

ORGAN OKRĘGU I (KRAKOWSKIEGO) POL. TOW. GIMNAST. SOKOLICH

Wychodzi dwa razy w miesiącu około 1-go i 16-go.

Prenumerata roczna 3 kor. Numer pojedynczy 25 hal. — Ogłoszenia: jednoszpaltowy wiersz petitem 20 hal.

Redakcja i Administracja: Kraków, ul. Wolska 1, 27 (Gmach Sokoła).

ZŁOTY SOKOLE.

Charakterystyka ich i kilka uwag na przyszłość.

(Ciąg dalszy).

II.

Rola, jaką wyznaczono Okręgom w myśl regulaminu z r. 1896 — obejmowała początkowo zakres prawie wyłącznie techniczny; dopiero później, nowym regulaminem z r. 1902, poprawionym znowu następnie w r. 1906, poruczono im także zadania natury ogólnej i administracyjnej.

Jednym ze środków do spełniania owych zadań technicznych są też Złoty okręgowe. I zarówno z brzmienia, jak i intencji owych przepisów, a także z postanowienia, że Złoty te odbywać się mają co 2 lata, wynika jasno, że celem ich jest gromadzenie zastępów z kilkunastu Gniazd, wykonywanie wspólnych ćwiczeń, musztry i t. p. na to właśnie, aby Okręg mógł stać się jednostką zbiorową, ale zwartą i jednolitą.

Tej teorii odpowiedziała praktyka — nie od razu, ale w bardzo krótkim czasie — po jednej lub dwu próbach.

Dziś nasze Złoty okręgowe nie są uważane za egzamin, ale jako zadanie, które wyrabiamy. Są takim samym środkiem do kształcenia Sokolstwa, jak są n. p. kursa nauczycielskie, zjazdy, posiedzenia, lustracje — w ramach organizacji okręgowej, przez którą Związek uzyskuje 7 (bo tyle mamy Okręgów) gotowych i wyszkolonych wielkich oddziałów, niby korpusów jednej armii sokolej.

Przez Złoty te wypróbowują Okręgi zbiorowo nie tylko ruchy i ćwiczenia, jakie zwyczajnie wykonywane są w poszczególnych Gniazdach, czyli nie tylko zbierają je i powtarzają, lecz starają się nadto przyswoić sobie nowe — takie, których w mniejszej formacji, małymi zastępami nie da się, lub nie ma celu przeprowadzać, a które większy oddział z pożądanym wynikiem może podjąć.

Stąd też widzimy w Złotach okręgowych szerszą inicjatywę, niżli w Złocie ogólnym; mniej ostrożności, a więcej śmiałości w wynajdowaniu nowych ćwiczeń, zbliżanie ich nawet do właściwszych nam czy to potrzeb, czy upodobań (ćwiczenia kosą, szablą, ciupagą, inna szermierka, palcaty) — usiłowanie do podniesienia umiejętności musztry (obowiązkowa próba, obroty wzorowych zastępów), nowe programy zawodów, ćwiczenia młodzieży. Jednym słowem znać tu, że naczelnik Okręgu uważa Złot taki za sposobność do wykorzystania w celu kształcenia tej jednostki technicznej, jaką jest hufiec czy pułk okręgowy, do rozwijania jej i wzbogacania nowymi środkami sprawności i tężyzny.

Toż samo ma się i ze stroną ogólną. Nie czekamy na żaden jubileusz, na żadną uroczystość — Złot jest sam dla siebie. Na 34 Złotów, jakie w ciągu 12 lat po Okręgach odbyły się, było zaledwie kilka innych okazji, zresztą ściśle sokolich, n. p. poświęcenie sztandaru lub sokolni, rocznica Gniazda, — z którymi je łączono i to w formie podrzędnej — z wyjątkiem Złotu jubileuszowego we Lwowie w r. 1907. Złoty idą co 2 lata, a jeśli rok jaki odwlecze się, to tylko z powodu niemocy chwilowej

w Towarzystwach lub nie dość energicznej funkcji w kierownictwie Okręgu — ale nie dla czekania na nastrój! Niezawistością swoją odznaczają się Złoty okręgowy i pod względem wyboru miejsca. Niemal od początku nie urząda się ich w siedzibach Gniazd centralnych, lecz owszem w dalszych i mniejszych, nie licząc się nawet z tak ważną dla nas stroną finansową — nie licząc się z kosztami, ni mniejszymi widokami na dochody; nie zważając na inne, gorsze warunki, ani wreszcie na większy lub mniejszy udział publiczności. Idą całe Okręgi do swych mniejszych miast i miasteczek, nie dla ambicyi danego Towarzystwa, ale z wyraźnym zrozumieniem, że takie przerzucanie całej siły sokolej jest potrzebne i użyteczne dla względów technicznych, a zarazem dla stopniowego uświadamiania ludności w różnych okolicach, dla szerzenia naszych celów.

Oto więc i ideowa działalność mieści się w naszych Złotach okręgowych, tem gruntowniejsza, że nie pochodzi ze sztucznego i odświętnego stykania się ze społeczeństwem, lecz przez naturalne łączenie się z różnymi warstwami ludu, jak to miało miejsce n. p. w Cieszynie.

Wreszcie strona administracyjna odznacza się również odmienną cechą; urządzenia boisk, kwater, przyjęć, posiłków, podróży — są szybsze i bardziej pojedyncze nie dlatego, że występ mniejszy i musi obywać się mniejszym kosztem, bo w danej chwili i odpowiedniej miejscowości możnaby i z niego stworzyć rzecz o szerszej skali, — lecz znowu w tym wyraźnym duchu, że Złot ma być dla własnych potrzeb, nie dla publiczności. Powstają dalej po Gniazdach, a nawet po Okręgach (Słaniszławów) osobne fundusze złotowe i żołydy dla czynnych uczestników Złotu (ćwiczących), przez co objawia się dążność do tworzenia niejako pogotowia, niezależnego od wypadków i mniejszej lub większej ochoty, ale mającego podstawę materialną, a tem samem i swobodę ruchów.

W tej celowości Złotów — dla samych siebie — idziemy jeszcze dalej. Oto wytwarza się typ Złotu doraźnego, prawie już bez żadnych przygotowań — z zapowiedzeniem na 8 dni — prawie bez prób, a z uproszczeniem wszelkich czynności w myśl tej zasady, że służba i hasła sokole powinny właśnie nas wdrażać do tego, aby być gotowym i stawać na pierwsze krótkie zwołanie!

Taką próbę doraźną uczynił też Okręg I. w Suchej w roku 1906, Okręg III. w Tarnobrzegu w r. 1908 — a mają zamiar odbyć ją również Okręgi V. i VII. Tu i ówdzie rozważa się też projekty urządzania własnych namiotów, żywności — nie dla samych innowacyj, nie dla dogodności nawet, ale w tem znaczeniu, że właśnie podobny ustrój byłby

odpowiedni i przemawiający do charakteru sokolej organizacji.

W inicjatywie Złotu doraźnego, podjętego przez Kraków, był jeszcze drugi motyw. Na kilkakrotnych Zjazdach delegatów podnoszono mianowicie potrzebę wdrażania Towarzystw sokolich do wycieczek pieszych, odbywania ich równocześnie z kilku Gniazd, przerabiania wspólnie ćwiczeń, musztry i t. p. — na pierwszym polu, łące — swobodnie, dla własnej zaprawy i korzyści.

Myśl ta, aczkolwiek szerzej nie wcielona jeszcze — tkwi w charakterze Złotów doraźnych. Pewien wzór, być może poczęty z powyższych naszych motywów, widzimy w istniejącem od lat 2. Kółku Piechurów w Sosnowicach (Zagłębie dąbrowskie), które po zawieszeniu „Sokoła“ w Królestwie Polskiem, stworzyło sobie cel i rację bytu — i za pomocą wycieczek i marszów stara się zbliżyć do działalności i celów naszych.

W tej ewolucji Złotów okręgowych należałoby iść dalej. Żywią głębokie przekonanie, że powyższy kierunek, jaki się dopiero z lekka zarysował, powinien przybrać kształty jeszcze wyraźniejsze, a z nich objawi się nam wówczas i ta treść i celowość, jakiej szukamy i znaleźć pragniemy w istocie Sokolstwa — w jego zadaniach poza murami sal, poza rolą zakładu gimnastycznego. Ostatnie dwa Zjazdy delegatów Okręgu krakowskiego uchwały, aby ponowić doraźny Złot — podobny, jak był w r. 1906 w Suchej, poruczając prezydyum Okręgu bliższe obmyślenie szczegółów tegoż, czyli dopuszczając dalsze zmiany i nowości.

Niezawodnie będzie on więc urządzony w bieżącym roku. — Zastanówmy się chwilę, jaki on mógłby być.

Ze względu na zwołanie Złotu ogólnego na r. 1910, na potrzebę przygotowania się do niego całą siłą — odbywanie Złotu okręgowego w r. 1909 wydaje się w ogóle rzeczą ryzykowną i nadszarpuje tamtą siłę.

Musi więc być czemś usprawiedliwiony — to znaczy: Albo będzie rodzajem próby do przyszłego Złotu ogólnego — w całym tego słowa znaczeniu, a w takim razie jest wart pewnych wysiłków i ofiar, lecz „doraźność“ będzie dotyczyła więcej strony administracyjnej, niż technicznej. Albo nowe cechy Złotu będą go właśnie zbliżały do tego kierunku, jaki Sokolstwo powinno obrać i nadal w nim iść. Typ ten określiłbym mniej więcej następująco: Złot zapowiada się n. p. na 14. dni naprzód — w miejscu, ile możliwości leżącym w środku Okręgu, z trwaniem 2-dniowem. Pojedyncze Towarzystwa (druhowie mundurowi i ćwiczący) wyruszają ze swoich siedzib pieszo i gromadzą się w naznaczonym punkcie dzielnicy (Okręg krakowski jest — jak wiadomo — podzielony na 7 dzielnic, t. j. do każdej należy

5—6 Gniazd) i tu cała dzielnica odbywa próbę zbiorową, t. j. ćwiczenia i musztrę. Tegoż dnia wieczorem lub następnego bardzo rano zdążają dzielnice ku miejscu Zlotu — i to częścią pieszo, częścią przez dojazd koleją. Wogóle cały przebieg gromadzenia się drużyn ma mieć charakter wycieczek i marszów — naturalnie bez zbytecznego utrudzenia uczestników, t. j. z możliwością pomagania sobie podróżą kolejową — lub podwodami — ale w ten sposób, iż samo dojście do punktu dzielnicy, a potem Zlotu, przynajmniej na kilka kilometrów (może nawet do 10) i w jednym i w drugim dniu odbywałoby się pieszo. W program techniczny Zlotu nie wchodzę, gdyż nie jestem kompetentny. Częścią tego programu są już same marsze, a owe ćwiczenia i musztra dzielnicami są tym środkiem kształcenia się, przy równoczesnych korzyściach i przyjemnościach z wspólnych wycieczek, który nam służył w ogóle za motyw do pierwszej myśli o Zlotach doraźnych. Aby Zlot okręgowy wykorzystać jednak do przyszłorocznego Zlotu ogólnego, można w program — czy to z góry podany, czy z rozkazów już na miejscu wychodzących, włączyć te ćwiczenia, które są projektowane na r. 1910 — a w każdym razie różne zawody, jak biegi, branie przeszkód, pływanie i t. p. — uzyskując w ten sposób skuteczną do nich zaprawę. Niektóre z ćwiczeń mogą też być przedstawione publicznie i to nie tylko podczas Zlotu, ale nawet w owych miejscach, gdzie zbierają się dzielnice, przez co i wynik finansowy Zlotu całego wypadnie pomyślnie. Plan ruchów całego Okręgu winien być naprzód ułożony, z pozostawieniem jednak wielkiej swobody dzielnicom, czem wyrabiać się będzie inicjatywa i samodzielność. Musimy mieć do czynienia z mapami i rozkładem kolei żelaznych. Ruchy tak planować, iż w pewnych godzinach i punktach powinnyby się spotykać ze sobą poszczególne Gniazda i dzielnice, lub przeciwnie jeden oddział na drugi niespodzianie (ale z planu) zachodzić. Mogą też być marsze nocne. Co do kwater, to jest do wyboru albo umieszczanie się gromadnie, albo gościnnie po domach; będą one potrzebne zresztą tylko po dzielnicach, a więc w małej ilości, gdyż w drugi dzień Zlotu, przed nocą uczestnicy już się rozjeżdżają. Urządzenie żywności doradzałbym podróżne — t. j. konserwy, zimne przekąski, napoje — ma mieć każdy ze sobą, lub Gniazdo ma swego gospodarza, który o potrzebne posiłki stara się; można więc tę rzecz zostawić Towarzystwom do wyboru, czy to na obydwie dni, czy tylko na pierwszy, a na drugi urządzić ją już zbiorowo, może nawet z kuchnią polową.

Dla uzupełnienia tego szkicu dodaję, że zwyczajni uczestnicy Zlotu, goście — udają się na miejsce jęgo w sposób zwyczajny, koleją czy inną

drogą. Ale też właśnie owa nakreślona cecha, to wyruszanie drużyny już z miejsca swego, lub dalszego punktu, pieszo-marszem odznaczy prawdziwych uczestników Zlotu od gości. Będzie to apelem i bodźcem dla wielu, którzy dotychczas — mimo przywdziania stroju sokolego — faktycznie tylko gośćmi byli, iżby obecnie stawali od razu do szeregu, jako członkowie czynni.

I przeciwnie: gdy nie jeden z druhow mundurowych, — bo wierzę, że tacy są — niejednokrotnie żywił wątpliwość, czy używanie stroju sokolego w dotychczasowych potrzebach, pasuje go rzeczywiście na „Sokoła“ czynnego, i wielu, którzy na zadane sobie takie pytanie nie znajdowali odpowiedzi lub odpowiadali przecząco — to w tym nowym obowiązku, jaki wypływa z powyższego typu Zlotu, będą widzieli sposobność do czynu, jakiej im dotychczas wprost nie następowano.

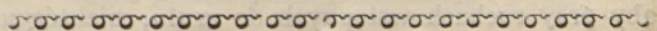
Będzie to środek do postawienia druhow mundurowych na wyższym stopniu naszej organizacji, tem pożądanym, iż obecnie nie rzadko wytwarza się pewien przedział pomiędzy członkami ćwiczącymi — a tylko mundurowymi, objawiający się i popierany nawet po niektórych Gniazdach przez naczelników, w uważaniu tych drugich za „paradjerów“. Odtąd nie będą takimi; bo nie wątpię, że na wypadek Zlotu doraźnego, nie zechce nikt być gościem lub maruderem i nie będzie się zachwycał przedewszystkiem jazdą z kobietami i miłymi pasażerami, ale staną wszyscy do wspólnego wymarszu, bo porwie ich zapał i chęć trudów męskich.

Kreśląc powyższe uwagi o Zlotach okręgowych, obawiam się, abym nie był posądzony o podawanie pomysłów nieziszczalnych, fantastycznych. Tak nie jest, a na dowód mego realizmu przytoczę argument, który mi przychodzi na myśl, mały, ale dobitny. Oto bronimy naszego dotychczasowego stroju sokolego; zrobiliśmy go sobie taki zamasysty, trwały i... z butami. Niechże te buty nie służą nam wiecznie do chodzenia po gładkich chodnikach i brukach, czasem tańczenia na posadzce; ale niech doznają też dróg górskich i polnych, ścieżek, prochu, rosy i błota. Wtedy też, gdy się „rozchodzą“, nie będziemy narzekali, że nas gniołą.

A doznajemy ucisku nie tylko fizycznego, ale i moralnego; odczuwamy duszność i jakieś zażenowanie z tych ciągłych pochodów po miastach, z tej ustawicznej „defilady“.

Byłoby nam szerzej i bujniej w polu i górach... i bliżej tych warunków, do jakich Sokolstwo przyzwyczajając się powinno.

(Dokończenie nastąpi).



RZUT DYSKIEM W STAROŻYTNEJ GRECYI

według prof. J. C. Chryssafisa z Aten

napisał: *Szczęśny Połomski.*

(Rysunki wykonane są przez Komitet igrzysk olimpijskich w Atenach na żądanie arcyks. Sparty, następcy tronu w Grecyi).

(Dokończenie).

Przeważna część tych dysków musiała być ofiarowana bogom, jak i sławny dysk Iphitusa, o którym Pausanias pisze, że były wyrzeźbione na nim warunki pokoju dla miast, biorących udział w igrzyskach olimpijskich, a żyjących ze sobą w nienawiści.

Pausanias wspomina także o dysku, którym posługiwali się młodzi zapaśnicy w pięcioboju, a wymienia także dysk Philostratos, który był dwa razy tak wielki, jak dysk przy igrzyskach olimpijskich używany. Z tego możemy wywnioskować, że w gimnazyjach i palestrach używano dysków rozmaitego wymiaru i wagi, stosownie do wieku i siły ćwiczących. Przeciwnie zaś podczas igrzysk olimpijskich wszyscy zawodnicy rzucali dyskami, których wielkość i waga była przepisana. Zaś dla pocieszenia naszych zawodników muszę nadmienić, że dyski przepisowe do igrzysk olimpijskich nie różniły się wiele co do wagi od tych, których dzisiaj podczas zawodów używamy.

Technika rzutu w starożytnej Helladzie.

Dysk rzucono w dal a zawodnik, który najdalej rzucił, bywał ogłaszany zwycięzcą. Niektórzy pisarze twierdzą, że rzucono dyskiem także w górę, (Girard „Ateńskie wychowanie“), a na poparcie tego twierdzenia, przytaczają dialog pomiędzy Merkurym a Apollinem: „rzuciłem dysk jak zwykle do góry“. Trzeba uważać na to, że zdanie to wypowiada Apollo, chcąc usprawiedliwić swój niezręczny rzut, który spowodował śmierć jego towarzysza Hyacyntha. Apollo mówi, że rzucił dyskiem w górę tak, jak wszyscy dobrzy zapaśnicy to czynią, aby przez to osiągnąć większą odległość; lecz zły bóg wiatrów dmuchnął w dysk ku ziemi i spowodował ten nieszczęśliwy wypadek.

Miejsce, z którego rzucono, nazywało się „balbis“ a dal osiągnięta przy rzucie „dyskura“. Mierzono od brzegu balbisa do miejsca, gdzie dysk po raz pierwszy dotknął ziemi.

To miejsce nosiło nazwę „sygnał“ albo „cel“ i znaczone je wbijając w nie małą strzałę, gwóźdź albo kołek.

Balbis, było to małe wzniesienie z ziemi, na którym tylko dla jednego zawodnika było miejsce.

Wzniesienie to było lekko pochylone do przodu, aby przy ruchach wstępnych do rzutu, niektórym



Obr. I.



Obr. II.

mięśniom nóg podczas skłonów tułowia pomagają do utrzymania równowagi.

Opisy i zdania różnych pisarzy i archeologów a szczególnie Philostratos, Luciana, tudzież płaskorzeźby i statuy, które przechowały się do naszych czasów, dają nam prawie całkiem dobre wyobrażenie o technice rzutu w starożytnej Helladzie. Jeżeli więc zbierzemy wszystkie elementy historyczne w jedną całość i porównamy z doświadczeniami, zdobytymi w tym kierunku w dzisiejszych czasach, otrzymamy dokładny obraz i przebieg całego rzutu.

Zawodnik wstępował na „balbis“ z dyskiem w ręce, wytarłszy go przed wstąpieniem, z obu stron w piasku lub o ziemię, aby mieć pewniejszy chwyt.

Potem wyczuwał uważnie miejsce, gdzie z jednej strony palce, a z drugiej przedramię i dłoń miał oprzeć.

Dziś jeszcze można zauważyć, jak zawodnik mający rzucać dyskiem, obraca go w ręce i szuka dobrego miejsca, gdzie może pewniej dysk chwycić.

Dyski płaskie i gładkie są mało używane; a najchętniej używamy dysków dobrze wypukłych z karbowanymi bocznymi płaszczyznami, lub z odciśnięciem przedstawiającym jakąś scenę z dziedziny sportu lub gimnastyki.

Zapaśnik brał więc dysk do prawej ręki, przyciskając dłoń do wypukłości bocznej płaszczyzny a rozpostartymi palcami naciskał lekko na brzegi dysku. Lewą ręką przytrzymywał dysk mniej więcej w środku. Teraz podnosił obie ręce, ugięte nieco w łokciach, w przód, jak wskazuje obraz I., który jest powiększeniem malowidła, znajdującego się na starożytnej wazie greckiej. Równocześnie wysuwał prawą nogę nie całkiem wyprostowaną w przód, lewą ugiął nieco w kolanie a tułów zgięty był w kabłąk. Potem prostował tułów, podnosząc równocześnie obie ręce w pion.



Obr. III.

(Obr. II. bronzowa statua w ateńskim muzeum). Następnym tego ruchu było przeniesienie ciężaru ciała na prawą nogę.



Obr. IV.



Obr. V.

Teraz zwracał tułów nagle w prawo. Skutkiem tego lewa ręka puszczała dysk, jednak pozostawała w pionie a lewa noga wspierała się o ziemię tylko palcami.

(Obr. III. powiększenie odcisku starej monety z wyspy Kos). Równocześnie z tułowiem zwracał głowę w kierunku prawej, dyskiem obciążonej ręki, zaś ciężar ciała spoczywał niepodzielnie na prawej nodze.

Następnie prawą, teraz wyprostowaną rękę przeniósł silnym zamachem tak daleko wstecz, o ile anatomiczny skład pleców i skłon tułowia wprzód na to pozwalał.

Lewa ręka krążyła równocześnie za zwrotem tułowia bezwładnie aż przed prawe kolano, aby w stosownym czasie, przez silny nią ruch w lewo wstecz, zrównoważyć zamach ciała, który teraz przy rzucie musiał nastąpić.

(Obr. IV. i V. statua Myrona). Z tej postawy przez nagły zwrot i równoczesne wyprostowanie tułowia w lewo a w górę, jak również przez wyprostowanie obu nóg i przez silny ruch ręką w kierunku od tyłu wprzód a w górę pod kątem 45°, rzucał dysk z największą siłą, na jaką się mógł zdobyć, poczem z powodu wielkiego zamachu ciała musiał biedz parę kroków w kierunku rzutu.

Fizyologiczne uwagi co do powyższego rzutu dyskiem.

Ten sposób rzutu dyskiem zgadza się ze wszystkim, co starożytni pisarze o tym przedmiocie pisali, a także z odnośniami statuami, które się do naszych czasów przechowały a nadto jest najkorzystniejszy ze względu na efekt, to jest na osiągniętą dal.

Lekko wprzód pochyły balbis ułatwia pracę nóg w chwili, kiedy po rzucie zawodnik zmuszony jest skłonić się nieco w tył, aby punkt ciężkości ciała był prostopadły do postawy.

W ten sposób oszczędza się mięśniom odnóż pewną część pracy, którą musiałyby mięśnie wy-

konać, aby utrzymać zagrożoną równowagę, a tak pozostaje im tylko czynność uginania i prostowania.

Lekkie wyprostowanie tułowia w połączeniu z wzniesieniem ramion w pion, ułatwia głęboki wdech, który zapaśnik musi przedsięwziąć, nim się skłoni wprzód a także wszystkie mięśnie wyprostne przygotowują przez to swoich antagonistów do przeciwnej akcyi.

Prawa noga od początku trzyma ciało podczas obrotu i następnego wyprostowania, które następuje po silnym ruchu prawego ramienia wstecz.

Ponieważ równowaga jest zagrożona, może lewa noga, przy prostowaniu i skurczu bocznych mięśni tułowia wspólnie z nimi pracować i stanowi podporę dla mięśni bocznych i bioder, gdy ciało jest w niebezpieczeństwie upadnięcia w tył.

Głowa zwraca się równocześnie z tułowiem w prawo, aby energii mięśni nie zmniejszać i aby zwrot tułowia powiększyć.

Wiadomą jest rzeczą, że długie mięśnie pleców rozciągają się wzdłuż całego tułowia; a ich jednostronne działanie powoduje zwrot tułowia, dlatego też ruch lewego ramienia od prawego kolana ku tyłowi jest bardzo skuteczny, bo wypełnia lukę, której żadnymi mięśniami zastąpić nie można.

Tę ostatnią postawę uwiecznił Myron w swojej statui i ona też stanowi punkt wyjścia dla wszystkich krytycznych prac o rzucie dyskiem. Statua ta (obr. 4 i 5) przedstawia wprawdzie bardzo szybko przemijającą postawę, do której w różny sposób dojść można, jednak ta postawa ciała jest najlepszą i najkorzystniejszą, aby w jednym kierunku całą energię mięśni skoncentrować. Wszystkie te ruchy kojarzą się w zawodniku i działają jak gdyby na maszynę, wyrzucającą dysk pod kątem 45°.

Ten sposób rzutu przedstawia podziwiania godną, znaczną oszczędność w używaniu siły, pomnaża intensywność zespołu mięśniowego i pomniejsza czas trwania ruchów i ich liczbę.

Także ze względów estetycznych i plastycznych przedstawia się ten sposób rzutu wspaniale, szczególnie u tego osobnika, który przez ćwiczenie i wprawę doszedł do tego, że uczynił ciało swe całkiem posłusznym woli.

W ROCZNICĘ. *)

W tych dniach na zegarze dziejowym posunęła się znowu skazówka w sposób dla wszystkich widoczny i niemal w naszych oczach odwróciła się

*) Słowo wstępne d. E. Kubalskiego, wygłoszone na wieczornicy Sokoła krakowskiego w dniu 3. kwietnia b. r. ku uczczeniu pamięci Juliusza Słowackiego i przypomnieniu rocznicy Grunwaldu.

karta historii, której mało brakło, aby stała się krwawym dramatem. I mało znowu brakowało, a byłibyśmy w tym dramacie odegrali rolę przymusowych jeśli nie bohaterów — to aktorów, którym fatalna tragiczność kazała już niejednokrotnie walczyć po różnych kątach Europy, aby zdobywać sławę i zwycięstwa, lecz nie dla siebie.

Chwila taka, jaka była niemal wczoraj jeszcze powtórzyć się może w przyszłości. Czyż my naród Bartków zwycięzców, my dostarczający kontyngentu wojskowego trzem monarchiom, mamy jedynie trwać zawsze w milczeniu i apatyi i oczekiwać tego, co się dzieć będzie na naszych ziemiach i z tą naszą ziemią. Oto chwila była osobliwa, a chwila taka może i nadejdzie nieraz. A czy zastała nas ona w pogotowiu, w skupieniu w jednolitej organizacji, świadomej celu i środków, karnej — i nieustraszonej. Twierdzą, że nie. Uderzmy się w piersi i powiedzmy, że nie jesteśmy tem, za co nas cały naród i zagranica uważa, że my Sokolstwo nie jesteśmy tą armią duchów i piersi mężnych, która w rozstrzygającym momencie potrafiłaby rzucić na szalę kwiat swej młodzieży, stateczność i męstwo dojrzałych.

A tymczasem my musimy być czemś więcej niż towarzystwem, które uprawia gimnastykę dla gimnastyki, urządza wieczorki i wieczornice dla zabawy i dla samego zebrania się.

Naród, który ma nieprzedawnione prawo do bytu i do wolności, której nigdy się nie wyrzekł, musi mieć choć jedną i może tylko jedną organizację — potężną jak stos pacierzowy, na którym się cały organizm społeczny opiera — organizację czynu. Gdy bowiem znajdzie się przed nami ta wymarzona wolność — któż będzie, kto ją z kurzu krwi i pętów niewoli podejmie. A wolność, to nie kwiat barwny, który się zrywa na łące — to ciężki znój, to głaz szarpiący ciała, który tysiąc ramion odwalić musi.

Po czasach ostatniej rewolucyi warszawskiej, po nadaniu tam konstytucyi zdawało się, że słońce swobody zajaśnieje znowu w jednej z naszych dziedzin. Kiedy jednak nadzieje te zgasły, kiedy z jednej strony akcyja komisji kolonizacyjnej, a z drugiej zamiar oderwania Chełmszczyzny duszą nasz organizm społeczny i grożą mu nową zaturą i podziałem — powiało znowu omdlenie, apatya, bezradność. Obniżyliśmy znowu swe loty w zwątpieniu i niepewności.

W życiu społecznem, w sztuce, w poezyi czy malarstwie wszędzie widać obniżenie się myśli i ideału. Zabrakło wiary w czyn, w przyszłość, co pobudza do życia. Nie wierząc sami w siebie, spodziewamy się cudu, oczekujemy czegoś, co się stać ma bez nas, — a co tylko przecież dobyć można z własnej duszy. Zdaje nam się, że za chwilę duch

jasny, wieszcz, czy bohater zjawi się, który za nas walczyć będzie i zwycięży.

I to omdlenie jest naszą ciężką winą wobec społeczeństwa, któremu trzeba wiary w przyszłość, bo ona będzie taką, jaką my ją z własnych serc wykrzeszemy.

I tu jednak dla umysłów zbolałych, dla serc smutnych zjawia się jasna świetlana wizya Wieszcz, który jest nam w tym roku dobrym geniuszem i patronem. Oto jeden z polskich świętych: nieśmiertelny Słowacki.

Dziś 60-letnia rocznica jego zgonu, a duch jego wielki, król — duch wstaje i błogosławi nam w tej chwili. Oto on, co wyczarował piękno polskiej pieśni, co był harfiarzem dusz ludzkich i miast rymów, tęcze i brylanty rozsypał nam pod stopy.

Kto ma bogactwa mowy Słowackiego, naród który ma takie jak on duchy opiekuńcze — zginać nie może.

Bo on to był, który w swym „Testamencie“ rzucił nieśmiertelne hasło :

Lecz zaklinam niech żywi nie tracą nadziei
I przed narodem niosą oświaty kaganiec —
A kiedy trzeba na śmierć — idą po kolei,
Jak kamienie przez Boga rzucone na szaniec.

W dniu dzisiejszym całe społeczeństwo święci jego rocznicę. Niech to wspomnienie, którem łączymy się dziś z całym narodem, będzie kwiatem skromnym rzuconym z kraju na jego na obczyźnie złożoną trumnę, pokłonem sztandaru sokolego i niech będzie ukrzepieniem serc dla nas, którzy tego ukrzepienia potrzebujemy.

Z Panteonu sławy i dziejów narodowych my Sokoli dziś jeszcze inny wielki cień wywołać i przed oczy sobie stawić powinniśmy. Oto z mrocznej dziedziny wieków wynurza się druga wzniosła postać króla w Jagiellonów koronie, w stalowym kołpaku, wizya bohatera z pod Grunwaldu.

Oto nasz drugi patron i wódz dusz, którego rocznicę w przyszłym roku święcić mamy. Z jednej strony mocarz słowa, z drugiej mocarz oręża ujmują duszę naszą senną i omdlałą i wiodą nas do szczęśliwszego jutra, do czynu. A ten czyn nasz to na razie tylko zlot, to zrzeszenie się, to próba uruchomienia Sokolstwa niby szyków bojowych, za którą przyjść ma kiedyś właściwy czyn — wyzwolenie. Oby naszym hufcom dane było zdobywać wolność — i odrzucić ciężki głaz gniotącego jarzma. A to wiedźcie, że jedynie nasze własne ramiona mogą go odwalić.

SPRAWY ZŁOTU KRAJOWEGO W ROKU 1910.

Związek Sokolstwa poznańskiego na swym ostatnim zjeździe delegatów w marcu b. r., uchwalił wzięcie gremialnego udziału w Zlocie ogólnym w roku 1910 w Krakowie. Oby wieść ta, dla nas wszystkich tak radosna — nie zawiodła do końca i nie zamieniła się w inną niespodziankę.

Sokół w Nowym Yorku Nr 7. uchwalił na Złot krakowski wysłać pięciu swych członków, i już od teraz czyni starania nad gromadzeniem funduszków. Dowiadujemy się o tem z czasopisma *Zgoda* a także z listów prywatnych. Te ostatnie donoszą nam o wielkim entuzjazmie, jaki wywołuje nadzieja zetknięcia się Sokółów tamtejszych z macierzystym krajem.

Zjazd delegatów Związku sokolego ma odbyć się w tym roku w Cleveland O. w lipcu, i wówczas niezawodnie zapadnie ogólna uchwała w sprawie udziału w naszym Zlocie, o który to udział upominają się liczne Gniazda tamtejsze.

Wiadomość też ta napawa nas prawdziwą radością i dumą, że myśl o ojczystej ziemi może naszych Druhów — z dalekiego świata — aż tu do nas przywieść i na chwilę w uścisku z nami złączyć.

Ćwiczenia odrębne — na Złot ogólny — uchwaliły dotychczas: Okręg III ćwiczenia karabinem, Okręg IV szabłami, Okręg V piramidy, przeplatane obrazami z igrzysk.

Posiedzenie Związkowego Grona naucz. odbędzie się we Lwowie w dniu 24. i 25. b. m. Będą na niem przedłożone dalsze wnioski w sprawie technicznego programu Złotu, opracowania poszczególnych komisyj, szczegóły ćwiczeń i t. p.

KRONIKA.

Prenumeratę „Gimnastyki w obrazach“ — podręcznika wydawanego przez krakowski Sokół, zarządził u swoich Towarzystw Okręg III (rzeszowski) w ten sposób, iż pierwszą seryę (12 tablic) zakupił ze swych funduszków i rozesłał do Gniazd darmo, dalsze zaś tablice (obacz inserat na ostatniej str.) mają obowiązek Gniazda sobie już same zakupywać. Biblioteki fachowe naszych Towarzystw mniejszych nie odznaczają się istotnie nawet najniezbędniejszym kompletem, to też zarządzenie to świadczy chlubnie o usiłowaniach Okręgu III do zasilenia ich i ułatwienia przez to pracy nauczycielom gimnastyki, — a niemniej o chwalebnem poparciu wydawnictwa.

Celem prenumerowania „Przeglądu Sokolego“ wydał Wydział Okręgu V, okólnik zachęcający do wszystkich Towarzystw swoich. Za tę chęć poparcia pisma naszego przesyła Redakcyja tegoż podziękowanie; bo

niestety chęci te nie zbyt skwapliwie się okazują. Gniazda nasze widocznie są przyzwyczajone do brania tego tylko pisma, które im się dostaje bezpłatnie. Jeżeli zaś przyjdzie zapłacić prenumeratę małą, na rok 3 kor., już nie mówimy — dla pomożenia wydawnictwu, — ale dla istotnie ważnych nieraz wiadomości i tematów sokolich, o — to już za duża ofiara. A może to tylko, — i to się nam wydaje prawdopodobniejszem, zwyczajne lenistwo któregoś z funkcyjnarjuszy Wydziału, który pismo zostawia nie tknięte i nie dochodzące do nieczyjej wiadomości, lub też nie ma czasu napisać kilka słów kartki czy przekazu.

Miesięczny okólnik — p. t. „*Wiadomości Sokole*“ zaczął wydawać Sokół w Buczaczu, od 1 b. m. w odbite pisma maszynowego, celem podawania członkom różnych uchwał swoich, zarządzeń i wiadomości, a to na czas przed Złotem Grunwaldzkim. Sposób ten wydaje się nam bardzo praktyczny i użyteczny.

SPRAWY OKRĘGU I.

Okólnik. Odnośnie do dwukrotnych poleceń, wzywa się do przedłożenia raportów rocznych, tak Okręgowi jak i Związkowi, wedle rozesłanych wzorów i druków — w przeciągu 8 dni, następujące Towarzystwa: Andrychów, Bieńczyce, Bogumindworzec, Chrzanów, Dobczyce, Dziedzice, Kalwarya, Karwina, Kęty, Lutynia niem., Mogiła, Mszana dolna, Niepołomice, Nowy Targ, Orłowa, Oświęcim, Trzebinia, Wadowice, Zakopane, Zator. W razie nie wykonania, będą rozesłani kurjerzy na koszt winnego Towarzystwa. Z Wydziału Okręgu I.

OD ADMINISTRACJI.

Przegląd Sokoli jest wysyłany od początku, t. j. od Nru 1. do wszystkich Towarzystw sokolich w kraju, a to w tej myśli, że każde z nich zaprenumeruje przynajmniej 1 egzemplarz — kosztem 3 kor. rocznie. Obecnie pragnęlibyśmy uregulować nakład — i wysłać pismo do tych tylko prenumeratów, którzy przedpłatę uiszcili, a co uczyniło do tej pory zaledwie kilkanaście Towarzystw.

Przypominając ponownie intencje naszego pisma, którem pragniemy służyć ogółowi Sokolstwa i zwracając uwagę na to, że „*Przegląd*“ zawiera ważne wiadomości i wskazówki do przygotowującego się Złotu krajowego w r. 1910 w Krakowie, pozwalamy sobie prosić wszystkie Towarzystwa o nadesłanie prenumeraty najpóźniej do dnia 15. maja b. r., gdyż tylko pod tym warunkiem dalszą wysyłkę będziemy skuteczni.

Z TOWARZYSTW.

KALWARYA*) . Gniazdo nasze gwałtownie chce przystąpić do budowy; gruntu wprawdzie jeszcze nie ma, jest jednak nadzieja, że wkrótce go nabędziemy. Tymczasem krzątamy się nad zebraniem funduszy, 2.000 k. bowiem, jakie mamy, wystarczą na zakupno gruntu i oparkanie tegoż; o resztę dalszą na budowę domu własnego musimy się jak najprędzej starać, gdyż aczkolwiek nie mamy wielkiego zamiłowania do ćwiczeń cielesnych, to jednak mamy wielką nadzieję, że w wystawionym budynku skupimy tych wszystkich, którzy dziś albo całkiem obojętnie, albo biernie się do spraw sokolich odnoszą. Zbieramy tedy zapomocą cegiełek fundusze, a potrzeba nam dużo, gdyż dom choćby skromny 25 do 30 tysięcy koron kosztować musi. To też praca w Gnieździe naszym wre i gdyby nie to, że nie mamy własnej sali, a korzystać musimy z gościnności tutejszej szkoły stolarskiej, gdzie odbywają się ćwiczenia uczniów 2 razy tygodniowo, a następnie i ćwiczenia członków i gdzie pomieszczoną została strzelnica, to niezadługo równałybyśmy się mogli pod względem ruchu ćwiczebnego co najmniej z Krakowem! Bieda jednak, bo w cudzej sali nie mamy tyle miejsca. Ćwiczy wprawdzie 20 uczniów na tej sali i uczniowie ci w ostatnich dniach, prowadzeni przez naczelnika, urządzili przy sposobności przedstawienia amatorskiego mały popis gimnastyczny, który

nawiasem mówiąc wypadł bardzo dobrze, to jednak dla członków „Sokoła“ miejsca jest za mało, a do tego odbywa się to w budynku, którym zarządza ex-prezes Sokoła, przeciw któremu ma się dużo do podniesienia zarzutów.

Z tego powodu i strzelnica przez nas urządzona nie może cieszyć się wielką popularnością i choć już członkowie nasi i uczniowie oddali około 1100 strzałów, to jednak na tę liczbę składa się zaledwie kilku. Strzelnica zaopatrzona w karabin, ustawianą bywa w wielkiej sali warsztatowej mierzącej 16 m. długości, przeto nie można w naszych stosunkach pożądać lepszej. Naczelnik oprócz ćwiczeń uczniów i członków — prowadzi również i strzelnicę. Czysty grosz uzyskany ze strzelnicy pójdzie na budowę, a mógłby przynieść wcale ładny dochód, gdyby członkowie nasi, a zwłaszcza ci, którzy chcieliby jak najprędzej mieć budynek, przychodzili także i łącząc przyjemne z pożytecznym, przyczyniali się do zasilania funduszu budowy.

Strzelamy raz w tydzień w każdą sobotę, ćwiczymy dwa razy w tygodniu w środy i soboty od 8—9 wieczorem, uczniowie w te same dni od 7—8 wieczorem. Niezadługo doniosę Wam więcej, na dzisiaj kończę list. Czołem!

*) Z notatki powyższej dostrzegamy, że w Kalwaryi w Sokole jest dużo optymizmu i wiary — a głos korespondenta, kto wie, czy nie słusznie — pragnąłby owe zamiary i nadzieje sprowadzić nieco do granic możliwości i posiadanych środków.

(Przyp. Red.).

„GIMNASTYKA W OBRAZACH“.

PODRĘCZNIK POPULARNY DO GIMNASTYKI.

Wydawnictwo „Sokoła“ krakowskiego pod redakcją Grona nauczycielskiego. Wychodzi w Krakowie w 2 tabl. miesięcznie.

Przedpłata za serię z 12 tablic wynosi z przesyłką pocztową: w Austrii 4 kor., w Rosji 2 rs. 20 kop., w Niemczech 4 mk. 40 fen. Pojedyncza tablica 40 hal.

Adres Redakcji i Administracji: Grono nauczycielskie „Sokoła“ w Krakowie, ul. Wolska 27, Telefon 237.

**ZAKŁAD
WYROBU OBUWIA
G. WERNER**
w Krakowie, ul. Szewska 17

3 poleca:

Buty sokolskie, do polowania i wojskowe. Obuwia salonowe, tenisowe i spacerowe z najlepszego materiału i według najświeższych fasonów zagranicznych.

Na składzie prawidła, pasty, kalosze itd.

Zakład posiada najwyższe nagrody za swój wyrób.

Miejsce do zajęcia

MEBLE

od najskromniejszych do najwykwintniejszych po cenach niskich poleca

Kajetan DUDZIAK

KRAKÓW,
FLORYAŃSKA L. 36, I. P.

Najpopularniejsze tytonie są:

tak zwana „SIEDMNASTKA“ (Feiner Hercegowina Rauchtabak) paczka 34 halerze.

i tak zwana „TRZYNASTKA“ (Mittelfeiner türkischer Rauchtabak) paczka 26 halerzy.

Te dwie odmiany tytoniu w równych częściach zmieszane dają doskonałą mieszankę.

Bardzo smaczną jest w paleniu i nadaje się znakomicie do tutek »NORIS« oznacz. lit. N

Również nadzwyczaj smaczną jest w paleniu ta mieszanka w bibułkach cygaretowych

„POBUDKA“

wyrobu fabryki „NORIS“

Mr. W. BEŁDOWSKIEGO W KRAKOWIE. 5

Cena: »POBUDKA« w książeczkach 4 halerze — w opakowaniu patentowem 6 halerzy.

Zwolennikom kręconych papierosów zwracam uwagę na bibułki „POBUDKA“.

Przestańcie palić przeżroczone bibułki.

Przyrządy

gimnastyczne

pokojuowe

6 odznaki i pióra sokole

poleca

STEFAN PORĘBSKI

Kraków, Rynek gł. 32.