeskoki zwrócone przodem na poręczach świadczyły o wysokim wyrobieniu gimnastycznym ćwiczących zespołów.

Francuzi zaczęli dwa obrazy ćwiczeń wolejki z żerdziami, które przedtem ułożyli na boisku. Ćwiczenie składało się z powolnych ruchów ramion i tułowia, przenoszeń żerdzi w górę, w bok i w dół, oraz wymyków i zwieszów przez dwoje ćwiczących, gdy pozostali trzej stanowili podporę dla żerdzi.

Przed rozpoczęciem ćwiczeń jak również po ich ukończeniu następowało podrownienie sędziów w następujący sposób :

Ćwiczący ustawili w szereg podnóżki ramiona w bok i spłatał je za sobą, potem na liczenie głośne kierownika od 1 do 4 wykonywali powoli skłon wpród, a na następne liczenie od 1 do 4 prostowali tułów i opuszczali ramiona.

Piramida, którą wykonywali Francuzi na dwu parach poręczy i na ustawionej na nich drabnie była dosyć skromna, a efekt jej polegał na przystrojeniu przyrządów i ćwiczących mostwem chorigwiek o barwach francuskiej i włoskiej.

Szwajcarzy ćwiczyli laskami, a na przyrządach czworakami.

Włosi zakończyli również swoje ćwiczenia piramidami, które budowali na poręczach i koniu.

Wystąpienie nasze w zawodach przypało na niedzielę, o godz. 9.50. W sobotę wieczorem odbyliśmy próbne ćwiczenia, aby oswoić się z terenem i przyrządami. Na próbie byli obecni p. Kociński, delegat poselstwa polskiego z drużem prezesem Simenem oraz kilku członków z komitetu organizacyjnego; prócz nich obecni byli nas wieniem ciekawki, gdyż budaliśmy wielkie zainteresowanie swym przyjazdem. Po skończonej próbie członkowie komitetu w rozmowie z p. Kocińskim i prezesem Simenem zapoznawali, że zespół nasz jako też ćwiczenia dobre sprawują wrażenie i że my mamy duże szanse zwycięstwa w zawodach indywidualnych.

Drugiego dnia już o 8.30 byliśmy na boisku, aby na obradzie zespołów włoskich dobrać kolegów, gdyż o godz. 11.00 miała się odbyć nasza polowa. Przed naszym wystąpieniem kożyły zawody rzuty oddziały żeńskie, z których jeden składał się z Ormianek (siorely Ormian, wynorodnawych przez bolszewików, pozostające pod opieką rządu włoskiego), w liczbie 36 dziewcząt.

Wystąpienie naszego oddziału zrobiło na sędziach doskonale wrażenie, Sylwetki ćwiczących do połowy obna-

(Dokonczenie na str. 2)

