

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).

NASI NAUCZYCIELE.

Sokolstwo wobec społeczeństwa podjęło się dobrowolnie ważnych obowiązków. Między innymi stanęła jakby milcząca umowa, że ono — obok innych swych celów dalszych, a raczej obok innych środków wiodących do tego celu — będzie wychowywać młode pokolenia, że będzie szkołą rozwoju sił fizycznych, zdrowia i charakterów.

W ściślejszym zakresie objąć miało ono edukację fizyczną narodu, tak kiedyś świetnie określona i zaczęta przez Kołłątaja i Staszica.

Czy jednak Sokolstwo dopełnia wiernie tych zobowiązań? Zdaje mi się, że nie, i to jest właśnie sprawa, o której chcę mówić. Kwalifikowałyby się ona może przed inne forum — sądzę jednak, że na poprzednim otwartym omówieniu nie tylko nie straci, ale zyska — i że każdy zrozumie stanowisko ściśle przedmiotowe, z jakiego ją traktować pragnę.

Przypatrując się dłużej stosunkom Sokolstwa twierdzą, że nasze nauczycielstwo w Sokole z małymi wyjątkami nie wszędzie jeszcze dorosło do swej misji pedagogiczno-wychowawczej, że my właściwie — prócz nielicznych jednostek — sił takich należyćie ukwalifikowanych nie posiadamy, że wreszcie nie wiele robimy, aby sobie zastępy zdolnych i odpowiednich nauczycieli wykształcić i zdobyć.

Nasi naczelnicy (którym zresztą nie odmawiam zalet indywidualnych i trafnego nieraz zrozumienia swego posłannictwa) — to przecież dobór często przypadkowy. Wszak wiemy, że człowiek, który

w większym mieście otarł się o Sokoła i przeszedł przez salę gimnastyczną — na prowincyi z konieczności (jako najlepszy) zostaje naczelnikiem, nauczycielem gimnastyki. Jakich my żądamy kwalifikacyi od tych ludzi? żadnych, lub prawie żadnych. To samo dzieje się nieraz w większych i dużych miastach, w centrach, skąd fachowa wiedza nauczyciela powinna wychodzić i promieniować dookoła.

Znam jednostki wybitne, rutynowane teoretycznie i praktycznie. Znamy je zresztą wszyscy, ale reszta — to opłakany materyał, z którego jakiś 6, lub 8 dniowy kurs nic nie robi, bo zresztą to czysta parodia taki kurs, gdzie zamiast uzupełniać lub przerabiać coś nowego zaczyna się od abecadła.

W wymogach naszych koniecznie powinna być pewna dystynkcyja — a więc egzamin sokoli dla naczelników Gniazd — fachowy ścisły dla kierowników okręgów, od których wymagać należy i znajomości praktycznej i studyów fachowych i wiedzy i znanstwa rzeczy nowych. Bo my istotnie w tym kierunku stoimy na poziomie z przed lat 15 — 20.

Twierdzą, że każdy absolwent szkoły wojskowej w Wiener-Neustadt umie dziesięć razy więcej niż... no zresztą opuśćmy porównanie, bo każde porównanie kuleje. On zna gimnastykę, tenis, football, umie pływać, zna szermierkę, strzelnicę, musztrę. A u nas, kto naprawdę obok stereotypowych ćwiczeń wie coś więcej o grach, sportach etc. To też kiedy mu się powie n. p.: ćwicz bracie na boisku — wynosi tam kozła lub poręczę i prowadzi lekcye po staremu. Żądacie od nauczycieli, aby szli z duchem czasu, postępem wiedzy i zdrowotności —

ależ oni tego nie umieją, bo ich kwalifikacje wychowawczo-gimnastyczne są bardzo ubogie.

A teraz jak my traktujemy kształcenie uzupełniające. Wszak dziś wszyscy szewcy, piekarze — nauczyciele, doktorzy urządzają kursy dla uzupełnienia swego wykształcenia i postępującej ciągle wiedzy fachowej — tylko my Sokolstwo tego nie czynimy — jakbyśmy już stanęli u zenitu. Kursu związkowego, jedynej instytucji traktowanej poważniej — od szeregu lat nie było. Gdzie więc mają się wyrabiać te siły — gdzie ma być ta najwyższa szkoła wychowania fizycznego.

Potem mówi się, że Sokolstwo kuleje, że nie wzrasta, nie pociąga. Jakże nie ma kuleć, skoro starsza generacja nauczycieli — już spoważniała a młodziej nie ma. Rzeczą jest jasną, że najlepszy nauczyciel gimnastyki z wiekiem nie może praktycznie okazywać wielu rzeczy. Ale na to jest rada, należy na kurs sprowadzić zawodowych nauczycieli, choćby z zakraju. Weźcie Barbasettiego do szabli, Anglika lub Czecha do piłki i t. p. — niech okazuje na kursie, kształci, a wytworzycie zastęp dzielnych przodowników. Prowadźcie stały roczny kurs w punktach centralnych, dłuższe kursy w okręgach a wychowacie sobie wreszcie nauczycieli, których ja teraz na prawdę nie widzę (albo bardzo nie wielu).

A teraz powie mi ktoś, że chcąc mieć takich nauczycieli — trzeba ich odpowiednio zapłacić. Tak jest. Po prostu trzeba ich dobrze wynagrodzić albo płacą, albo zaofiarowaniem im odpowiednich ubocznych stanowisk tak, jak to sobie radzą Czesi, lokując swych naczelników na odpowiednich posadach.

Nie przeczę, że jest to sprawa trudna i kłopotliwa, ale to chyba zrozumiałe, że na stanowiskach technicznych kierowników Sokolstwa i jego okręgów stać powinni ludzie wybitni i że samo to ich stanowisko należycie opłacone powinno im dawać stosowną powagę i znaczenie. Inaczej są to figury martwe, dekoracyjne, naczelnicy od parady, z którymi się nikt nie liczy i którzy niczego przeprowadzić nie zdołają. Mam też to przekonanie, że bardziej opłaci się pozyskanie tęgiej siły, niż nawet wybudowanie gmachu, w którym nie ma kto uczciwie prowadzić roboty sokolej — i ożywić go pracą swą i dziełem.

Może te słowa moje komuś się nie spodobają — to trudno. Wielu to samo myśli. Ja tylko jestem szczery i wypowiadam się otwarcie. W każdym razie niechaj nikt mnie nie posądza o to, że chciałem obniżyć powagę, tej grupy w naszym Sokolstwie, t. j. naczelników, nauczycieli, instruktorów, której znaczenie rozumiem i które właśnie chciałbym wzmocnić i podnieść.

E. Kubalski.

JUŻ DOSYĆ PIEŚNI...

Już dosyć pieśni, dość rzucania hasła
Trzeba rękawy zakasać do pracy,
Trzeba pokazać czynem, że nie zgasła
W nas moc. Nie w pieśni my tylko Polacy.

*

Udowodnijcie to, że „nie zginęła“
I że przynigdy — w co wierzym — nie zginie.
Lecz o tem świadczyć muszą wasze dzieła
„Ona“ nie w pieśni powstanie, lecz w czynie.

*

Niech tylko każdy daleko, czy blisko
Wie to i czuje, że jest jak na straży,
Że tam gdzie stoi — ma trwać jak ognisko
Co swoim świeci — a wilka oparzy.

*

Niech wie, że choćby był tą drzazgą smolną
Ma płonąć — światło nieść w ciemne poddasza,
Że jednej iskry ronić mu nie wolno
Na marne — z iskieł błysnie zorza nasza.

*

Wszak pamiętacie radę: „Kropić, Kropić!“
Dziś trzeba jeszcze to Kropidło schować,
Lecz w kuźni życia kuć metal i topić
I rąk i pracy swojej nie żałować! *Ek.*

O ŚWIĘCENIU SZTANDARÓW I TZW. GWOŹDZIACH PAMIĄTKOWYCH SŁÓW KILKA.

Kochany Redaktorze!

Pozwólcie, że jako szczery przyjaciel Sokolstwa powiem kilka słów prawdy i wytknę Wam pewne usterki pierwej, zanim wytkną ją wam wasi nieprzyjaciele i krytycy. Są pewne nieraz śmieszności i drobnostki, które jednak obniżają powagę i dostojeństwo Związku sokolego a ludziom stojącym na uboczu i patrzącym na to z pewnego oddalenia dają pole do złośliwych a nieraz usprawiedliwionych uwag. Oto jedna z nich.

W ostatnich czasach zapanowała formalna mania święcenia sztandarów. Wybaczenie mi to wyrażenie i określenie — ale „difficile est satiram non scribere“, jeżeli nieraz na jeden dzień przypada kilka poświęceń, jeśli się czyta, że jakieś tam małeńkie Gniazdeczko, które ledwie wyhodowało kilka sokolich piskląt, w którym 20—30 Członków, a w tem 8—10 ćwiczących — sztyftuje szumnie swój proporzec, urządza ceremonię jego poświęcenia połączoną z takim sobie galicyjsko-festynowem świętem. Rozumiem, że robi się to dla agitacji, dla decorum dla tzw. „podniesienia du-

cha“ (tj. wspólnego obiadu i zabawy towarzyskiej), ależ na miły Bóg poco ten las sztandarów z Koziej Wólki, Piaseczkowa, czy z Gruszkowic. Gdybyż on chociaż oznaczał wzmożenie się Sokolstwa, liczby członków ćwiczących, głębsze związanie się z ideą narodową. Ale to — powiedzmy szczerze — często pusta forma, zaściankowa ambicya, dekoracya i nie więcej. Za poświęceniem sztandaru idzie poświęcenie Gmachu — a potem już Gniazdo ukołysane tymi prowincjonalnymi tryumfami śpi snem sprawiedliwego, a raczej snem braci śpiących... na laurach.

Mnie chociaż profanowi zdaje się, że sztandar i proporzec — to święte, rycerskie godło, którego nie należy pospolitować — to znak licznej i karnej drużyny — nie chorągiew cechowa nie feretron. Do sztandaru powinny mieć prawo tylko Towarzystwa liczne dajmy na to okręgowe. Dla mnie wystarczyłyby nawet jeden sztandar Związku — jako widomy znak sokołogo hufca. A teraz jeszcze jedna rzecz — to ta niesmaczna żebranina pod postacią gwoździ pamiątkowych. Używam otwarcie i poprostu słowa: żebranina, bo trudno inaczej określić to natarczywe rozsyłanie srebrnych blaszek z prośbą o wbiecie „gwoździa pamiątkowego“. Upatrzony znajomy, czy nieznanomy, instytucya czy Towarzystwo, którego nazwisko wyryto już przezornie na gwoździu — odsyła go potem wraz z „odczepnem“ w sumie kilkunastu koron — i oto w jaki sposób gromadzi się fundusz, użyty zresztą najczęściej na koszt samego poświęcenia i biesiadnej stypy.

Pytam więc: na co to wszystko? cui bono? to wzajemne zarzucanie się gwoździami, ta karota nudna i bez celu. Raz trzeba z tem skończyć. Jeśli już ma być sztandar w najmnijszym miasteczku — to niech będzie prosty i skromny — jak znak legij rzymskich (lepsze byłoby drzewce z tablicą miejscowości, uwieńczoną sokołem) — bez żadnych gwoździ, bez żadnej kwesty i wzajemnego naciągania. Jeśli chodzi o złożenie funduszu — zapracujcie go sobie, zbierajcie go sami w innej formie, w inny sposób — a nie przez owe „gwoździe“, które już ludziom bokiem wychodzą. Spytajcie się o szczerą odpowiedź — a usłyszycie ją, jeśli zaś nie usłyszeliście jej dotąd, to tylko dlatego, że fałszywy wstyd, grzeczność i inne uboczne nieraz względy wstrzymują od tego owe nieszczęsne ofiary tradycyjnych gwoździ.

Nie jest moją rzeczą podawać tu projekty co do tych sztandarów, ich święcenia i garnirowania srebrnymi blaszkami, ale sądzą że było moim obowiązkiem zwrócić Wam uwagę nato, co mnie w Sokolstwie razi. Jeżeli zaś komu wydawałoby się mogło, że go ugryzłem mojem kazaniem — to darujcie, bo do nikogo specjalnie „nie piłem“ — a jeśli gryzę, to sercem.

Przyjmijcie kochany Redaktorze uścisk. Wasz

Verax.

Pomieszczając list ten pochodzący od autora, którego dobre intencje dla Sokolstwa są nam znane, sądzimy, że przyczyni się on do wywołania dyskusji względnie reformy w naszych obyczajach, o ileby ona okazała się zdrową i pożyteczną.

Redakcyja.

ĆWICZENIA SERPENTYNAMI

ułożył: Szczęsny Połomski,
naczelnik „Sokoła“ w Nowym Targu.

Ćwiczenia serpentynami nadają się dla oddziałów żeńskich. Są to efektowne ćwiczenia przypominające zupełnie ćwiczenia maczugami świetlnymi. Ruchy serpentyną są te same co maczugą.

Serpentyna składa się z drutu mosiężnego, długości 45 cm., grubości 4 mm. którego końce zbite są na pałeczki, podtrzymujące z jednej strony drewnianą rączkę a z drugiej ołowianą kulkę i z wstęgi zrobionej z nadzwyczaj lekkiej i wiotkiej materji. Rączka toczone z miękkiego drzewa 10 cm. długa, a 15 mm. gruba a przez jej środek przewiercony jest otwór, do którego wsuwa się drut mosiężny z przyklepanym końcem na pałeczkę. Rączka z jednego końca ma gałeczkę taką jak przy maczudze a drugi jej koniec ma stożkowate zakończenie. Na drugi koniec drutu wsuwa się kulkę ołowianą wagi 10—15 dkg. a potem przyklepuje się drut na pałeczkę aby kulka nie spadała. Wstążkę długości 180—200 cm. a szerokości 6 cm. przyszywa się na drut przy kulce ołowianej wolno, aby się mogła swobodnie obracać, ciasno bowiem przszyta okręca się w czasie ćwiczeń około drutu, przez co skraca się jej długość, aż wreszcie się cała owinie.

Aby wstążka nie zesuwała się na dół do rączki, należy do drutu przylutować w odpowiednim (8 cm.) od kulki ołowianej odstępie blaszkę wygiętą stożkowato w stronę rączki. Para serpentyn składa się z dwóch wstążek różnokolorowych n. p. jednej białej a drugiej czerwonej.

Przy układzie ćwiczeń należy posługiwać się najwięcej kołami wielkimi i małymi, mniej przyręcznymi gdyż słabo wychodzą. Zresztą każde ćwiczenie maczugami można wykonać serpentynami ale przy zawiłych i trudnych kombinacyach plątają się wstążki ze sobą i ćwiczenie musi być przerwane.

Przykłady ćwiczeń. (Muzyka: wale).

Obraz I.

- Postawa pierwotna: zasadna, ramiona w bok.
1. Obręcz: $\frac{3}{4}$ wielkiego koła w dół do położenia ramiona w pion.
 2. Obręcz: małe koło na zewnątrz do położenia ramiona w pion + kuczka i powrót do postawy zasadnej.
 3. Obręcz: wielkie koło w prawo + wykrok prawą i $\frac{1}{4}$ obr. w lewo do rozkroku prawą na palce.

4. Oburącz: małe koło w prawo za głową i ramiona w bok + prawa do lewej, kuczka i powrót do postawy zasadnej.

Obraz powtarza się ośm razy.

Obraz II.

Postawa pierwotna: ramiona w bok w lewo.

Takt „bostona“.

1. Oburącz: przyręczne koło w dół zewnątrz ramion.
2. Leworącz: przyręczne koło w dół za ramieniem
Praworącz: wielkie półkole w dół + rozkrok prawą, lewa na palce
3. Leworącz: wielkie półkole w dół do położenia: ramiona w bok w lewo
Praworącz: przyręczne koło w górę za ramieniem + 1/2 obr. w prawo na palcach prawej nogi, rozkrok lewą, prawa na palce.
4. Oburącz: wielkie koło w górę do położenia: ramiona w bok w lewo.
+ postawa zasadna, prawa do lewej.

Obraz powtarza się ośm razy.

Obraz III.

Postawa pierwotna: ramiona w bok w lewo.

1. Praworącz: wielkie półkole w górę do położenia: w bok.
Leworącz: 3/4 wielkiego koła w dół do położenia: w pion.
2. Praworącz: 3/4 wielkiego koła w dół do położenia: w pion.
Leworącz: małe koło na zewnątrz za głową i przemień ramie w bok.
3. Praworącz: małe koło na zewnątrz za głową do położenia: ramiona w bok
Leworącz: wielkie półkole w dół (po obrocie).
+ rozkrok prawą i 1/4 obrotu w prawo do zakroku lewą na palce.
4. Oburącz: przyręczne koło w dół zewnątrz ramion po położenia: ramiona w bok.
5. Oburącz: 1/4 wielkiego koła w dół i 1/2 małego koła za sobą do położenia ramiona w dół, maczugi w górę zwrócone.
+ wykrok lewą, prawa na palce.
6. Oburącz: 1/2 małego koła za sobą (dokończenie małego koła) i ramiona przodem w pion + 1/2 obr. w prawo do zakroku lewą na palce.
7. Oburącz: małe koło w lewo za głową i ramiona w bok w lewo.
+ 1/4 obrotu w lewo do rozkroku prawą na palce.
8. Oburącz: wielkie koło w dół do położenia: ramiona w bok w lewo.
+ postawa zasadna, prawa do lewej.

Obraz powtarza się cztery razy.

Obraz IV.

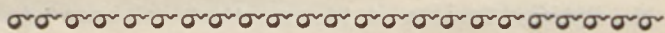
Postawa pierwotna: ramiona w bok. —

Takt: „bostona“.

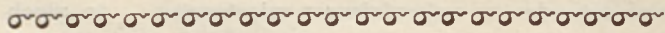
1. Praworącz: wielkie półkole w dół do położenia: ramiona w bok
Leworącz: przyręczne koło w dół za ramieniem } w lewo
+ prawą nogę skrzyżuj przed lewą
2. Oburącz: wielkie półkole w dół do położenia: ramiona w bok w prawo + prawa do lewej, lewą skrzyżuj przed prawą,
3. Oburącz: 3/4 wielkiego koła w dół do położenia; ramiona w pion + rozkrok lewą, prawa na palce.
4. Oburącz: małe koło za głową w lewo i 3/4 wielkiego koła w lewo do położenia: ramiona w bok w prawo + 1/2 obr. w lewo na palcach lewej nogi, rozkrok prawą, lewą skrzyżuj przed prawą.
5. Oburącz: 3/4 wielkiego koła w dół do położenia: ramiona w pion + rozkrok lewą, prawa na palce.
- 6 i 7 jak 4 i 5.
8. Oburącz: małe koło za głową w lewo do położenia: ramiona w pion i
Leworącz: małe koło w dół za głową do położenia: ramiona w bok
Praworącz: 3/4 wielkiego koła do środka
+ 1/2 obr. w lewo na palcach lewej nogi, rozkrok prawą, postawa zasadna lewa do prawej.

Obraz powtarza się cztery razy.

Uwaga: po drugim i czwartym powtórzeniu wracamy na dawne miejsce.



Z TURYSTYKI.



Z wycieczek tatrzańskich.

Z powodu braku zgłoszeń odbyła się tylko 1 wycieczka tatrzańska przy uczestnictwie 4 druhów — a to w dniach od 17. do 23. sierpnia b. r.

Zwiedzono Kopę lodową przez Dolinę Jaworową, z zejściem przez Przełęcz lodową do schroniska Ferryego przy 5 stawach węgierskich spiskich Łomnicę, Rożankę, Smokowiec, Szczyrbskie i Popradzkie jezioro, Przełęcz Mieguszowiecką do Morskiego Oka i powrócono przez Świstówkę, dolinę 5 Stawów polskich, Nowy Zawrat do Zakopanego.

Pogoda sprzyjała prawie cały czas. Wskutek deszczu drugiego dnia wycieczki opuszczono wyjścia na szczyt Lodowego. Na Kopie Lodowej towarzyszyła wycieczce burza i grad. W ostatnim dniu na Nowym Zawracie burza z ulewą.

Komisya turystyczna.

Z wycieczki na Babią Górę.

Z wycieczek górskich, tak bardzo pociągających, najciekawszą bywa i pełną różnorodnych przygód każda wycieczka na Babią Górę.

Babia Góra wystrzelająca z pośród otaczających ją nizin na 1725 m. p. p. m. a łącząca się od zachodu z łańcuchem Beskidu, otoczona jest prawie zawsze chmurami, czyli jak powiadają górale bywa „w czepcu“, a jak my rozmilowani w niej turyści powiadamy „Babcia zachmurzona“, lub „Babcia zła“.

Trudno tedy i rzadko zdarza się zobaczyć starszkę całkiem rozpogodzoną. Z tego powodu wycieczka na Babią Górę obfituje zawsze w przygody i pewne trudności, które jednak z przyjemnością się pokonywuje.

Wskutek ogłoszenia komisji naszej zgłosiło się 16 osób, stanęło jednak na miejscu zbioru w Makowie, dokąd dojechaliśmy popołudniowym pociągami krakowskim o godz. 3:45 popołudniu z Krakowa wychodzącym o godz. 6:35 wieczorem, tylko 9 uczestników pomiędzy którymi znalazło się 6 osób zgłoszonych z Kalwarii, pomiędzy temi 1 towarzyszką zamieszkuje gród nadpełtwański, 2 dd. z Krakowa i 1 druh z Wieliczki.

Na dworcu w Makowie zastaliśmy d. Hubiszę, wiceprezesa Sokoła makowskiego i Towarzystwa Babogórskiego, który z gotowością ofiarowywał nam swą pomoc. Pomieściwszy się tedy na 2 furkach zamówionych dla nas, wprawdzie nie bardzo wygodnie, ale w wyśmienitych humorach, gdyż wieczór był bardzo ładny, zdążaliśmy wśród śmiechu i gwarnej rozmowy do Zawoji, gdzie mieliśmy w gospodzie d. Wolskiego zamówioną wieczerzą się posilić. — Z powodu niebardzo pewnej pogody nie zastajemy jednak przyrządzonej wieczerzy i zadowolić się musimy jajecznicą, bigosem myśliwskim z konserw i herbatą. Wszystko jednak smaczne, smakuje nam wyśmienicie, wieczór śliczny, noc księżycowa. Babcia rozchmurzona, wszystko zapowiada nam przyjemną drogę, to też pozwalamy sobie na dłuższy odpoczynek po wyboistej drodze. Kupujemy cukier, czekoladę, całuski wyśmienite, które nasadzam na sznurek, jak grzyby, panienci (córki gospodarza) wspominają dawniejsze nasze wycieczki, i dziwią się ukochaniu Babei przez przewodnika, który prawie stale co roku Babię odwiedza i życzą nam wesołej na ten raz zabawy. Wesoło tedy opuszczamy Zawoję, żegnając gościnnego gospodarza i jego rodzinę i wsiadłszy na oczekujące na nas furki dojeżdżamy wśród pięknego księżycem oświetlonego nieba do drogi prowadzącej na Markowe Szczawiny. Koniołajem tym zdążamy aż do ścieżki odbiegającej ku Grubej Jodle na prawo w dół, przy blaskach smolej pochodni, aby poznać to dziwo natury: Grubą Jodłę. Wydaje się nam w tym półcieniu nocnym jeszcze potężniejszą. Oceniamy jej wymiary i wiek, w końcu wymierzamy jej obwód z pomocą wyciągniętych silnie ramion naszych, silnie pień obejmujących i pokazuje się, że dopiero 7 osób wystarczyło, by objętość zmierzyć. Licząc średnio po $1\frac{1}{2}$ m. na osobę, obwód pnia przenosi 10 m. czyli że średnica tejże dochodzi pra-

wie do 3 m. Jednym słowem olbrzym, wszyscy go podziwiają, którzy go zwłaszcza po pierwszy raz zobaczyli, niestety podziwiany on bywa częściej przez Niemców, i jest im dobrze znany, lepiej niż przez nas samych i nasze drużyny. Podziwiamy, że drzewo to przetrwało tyle wichrów i burz, a straciwszy huraganem urwaną koronę wzmocniło się jeszcze w sobie, przebolało stratę i tak wzniosło się wysoko po nad inne drzewa. My dumamy, że drzewo to było świadkiem wielu sławnych chwil naszego Narodu, że przeżyło i chwile klęsk i bólów i zapytujemy się w duchu, ażali będzie ono jeszcze i świadkiem naszego odrodzenia i przebudzenia? Przyszłość zakryta przed nami, w naszych rękach leży ona, od nas zależy tylko, by znowu wkrótce jasną dla nas się stała!

Dumając brniemy w zmroku leśnym, pochodnia bowiem nam wygasła, wśród odczuwać się dającej w lesie lekkiej mgły koniołajem i dochodzimy po dwugodzinnym prawie marszu do schroniska Babogórskiego na Markowych Szczawinach. — Stąd po krótkim spoczynku i zanotowaniu w pamiętniku naszej tam bytności wychodzimy na ścieżkę, pnąc się w górę przez las na przełęcz pod Dyablakiem a stąd na szczyt. Wchodzimy w granicę kosodrzewiny. Jest coraz jaśniej, dnieje. Nam zdaje się, że mgły się rozrzedzają, stąd wnioskujemy, że i gdy mgły osiadą — będziemy cieszyć się cudnym widokiem, że Babcia pozwoli nam rozkoszować się ze swego szczytu rozpościerającymi się u stóp jej żyznymi dolinami orawskimi i że nasze trudy nie będą bezowocne.

Dochodzimy do przełęczy. Szalony wiatr zimny południowo zachodni dmie od Węgier, jak gdyby chciał zaprzeczyć, że tam po tamtej stronie błoga kraina słońca. Wciągamy i dopinamy peleryny i kurtki i pniemy się po stokach Dyablaku w górę. Wiatr zrywa nam co chwilę kaptury z głów, które okrywamy przed zimną, wilgotną mgłą szronem na ubraniach naszych osiadającą. Wbrew naszym oczekiwaniom im wyżej, tem gęściejsza mgła, a na szczycie obok silnego zimnego wichru, lodowate krople dżdżu. Kryjemy się za głazami i pobudowaniami z kamieni ochronami, a zziębnięci dobywszy naszych worków, by choć ciało wewnętrzzną pracą ogrzać. Kielich jarzębiaku okazuje się bardzo przydatnym, a nawet zziębnięty towarzysz będący członkiem Eleuteryi pod wpływem naszych namów wychyla kielich gorzałki, niby lekarstwo jakie, przyznaje jednak po pewnym czasie, że jedna doza ta skuteczną i widocznie potrzebną była, gdyż go wewnątrz rozgrzała.

Po nasyceniu pierwszego uczucia głodu chcemy spróbować, czy nie udałoby się nam uwarzyć herbaty, tego nieocenionego w górach napoju. Usiłowaniu naszym stawia dzielny opór wiatr, który aczkolwiek dopomaga do rozpalenia się ułożonego z drewienek stosu, nie daje jednak możliwości ugotować potrzebnej nam wody w kociołku.

Cierpliwość nasza wyczerpuje się, a choć humor i dowcip nas nie opuszcza, opowiadanie moje o cudnych widokach, jakie były naszym udziałem w zeszłorocznej wycieczce, nie mogą już nikogo wstrzymać, mgła bowiem i zimno dokuczające nie pozwalają dłużej na kamieniach siedzieć, ogrzawszy tylko przy ogniu ręce i nogi nasze, straciwszy nadzieję obaczenia wschodu słońca, które już dosyć wysoko powinno być na niebie — rozpoczynamy schodzić ze szczytu w dół na węgierską stronę, mając żal do Babei, że się nachmurzyła, obiecując sobie jednak, że może na rok przyszedł lepiej nam się wyprawa uda.

Rozglądając się koło niegościnnego schroniska „*Biala-Bielitzer-Beskiden-Verein*“ w którym za przestąpienie tylko progę żądają 40 gr. opłaty, sprawdzivszy na umieszczonym tamże termometrze + 2 Cels. puszcza się dalej dosyć wygodną i ujeżdżoną drożyną w dół. Po obniżeniu się o jakie 300 m. poniżej szczytu nie odczuwamy prawie żadnego wiatru, natomiast wita nas deszcz, o grubych zimnych kroplach, a zacinając nam od przodu w twarz staje się nieznośnym. Idziemy wyciągniętym krokiem, a po dwugodzinnym marszu znachodzimy się przy domku gajowego; gdzie witamy ciepłe ognisko, koło którego kupi się cała drużyna. Dostajemy gorącego mleka, chleba i masła, gotujemy herbatę i myślimy nad tem, czy deszcz który w dalszym ciągu skromnie dosyć ale stale pada — ustanie. Tymczasem zamyślamy się nieco osuszyć. Ci, którzy zaopatrzyli się w drugą bieliznę, takową przewidziewają, reszta suszy ubrania, pończochy, jak kto i gdzie może. Towarzysz nasz druh Profesor z Krakowa pragnąc również dolne ubranie wysuszyć rozkłada je na polanach nad płytą kuchni. Rozwieszając swe garderoby każdy siada gdzie może w kuchni, a znużenie po całonocnej wycieczce zamyka oczy. To jest powodem, że suszona część dolna ubrania d. Profesora dostaje się w bezpośrednie sąsiedztwo blachy kuchni, wskutek czego następuje katastrofa oznajmiająca i rozchodząca się przykrą wonią spalonej wełny. Jeden skok, szarpnięcie, lecz niestety zapóźno, bo część ta ubrania zmieniła zasadniczo swą barwę, przemieniając się z jasno popielatej na ciemno brunatną. Kilka słów gniewnych zakończonych kaskadą śmiechu Szanownego Profesora, któremu wtorują wszystkie głosy, natrzęsające się z cudzego nieszczęścia, rozruszały usypiającą już drużynę, której część wyniosła się na odpoczynek do szopy, gdzie znalazła świeżo zwiezione siano. Dało to hasło do dalszego wyruszenia w drogę, tembardziej, że deszcz ustał a niebo nieco się rozpogodziło.

Gospodarz ofiarował się odwieść nas do Jeleśni co większość z widoczną radością przyjęła, postanowiono tedy, by wózki jak najprędzej zajeżdżały. Trzeba były jednak wszystkim ustroić się w cierpliwość, gdyż gospodarz nasz, Słowak, widocznie z umysłu kazał się bardzo wolno krzątać koło zaprzęgów,

a to z powodu dnia niedzielnego, tak że za ledwie w 1½ godziny stamtąd wyjechać zdołaliśmy.

Zaraz przy wyjeździe z domu gajowego, stojącego na wzgórzu spadło koło z wózka, wskutek czego nowy kwadrans czekania, ale w końcu ruszamy pędem zdążając do Pothory, dwoma węgierskimi wózkami w dobre konie zaprzężonemi. Znać że są to konie, które wychowały się w promieniach gorącego słońca, bo rwą doskonale, a my tylko z jednej strony na drugą się pochylamy. Docieramy do Zakładu kąpielowego w Póthorze, gdzie zastajemy przy obiedzie z kilkadziesiąt osób pożywiających się przy dźwiękach muzyki cygańskiej. Wygląd nasz budzi zaciekawienie; nasze zakopańskie serdaki, toporki, worki, a zwłaszcza wielkie przewieszane u worków flachy, dają im poznać, że z zapalonymi turystami mają do czynienia. Toteż tu i owdzie gorące spojrzenie, figlarny uśmiech przebijają się po ustach, na co my dłużni nie pozostając, zjadamy smacznie podany nam obiad. Usługujący nam Węgier, do którego mówimy tylko po polsku, łamie sobie język i po słowacku sobie dopomagając czyni zadość wszystkim naszym zadaniom, tak że syci i ugasiwszy pragnienie kiepskiem piwem, ale zato dobrem winem, opuszczamy miasto, z paru domów złożoną zacisną, i ślicznie położoną miejscowość kąpielową, słynną ze swoich wód leczniczych i wsiadłszy do naszych wózków szybko zdążamy do Jeleśni. Prześliczna droga oświetlona zachodzącym słońcem wynagradza nam hojnie wszystkie trudy. Na pół godziny przed odejściem pociągu wpadamy razem z deszczem, który nas przed samą Jeleśnią znowu dołapał, na stację, robimy rachunki nasze, żegnamy się z Towarzyszem, który odjeżdża w kierunku Żywca i w 8 osób wsiadamy weseli choć utrudzeni do pociągu do Suchej, skąd przesiadłszy się do pociągu od Zakopanego nadchodzącego, zdążamy z powrotem do domu.

Miłe chwile spędzone razem zostaną zawsze nam w pamięci, toteż żegnając się przyrzekamy sobie znowu spotkać się wkrótce na wycieczce Tatrzańskiej, która już zapowiedziana została.

Koszta wycieczki po dokładnem rozliczeniu wypadły przeciętnie po 11 K. na osobę, co licząc z wózkami w jedną i drugą stronę okazało się bardzo niskim wydatkiem, który łatwo każdy ponieść może, to też spodziewać się należy, że w przyszłości większe grono Babei pokłonić się zechce.

W. N.

KRONIKA.

Reforma gimnastyki w Niemczech. Wydział niemieckiego „Związku“ Towarzystw gimnastycznych „*Deutsche Turnerschaft*“ powziął uchwałę, mocą której będą przyjmowane do „Związku“ Towarzystwa mające na celu pielęgnowanie ćwiczeń na wolnem powietrzu, gier

i t. p., z tem jedynie zastrzeżeniem, że Towarzystwa te poddadzą się zasadniczym ustawom „Związku“.

Uchwała powyższa ma doniosłe znaczenie, wskazuje bowiem, że i Niemcy, na punkcie gimnastyki bardzo konserwatywni, przyszli do przekonania, że gimnastyka dłużej w salach więzić się nie da, że potrzebuje koniecznie ożywienia przez wcielenie ćwiczeń na wolnym powietrzu.

W ten sposób rozstrzygnięto długotrwały spór między gimnastyką a sportem na korzyść obojga, gdyż gimnastyka zyskuje urozmaicenie i odmłodzenie przez dodanie ćwiczeń swobodniejszych na wolnym powietrzu, sport zaś, oparty o potężną organizację gimnastyczną, przejmując od niej karność i idealne pojmowanie ćwiczeń cielesnych, którem wyróżnia się gimnastyka, uzyska trwale podstawy rozwoju i odpowiedni kierunek.

U nas reforma gimnastyki jest od kilku lat na porządku dziennym; postępuje jednak tak powoli, że nie jest załatwiona do chwili obecnej, kiedy już zachodzi potrzeba nowej reformy. Jedną ze spraw należących do reformy jest określenie i ustalenie stosunku sportu do gimnastyki i wyznaczenie mu odpowiedniego miejsca. Może przykład zagranicy przyczyni się do jej przyspieszenia.

R.

„Gurtaba“. Taka jest nazwa najnowszej Gry w piłkę rodzaju „Lawn tennisa“, jaką niedawno temu wynaleziono. Gra ta różni się od Lawn tennisa tylko o tyle, że zamiast podbijać piłkę rakieta, czyni się to pasem elastycznym (gumowym), trzymanym w obu rękach, a piłkę podrzuca się za pomocą naprężenia pasa, którą przeciwnik łapie lub pozwoli odbić się raz od ziemi, by następnie odrzucić ją z powrotem. Reguły tej Gry są zupełnie te same jak przy tenisie.

W drugiej połowie września odbyć się ma w Berlinie pierwsze turniej tej Gry.

Hbk.

Z TOWARZYSTW.

SUCHA. Dnia 8. sierpnia odbył się doroczny popis gimnastyczny wszystkich naszych oddziałów.

Dzięki pięknej pogodzie byliśmy w możności okazać bardzo licznie zebranej publiczności naszą pracę i rozwój Gniazda.

Ćwiczenia przy orkiestrze suskiej, rozpoczęły się o godzinie 5 w następującym programem:

- a) ćwiczenia wolne uczniów Tow. (18 ew. 3 efektowne obrazy układu d. Markiewicza);
- b) ćwiczenia chorągiewkami uczennic Tow. (24 ew., 4 obrazy);
- c) ćwiczenia na przyrządach wspólnie: druhow na drążku (ze współudziałem druhow z Makowa i Żywca), druhiń na poręczach i uczniów Tow. na koźle;
- d) piramidy wolne wykonane przez 7 druhow;
- e) ćwiczenia druhiń wstążkami (14 ew., 3 obrazy).
- f) ćwiczenia lancami (20 dr., 3 obrazy).
- g) rej kolarzy dr. suskich.

Naostatek piękny rej zaprodukowało 14 kolarzy żywieckich.

Przy pomocy grona nauczycielskiego i karność druhow ćwiczenia odbyły się w szybkiej tempie, z wchodzeniem i schodzeniem pojedynczych oddziałów z boiska przy tych samych dźwiękach marsza.

To też publiczność nie znudzona długimi przerwami, tłumnie i z zajęciem obserwowała ćwiczenia mimo równocześnie odbywającego się festynu po za boiskiem.

Z okazji festynu i popisu gimnastycznego Gniazda makowskiego, urządziliśmy też 22. sierpnia pochód ćwiczebny ze Suchej do Makowa.

Pochód który odbył się z orkiestrą udającą się na festyn do Makowa i współudziałem znakomitego dobosza w osobie druha P. wypadł nadspodziewanie dobrze.

Do pochodu stanęło 24 druhow umundurowanych i 4 ćwiczących w strojach cywilnych. Równocześnie z pochodem wyruszyły furami druhinie w liczbie 12.

Pochód wyruszył o godzinie 1 w południe i pomimo nieznosnego upału i przeszło 7 km. drogi wypadł nadspodziewanie dobrze, odczocz i we wzorowym porządku. Marudera nie mieliśmy żadnego. Pierwszy odpoczynek 5-cio minutowy nastąpił po 1.5 km. drogi — drugi dłuższy po przebyciu 5-ciu km. Tu po 10 minutowym odpoczynku, nastąpiła próba ćwiczeń wolnych.

Ze względu na łatwość ćwiczeń (ze zlotu wadowickiego) do próby stanęli obowiązkowo wszyscy druhowie, nawet tacy, którzy w Makowie ćwiczyć nie mieli.

Po próbie nastąpiło zdjęcie fotograficzne całej drużyny wraz z paniami i orkiestrą, poczem nastąpił dalszy pochód do Makowa. Z powodu dłuższego grupowania do zdjęcia fotograficznego, przybyliśmy do Makowa z 3 minutowym opóźnieniem o godz. 3 minnt 3.

Tu nie spoczywając odbyliśmy próbę ćwiczeń wolnych i laskami w połączeniu z Druhami z Makowa i Jordanowa. Ćwiczenia publiczne rozpoczęły się o godzinie 5. Projektowany powrotny pochód, z powodu pozostania pewnej liczby druhow na wieczornicy w Makowie nie przyszedł do skutku i wróciliśmy do Suchej pociągami.

B. Kuliński
naczelnik.

KSIAŻKI o POLAKACH w AMERYCE.

Czas najwyższy bliżej zapoznać się z tem, jak żyje i pracuje blisko czteromilionowa Polonia w Ameryce Półn. oraz jak rozwija się tutejsze polskie Sokolstwo. Dla zaznajomienia Rodaków z tymi stosunkami, rekomenduję następujące dzieła mojego pióra, jak najprzychylniej przyjęte przez tutejszą krytykę:

W dniach nędzy i zbrodni. Powieść w dwóch częściach, na tle smutnych dziejów głośniejszej w swoim czasie „Armii Rybakowskiego“. Druga część skreślona jest na tle życia Polaków w Buffalo, przed i w czasie ohydnej zbrodni Czołgosza. Głównymi bohaterami Sokoli. Cena 2 kor. 70 hal.

Z Pensylwańskiego Piekła. Nowela z życia polskich górników. Głównymi bohaterami Sokoli. Cena 1 kor. 60 hal.

Historia Z. N. P. i Rozwój ruchu narod. Polskiego w Ameryce Półn. od lat najwcześniejszych aż do obecnej doby. Obejmuje 784 str dużego formatu, ozdobiona 59 ilustracjami. Cena 4 kor.

Sokolstwo Polskie, jego dzieje, cele i ideały. Cena 70 hal. Kto nadeszle 8 koron przekazem pocztowym, otrzyma wszystkie wyżej wymienione dzieła pocztą bez żadnej dopłaty. Proszę pisać pod adresem:

Stanisław Osada, redaktor „Sokoła“
324 Armitage ave Chicago, Jll.

Wykaz wkładek do Okręgu na rok 1909.

zaległość: wkładka za 1909: Razem:

1) Andrychów . . .	—	—	—	zapłacono
2) Biała . . .	—	33-00	33-00	
3) Bieńczyce . . .	8-40	8-40	16-80	
4) Bochnia . . .	—	69-00	69-00	
5) Bogumin . . .	—	6-75	6-75	
6) Bielsko . . .	11-10	11-10	22-20	nie nadesłano wy- kazu
7) Chrzanów . . .	—	37-50	37-50	
8) Cieszyn . . .	—	—	—	zapłacono
9) Dąbrowa . . .	6-00	13-50	19-50	
10) Dobczyce . . .	80-00	18-90	98-90	nie nadesłano wy- kazu
11) Dziedzice . . .	15-80	12-00	27-80	
12) Frysztat . . .	—	15-00	15-00	
13) Janowice . . .	—	11-40	11-40	
14) Jaworzno . . .	—	65-10	65-10	
15) Jordanów . . .	—	23-10	23-10	
16) Kalwarya . . .	—	16-50	16-50	nie nadesłano wy- kazu
17) Karwina . . .	0-20	22-80	23-00	
18) Kęty . . .	—	30-60	30-60	
19) Kraków . . .	—	322-20	322-20	
20) Lutynia . . .	—	12-00	12-00	
21) Łąki . . .	—	—	—	nie wiadoma ilość członków nie nadesłano wykazu
22) Maków . . .	29-40	27-00	56-40	
23) Michałkowice . . .	—	8-40	8-40	

Do przeniesienia . 150-90: 764-25: 915-15:

Z przeniesienia . 150-90: 764-25: 915-15:

24) Mogiła . . .	—	3-60	3-60	nie nadesłano wy- kazu
25) Mszana dolna . . .	—	12-00	12-00	nie nadesłano wy- kazu
26) Myślenice . . .	—	27-30	27-30	
27) Niepołomice . . .	—	14-40	14-40	
28) Nowy-Targ . . .	—	42-60	42-60	
29) Orłowa . . .	—	18-00	18-00	
30) Oświęcim . . .	—	9-00	9-00	
31) Podgórze . . .	—	57-60	57-60	
32) Siersza . . .	—	30-00	30-00	
33) Skawina . . .	—	15-00	15-00	
34) Sucha . . .	—	42-00	42-00	
35) Trzebinia . . .	—	15-30	15-30	
36) Wadowice . . .	—	64-20	64-20	
37) Wędrynia . . .	—	13-20	13-20	
38) Wiedeń . . .	—	18-30	18-30	
39) Wieliczka . . .	—	30-60	30-60	
40) Zakopane . . .	—	45-00	45-00	
41) Zator . . .	5-10	16-80	21-90	
42) Żywiec . . .	50-60	63-60	114-20	
Razem . . .	206-60: 1.302-75: 1.509-35:			

Wobec większych wydatków na zlot doraźny w Wadowicach upraszamy o rychłe nadesłanie wkładek.

Gniazda powyżej wymienione które nie nadesłały dotychczas wykazu ilości członków za r. 1909 zechcą odwrotnie wykazy nadesłać.

G. Christ
skarbnik okręgowy.

Najpopularniejsze tytonie są:

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

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.

Również nadzwyczaj smaczną jest w paleniu ta mieszanka w bibułkach cygaretowych

„POBUDKA“

wyrobu fabryki „NORIS“

Mr. W. BEŁDOWSKIEGO W KRAKOWIE.

Cena: „POBUDKA“ w książeczkach 4 halerze — w opakowaniu patentowem 6 halerzy.

Zwolennikom kręconych papierosów zwracam uwagę na bibułki „POBUDKA“.

Przestańcie palić przezroczyście bibułki.

Przyrządy
gimnastyczne

pokojowe

odznaki i pióra sokole

poleca

STEFAN PORĘBSKI

Kraków, Rynek gł. 32.

MEBLE

od najskromniejszych do najwykwintniejszych po cenach niskich

poleca

Kajetan DUDZIAK

KRAKÓW,

FLORYAŃSKA L. 36, I. P.

CZELADNIK

stolarski, szewski
lub krawiecki,

któryby mógł prowadzić ćwiczenia w Sokole, znajdzie natychmiast zajęcie w Trzyńcu na Śląsku austr.

Zgłoszenia należy nadsyłać do Sokoła w Trzyńcu, na ręce druha J. Ofioka, kierownika szkoły, w Kolkowicach, p. Cieszyn.

ZAKŁAD

WYROBU OBUWIA

A. LASAKA

Kraków, ulica św. Marka 17

poleca

Buty sokolskie. Obuwie sportowe

i wszelkie inne.

Na składzie prawidła i pasty.