

# STADJON

ILUSTROWANY TYGODNIK  
SPORTOWY



Fot. R. Walter.

XIII KOLARSKI PIERWSZY KROK „STADJONU”.

PAJEWSKI, ZWYCIĘZCA BIEGU 25 KM., NA MECIE

W A R S Z A W A

ROK VIII.

CZWARTEK, 1 MAJA 1930 ROKU

NR. 18.

CENA EGZ. 50 GROSZY



## ROZMAITOSCI

Narciarska odznaka za sprawność cieszyła się z roku na rok coraz większym powodzeniem. W roku 1927 wydano ogółem w rozmaitych kategoriach 120 odznak, w r. 1928 — 115 odznak, w r. 1929 — 645 odznak, a w r. 1930 — 791 odznak. Ogółem wydano 1671 odznak, w tem złotych 4, srebrnych 140, a brązowych 1527.

Bracia Cyganiewiczze, przebywający od wielu lat w Ameryce, noszą się z zamiarem przybycia do Polski na stałe i rozpoczęcia budowy wielkiej hali sportowej w Warszawie na wzór nowojorskiego Madison Square Garden. Podobno w kołach warszawskich powstał również inny, podobny do planów braci Cyganiewiczów, projekt budowy hali.

Polski Związek Dziennikarzy i Publicystów sportowych organizuje z okazji zawodów sportowych w Jugosławii i kobiecych igrzysk w Pradze 2-miesięczną wycieczkę do Jugosławii i Czechosławii. Początek wycieczki w połowie 1 lipca.

Tegoroczne święto wychowania fizycznego w Spale odbędzie się w dniach 6—8 czerwca w obecności Pana Prezydenta Rzeczypospolitej.

W spotkaniu towarzyskim z wicemistrzem Polski w hokeju ziemnym, Czarnymi, wygrywa Warta w stosunku 3:1 (2:0), posiadając przez cały przeciąg gry wybitną przewagę. Dziwnem wydaje się stanowisko PZHT, który przydziela Wartę do kl. B. podczas gdy zluźniany z Wartą KŁP należał do A klasy. W dniu 3 i 4 maja gra Warta z Venetią w Ostrowie.

W Poznaniu na zawodach konnych konkurs oficerski wygrał płk. Zahorski przed por. Zandbankiem, konkurs ciężki wygrał rtm. Zniński przed por. Pinińskim. konkurs władania bronią — por. Gzowski, a konkurs podoficerski plut. Głowacki przed wachm. Rajczakiem, konkurs oficerów rezerwy — Lossow.

Koło Abs. PIWF organizuje w dn. 24 i 25 bm. poraz pierwszy w Polsce nauczycielskie zawody lekkoatletyczne, a od 1—5.VI turniej tenisowy dla nauczycieli. Na jesieni PIWF zamierza zorganizować w porozumieniu z PUWF ogólnopolskie zawody nauczycielskie w pływaniu, lekkiej atletyce, strzelaniu i lekkiej atletyce.

## JEŹDŹCY W NICEI

W czwartym dniu międzynarodowych zawodów konnych w Nicei rozegrano konkurs myśliwski o nagrodę Monako, w którym por. Korytkowski na „Ostrym” zdobył pierwszą nagrodę. W konkursie o nagrodę Monte Carlo rtm. Skupiński na „Promieniu” zajął 11-te miejsce.

W piątym dniu w konkursie o puchar Nicei rtm. Skupiński był 10-ty, a rtm. Kałuściński 11-ty.

W konkursie dla koni nienagrodzonych rtm. Skupiński na Narcyzie był 6-ty. W konkursie handicap im. Gautier rtm. Królikiewicz na Mylordzie był 3-ci, a por. Strzałkowski (Ninnesse) 4-ty. We wtorek na zakończenie odbył się Puchar Narodów, zdobyty już 2 razy przez Polskę.

Po ukończeniu zawodów w Nicei (29 b. m.) dwóch jeźdźców pojedzie do Rzymu, gdzie wyjeżdżają z kraju por. Rojcewicz (konie Black Boy i The Hoop) i por. Kulesza (Olaf i Żak).

### Rowery z marką „Łucznik”.

Największa fabryka rowerów w Polsce, mieszcząca się w Radomiu, zdobyła sobie w stosunkowo krótkim czasie olbrzymią popularność, a rowery z marką „Łucznik” cieszą się dużym wzięciem. Fabryka ta, należąca do Państwowych Wytwórni Uzbrojenia, posiada najbardziej precyzyjne i udoskonalone maszyny, nowoczesnie urządzone zakłady doświadczalne i laboratorium. Produkcja rowerów należy do jednej z trudniejszych gałęzi przemysłu, gdyż wymaga niezwykłej precyzyjności i solidności w wykonaniu, mimo to fabryka radomska, z wdzięczając nowoczesnym urządzeniom, dobrze wyszkolonemu personelowi robotniczemu, używaniu pierwszorzędnej jakości surowców — zdołała w krótkim czasie wypuścić na rynek polski idealnie dostosowane do naszych dróg rowery, trwałością przewyższające wszystkie typy rowerów zagranicznych. Nic więc dziwnego, że już w bieżącym roku naogół daje się zauważyć wybitną przewagę rowerów marki „Łucznik”, i, jeżeli celem przemysłu polskiego jest gospodarcze uniezależnienie Polski od zagranicy, to miejmy nadzieję, że w dziedzinie przemysłu rowerowego cel ten zostanie już w krótkim czasie osiągnięty.

## SPORTY WODNE

Do czołowej grupy pływackiej w związku z meczami międzypaństwowymi, wyznaczeni zostali: panie: Rasdorfówna, Szmidówna, Iżycka, Tratowa, Szenfeldówna, Nowakowska, Szczerbówna, Tomaszowska, Reicherówna, Kajzerówna, Ficówna, Jarkulisówna, Mehlerówna, Morawska, Sznatkówna, Lindnerówna i Szlesingerówna. Panowie: Bocheński, Kot, Szrajzman, Rupert, Matysiak, Sienkowski, Haller, Kłaputek, Jurkowski, Pauly, Nowak, Karliczek, Trytko, Ziembicki, Maerz, Remiszewski, Wyszehorski i Starkopf. Water polo—Porański, Riterman, Soldinger, Kratochwila, Bocheński, Lewicki, Lewinger i Braciejowski.

Polski Związek Narciarski na zlecenie Związku Polskich Związków Sportowych przystępuje do zorganizowania samodzielnego Polskiego Związku Kajakowego. W tym celu zwołane zostanie zebranie organizacyjne w dniu 2 maja o godz. 18 w Kasynie Garnizonowem (Al. Szucha 23).

Dziesięciolecie BTW odbyło się w niedzielę w Bydgoszczy w obecności przedstawicieli władz miejskich, PZTW, sportowego świata pomorskiego i prasy.

## ZAPASY

W uzupełnieniu wiadomości o zapasniczych mistrzostwach Polski, rozegranych w Krakowie, dodać należy, że w wadze ciężkiej mistrzostwo zdobył Witkowski (Świt—Warszawa) przed Puciątą (Legja—Warszawa) i Cieniewskim (Legja—Warszawa).

Punktacja drużynowa mistrzostw zapasniczych przedstawia się następująco. Podnoszenie ciężarów: 1) Śląsk 20 pkt., 2) Łódź 12 pkt., 3) Pomorze 5 pkt., 4-5) Warszawa i Poznań po 2 pkt. Zapasy: 1) Warszawa 19 pkt., 2) Śląsk 17 pkt., 3) Łódź i Kraków po 2 pkt., 5-6) Lwów i Pomorze po 1 pkt.

Akademicki Zw. Sportowy zamierza, za pośrednictwem swego trenera Malina, sprowadzić w roku bieżącym słynnego francuza Rigoulota na szereg pokazów w podnoszeniu ciężarów. Rigoulot jest niedoścignionym mistrzem w tej dziedzinie sportu. Jego rekordy uważane są bodaj czy nie za niewyśrubowane wyniki ze wszystkich działów sportu.



## ARMJA „ŁUCZNIKÓW”

wyprze zagraniczne rowery

z granic Polski

### Rowery Państwowej Wytwórni Uzbrojenia

Z MARKĄ „ŁUCZNIK”

są całkowicie wykonane w kraju z krajowych surowców

Rowery „ŁUCZNIK” są także eleganckie, trwałe, specjalnie przystosowane do polskich dróg.

Gener. Przedstawic. „KAROL REISSIG”, Warszawa, 6-to Krzyska 25.

SPRZEDAŻ: WARSZAWA, ORDYNACKA 9, D/H A. JÓZEFIK i S-ka

LWÓW, Sapiehy 34, D/H „Automoteur”  
LWÓW, Pałac Hausmana 7 „Autoarmatura”  
ŁÓDŹ, Kilińskiego 78, H. Drutowski  
WILNO, Zawalna 11, Z. Nagrodzki  
NOWOGRODEK, Grodzka 1, „Autogaraże”

POZNAŃ, Przecznicza 7, Dr. K. Hohebauer  
LUBLIN, Zamojska 5, D/H W. Paprocki  
BRZEŚĆ n-B. 3-go Maja 24, J. Felman  
ŁOMŻA, Kościuszki 20, N. Kokoszko  
RADOM, Plac 3-go Maja, St. Olbrych.



Marka Fabrycz  
„ŁUCZNIK”





Na tradycyjnym zakręcie. Moment z biegu 25 klm. „Stadjonu”.

## O KONSOLIDACJĘ FORM ORGANIZACYJNYCH

Walcuje się u nas, na licznych zebraniach i w prasie, przeróżne projekty modyfikacji czy reorganizacji naczelných władz sportowych i całego aparatu kierowniczego. Bo, zdaniem wielu, nie wszystko idzie tak gładko, jakby należało.

Zapomina się przytem o niezbitej prawdzie, iż jeśli mury budowli się rysują to przyczyną — niekoniecznie błędy w planach architekta; częściej winien jest murarz, który źle zcementował cegły... do tego może w podlegszym gatunku dostarczone.

Tak, na przykład, jeśli Z. Z. czasem daje powód do narzekania, to często tłumaczy się sprawą tem, że składa się on z takich Z-tów, w których zbyt wro, lub w których zbyt panuje cisza.

Bardzo niedawno terenem ostrych zatargów były dwa Związki z najpotężniejszych: Piłki nożnej i Kolarski. Obecnie przesilenia notujemy w Związku Lekkoatletycznym, Atletycznym, Motocyklowym, poczęści Bokserskim, który, gdyby nie dzielna postać łódzkich pięściarzy skompromitowałby się do reszty na czwórmeczu budapeszteńskim. Niedawno wrzało w Związku Hokeja na Łódzie, drobniejsze niesnaski zamącały horyzont kilku innych. Niedawno wrzało w Związku Hokeja na Łódzie, drobniejsze niesnaski zamącały horyzont kilku innych.

Oczywiście, niezawsze winę ponosiły zarządy — choć wszędzie spotykamy też samą bolączkę: wielu amatorów na zaszczytne mandaty, którzyby się obrazili jeśliby ich pominąć... a którzy potem obrażają się, jeśli od nich żądać choćby krzty pracy.

Często występuje jaskrawa niesubordynacja okręgów, wicherzycielskie zapędy czołowych klubów, jednym słowem — typowo słowiański brak dyscypliny.

Prawda, sportem nie można dowodzić tak jak pulkiem; piłkarze czy wioślarze nie są szeregowcami i żaden prezes nie może ich zamknąć w „pace”. Ale niemniej — pewien porządek być musi, pewna dobrowolnie przyjęta karność, poszanowanie ustalonych przeciw własnowolnie form organizacyjnych. Centrala jest na to, by kierowała i musi posiadać egzekutywę.

Dlatego nie jest wcale, dla klubu czy okręgu, świadectwem chlubnym fakt, iż jest on tak silny i tak hardy, że Centralę słucha wtedy tylko, gdy mu się spodoba. I jest dyswalifikującym dla Centrali, jeśli, miast stuknąć pięścią w stół, zaczyna pertraktować.

Musimy się nauczyć porządku. Musimy skonsolidować organizację poszczególnych działów sportu, musimy raz nareszcie przestać oddychać atmosferą warcholstwa... lub bojaźliwej kompromisowości i zbudować dla naszego życia sportowego ramy żelazne, któreby się nie uginały z ładu powodu. Sport nasz jest już dostatecznie dorosły, by miast chrząstek posiadał kostki, by jego szkielet przybrał zdecydowane kształty.

Te ramy organizacyjne winny być takie, by nie zależały od warunków chwili, by były obliczone na dalszą metę i na dłuższą pozytywną pracę.

Jednym z wymogów będzie wtedy to, by zarządy Związków Państwowych mieściły się wszystkie w Warszawie, drugim, by stworzono okręgi, według możliwie uzgodnionego schematu, na terenie całego kraju, trzecie wreszcie, by obowiązywało posłuszeństwo, by walka była dopuszczalna tylko na terenie „parlamentarnym” w ramach nakreślonych przez statut, a by nie stosowano metody „włoskiego strajku”, lub temu podobnych, z kompromitacją sportu polskiego zagranicą, jako wynik ostateczny.



# POLSKIE ZWIĄZKI SPORTOWE

(Część pierwsza).

W numerze gwiazdkowym „Stadjonu” umieściłem artykuł dający obraz działalności Związku Polskich Związków Sportowych w okresie minionego dziesięciolecia. Obecnie przedstawiam rozwój Polskich Związków Sportowych na podstawie materiałów, nadesłanych przez ich zarządy dla mego referatu, który wygłosiłem w czasie akademii urządzonej z okazji obchodu 10-lecia w Niepodległej Polsce, opublikowanie cyfr, które wówczas podałem w moim referacie otrzymują wezwania z tyłu źródła, że uważam za wskazane oddanie tego referatu do druku, tembardziej, że po uroczystości otrzymałem jeszcze szereg danych, które pozwoliły mi na rozszerzenie i uzupełnienie ówczesnego referatu cyframi odnoszącymi się do kilku związków, które wówczas pomiąłem.

Rozpaczam od związków najstarszych.

**Polski Zw. Towarzystw Gimnastycznych „Sokół”**, którego najstarsze gniazdo powstało we Lwowie w r. 1867, był przed wojną rozbitą na trzy niezależne związki w państwach zaborczych. Dzięki przynależności do Międzynarodowej Federacji Gimnastycznej od 1909 r. była to jedyna polska organizacja reprezentowana już w latach przedwojennych w federacjach międzynarodowych. Wojna rozbiła i uszczupliła organizację Sokoła, a zniszczenia wojenne w bardzo wysokim stopniu dotknęły budynki Sokoła. W 1921 r. kiedy nastąpiło połączenie organizacji sokolskich wszystkich zaborów w jedną organizację, Związek liczył 886 gniazd zgrupowanych w 75 okręgach i 7 dzielnicach. Należało do nich 54.126 członków dorosłych, oraz 10.146 młodzieży do lat 18. W 1929 r. należało do Związku 1110 gniazd, podzielonych na 82 okręgi i 7 dzielnic. Członków dorosłych jest 77.732, młodzieży do lat 18 16.098. Przyrost wynosi zatem około 50%. W 1921 r. posiadał Sokół 106 własnych budynków (sokolich) i boisk gimnastycznych i sportowych. W 1929 r. budynków i boisk było 156. Poza tym jest kilkaset boisk i sal wynajętych. Do wybitniejszych sukcesów na terenie międzynarodowym należy zaliczyć występy drużyn sokolskich na Olimpiadach w Paryżu 1924 r., w Amsterdamie 1928 r., zdobycie w 1927 r. pierwszej nagrody na zawodach w Asti we Włoszech, zaś w dziedzinie organizacji przeprowadzenie dużych zlotów sokolskich w 1921 r. w Warszawie i w 1929 r. w Poznaniu.

**Polski Związek Lekkoatletyczny** założony 11 października 1919 r. grupował wówczas 12 klubów i posiadał około 200 zgłoszonych zawodników. Wówczas istniały tylko dwie bieżnie lekkoatletyczne: w Warszawie i Lwowie. Podziału na okręgi nie było. W dziedzinie tej w ciągu 10-lecia poczyniono na polu organizacyjnym postępy 20-krotne. W 1929 r. należało do P. Z. L. A. 206 klubów, które były podzielone na 9 okręgów. Liczba zgłoszonych zawodników i zawodniczek wzrosła do 4888. Wzrosła też bardzo ilość bieżni lekkoatletycznych, których posiadamy w całej Polsce sporo,

lecz ich statystyka nie jest prowadzona. Na polu sportowym jest do zanotowania szeregu wybitnych zwycięstw na terenie międzynarodowym, na czoło których wybija się zdobycie pierwszego miejsca na Olimpiadzie w rzucie dyskiem przez p. H. Kono-packą, połączone z ustanowieniem rekordu światowego, oraz zwycięstwo Petkiewicza nad Nurmim we wrześniu 1929 r. w Warszawie.

Ogromny rozwój wykazuje też **Związek Strzelecki**. Praca przedwojennego Związku Strzeleckiego miała na celu przygotowanie swych członków do służby wojskowej bez specjalnego zwracania uwagi na przygotowanie fizyczne i dziedzinę sportową.

W okresie powojennym praca Związku poszła w kierunku przysposobienia wojskowego opartego na W. F. i sporcie, czemu dając wyraz Komenda Główna Związku uruchamia w 1925 r. referat sportowy, który stale od tego czasu czynny, działa w kierunku rozbudzenia wśród członków zainteresowania do wszelkiego rodzaju sportów, uważając słusznie, że żeby być dobrym obrońcą Ojczyzny, należy przede wszystkim być sprawnym fizycznie.

Jako naczelna organizacja P. W. Związek nie może podać cyfry członków. Po reorganizacji wewnętrznej w 1919 r. posiada on 10 okręgów pokrywających się przeważnie z terenami D. O. K. 92 obwodów, 270 powiatów, oraz przeszło 3000 oddziałów o liczebności od 20 do 140 członków.

Stosownie do swego tytułu Związek zajmuje się głównie sportem strzeleckim, który w okresie od 1920 do 1929 r. zrobił olbrzymie postępy. Wówczas gdy w 1929 r. tylko wojsko i kilku zawodników cywilnych uprawiało strzelanie do celu, obecnie zawodników strzeleckich z poza wojska liczyć można na tysiące. Świadczą o tem cyfry. I tak: Związek Strzelecki w 1927 r. zorganizował 134 okręgowych i obwodowych zawodów strzeleckich i 50 lokalnych, w których uczestniczyło 5224 zawodników w 1928 r. ogółem 981 zawodów strzel. przy udziale 13850 zawodników, w 1929 r. — 1012 zawodów strzeleckich przy udziale 18263 zawodników.

O wzroście zainteresowania się sportem wśród członków Związku Strzeleckiego świadczą również cyfry. Zawodów sportowych w grach i lekkiej atletyce urządzono w 1927 r. — 50, w 1928 r. — 300, w 1929 r. — 427. W 1927 r. przemierzano na zawodach 1226 km, w 1928 r. — 3901 km. Liczba zawodników w pierwszym roku była 4569, w drugim 9873. Zainteresowanie się sportem marszowym wzrasta, czego dowodem jest statystyka dwóch najpopularniejszych marszów t. j. Sulejówek—Belweder i kadrówka z Krakowa do Kielc. Podczas gdy w 1926 r. w marszu Sulejówek—Belweder liczba uczestników wynosiła 312

osób, w 1928 r. wzrosła do 1908 osób. W marszu szlakiem kadrówki (122 km) brało udział w 1924 r. 94 osób, w 1929 r. 9435 osób, a zatem cyfra dziesięciokrotnie wyższa.

**Polski Związek Piłki Nożnej** dokładnych danych z 1919 r. kiedy związek został założony nie posiada. Okręgów było wtedy 4, o nieznanej ilości klubów i zawodników. W 1929 r. okręgów było 14, klubów zarejestrowanych 560, zawodników około 25000. Również w dziedzinie boisk zaznacza się duży postęp. Boisk piłki nożnej posiada Polska obecnie około 250. Cyfry z 1919 r. nie są znane, przypuszczalnie jednakże są one pięciokrotnie mniejsze.

**Polski Zw. Tow. Wioślarskich** jednocyfry w 1919 r. 13 klubów, a kluby te w 1920 r. miały 4090 członków. Ilość klubów związkowych w 1929 r. wzrosła do 45, ogólna ilość wioślarzy do 7831, a zatem wzrost blisko czterokrotny. Każde towarzystwo przyjęte do związku musi posiadać własną przystań wioślarską, jest ich zatem w Polsce conajmniej tyle ile klubów związkowych. Statystyki łodzi sportowych P. Z. T. W. nie prowadzi. Podczas gdy regaty związkowe w Bydgoszczy odbyły się w 1920 r. przy udziale 11 towarzystw, 35 osad i 165 zawodników, w 1929 r. wzięło w nich udział 18 towarzystw, 64 osad, 300 zawodników. Wreszcie osady polskie wzięły udział w szeregu imprez międzynarodowych i zawodach olimpijskich, na których zdobyły zaszczytne nagrody. W dziedzinie inwestycji podnosi sprawozdanie Związku dwa fakty, stanowiące chlubę polskiego budownictwa przystaniowego, mianowicie ukończono w 1928 r. przystań Tow. Wioślarskiego we Włocławku i przystań Warszawskiego Tow. Wioślarskiego, które odpowiadają najnowszym wymogom techniki. Chlubą inwestycji wioślarskich w Polsce są urządzenia regatowe w Brdy Ujściu pod Bydgoszczą, a to tak tor regatowy o długość 1750 m oraz trybuna kryta. Nawet Francuska Federacja Wioślarska chce się na tych urządzeniach wzorować przy organizacji mistrzostw Europy w 1931 r.

Ogromne postępy wykazuje też **Polski Zw. Narciarski**. W 1919 r. w czasie jego organizacji należało do niego 5 klubów z czterech miejscowości o 579 członkach. W chwili obecnej należy do związku 56 klubów z 25 miejscowości o około 4500 członków, nie licząc młodzieży. Wzrost widzimy zatem blisko dziesięciokrotny. W czasie powstania Związku skocznicy narciarskie nie mieliśmy w Polsce wcale, obecnie jest ich 10, a wśród nich na europejską skalę zakrojone skocznie w Zakopanem i Krynicy. Poziom techniczny narciarstwa podniósł się ogromnie, a świadczą o niem nie tylko zaszczytne wyniki osiągnięte przez naszych czołowych narciarzy i narciarki na zawodach krajowych i zagranicznych, lecz również suche zestawienie wyników. I tak w 1919 r. polski rekord skoku wynosił 14 mtr, obecnie wynosi 66 mtr. Najlepszy czas na 1 km w biegu 18 km wynosił w 1919 r. 7 min. 29 sek, obecnie wynosi 4 min. 29 sek

Dr. Mieczysław Orłowicz.

ROCZNIKI  
„STADJONU”  
DO NABYCIA



## KOŁA SPORTOWE SZKOLNE

„Temat stary i nudny” powiedzą niektórzy.

Tak, o ile chodzi o stereotypowe powtarzanie celów, zadań i roli kół w samokształceniu młodzieży, nowe zaś i stale żywotne i niezwykle ciekawe zagadnienie — to przystosowanie tych kół do życia, uczynienia z nich naprawdę wychowawczych pod względem ruchu fizycznego ognisk szkolnych. Trzeba bowiem stwierdzić, iż koła sportowe szkolne pomimo zakazów należenia młodzieży do klubów, wcale się nie rozwijają, a raczej wegetują już zorganizowane, w niektórych szkołach zupełnie zamarły.

Wydawać się mogło, że ograniczenie należenia młodzieży do klubów wpłynie dodatnio na zwiększenie zainteresowania życiem kół sportowych szkolnych. A jednak nie spełniły się oczekiwania, a co gorsze stwierdza się ujemnie przejawy w egzystencji tych placówek.

Zmniejszenie jednak intensywności pracy kół nie można tłumaczyć złym wpływem zakazu, wydanego przez M. W. R. i O. P.

Nie. Chodzi tylko o zestawienie — здаwałoby się — sprzyjających momentów dla rozwoju organizacji uczniowskich, które mając zapewniony stały dopływ młodzieży mogły dzwignąć się do szczytów.

Przyczyny tego jednak braku postępu, a nawet objawów szerzącej się martwoty, leżą nie w samej idei prowadzenia i zakładania kół, a raczej w sposobie realizowania tych myśli.

Rzucono bowiem hasło — zjednoczenia chętnych intensywniejszego ruchu fizycznego w kołach terenowych, nie podano natomiast wytycznych pracy, nie pomyślano o skoordynowaniu wysiłków poszczególnych kół.

I brak tej dalszej opieki, brak atmosfery zainteresowań wysiłkami pracy koła sąsiedniej szkoły, uczyniły z żywotnych organizacji, bardzo dobrze początkujących w swem zaraniu, martwe komórki szkolne, posiadające statut zatwierdzony przez kierownictwo szkoły, wybierany co rok Zarząd, a wśród inwentarza potężną tablicę, wiszącą na ścianach szkoły do ogłoszeń.

Nie można stwierdzić natomiast ciągłości i systematyczności w pracy.

I tu konieczną jest interwencja M. W. R. i O. P. Koniecznym jest większe zainteresowanie się czynników wyższych tym pro-

blemem, gdyż zarówno jakość pracy i jej ważność dla celów ogólnych stanowią zagadnienia niepowседневnej wagi.

Nauczyciel sam, jako jednostka, nie może uczynić poza zorganizowaniem pracy na terenie własnym — i to najczęściej przy ogromnym wysiłku — i nawiązaniem kontaktu z najbliższą szkołą. O ile chodzi o szerszą akcję, nadanie pewnych form współpracy kół, przynajmniej z danej miejscowości, przekracza jego ramy kompetencji i możliwości. Tymczasem koła sportowe szkolne wymagają specjalnej opieki, wymagają ściśle sprecyzowanych wytycznych, muszą posiadać wreszcie ludzi, którzyby się na tej pracy znali i umiejętnie nią kierowali w odpowiednich momentach.

Słowem koła sportowe szkolne wymagają przemyślanej organizacji. Ta organizacja musi zapewnić tereny pracy i odpowiednich instruktorów. Nie będę dalej rozwijał tego tematu, nie będę segregował na terenie ćwiczeń, Koła międzyszkolne i t. d., chodzi mi o rzecz ścisłą o poddanie rewizji dotychczasowych poglądów i ruszenia tych zmurszałych form z dotychczasowych podstaw. W większości bowiem wypadków opieramy się na przesłankach teoretycznych, nie znając terenu i warunków pracy.

Że rewizja poglądów jest konieczną, że zarówno programy kół sportowych szkolnych, jak i skoordynowanie ich współpracy musi być ujęte w pewne ramy regulaminowe, potwierdzają przykłady z życia naszego i zagranicy.

Z naszego terenu dam kilka, które oddają jaskrawo, co może uczynić brak wytycznych.

Oto daje się zauważyć chęć nadania pracom Kół sportowych szkolnych — charakteru wybitnie sportowego. Pomijam już metody reklamy wszelkich poczyniń, chodzi mi o niektóre przejawy pracy Kół, a więc zawody. I tu wskutek nieistnienia obowiązujących przepisów zaczerpnięto wzoru z życia klubów. I tak widzi się — organizowanie biegów na przełaj dla młodzieży na przestrzeni — 10 km, a powyżej 5 km — jako regułę; dalej: urządzenie turniejów w piłkę koszykową dla drużyn z klas niższych i t. d.

Tych anomalii, świadczących często o braku podstawowych wiadomości o stosowaniu ćwiczeń i stopniowania wysiłku, mamy cały szereg.

I co gorsze, iż walczyć z nimi nie można, bo brak jakichkolwiek postanowień jasnych i jędrnych, wyraża broń tym, którym ze stanowiska zajmowanego przypada kontrola pracy nad rozwojem fizycznym młodzieży.

Z drugiej strony mamy wspaniale rozwijające się organizacje sportowe szkolne, choćby u naszych najbliższych sąsiadów — Niemców.

Organizacje te są złączone i pozostają pod ogólnym kierownictwem — centralnego związku klubów sportowych szkolnych.

Dzięki swej jednolitości w pracy, dzięki rywalizacji, jaka została wprowadzona do starań młodzieży, stworzono potężną armję, młodych ćwiczących, mogących w najbliższej przyszłości po wyjściu ze szkoły zasilać kluby sportowe pozaszkolne.

Inny przykład — ze Szwecji.

Sekcje te korzystają z urządzeń szkolniemi, niema też zakazu należenia do klubów. Przeciwnie młodzież może należeć do organizacji sportowych, które posiadają sekcje szkolne.

Sekcje te korzystają z urządzeń szkolnych i ćwiczeń prowadzonych przez kierowników — nauczycieli szkolnych. W ten sposób młodzież korzystając z zajęć na terenach szkolnych, odstępowanych klubom dla pracy z młodocianymi, niema kontaktu ze starszymi, ma zapewnioną właściwą opiekę i warunki dla zaspokojenia swych rozumiałych dążeń.

Zajęcia te są nieobowiązkowe, a tylko dla chętnych. Każdy z ćwiczących wpłaca odpowiednią kwotę, jako składkę miesięczną dla klubu.

Mamy zatem dwa różne rozwijanie organizacji ćwiczeń fizycznych dla młodzieży szkolnej.

W Polsce został wybrany najtrudniejszy sposób pracy, bo przy pomocy samodzielnych Kół, nie dając im programu, ani możliwości zjednoczenia się w wspólne terytorjalne zrzeszenia.

A tymczasem skomplikowane warunki pracy zmierzają do większego współżycia zbiorowego.

To też rewizja poglądów i zarządzeń w tej sprawie wydaje się konieczną, bowiem dalsza obojętność dla tych spraw, przekreśli dobre strony pomyślnych organizacji uczniowskich.

T. Chrapowicki.



Gimnastyka kobieca w ośrodku w. f. w Toruniu pod kierunkiem p.<sup>a</sup> Fryszczykowej.



Uczestnicy kursu bokserskiego w ośrodku w. f. w Toruniu.



# GIMNASTYKA DZIECI

Według majora J. G. Thulina

Jednym z najkonieczniejszych warunków racjonalnego prowadzenia gimnastyki jest wzgląd na fizyczny i psychiczny rozwój ćwiczących.

Rozpatrując rozwój człowieka, można zaobserwować, a raczej oznaczyć go pewnymi okresami i podokresami charakteryzującymi się tem, że pewne organa są już rozwinięte i zdolne do funkcji zarówno fizycznych, jak i psychicznych, wówczas gdy inne znajdują się dopiero w stadium rozwoju.

Te pierwsze mogą i powinny być użyte do pracy w celu podtrzymania i wzmożenia ich sprawności, tak zresztą jak i ostatnie, których rozwój wymaga również użycia w pracy tylko oględniejszej i nie w tak silnym stopniu, co mogłoby zahamować ich normalny rozwój i rozrost.

Wraz z rozpoczynaniem się życia szkolnym (wiek 6 lat), nacechowanem długiem i niewolniczym przesadywaniem w ławkach, powstaje nietylko potrzeba, ale i konieczność ćwiczeń cielesnych, których zadaniem między innymi będzie zrównoważenie i zapobieganie ujemnym wpływom szkoły.

Dzieci, które dotychczas, rozporządzając swym materiałem zabawowym wiodły żywot bardziej indywidualny, zaczynają odczuwać potrzebę towarzystwa — to też łatwo i z korzyścią dają się zjednoczyć w oddziały i uprawiają z umiłowaniem stosowane dlań ćwiczenia cielesne.

Osnowa lekcyjna wprowadziła niema w tym okresie formy określonej, niemniej jednak należy rozpoczynać i kończyć ją zabawami, a ruchy bardziej wyrażające stosować w pośrodku. Przy doborze ćwiczeń należy pamiętać, że aczkolwiek wielkość normalna mózgu dziecka jest duża, to jednak system nerwowy centralny nie osiągnął jeszcze swej wielkości odpowiadającej rozwojowi i że byłoby dlatego rzeczą niesłuszną obciążać zbyt dużą uwagę dziecka, stosując ruchy skomplikowane, a przede wszystkim takie, które wymagają specjalnej techniki, lub świadomej i zlokalizowanej czynności.

Ćwiczenia w tym okresie powinny nosić charakter jaknajbardziej naturalny, napotykanego w życiu, które czasami mogą przybierać formę określoną o pożądanym i pożytecznym działaniu. Dzieci wprowadziły nie są zdolne do wykonywania ruchów o czynności zlokalizowanej, lecz odpowiednio dobierając postawy wyjściowe, unieruchamiające stawy i części ciała, udział których w ruchu nie jest potrzebny, można przecież upatrzone zlokalizowane działanie wywołać.

Ogólnie — ruchy zabawowe i zabawy stosowane dla tego wieku powinny powoływać do czynności wszystkie, albo większość mięśni, czyli powinny mieć charakter wieloznaczny o treści zmiennej, zapobiegającej jednostronności. Muszą się one odznaczać ruchliwością, łatwością zrozumienia i wykonania, z czego wynika, że nie powinny wymagać długich wyjaśnień. Chcąc mieć pojęcie o tem, skąd należy czerpać materiał ruchowy dla dzieci, wystarczy zaobserwować to — czem one w tym wieku najchętniej się zajmują. Wystarczy zatem dać im

sposobność swobodnej zabawy czy to na boisku, czy też podwórku, lub sali gimnastycznej. Zdać się wówczas, że granic nie ma dla potrzeby ich ruchu, ich działalności i fantazji. Z pomocą tej ostatniej, szczególnie, potrafiłby dzieła cuda czynić. Zamieni na poczekaniu łąkę w jezioro, belkę w łódź, wózek w auto lub aeroplan, drabinkę w drabinkę strażacką i t. d. Wykazują przytem dzieci godną zazdrości zdolność wynalazczą, zdobywają się na wysiłki przekraczające ich siły, a ich energia i czynność odzwierciadla w sposób charakterystyczny wewnętrzny stosunek radości pracy — do jej zdolności. A głównym bodźcem tego cóż jest? — Instynkt wiedziony potrzebą ruchu i twórczą radość w czarującym świecie fantazji.

Uczucia i obrazy fantastyczne odgrywają w życiu dziecka rolę panującą. Dusza dziecka jest momentalnie opanowywana przez nastroje uczuciowe, a związane z nimi wrażenia zmieniają się szybko przesłaniając jedno — drugie. Jakżeby więc trudno było utrzymać uwagę dziecka na przedmiocie, któryby nie budził radości i nie potrafił uwagi jego uwięzić. Nauczanie dziecka zatem, żeby nie obciążało jego usposobienia, nie hamowało zdolności sądu, nie obniżało polotu fantazji lub nie osłabiało woli, musi się uzgodnić z jego życiem uczuciowym i fantastycznym.

Jest to zresztą ogólna zasada nauczania i wychowania dzieci, która w tym wypadku dotyczy i wychowania fizycznego, które z wychowaniem psychicznym powinno się zawsze harmonizować, a w szczególności wówczas, gdy chodzi o dzieci. Fantazja zatem będzie tym czynnikiem, który wprowadzi i utrzyma dziecko w ruchu. Z jej pomocą gimnastyka rozwijając ciało stwarza również bogatą sposobność do założenia pierwszych podstaw pod świadomość moralną i intelektualną.

Korzystając z darów fantazji powołuje się do czynności obrazy z życia, czyli obrazy rzeczywiste, na przykład jazdę konną, skakania przez strumyk, łażenie po drzewach i t. d., również z jej pomocą można zilustrować obrazy, a nawet treść jakiegoś opowiadania, czy to bajki, w których mogą dzieci występować, czy to postaci rozmaitych osób, czy to zwierząt, lub też wreszcie mogą naśladować przedmioty naprz.: łódź, pociąg, drzewa i t. p.

Gimnastyczna osnowa lekcyjna dla małych dzieci powinna zatem składać się z zestawienia podobnych ruchów, noszących charakter naśladowania.

Dobierać je należy z myślą o tem, by wywołały upatrzoną czynność fizyczną, albo też zamierzoną akcję psychiczną, podnoszącą czy to zdolność obserwacyjną dziecka, czy jego wynalazczość, czy też odwagę lub zaufanie do sił własnych. Jeśli obrazy powiążą się w pewną całość, gdzie ruch o formie zabawowej odtworzy treść jakiejś powiastki, to lekcję taką nazwaćby można „powiastką ruchową”.

Powiastki ruchowe powinny być układane przede wszystkim z uwagą na rozwój dziecka, na jego umiłowanie zajęcia i myśli.

Motywy do form zabawowych czerpać zatem należy z najbliższego otoczenia i z codziennych przeżyć.

Tak więc mogą być użyte obrazy ze spędzonego lata na wsi, z podróży, z wybieżek, z życia zwierząt, roślin, z robót polnych, z rozmaitych dziedzin przemysłu wreszcie z powiastki, którą dopiero co się słyszało lub czytało. To ostatnie jest szczególnie korzystnem, gdyż drogą naturalną zwiększa się zainteresowanie zarówno, jak do czytania, tak i gimnastyki, przez co harmonizuje się nauczanie cielesne z intelektualnem.

Przytem wszystkie momenty charakterystyczne i wychowawcze mogą być umysłowo i utrwalone.

Ćwiczenia podobne, posiadają jeszcze i tę zaletę, że nie wymagają wielu urządzeń gimnastycznych, co nie jest mało znacznem ze względu na ubogie sale naszych szkół.

Co się dotyczy samego nauczania, to wymaga ono przede wszystkim od prowadzącej zainteresowania, umiłowania dzieci i znajomości ich życia psychicznego. Im większy ona weźmie udział w tych ćwiczeniach to zn., im silniej będzie działała potęgą przykładu — tem naturalniejszym wydadzą się one dzieciom i tem chętniej będą je uprawiali.

Rozpoczynając lekcję, lub ćwiczenie powinna prowadząca zaciekawiającymi objaśnieniami, lub też opowiadaniem wprowadzić dzieci w tę istotę rzeczy, którą w następstwie mają oni odtworzyć.

Jeśli się nadarzy potrzeba użycia przyrządów, albo ugrupowania ich, należy użyć pomocy dzieci wyjaśniając im co przyrządy mają przedstawiać. Bezsprzecznie tem samem już wzbudzi się zadowolenie dzieci z tego — co ich czeka.

Podczas odbywających się ćwiczeń nie należy przeszkadzać lub zrażać fantazję dziecka nieszczęśliwym, bo zbyt realnym doborem terminów gimnastycznych.

I tak, gdy dziecko naśladuje lot ptaka, nie dobrze jest mówić „prostuj bardziej ramiona”, gdyż racjonalniej byłoby wytłumaczyć — „im dłuższe są skrzydła, tem więcej zagarniają powietrze i łatwiej jest latać”, lub gdy leżąc przodem naśladują dzieci pływanie, to chcąc wywołać prawidłowe trzymanie głowy wystarczy powiedzieć: „gdybyś nisko trzymał głowę, woda zalałaby ci usta i mógłbyś się zakrztusić”.

Jeżeli konieczność wymaga nadania innemu znaczenia przyrządom gimnastycznym w celu przeprowadzenia nowego obrazu — przejście nie powinno być bezpośrednie. Należy najpierw innem ćwiczeniem lub opowiadaniem odprowadzić myśli dzieci, którym zmiana dekoracji wówczas, wyda się bardziej naturalną. Wogóle, jak z powyższego widać z fantazją dzieci należy postępować konsekwentnie i pedagogicznie.

Dla tego wieku lekcja gimnastyki nie posiada swej zwykłej formy jakoteż przy jej prowadzeniu nie używa się terminów gimnastycznych. Niemniej jednak stosuje się ogólną zasadę stopniowania. Ruchy przeważnie noszą charakter naśladowania, a za powiedź na ich wykonanie składa się z kró-



tkiego opisu, oraz całkowitego okazania ćwiczenia. Hasło ma tu formę bardzo rozmaitą, można go wyrażać ruchem ręki, kłasnieniem, gwizdkiem, albo odpowiednim wyrazem jak — teraz! już! zacznij! rzadziej — ćwiczył...

Formę rozkazywania uwzględniając poszczególne etapy nauczania należy podzielić na trzy fazy:

I. Fantazyjne określenie ruchu — który wykonuje się na zlecenie.

Przykład z nauczania oddechu I. tyłem: Teraz złóżcie dłonie na piersi (brzuchu)! Zobaczmy teraz kto potrafi nadmuchać największy balon! Teraz wypuścić całe powietrze z balonu!

II. Określenie fantazyjne i gimnastyczne, używane równolegle — ruch wykonuje się na zlecenie w formie rozkazu.

Np. Złóżcie dłonie na piersi (brzuchu) — Teraz!

Wszyscy nadmuchiacie duży balon. — Już. Wszyscy, jednocześnie wypuścicie powietrze z balonów. — Już!

III. Określenia ruchów gimnastyczne (w razie potrzeby z użyciem obrazków fantazyjnych, jako pomocy). W prowadzeniu używa się rozkazownictwa gimnastycznego.

Np. Złóżcie dłonie na piersi (brzuchu). — Już! Wdech — raz! wydech — dwa!

Dobry rezultat ćwiczeń wymaga, by głos prowadzącej był dostrojonym do treści, by umiała ona odtworzyć nim stronę uczuciową, by wreszcie potrafiła stosownymi pytaniami skontrolować, czy myśli dzieci, idą w ślad za przewodnią i przy pomocy tychże pytań mogła wpłynąć na lepsze wykonanie ćwiczenia.

Jak się wspomniało większość ćwiczeń, używanych w tym okresie ma charakter wieloznaczny nie przeszkadza to jednak stosowaniu ćwiczeń specjalnych, o działaniu korektywnym, poprawiających postawę.

Do tych używa się postaw niskich, izolowanych, a więc prawie wszystkich rodzajów siadu i leżenia.

Brak rozwiniętego czucia mięśniowego nie pozwala na stosowanie ćwiczeń kształtujących o tych samych właściwościach, co dla wieku dojrzalszego. Tu bowiem działanie ruchu ma być wywołane samo przez się, nieświadomie ze strony dziecka, a dziecko wykonuje go tak, jak mu dyktuje fantazja, lub tak, jak widzi wykonanym go przez prowadząca. I tak naprz. w świadomości dziecka żołnierz — jest prosty, ma głowę wzniesioną, wzrok odważny; olbrzym — stawia kroki — ogromne, a krasnoludek małutkie, lis — skrada się cicho i miękko i t. d. Jeżeli teraz dzieci bawią się w żołnierzy, olbrzymów, lub lisa, starają się one chodzić prosto jak żołnierz, stawiać duże i małe kroki, jak olbrzym, czy krasnoludek, skradać się po cichu, jak lis. I wykonują one ruch ten w sposób naturalny i umiłowany, co nie miałyby miejsca przy zwykłym rozkazownictwie i wykonaniu.

Do zasobu materiału dla tego wieku należą również i zabawy śpiewne. Stosując je, należy jednak pamiętać, że pieśń i słowa są tylko środkiem, a ruch celem i nie odwrotnie, jak to bywało zazwyczaj. Zabawy śpiewne przedstawiają pewną wartość pod względem urabiania zmysłu, taktu i rytmu.

Formy zabawowe rozwijają nie tylko system mięśniowy i nerwowy, wzmagając zdolność koordynacyjną i czucie mięśniowe, lecz również przedstawiają dużą wartość psycho - fizyczną. Wpływają one na szybkość, odwagę, sprężystość, pewność i dzielność, a fantazja im towarzysząca rozbudza energię w ruchu i daje mu życie.

Kwestja posłuszeństwa i dyscypliny, w gimnastyce dzieci, odgrywa rolę bardzo ważną, to też od początku należy dążyć do niej przyzwyczajając.

Jest ona nieodzownym warunkiem racjonalnego i owocnego prowadzenia gimnastyki i wyraża się zdolnością prowadzącej do utrzymania porządku, wywołania natychmiastowego posłuszeństwa, zarówno jak, wśród młodszych tak i starszych. Prowadząca musi panować nad oddziałem, a w szczególności przy użyciu przyrządów, lub podczas ćwiczeń, gdzie możliwość nieszczęśliwego wypadku nie jest wykluczona. Wypadek taki bowiem, mógłby nie tylko obrazić dziecko cielesnie, ale mógłby też resztę dzieci nastraszyć i do podobnych ćwiczeń zniechęcić.

Nie należy też zapominać o wpływie wychowawczym, dzieci muszą być grzeczne, trzeba nauczyć je pozdrawiania, wyrażania swej wdzięczności, za to, że się bawiły lub gimnastykowały. Wogóle, jak to się mówi należy dążyć do tego, by — grzeczne zachowanie się było ich „drugą naturą”.

W latach 7—9, t. zn. w czasie stowięcym przejście od drugiego do trzeciego okresu, ruchy i ćw. gimnastyczne dostraja się podobnie, jak i poprzednio do stopnia rozwoju dzieci. Dlatego też przechodzą one z gimnastyki dziecięcej na bardziej systematyczne i określone w swej formie ćw. gimnastyczne. Ponieważ w tym wieku proces skostnienia nie jest jeszcze zakończonym, a wiadła są stosunkowo podatne — można z zasady wyrażać dużą ruchliwość w stawach, w szczególności w stawach kręgosłupa. W międzyczasie należy jednak pamiętać, by równolegle ze wzmożoną ruchli-

wością nastąpiło wzmocnienie muskulatury, gdyż w przeciwnym razie można odnieść skutek wręcz przeciwny do zamierzonego, to znaczy zwiększyć lub nawet wywołać skrzywienia kręgosłupa.

Konstanty Pietkiewicz.

## OŚRODEK W. F. W TORUNIU

Okręgowy Ośrodek W. F. w Toruniu zakończył swój sezon zimowy Akademią Sportową, która się odbyła w d. 13 kwietnia r. b.

W okresie zimowym na kursie Okr. Ośr. W. F. w Toruniu uczęszczało 672 ćwiczących tygodniowo (kob. 187, męż. 485) z 22 organizacji. Ćwiczący uprawiali gimnastykę, gry i zabawy, plastykę i rytmikę, zaprawę lekkoatletyczną, szermierkę, boks, dżu-dżitsu, razem godzin 884. Ćwiczący otrzymali świadectwa i dyplomy uznania, oprócz tego Okr. Ośr. urządził turniej gier sportowych o mistrzostwo Torunia w trzech konkurencjach: w siatkówce pań i panów i koszykówce panów. Do turnieju stanęły 32 drużyny. Turniej odbywał się w przeciągu trzech miesięcy.

Co miesiąc w okresie zimowym Okr. Ośr. urządził propagandowe biegi naprzemne, w których wzięło udział 94 zawod. Oprócz ćwiczeń praktycznych, ćwiczący uzupełniali swe wiadomości, korzystając z biblioteki ośrodka, która posiada przeszło 400 tomów książek treści sportowo-wychowawczej i czytelną, w której znajdują się pisma: *Illustr. Kurjer Codzienny*, *Federacja*, *Przegląd Sportowy*, *Siła i Zdrowie*, *Sokół*, *Sport Wodny*, *Stadion*, *Wychowanie Fizyczne*.

Komendantem Okręgowego Ośrodka w Toruniu od początku istnienia jest por. Laurentowski, któremu Toruń może zawdzięczyć urządzenie różnych imprez sportowych. Pomocnikami-instruktorami są porucznikowa Fryszczynowa, prof. gimn. Witkowski, kpt. Józefowicz, por. Bruśnicki, por. Fryszczyn, sierż. Balicki, sierż. Mandraszewski, ogniom. Kucharski, plut. Bieniecki.

## SPORTY MOTOROWE

Polski Związek Motocyklowy ustalił następujący program zawodów na rok bieżący: 2—5.V raid Lwów—Jaremcze—Lwów, 3—4.V raid dookoła województwa poznańskiego, 18.V motocyklowe szosowe mistrzostwa WKS Legia, wyścig płaski 5 km w Łodzi, 25.V kilometr lace w Grudziądzu, 29.V wyścig płaski w Warszawie.

W dniu 3 maja sekcja motorowa KS Gedania organizuje raid motocyklowy Gdańsk — Warszawa na trasie 330 klm. W raidzie tym mogą brać udział drużyny złożone z 4 maszyn.

Automobilklub Polski otwiera swój sezon ciekawym konkursem na zużycie paliwa w dniu 4 maja na trasie Warszawa—Kazimierz—Warszawa. Zapisy w sekretariacie (Al. Szucha 10) do dnia 2 maja godz. 16.

Union Łódzki zorganizował w dn. 27 b. m. raid motocyklowy dookoła Łodzi. Startowali zawodnicy Legii warszawskiej, z których Przeworski wygrał w kategorii ponad 600 cm sześć.



Zwycięzcy biegu na przełaj w Białymstoku pośrodku Kuźmicki.



## Z RUCHU WYDAWNICZEGO

**Płk. Wł. Tarwid.** Opieka społeczna i wychow. fizyczne a przysposobienie wojskowe. Bellona tom. XXXV, zesz. 1 r. 1930.

Autor, przeprowadzając pobór w charakterze członka wojskowej komisji poborowej, postawił sobie za zadanie zbadać każdego poborowego osobiście i ustalić stopień zaawansowania poborowych pod względem w. f. i p. w. W rezultacie swych badań stwierdził bardzo niski poziom naszego wych. fizyczn., co w rezultacie daje duży procent zwolnionych od służby wojskowej lub odroczonech.

Zauważył, że procent młodzieży zdolnej do wojska bez zastrzeżeń jest bardzo mały — zaledwie 17.73, natomiast słaba budowa, zgęszczenie szczytów płuc, częściowe osłabienie, braki w uzębieniu i t. p. wynoszą 21.94%. Zastraszający odsetek poborowych, bo aż 33.02% wskutek poważniejszych, jednak rokujących poprawę, wad organizmu uzyskuje odroczenie. Z tych poprawkowiczów, zaledwie 27.77% odroczonech można pobrać do wojska w następnym roku, a to z tej przyczyny, iż poborowy się nie lecz. Przeważnie wyłania się konieczność dalszego odroczenia 38.77%, względnie zupełnego zwolnienia 30.83%, niezdolnych zupełnie do służby jest zaledwie 2.92%.

Obecne roczniki stanowi młodzież, której okres dzieciństwa i rozwoju przypadł na czas zawieruchy wojennej, a więc braku posiłnego odżywiania. Tem niemniej gdyby młodzież więcej dbała o swe zdrowie i była uświadamiana o jego stanie, wiele można zaradzić. Wskutek nieświadomości o stanie swego zdrowia spowodowanej brakiem społecznej opieki lekarskiej, zaniedbana choroba rozwija się lub przechodzi w stan chroniczny. Ćwiczeń fizycznych młodzież prawie nie uprawia, nie mając na to czasu lub wogóle nie widząc jakiegokolwiek potrzeby. Jeśli się garnie do sportów, to raczej dla zewnętrznych walorów, jako to dla wyróżnienia się, lub traktuje sport jako rozrywkę, a nie ze względów zdrowotnych.

Przyczyny tego zjawiska leżą w nieumiejętnej metodzie pracy klubów oraz braku lekarzy w stowarzyszeniach sportowych. Najbardziej zaniedbaną jest młodzież wiejska, nie ujęta dotychczas w jakiegokolwiek karby. Należy to w pierwszym rzędzie powinny się zająć szkoły powszechne, a następnie Kasy Chorych.

Te ostatnie pomimo, iż według danych z dn. 1.V.1929 r. na 243 Kas Chorych posiadamy aż 4.710.847 członków, a dochody wynoszą około pół milarda złotych, nie idą po linii swych założeń. W tym celu autor domaga się reorganizacji, a między innymi: prowadzenia przez Kasy Chorych przeglądu lekarskiego młodzieży i przymusowe jej leczenie.

Krytykuje autor dotychczasowe prace przysposobienia wojskowego i wych. fizyczn., które rozpoczęły raczej realizować swój program raczej od środka.

Wyszkolenie sportowe stoi też na niskim poziomie i rozwija się w głównej ma-

nie słabo, gdyż na przeszkodzie stoi przydzielenie do prac P. W. podoficerów a często i oficerów, którzy na stanowiska te są nieodpowiedni ze względu na swój wiek lub ociężałość, brak zdrowia, a najczęściej nie mających ze sportem nic wspólnego.

Praca p. w. rozwinęła się głównie w ośrodkach miejskich, zaś masa ludu wiejskiego oczekuje jeszcze na przysłanie instruktorów. Sam sposób szkolenia również pozostawia wiele do życzenia. Przedewszystkiem wśród obecnych kierowników wyszkolenia P. W. utarła się zasada usilnego dążenia w kierunku osiągnięcia imponującej ilości, a nie jakości jednostek. Autor proponuje pójść po linii szkolenia na rocznych kursach p. w. i w. f. instruktorów, którzy zgłaszają się z rezerwy. Po ukończeniu kursu, byłiby zakontraktowani na wzór podoficerów zawodowych. Ludzie ci zajęci wyłącznie pracą p. w. i w. f., osiągnęliby lepsze i trwalsze wyniki, niż cała obecna armia instruktorów półzawodowych.

**Doc. dr. G. Szulc.** Sport i wychowanie fizyczne jako zagadnienia higieny. (Odbitka z dwutygodnika „Zdrowie” Nr. 4—1930 r.).

Wychowanie fizyczne jest taką samą koniecznością życiową doby współczesnej, jak szkoła, jak przygotowanie do pracy zarobkowej. Bez tych czynników człowiek wprawdzie może żyć przez pewien czas, żyjąc jednak życiem gorszym, zostaje szybko zdystansowany przez innych, wyrzucony poza nawias, ma trudniejsze warunki zdobywania środków egzystencji, jednym słowem, bez tych czynników człowiek jest nieprzystosowany do życia, nie wytrzymuje walki o byt.

Wychowanie fizyczne jest przedmiotem zainteresowaniem higienisty w takim samym stopniu, jak szkoła.

Zadanie higieny w stosunku do zagadnienia wychowania fizycznego i sportów. sprowadza się więc do studjowania wpływu na zdrowie, jaki te zjawiska wywierają i do wskazania, w jaki sposób można w granicach możliwości uniknąć wpływu szkodliwego, a jak najlepiej wykorzystać wpływ dodatni.

I tu rozpatruje autor kilka najważniejszych zagadnień z fizjologii i higieny ćwiczeń. Omawiając zmęczenie, jego skutki oraz warunki, jakie pozwoliłyby ostrzec przed zmęczeniem, zatrzymuje się nad istotą zmęczenia, jego formami i objawami. Ciekawe te omówienia, podane w sposób przystępny powinny zainteresować wszystkich ćwiczących.

Rozpatruje również autor zmęczenie psychiczne i łączy ze zmęczeniem fizycznym. Niema bowiem zmęczenia mięśniowego bez zmęczenia nerwowego i psychicznego. Nieodzownym warunkiem wypoczynku jest przebywanie na świeżym powietrzu, gdyż ożywienie czynności oddechowej nie powinno być połączone z niebezpieczeństwem wprowadzenia do płuc wielkiej ilości kurzu z brudno utrzymanych sal i kory-

tarzy szkolnych. System 40-to minutowych lekcji i 10-o minutowych pauz, przeprowadzanych na podwórzach szkolnych lub na boisku, jest przeto niewątpliwie uzasadniony z punktu widzenia higieny.

Nie zastąpią tego odpoczynku ruchowego t. zw. ćwiczenia oddechowe, wykonywane w klasie. Wartość dla zdrowia takich ćwiczeń oddechowych jeszcze znajduje się dotąd pod znakiem zapytania. Na podstawie przesłanek — autor stwierdza stanowczo — że ćwiczenia oddechowe nie przynoszą żadnej korzyści dla zdrowia i, że powinny być zaniechane.

Dalsze zagadnienia jakie porusza w swej pracy to: wyżywienie sportowców, zachowanie stosunku czasu poświęconego na ćwiczenia cielesne do czasu pracy i nauki.

Cała praca — dra Szulca, jest jakby odpowiedzią na cały szereg kwestyj, jakie wyłaniają się w procesie myślowym ćwiczących. To też z całego serca zalecamy wszystkim tę broszurę, która wyjaśni wiele kwestyj sportowych. Przystępny sposób ujęcia zagadnień ułatwia zrozumienie poruszanych zagadnień.

**Doc. dr. G. Szulc płk. lek. Higiena a estetyka.**

W historii ludzkości rola estetyki, jako sposobu oceny czynników korzystnych i szkodliwych dla życia, ulega stopniowej zmianie. Powstaje wiedza lekarska i higieniczna, a obok tego kształci się stopniowo i niezależnie zmysł estetyczny, jakby sam dla siebie. Człowiek coraz to lepiej rozróżnia rzeczy piękne od brzydkich, zapominając o tem, jaki mają one związek z pożytkiem lub szkodą dla osobnika i gatunku. Jednakże ten rozdział higieny od estetyki jest tylko pozorny.

W dziejach ludzkości rozwój higieny i rozwój sztuki odbywa się równocześnie i równomiernie. Zarówno jedna, jak i druga jest najpewniejszym świadectwem kultury społeczeństwa. Upadek kultury to upadek higieny i sztuk pięknych, świadectwo ciemnoty i barbarzyństwa, to panowanie brudu i choroby.

Dla potwierdzenia swych słów autor robi przegląd współżycia tych dwóch dziedzin od czasów starożytnych, stanowiących jak klasyczny przykład równoległości w rozwoju tych zagadnień, przechodzi przez okres średniowiecza, które stworzyło pogląd iż: dbałość o zdrowie i o piękno ciała to pomysły szatana.

Epoka odrodzenia zwiastuje świt nowej ery — bo rozwoju sztuk pięknych i zainteresowań higieną i naukami lekarskimi. Dalsze okresy — to stare etapy postępu, który zmienia podstawę pracy, przechodząc już na teren ścisły rozumowy.

„Zmysł estetyczny, poczucie piękna, aczkolwiek nie zawsze wskażą nam właściwą drogę dla zachowania zdrowia i życia osobnika i gatunku, jednakże w znacznej większości przypadków wystarczą, aby uchronić od zła”.

C.



**Kpt. Cz. Żelazny:** „Jak organizować zawody strzeleckie”. Zalecone do użytku przez M. S. Wojsk, 214 stron, 50 ilustracji. Cena 4 zł.

Całość stanowi dla organizatora niezbędny podręcznik, a dla zawodnika potrzebne zawsze informacje i wiadomości statystyczne.

W przedmowie dał autor krótki rys historyczny sportu strzeleckiego w Polsce. Następnie podany jest w formie zwięzłych ustępów, ujętych w ramowy regulamin, sposób organizowania zawodów strzeleckich z różnych rodzajów broni. Każdy znajdzie tutaj dokładne wskazówki: jak zorganizować komitet zawodów, zadania poszczególnych sekcji i komisji, obowiązki kierownika zawodów, sędziów strzeleckich i tarczowych, obowiązki tarczowych, pomocników, komisji kwalifikacyjnej i t. d. Ponadto — program otwarcia i zamknięcia zawodów. Dalsza

część tego podręcznika obejmuje: samą organizację zawodów, przepisy odnośnie broni, amunicji, wymagania od strzelnicy, rodzaje tarcz strzeleckich, sposób ich wypełniania, przepisy bezpieczeństwa, o zachowaniu się na strzelnicy, normy kolejności strzelania, czasu, ilości strzałów, odległości strzelania, klasy zawodników, rodzaje zawodów, sposób eliminacji i treningu, podstawy strzeleckie, sposoby pokazywania wyników, notowania ich i oceny, klasyfikacji zawodników, dyskwalifikacji, sposób załatwiania protestów i zażaleń, ogłaszania wyników, rozdawania nagród

W drugiej części książki przytoczone są przykłady strzałów na różne odległości, stosowanych u nas i zagranicą, z różnych rodzajów broni. Każdy taki przykład jest ujęty całkowicie. Przykładów jest 76: dla starszych, dla młodzików, dla pań, dla wojska, dla przysposobienia wojskowego, dla

myśliwych; są to strzelania zespołowe lub jednostkowe.

Trzecia część obejmuje dwie tabele mistrzostw i pierwszych miejsc, osiągniętych w zawodach narodowych, o mistrzostwo W. P., Związku Strzeleckiego, o mistrzostwo Warszawy, centralnych kobiecych, Związku Harcerstwa Polskiego itd., oraz zagranicą — przez naszych zawodników; druga tabela obejmuje mistrzostwa świata od roku 1897 mistrzostwa Europy z broni małokalibrowej oraz terminy następnych zawodów międzynarodowych aż do roku 1933.

W czwartej części książki zawarte są: 1) wykaz zawodników, którzy w latach od 1924 do 15 marca br. zdobyli na zawodach w kraju pierwsze miejsca; 2) wzory druków, potrzebnych w czasie zawodów; 3) wzory tarcz strzeleckich; 4) schemat pokazywania wyników strzałów; 5) alfabetyczny spis rzeczy.

## ZAPAŚNICTWO W YMCA

W związku z obchodzeniem w tym roku 50-leciem pracy sportowej pioniera polskiego zapaśnictwa p. Wł. Pytłasińskiego, nie od rzeczy będzie podać do wiadomości ogółu kilka słów o obecnym rozwoju sportu, zapoczątkowanego przez mistrza, a rozpowszechnionego dzięki jego sukcesom międzynarodowym i pracy organizatorsko-instruktorskiej.

Nie mając możliwości ujęcia całokształtu rozwoju zapaśnictwa na terenie pracy p. Wł. Pytłasińskiego, słów kilka pragnę podać nie tyle może o skutkach jego bezpośredniej pracy, ile wpływu pośredniego, przez swych byłych uczniów, w serca których umiał przelać umiłowanie swego wybranego sportu.

Dzięki takim właśnie pośrednim wpływom mistrza, a bezpośrednim jednego z jego uczniów, p. Wł. Miazio, została na terenie Ogn. Warsz. Pol. YMCA zorganizowana w r. 1926 sekcja zapaśnicza. Minęły już 4 lata młodszej pracy p. Miazio z chłopcami, którzy całą siłą swego młodego zapału garną się ku pracy sportowej.

Z zadowoleniem stwierdzić należy, że owe 4 lata pracy nie poszły na marne. Obecnie sekcja zapaśnicza KS Pol. YMCA w Warszawie jest zdecydowanie najsilniejszym zespołem zapaśniczym stolicy, tak pod względem sportowym, jak też i pod względem ogólnego wyrobienia członków.

Jesli chodzi o sportową wartość zapaśników KS Pol. YMCA — to widzieliśmy ją niedawno, czy to podczas pierwszego Kroku Zapaśniczego, czy też podczas mistrzostw Okręgowych, w których KS Pol. YMCA zajął bezkonkurencyjnie I miejsce w punktacji ogólnej, wyrastając o głowę ponad zespoły innych klubów warszawskich.

Praca w Y. M. C. A. nie ogranicza się do wyrobienia zawodnikom stalowych mięśni i wyuczenia ich techniki zawodniczej. Sekcja zapaśnicza KS. Pol. YMCA składa się w większości z chłopców pracujących, których wyszukuje się na ulicy, a którzy po kilku miesiącach zaprawy mają możliwość poznania nie tylko zadowolenia z odnoszonych sukcesów w walce sportowej, ale również uczą się życia sportowego,

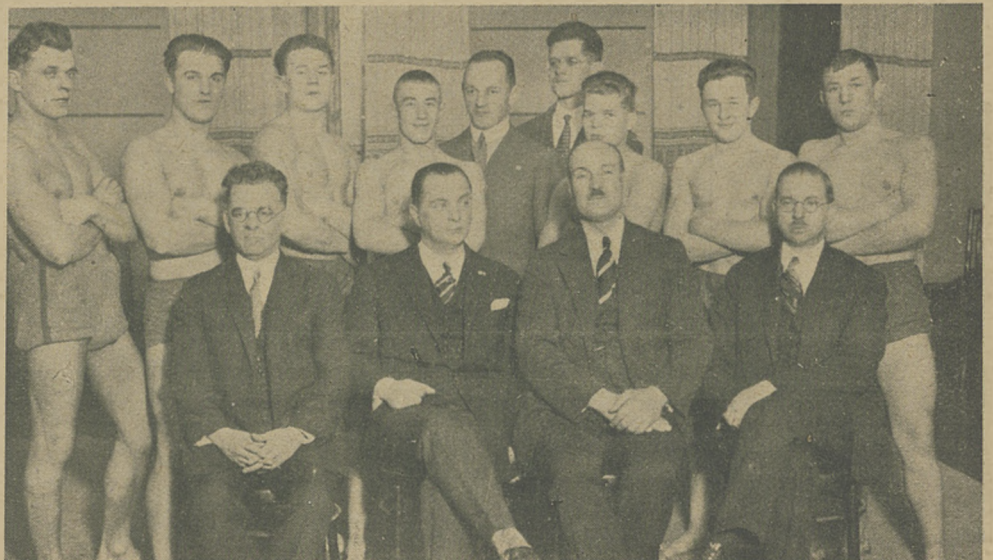
zmuszeni pracować nad urobieniem swego indywidualizmu człowieka. Jest rzeczą godną pochwały, że jeśli chodzi o chłopców młodszych, to żaden z nich nie może trenować zapaśnictwa w YMCA, o ile nie uczęszcza do jakiejś szkoły, rygor, często niedoceniany przez chłopców, ma olbrzymi wpływ na przyszłość i dalsze ich życie, a w połączeniu z wyrobieniem się w pracy dla innych daje w przybliżeniu człowieka wszechstronnie rozwiniętego

KS. Pol. YMCA pracuje nie tylko dla siebie. Wystarczy przejrzeć listę czy to znanych w Warszawie zapaśników-instruktorów, czy to zawodników, by przekonać się, że wielu z nich, pracujących obecnie w różnych klubach, rozpoczęło karierę w sekcji zapaśniczej KS. Pol. YMCA. I to jest właśnie dobrym objawem, świadczącym o celowej pracy KS. Pol. YMCA dla sportu, polegającej nie tylko na dążeniu do bezwzględnej supremacji na terenie sportu zapaśniczego, ale pamiętającej równocześnie o rozwoju sportu wszędzie, pracy dla innych. Praca ta — jak wyżej powiedziałem — nie idzie na marne; zawodnicy Pol. YMCA znani są ze swej wartości tak sportowej, jak i moralnej, sekcja, mimo pracy dla innych, zajmuje czołowe, a kto wie czy nie I-sze miejsce w Polsce. Fakt ocenienia tej pracy

daje się odczuwać choćby w tem, że skromna sala przy ul. Miodowej 23 zawsze jest przepełniona usilnie trenującymi, a wielu chętnych musi zrezygnować z żalem z satysfakcji trenowania zapaśnictwa w Pol. YMCA z powodu braku miejsca. Wkrótce nastąpi pod tym względem poprawa warunków treningów, gdyż z chwilą przeniesienia ćwiczeń na wolne powietrze, na przyszlą plażę obok przystani Pol. YMCA przy moście Ks. J. Poniatowskiego, ograniczenia w dalszym przyjmowaniu członków będą zniesione.

W podobny sposób idzie praca wśród wielu klubów zapaśniczych — niestety, nie spotyka się ona z należytą oceną społeczeństwa. Brak szerszego poparcia, słów zachęty, przeszkadza w kultywowaniu pięknego sportu dziwnie dotąd u nas niedocenianego. Nasza publiczność woli podziwiać brutalne zmagania cyrkowych zawodowców, których walka często daleko odbiega od ideałów sportowych, niż pełną finezji, bezinteresowną walkę amatorów.

Powoli jednak dojdzie i u nas do zrozumienia różnicy między — np. turniejem o amatorskie mistrzostwo okręgu, a turniejem o nagrodę w postaci 10.000 zł. Wtedy dopiero zapaśnictwo obejmie najszerze warstwy społeczeństwa.



Sekcja zapaśnicza YMCA.



# POLSKIE GRY NA IGRZYSKACH KOBIECYCH

Znanym jest wszystkim program III Igrzysk Kobięcych, jakie w roku bieżącym w pierwszym tygodniu września, odbędą się w Pradze. Wiemy, że oprócz lekkiej atletyki, w szerszym zakresie zostały uprzywilejowane gry sportowe.

Program tegoroczny bowiem przewiduje rozgrywki w hazenie, piłce koszykowej, piłce ręcznej, — nie wyłączoną jest demonstracja gry w piłkę siatkową, przez drużyny czeskie. Jak widać z programu na jeśiennych igrzyskach reprezentowane byłyby prawie wszystkie gry sportowe, uprawiane przez drużyny kobiece.

Udział drużyn reprezentacyjnych różnych państw w poszczególnych grach musi interesować specjalnie Polskę, bowiem po raz pierwszy w roku bieżącym występuje na terenie igrzysk kobiecech. Polskie drużyny zostały zgłoszone do gier: w piłce koszykowej i hazenie.

Do zawodów w piłce ręcznej nie została zgłoszona drużyna Polska, bowiem trudności w przyjęciu przepisów gry, i wyszkoleniu według nich drużyn w krótkim czasie, były tak ogromne, że nie pozwoliły naszym drużynom myśleć o odpowiednim przygotowaniu, a tem samem o istotnej walce w spotkaniach z drużynami przeciwnymi.

Przrzyjmy się interesującym nas działom gier. Rozpocznijmy od piłki koszykowej, w której spotkania o charakterze eliminacyjnym zostały już rozpoczęte. Do zawodów strefy europejskiej w koszykówce zgłoszyły się: Francja, Włochy, Szwecja, Polska. Jak przedstawia się nasz stosunek do którejkolwiek drużyn wymienionych państw, trudno określić.

Brak spotkań państwowych, jak i klubowych nie pozwala uczynić możliwych zestawień.

W każdym bądź razie za najsilniejsze zespoły można uważać: francuski i włoski. We Francji piłka koszykowa zarówno drużyn męskich, jak i żeńskich należy do najbardziej popularnych gier. Reprezentacyjne drużyny Francji, jak i poszczególnych miast od szeregu już lat walczą z drużynami zagranicznymi, a w pierwszym rzędzie z Kanadą, moralną mistrzynią świata.

Oczywiście wynik spotkań z Kanadą jest zawsze niekorzystny dla Francuzek, jednak w rezultacie uzyskują te ostatnie rutynę meczową, oraz wzbogacenie dorob-

ku technicznego i taktycznego. A trzeba przyznać, że przejście wzorów w tych dziedzinach, od drużyn kanadyjskich, może być obfite, ze względu na bogactwo form ruchów i kombinacji, jakie one posiadają.

Cechą charakterystyczną zespołów kanadyjskich to fenomenalne wprost usprawnienie fizyczne członkiń, które dobrane wzrostem i wagą posiadają zawsze zapewnioną przewagę fizyczną.

Poziom gry drużyny włoskiej nie jest znany ze względu na brak spotkań międzynarodowych.

Jednak wysoki poziom drużyn męskich, które uchodzą obecnie za najlepsze w Europie, z drugiej strony popularność gier, pozwalają spodziewać się, iż Włoszki będą reprezentowały odpowiednią klasę.

Im też wyznaczył los w eliminacyjnych spotkaniach drużynę francuską. Spotkanie miało się odbyć w Nicei 13 kwietnia, wynik jednak tego spotkania nie jest znany.

Polska została zaliczona do jednej grupy ze Szwecją.

I tu nam brak jakichkolwiek wiadomości porównawczych. Wiadomem jest tylko, że w Szwecji ogromnie rozpowszechnioną jest gra w piłkę koszykową, ale bez tablic. Dopiero od niedawna coraz szerzej zostają wprowadzane tablice z koskami. Nie może to być oczywiście jakimś punktem słabym wyszkolenia technicznego drużyny reprezentacyjnej Szwecji. Ta bowiem przejdzie solidny trening przygotowawczy i będzie złożoną z najlepiej grających instruktorek szkolnych.

Spotkanie ze Szwecją odbędzie się w Krakowie, w końcu czerwca — prawdopodobnie 29 — wcześniej bowiem pomimo zaleceń Międzynarodowej Federacji Kobiecej Sportowej — Szwedki nie mogą, ze względu na pracę w szkole.

Jakie przygotowanie otrzyma drużyna polska i w jaki sposób zostanie wybrana?

Walne Zgromadzenie P. Z. G. S. uchwaliło, zakwalifikować okręgi warszawski, łódzki i krakowski, jako ogniska mogące dostarczyć graczy do reprezentacji. Celem zaś wybrania grających zostaną rozegrane spotkania w dwóch kolejkach pomiędzy reprezentacjami zakwalifikowanych okręgów.

W razie wygranej ze Szwecją „koszykarki polskie” przeszłyby obóz kondycyjny

w sierpniu przed spotkaniem finałowym ze zwyciężczyniami I grupy strefy europejskiej. Drugą strefą są Stany Zjednoczone, z których na mistrzynię typowana jest Kanada.

Do spotkań w hazenie zgłosiło się więcej drużyn: Czechosłowacja, Jugosławia, Polska, Francja, Bułgaria, Rumunia, możliwe że i Grecja.

Oczywiście, że na czoło tych reprezentacji wysuwają się twórcy tej gry, t. j. Czesi. Uprawiają ją od 25 lat i mają największe szanse na zwycięstwo.

Ciekawem jest jedynie zajęcie dalszych miejsc i stosunek wyników meczów pozostałych drużyn z Czechkami. Najdłuższy kontakt i najściślejszy z Czechosłowacją utrzymuje Jugosławia. Drużyny jej corocznie rozgrywają spotkania, wychodząc z nich jako zwyciężone, lecz nie w wielkim stosunku bramek. Bułgaria, Rumunia, Grecja nie są znane ze swej klasy, Francja nie rozgrywała meczów państwowych z Czechosłowacją. Mierzyły natomiast swe siły lekkoatletki francuskie z czeskiemi.

Wynik był fatalny, bo przegrana drużyny francuskiej 22:1.

Na tem tle, jak i na podstawie wniosków zeszłorocznych spotkań reprezentacji Łodzi i Warszawy z Czechosłowacją trudno jest skonstruować coś konkretnego. Wyniki zeszłoroczne nie mogą być miarodajnymi dla oceny stosunku, poziomów klasy czeskiej i polskiej. Bowiem Czeszki reprezentowały najwyższy poziom gry ze względu na swój charakter, drużyny polskie, a specjalnie warszawska, nie odpowiadały poziomem gry swym środowiskom.

Dlatego dziś wyciąganie jakichkolwiek horoskopów jest przedwczesne. Raczej może być gorąco zalecana wszystkim drużynom intensywna praca w przygotowaniach do mistrzostw w okręgach. Na podstawie bowiem tych gier będą klasyfikowane zawodniczki w reprezentacji na rewanż z Czechosłowacją, a następnie do obozu kondycyjnego, jaki się odbędzie się w miesiącu sierpniu. Z obozu tego wybrana reprezentacja uda się wprost do Pragi. Należy stwierdzić już dziś dla zachęty dla naszych drużyn, że we wszystkich krajach zostały już rozpoczęte planowe prace przygotowawcze. Wynik zatem, w większości, wypadków, pomijając „pechy i wybitne szczęście” zależeć będzie od usprawnienia drużyn. O samo sprawienie i jego stopień winna tak dbać centrala, t. j. Zarząd PZGS, jak i zawodniczki.

Dążeniem wszystkich winno być jak najlepsze zareprezentowanie barw polskich gier na igrzyskach kobiecech.

T. Ch.



Start biegu na przelaj w Łodzi, gdzie pierwsze miejsce zajął Kusociński (X).

SKŁADAJCIE OFIARY  
NA  
FUNDUSZ OLIMPIJSKI

KONTO P. K. O. 7498



## ZAPRAWA DLA PŁOTKARZY

w dalszym ciągu swych artykułów o zaprawie gimnastycznej dla lekkoatletów, podaję trening dla piłkarzy.

Myli się początkujący płotkarz, sądząc że opanuje technikę trenując samo tylko przechodzenie płotka. Nietylko debiutant, ale i zaawansowany musi stale zwracać uwagę na utrzymanie sprężystości mięśni krzyża i bioder. Dlatego też radzę, zwłaszcza początkującym, zanim zaczną trenować na bieżni przechodzenie płotka, odpowiednio przygotować się podanymi poniżej ćwiczeniami, nabyć tej sprężystości, by uchronić się od zrywania mięśni, o co przy tem forsownem ćwiczeniu bardzo łatwo.

Jak wiadomo, płotkarz musi posiadać szybkość krótkodystansowca, winien zatem przerabzać również gimnastykę dla sprinterów (Stadjon Nr. 9).

W podanych przeze mnie ćwiczeniach uwzględniłem, że trenujący odbija się prawą nogą.

### Ćwicz. 1.

Stojąc, wymachujemy jaknajdalej lewą nogą wprzód, nachylając tułów i wyrzucając jednocześnie ręce w jej kierunku.

### Ćwicz. 2.

Stoimy prosto z prawą ręką wyprostowaną pionowo. Wymachujemy lewą nogą do góry, starając się dotknąć jej stopą. Za każdym razem stajemy na palcach. Zwracamy uwagę, by nie pochyłać się do przodu.

Ćwicz. 3. (Rys. 1). (Wymachy boczne prawej nogi).

a) Lewą rękę trzymamy na biodrze, prawą wyprostowaną w bok. Wymachami prawej nogi w bok staramy się jej dotknąć.

b) Obu rękoma oraz prawą nogą robimy wymachy w bok.

c) To samo, nogą zgiętą w kolanie.

### Ćwicz. 4.

a) Stojąc, robimy skłony wprzód jaknajniżej, nie zginać nóg w kolanach. Staramy się dotknąć ziemi kolejno palcami rąk, pięściami, wreszcie dłońmi.

b) (rys. 2). Jak wyżej; chwyatamy dłońmi za nogi w kostkach i przyciągając się rękoma, staramy się twarzą dotknąć kolan.

### Ćwicz. 5. (Rys. 3).

Stoimy prosto, ręce w bok. Robimy głębokie skłony kolejno w lewo i w prawo. Zaleca się zwłaszcza jaknajgłębsze skłony ku prawej nodze, t. zn. tej, którą się odbijamy.

### Ćwicz. 6. (Rys. 4).

(Skłony wprzód w pozycji siedzącej). Siadamy na ziemi, nogi szeroko, wyprostowane w kolanach, ręce swobodnie po bokach. Robimy skłony wprzód z wyciągniętymi wprzód rękoma, nie zginać nóg w kolanach i starając się brodą dotknąć ziemi. Po każdym skłonie prostujemy się.

### Ćwicz. 7 (Rys. 5).

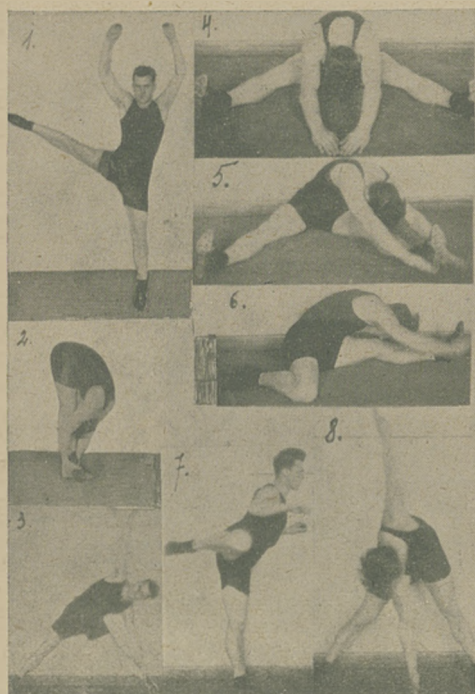
(Skłony w bok w poz. siedzącej).

Pozycja wyjściowa, jak w ćwiczeniu poprzednim. Robimy skłony kolejno ku prawej i ku lewej nodze, starając się rękoma dotknąć ziemi obok stóp.

### Ćwicz. 8. (Rys. 6).

Siedzimy na ziemi, lewa noga prosta w przód, prawa zgięta w kolanie — w bok, tak by uda tworzyły kąt prosty. W tej trudnej pozycji robimy skłony wprzód, w bok, a następnie w skłonie skręty w biodrach. Podczas

tego ćwiczenia prawa ręka jest wyciągnięta swobodnie do przodu, lewa lekko zgięta, do



## SZEŚCIODNIÓWKI

Sześciodniówka, która do niedawna należała do rzadkości stała się w ostatnich czasach bardzo popularną. Dziś imiona Piet Van Kempena czy Mac Namary są znane niemal na całym świecie.

Idea i organizacja podobnej imprezy zrodziła się z drugiej strony oceanu. W roku 1891 w Madison nowojorskim rozegrano pierwszy wyścig tego rodzaju. Ale do walki nie stawano parami, jeźdźcy walczyli o palmę zwycięstwa indywidualnie. Sześć długich i nużących dni musiał jechać kolarz, walcząc nietylko z przeciwnikami, ale snem i znużeniem.

Tak ciężkie warunki nie przeszkodziły jednak, by u startu stanęła dziesiątka konkurentów, czekających z drżeniem na sygnał startera.

Pierwsze lata pozwoliły zorjentować się w znaczeniu sześciodniówki. Zrozumiano, że podobna kołowacizna w ciągu sześciu dni dookoła toru jest dla organizmu okropną. W 1894 r. nie znaleziono już chętnych do zdobycia tak zaszczytnego tytułu i byłby to prawdopodobnie koniec tej ciekawej imprezy, gdyby nie... niewiasty.

W tym samym roku następuje walka kobiet o równouprawnienie w sporcie. A ponieważ na starcie sześciodniówki zabrakło mężczyzn więc stanęły kobiety. I rzeczywiście kilka miss dosiada swych dwukołowych rumaków, wyruszając na podbój Madison, chcąc koniecznie zawstydzić brzydszą i silniejszą połowę rodu ludzkiego. Wśród sześciodniowych zmagających słabego człowieka z naturą zwycięża słaby człowiek w osobie miss Frankie Nelson, zapisując tem samem imię niewiasty poraz pierwszy i ostatni na listę najlepszych sześciodniowców świata.

Mimo wszystko znane jest powszechnie, że podobny wyścig jest dla człowieka za ciężki, i o ile dotąd się czyjaś śmiercią nie skończył to należy Bogu dziękować i z cierpliwością Jego nie igrać. Jak było do

tyłu. Można, dla ułatwienia, przy każdym skłonie, robić wymachy w kierunku skłonu. Jeżeli płotkarz łatwo wykonywa to ćwiczenie, opanuje z pewnością w niedługim czasie trudną technikę płotkarską.

Ponieważ ćwiczenie to jest bardzo forsowne i męczy mięśnie, dla zapobiegnięcia ich zeszltywnienia, należy przerobić następujące ćwiczenia.

### Ćwicz. 9. (Rys. 7).

Stoimy na lewej nodze, opierając się ręką dla utrzymania równowagi, prawą opisujemy koła, jaknajwyżej i najdalej podnosząc nogę do przodu, boku i tyłu.

### Ćwicz. 10. (Rys. 8).

Stajemy w rozkroku. Ze skłonu wprzód z rękami w bok, robimy szybkie skręty tułowia, znajdującego się w pozycji poziomej, w prawo i w lewo, pamiętając, by ręce i nogi były wyprostowane. Gdy jedną ręką dotykamy stóp, drugą energicznie odrzucamy do tyłu.

Na zakończenie kilka swobodnych podskoków z rozluźnionymi mięśniami.

Codzienna ta gimnastyka trwać winna 10 do 15 minut. Zaleca się jednego dnia przerabiać ćwiczenia dla sprinterów, drugiego — podane tu, dla płotkarzy.

A. Klumberg.

przewidzenia, w następnym roku zjawia się na starcie policja i przepaszając za przeszkodeńie, rozpędza organizatorów na cztery wiatry.

Trudno się jednak pogodzić biznesmenom amerykańskim z zamknięciem tej nowej żyły złota i warunki sześciodniówki zostają zmienione w ten sposób, iż do biegu mają stawać zawodnicy parami. Tak znaczne ułatwienie wywołuje wśród poprzednich zwycięzców uśmiech lekceważenia i ostatni z nich Charles Miller dokonuje nielada sztuki. Tworzy parę z Wollerem, która wygrywa w „cuglach”. Ostatniego dnia w momencie kończenia biegu, wkracza na tor pastor i Miller w jednym ręku z rowerem w drugim z dorodną narzeczoną, pośpiesza na jego spotkanie, by na mecie wziąć ślub. Odtąd sześciodniówka jest tak popularną, że niema co cytować imion zwycięzców, bo się i tak nie spamięta.

Od pierwszej sześciodniówki nowojorskiej było już 170 imprez tego rodzaju. Z tego na New York przypada 44, Chicago 25, Berlin 24, Brukselę 15, Paryż 13, Gandawę 6, Wrocław 7, Dortmund 5 i t. d.

Wśród nazwisk na widowni pojawiają się najczęściej dwa Holendra Piet Van Kempena i Amerykanina Mac Namary. Amerykanin niepokonany na torach Nowego świata jest do ubiegłego sezonu królem six-daysmenów, przychodzi nań jednak nieubłagana starość i tron zostaje mu wydarty przez niezwykle utalentowanego Holendra.

Lista najlepszych sześciodniowców wygląda następująco: 1) Piet Van Kempen 17 zwycięstw, 2) Reggie Mac Namara 14 zw., 3) Alfred Goulet 12 zw., 4) Willie Lorentz 10 zw., 5) Walter Rutt 9 zw., 6) Franco Giorggetti 9 zw., 7) Carl Saldow 8 zw., 8) Gerard Debaets 8 zw., 9) Emile Aerts 7 zw., 10) Bobby Walthour 6 zw.

J. Hauptman.



## XIII PIERWSZY KROK KOLARSKI

Wiosenne „Stadjonówki”...

Rokrocznie się o nich pisze. Zdawałoby się, że nie warto już wspominać, po raz nie wiem który, o „lasku”, o „obozie kolarzy” o „sznurach cyklistów barwnych i żywych”, wreszcie o „bufecie” z bigosem, — do którego przecież wypada... i innych rzeczach powtarzających się rokrocznie, nieodmiennie i stale.

Zdawałoby się... A jednak pisząc sprawozdanie ze „Stadjonówek” w redakcji, z oknem wpierającym się w mury osławionej galerii Luxemburga, jakże można nie westchnąć do lasku, ożywionego i przez wiosnę pełną, szeroką i przez kolarzy, którzy zjechali się tutaj na swoje najuroczystsze święto — pasowanie nowych rycerzy koła.

Nie pisać o tem można tylko wtedy, kiedy się nie widziało na własne oczy rozsypanych na zielonej murawie między drzewami początkujących „Stadjonowiczów”, którzy przyjechali tu w asyście całych rodzin, przyjaciół, kolegów, koleżanek...

Kto raz tylko spojrzy na te widowiska, od którego wionie i prostą zieloną jeszcze, niepodeptaną przyrodą i rozmachem sportu prawie europejskim, kto podziwiał te najoryginalniejsze zjawisko tysiące barwnych swetrów, koszulek, mundurów, czapek błyskających w słońcu po lesie i szosie — ten będzie *musiał* mówić o tem przy każdej okazji i sposobności.

A że sprawozdanie jest do tego okazją dobrą, nawet wyjątkową — nikt nie zaprzeczy!

Więc nie będzie mi wzięte za złe jeśli sprawozdanie rozpocznę od rzeczy powtarzających się, oklepanych.

A zatem pogoda, jak zwykle, dopisała. Lasek, jak zwykle błyszczał i zieleniał, szosa jak zwykle kurzyła i podrzucała, jedynie tylko organizacja... też trochę, jakby podrzucała...

Mamy jednak do zanotowania również rzecz „niezwykłą”.



Pierwsza kobieta, która wzięła udział w „Pierwszym kroku kolarskim” p. Izdebska Józefa na starcie.

Kobieta! kobieta startuje po raz pierwszy w „Stadjonówce”!

Takiej sensacji nie można pominąć nawet wtedy kiedy jest pod bokiem zawsze sensacyjny lasek, szosa, kolarze...

Jak tylko wysiadłem z samochodu rozpocząłem poszukiwania... kobiety.

Znalazłem Panią Izdebską w otoczeniu licznych pomocników i ciekawskich. Przedstawiłem się. Zadałem kilka pytań. Pani Izdebska odpowiadała chętnie zaciągając trochę „po kresowemu”.



Po starcie „Pierwszego kroku”.

Jest z Białej-Podlaskiej. Do Warszawy przyjechała niedawno, ale o „Stadjonówkach” czytała i marzyła już „bardzo dawno”.

— „Kolarstwo bardzo lubię, ściagałam się już nieraz w Białej — mówi sympatyczna zawodniczka — ale, że przez „Pierwsze Kroki” musi przejść każdy kolarz, więc i ja zapisałam się do „Stadjonówki”.

— „Dlaczego na 50 a nie na 25 — zapytałam.

— „Muszę się „rozkręcić” — odpowiedziała fachowo.

Tak! Ja zdecydowany przeciwnik sportu kolarskiego wśród kobiet, uśmiechnąłem się z dziwną, jak dla swoich poglądów, aprobatą. Jechała świetnie. Zrobiła czas 1 g. 55 minut.

Ale — a propos — 25 i 50-ciu!

Tu jest coś nie w porządku! Coraz więcej jest takich, którzy chcą się „rozkręcić”, a coraz mniej tych nieśmiałych, początkujących, próbujących...

Widocznie już zapominają kochani „Stadjonowicze”, że właściwym „pierwszym krokiem” jest 25 km.! Pięćdziesiątka jest tylko dla tych co 25 — ukończyli! Dlatego w przyszłym roku przy zapisywaniu na 50 klm. trzeba będzie jednak wykazać się tem ukończeniem „pierwszego kroku”.

Bo jednak brak rutyny zawodniczki bardziej szkodzi na 50 klm. niż na 25-ciu. Widziałem te, zbyt już liczne, choć na szczęście mało niebezpieczne „wypadki” a właściwie upadki w „czołowej grupie” pięćdziesiątki, która aż do ostatniego zakrętu

t. zn. jeszcze na 42-gim klm. wyścigu liczyła 50-ciu kolarzy!

Ogłaszam więc bojkot pięćdziesiątki! Zupełnie świadomie, choć byłem na całym biegu, nic o nim nie napiszę. Wyniki techniczne będą jedyną nagrodą tych, którzy chcieli się „rozkręcać” na pierwszym kroku!

Wyniki biegu 50 klm. Zapisało się 88. Startowało 83. Ukończyło 45.

1) Starzyński Wacław — 1 godz. 36 min. 45,6 sek., 2) Lisiecki Tadeusz, 3) Piotrowski Stanisław, 4) Gall Edmund, 5) Moczulski Mieczysław, 6) Siekierzyński Feliks, 7) Keremba Jerzy, 8) Glesman Tadeusz, 9) Broczek Edward, 10) Neuman Henryk.

To są zwycięzcy, których w imieniu Redakcji żegnam po ukończeniu szkoły „Stadjonówek” i którym życzę takiego samego powodzenia, jakie mieli, też kiedyś „stadjonowicze”: Stefański, Szamota i Michalak i dalsi nienagrodzeni, którym wolno jeszcze raz, a może i więcej jak raz, ponowić próbę w „Stadjonówce”.

11) Smekala, 12) Woźnicki, 13) Bornstejn, 14) Studziński, 15) Jaworski Z., 16) Borzęcki, 17) Gogol, 18) Zagórski, 19) Dades, 20) Dzięgielewski, 21) Grzelak, 22) Biernacki, 23) Bińkiewicz, 24) Mrówka, 25) Krzciński, 26) Bożek, 27) Kłos, 28) Jaworski A., 29) Bieni, 30) Poraj, 31) Zajackowski, 32) Nikiforowicz, 33) Zółtowski, 34) Pekosiński, 35) Loszyński, 36) Czajka, 37) Karasiński, 38) Borecki, 39) Begodbogen, 40) Zurański, 41) Kutry, 42) Sójka, 43) Olaska, 44) Jabrzemski, 45) Izdebska czas 1 g. 55 min.

Ażeby p. Muran Teodor nie szukał, po próżnicy, swego nazwiska wśród tych którzy bieg ukończyli, komunikuję mu, że jak już mu było powiedziano na szosie; jest zdyskwalifikowany za to, że trzymał się samochodu, kiedy inni jechali tylko siłą własnych nóg.

Wstyd panie Muran! I do tego jeszcze nie opłaciło się...

Szerzej trochę wypada omówić bieg 25 klm. Ci, którzy nie bali się „pierwszego



Jeden z wielu, którym się nie poszczęściło.



kroku" dobrze na tem wyszli. W równej konkurencji, gdzie niema ani „specjalistów” ani mistrzów typowanych (dzięki przypadkowi), dostąpili wielkiego zaszytu jechania od półmetka razem z wyścigiem WTC w towarzystwie Stefańskiego, Stahla, i innych potentatów szosy. Dostąpili zresztą zaszczytu większego! Wytrzymali tempo Stefańskiego na 12 i pół klm. i pierwsi wpadli na metę choć jechali przez cały czas razem!

Ambicja, przed którą chylimy czoła! Szczęśliwi jesteśmy, że to właśnie w „pierwszym kroku” u „stadjonowiczów” taki poziom ambicji sportowej notujemy.

Trudno jest w tym biegu kogoś specjalnie wyróżnić. Wszyscy są tego godni, wszystkim tym pierwszym 15-tu nagrodzonym, prócz nagród należy się całkowite uznanie.

Zresztą wspomnienie, że dzięki przypadkowi, który, nawiasem mówiąc, nie powinien mieć miejsca w organizacji, „wyścignęli” samego Stefańskiego — wystarczy kochanym zwycięzcom za wszelkie pochwały.

Techniczne sprawozdanie z tego biegu brzmi:

Wyniki biegu 25 klm. Zapisanych 110. Startowało 88. Ukończyło 60.

1) Pajewski Edward — czas 50 min. 11,8 sek., 2) Cmoch Wacław, 3) Kraśniewski Józef, 4) Syrowka Marjan, 5) Wróbel Rajmund, 6) Rotkiewicz Zygm., 7) Świdorski Wacław, 8) Pawelec Stanisław, 9) Specjał Franciszek, 10) Mroczkowski Lucjan, 11) Głowacki Zygmunt, 12) Paluch Władysław, 13) Kowalewski Kazimierz, 14) Gromadkiewicz Zygmunt, 15) Przedlocki Mieczysław.

Tych 15-tu otrzymało nagrody. Wolno już im startować tylko w 50-ce. Życzymy powodzenia! A dalej ci, którzy jeszcze mogą próbować i w „pierwszym kroku”.

16) Kudelski, 17) Samoraj, 18) Przybyliński, 19) Syrewicz, 20) Angielczyk, 21) Plichta, 22) Osinski, 23) Szablowski, 24) Laskowski, 25) Małeckie, 26) Michalak, 27) Jaraczewski, 28) Szczerbacow, 29) Przespaleski, 30) Miller, 31) Lewandowski, 32) Drobik, 33) Waszkiewicz, 34) Hechła, 35) Jaszczuk, 36) Foland, 37) Szymański, 38) Kowalewski S., 39) Czubiński, 40) Grzeszkowicz, 41) London, 42) Ratajczak, 43) Chlebek, 44) Glegolski, 45) Owczarski, 46) Kucharski, 47) Gejsztor, 48) Kowalski, 49) Buriski, 50) Stelmaszewski, 51) Skalski, 52) Wal-kuski, 53) Sudolski z Brześcia, 54) Drażek, 55) Stodolnik, 56) Bański, 57) Zuszczyk, 58) Antos, 59) Góralewicz, 60) Łapicki.

Pierwszych 10-ciu z pięćdziesiątki i 15-tu z „pierwszego kroku” zgłaszają się po nagrody do Redakcji po 6-tym maja. Szczegółowa lista nagród będzie podana w następnym numerze. Narazie tylko podajemy, że Pajewski zwycięzca 25-ciu i Starzyński otrzymał rowery turystyczne marki „Łucznik” Państwowej Wytwórni Uzbrojenia.

Wszyscy, którzy bieg ukończyli otrzymają dyplomy pamiątkowe.

Józef Włodarkiewicz.



Na 20 kilometrów „Pięćdziesiątki” czołowa grupa była jeszcze bardzo liczna..

## DAVIS—CUP

Coroczne rozgrywki tenisowe o puchar Davisa zostały już rozpoczęte i w pierwszych meczach Indje pokonały w Atenach Grecję 3:2, a w Londynie Anglja wygrała z Niemcami. Inne terminy są następujące: 2—4.V Belgja—Hiszpanja w Brukseli, Polska—Rumunja w Warszawie (na kortach Legji), 3—5.V Szwajcarja—Austria w Zurichu, Jugosławja—Szwecja w Zagrzebiu i Irlandja—Monako w Dublinie, 4—6.V Węgry—Japonja w Budapeszcie. Terminy drugiej rundy ustalono dotychczas następujące: 9—11.V Włochy—Egipt w Rzymie, 16—18.V Holandia—Finlandja w Amsterdamie, Norwegja—Austria w Oslo i Danja—Czechosłowacja w Kopenhadze. Terminy innych meczów II rundy, które mają być zakończone 18 maja, podamy później. Trzecia runda ma być ukończona 9.VI, a półfinały 20.VI. Finał grupy europejskiej będzie miał miejsce 11—13.VII, finał międzygrupowy 18—20.VII a finał o puchar pomiędzy zwycięzcą międzygrupowym a Francją w dniu 25—27.VII w Paryżu.

Polska reprezentacja wystąpi przeciwko Rumunji w składzie następującym: gra pojedyncza Stolarow M. i Tłoczyński, gra podwójna — bracia Stolarowowie. Rumunja wysłała Pouliefa, Luppę i Mishu. Mecze odbędą się 2, 3 i 4.V. W razie zwycięstwa gramy z Anglja w Warszawie.

Ostatnie eliminacje dały nast. wyniki: Tłoczyński i Huhn — bracia Stolarowowie 6:4, 7:5, 6:2, Huhn—Tłoczyński 6:3, 6:1, 4:6, 5:7, 6:4, M. Stolarow—Marszewski 6:3, 3:6, 6:3, 6:2, Warmiński—Tłoczyński 6:4, 6:3, 6:3.



Uczestnicy zaprawy tenisowej w Warszawie: Marszewski, J. Stolarow, Tarnowski, Warmiński, Jędrzejowska, M. Stolarow, Loth, Tłoczyński, Horain.

## BOKS

Ekspedycja bokserów łódzkich na czwórmech budapeszteński nie zakończyła się kompromitacją, jak ogólnie przewidywano. Nasi pięściarze potrafili godnie reprezentować Polskę, zdobywając drugie miejsce (za Węgrami) przed Bawarią i Czechosłowacją. Z drugiej jednak strony wydaje się teraz niemal pewnem, że gdyby pojechała pełna nasza reprezentacja — pierwsze miejsce w turnieju, a zarazem naczelną lokatą w pięściarstwie środkowoeuropejskiem stałoby się faktem. Polacy przegrali pierwszego dnia z Węgrami 4:12, przyczem wygrał jedynie Seweryniak, w drugim dniu pokonaliśmy Bawarię 9:7 — tutaj zwycięzcami byli Pawlak, Głon i Konarzewski. Odnowiono nadto przyjaźń z Czechami, nadszarpniętą podczas meczu marcowego, przyczem zgodzono się na skorygowanie wyniku na 8:8. W niedzielę Czesi nie stawili się wskutek zdekompletowania składu, wobec czego Polsce przyznano 16:0. Czesi ulegli poprzednio Węgrom 1:15 i Bawarii 7:9. Węgry wygrały z Bawarią 12:4.

Polacy rozegrali nadto mecz Łódź—Budapeszt z wynikiem 8:8. Zwycięstwa odnieśli Seweryniak, Mayer, Konarzewski i Stibbe.

W Wiedniu odbyła się przed kilkoma dniami premiera pierwszej scenicznej komedii sportowej pióra literatów austriackich Raimanna i Schwarza pod tytułem: „Król piłkarski” (Der Fussballkoenig). Sztuka ta napisana została na podstawie motywów zaczerpniętych z życia piłkarzy, przyczem kilka ról objęli gracze Admiry. Przyjęcie komedii przez publiczność przychylnie.

KRAJOWE RAKIETY TENISOWE  
„OLMAR”

są do nabycia we wszystkich  
składach artykułów sportowych



## LEKKA ATLETYKA

Kusociński, dodał do swych trzech zdobytych w r. b. pucharów — czwarty, a mianowicie wygrał z łatwością bieg „Kurjera Poznańskiego”. Walka Kusocińskiego z Petkiewiczem w Narodowym biegu (4.V g. 12) będzie sensacją sezonu. Na dalsze miejsca mają szanse Sawaryn, Sarnacki i Motyka. Z innych biegów na przelaj notujemy zwycięstwo Sawaryna we Lwowie, Czubaka i Babrajówny w Krakowie, Mścibrodzkiego w Grodnie, Jurkowskiego w Warszawie, Kosewskiego we Włochach, a Węckowskiego w Grudziądzu.

Zaczęto już także na bieżni, przyczem w Poznaniu Warta pokonała Sokół w sztafecie 4×400 (3:38.8) i kobiecej 4×75—41.2.

W Król. Hucie biegi sztafetowe 20 × 400 m. i bieg rozstawny 8600 m. wygrał Stadjon 20:06 i 26:30.

Lokajski osiągnął w Warszawie 604 w skoku w dal, 32.02 w dysku, 44.80 w oszczepie i 9.59 w kuli. Melich skoczył w wyż 169 cm.

W niedzielę zakończone zostało zebranie Polskiego Zw. Lekkoatletycznego pod przewodnictwem p. T. Kuchara. Po udzieleniu absolutorjum ustępującemu zarządowi, wybrano nowy zarząd w składzie: prezes — kpt. Misiński, wiceprezesa — pp. Łebkowski i Szkolnikowski, członkowie: C. Foryś, Paruszewski, Hołowacz, Dobrowolski, Mierzejewski, Miłobędzka, Szlachciak, Sterba, Szenajch i Weintal. Jako delegaci do Z. Z. pp. Frenkiel i Lepkowski, komisja rewizyjna pp. Foryś W., Semadeni i Anecki.

Sprawa ekspedycji amerykańskiej Petkiewicza została ostatecznie wyświetlona. Opiekun Petkiewicza, p. Weintal, udzielił zarządowi PZLA wyjaśniającego sprawozdania. Podkreślił on, że Amer. Zw. Lekkoatl. mógł, w myśl swego regulaminu, udzielić pozwolenia na startowanie dopiero po przybyciu do Ameryki, co też uczynił. Amer. Z. L. wydał Petkiewiczowi bardzo przychylne świadectwo w dniu jego wyjazdu do kraju. Sprawa zawieszenia przez Międzynar. Feder. lekkoatletyczną rozpatrywana będzie na kongresie 20 i 21 b. m. w Berlinie. P. Edstrom, sekretarz Federacji wystosował ostatnio pismo do lotewskiego Z. L. A. proponując polubowne załatwienie całej sprawy.

Walne zebranie PZLA udzieliło p. Weintalowi podziękowania za opiekę nad Petkiewiczem.

Na Kongresie kobiecej Federacji, który odbył się w Pradze pod przewodnictwem pani Milliat, Polska reprezentowana była przez mjr. Sterbę. Głównym punktem obrad były przygotowania do tegorocznych Igrzysk w Pradze. Zatwierdzono rekordy: Konopackiej dysk oburzając 66.48 i Walasiewiczówny 60 mtr — 7.6.

Bieg Ilustr. Kurjera Codziennego w Krakowie odbędzie się 11 maja.

Mecz Warszawa—Białystok rozegrany zostanie 6 lipca w Białymstoku, a mecz Katowice—Król. Huta w dn. 18.V.

W ciągu obecnego sezonu zawodów w halach amerykańskich polska lekkoatletka Walasiewiczówna postawiła szereg rekordów światowych w hali, a mianowicie bieg 40 jardów — 5 sek., bieg 45 jardów 5 sek., bieg 50 jardów 6 sek., bieg 60 jardów 7 sek., bieg 60 mtr. 7.5 sek. (wynik lepszy od rekordu światowego Mejzlikowej), bieg 220 jardów (201 mtr) 26.1 sek. Walasiewiczówna przybędzie w ciągu lata do Polski i weźmie udział w mistrzostwach Polski oraz w Igrzyskach Kobietych w Pradze. Podobno jednak Amer. Zw. L. A. czyni starania celem zatrzymania naszej zawodniczki na stałe w Ameryce.

## KOLARSTWO

W Zegrzu w dniu 3 maja 1 pułk. łączności organizuje bieg kolarski szosowy 30 km. dla zawodników nielicencjonowanych. Zapisy na welodromie przy ul. Targowej 2.

Tegoroczny III Kolarski Bieg dookoła Polski rozegrany zostanie w dniach 3—17 sierpnia i liczyć będzie 11 etapów — 2500 klm. Organizacją biegu zajmuje się w roku bieżącym wyłącznie Warsz. Tow. Cyklistów, które projektuje ułożenie trasy w formie ósemki t. zw. że uczestnicy w połowie dystansu przejeżdżać będą przez Warszawę.

Z biegów szosowych ub. niedzieli poza „Stadjonówkami” notujemy bieg 50 km. WTC, w którym Stahl pokonał Stefańskiego, Popończyka i Napieracza, oraz bieg dookoła Śląska (140 km) wygrany przez Wlokasa 4:43.

## GRY SPORTOWE

Ubiegła niedziela obfitowała w imprezy w grach sportowych o mistrzostwo Warszawy, które odbyły się, z niewielkimi odchyleniami, ściśle według terminarza. W dalszym ciągu rozgrywek w siatkówce męskiej swego rodzaju sensacją była porażka AZS-u najpoważniejszego kandydata do tytułu mistrzowskiego z YMCA w stosunku 21:25. AZS z powodu speszenia się swym osłabionym składem przegrywa pierwszą partię 6:15 i mimo pięknej gry w drugiej połowie nie może odrobić straconych punktów. Inne wyniki: AZS—Barkochba 30:5, YMCA—Barkochba 30:5, zaś Abs. PIWF przegrali walkowerem 0:30 do Polonii i Barkochby. W pierwszych grach siatkówki kobiecej zarysowała się kolosalna przewaga AZS-u i Polonii nad pozostałymi drużynami. AZS pokonał Warszawiankę 30:9 i Makabi 30:9, zaś Polonia Jutrznia 30:5 i Abs. PIWF 30:3. Makabi—Jutrznia 30:17. W koszykówce męskiej w osłabionym składzie grająca Polonia z trudem uporała się z YMCA 34:27. AZS pokonał Skrę 32:10, zaś Abs. PIWF niespodziewanie ulegli Strzelcowi 8:12. Pierwsze gry koszykówki kobiecej przyniosły nieoczekiwanie dobrą formę Polonii i wysokie cyfrowo zwycięstwo nad Warszawianką 28:4, oraz słabą grę AZS-u, mimo zwycięstwa nad Abs. PIWF 13:6. Na koniec w hazenie szybko wracająca do formy Grażyna zwyciężyła Makabi 6:1, Skra. doskonale strzałowio usposobiona, pokonała Abs. PIWF 10:4, wreszcie Warszawianka przegrała walkowerem 0:3 do AZS. Poza to rozpoczęto rozgrywki o mistrzostwo w kl. B.

W mistrzostwach siatkówki w Krakowie prowadzi Cracovia.

W Poznaniu w turnieju hazeny o mistrzostwo okręgu Warta zwycięża Sokół w stosunku 13:3 (6:1). Koszykówka. Finał mistrzostw okręgowych kl. A. przyniósł zwycięstwo AZS nad słabszą fizycznie Wartą w stosunku 34:19 (14:16). Marcinkowski uplasował się na trzecim miejscu, bijąc Drukarza 27:18 (17:10). W towarzyskim spotkaniu Seminarjum I bije Wartę II 14:12.

Ośrodek w. f. we Lwowie zorganizował propagandowy kurs gier i zabaw, który udał się doskonale.



Z ostatnich imprez lekkoatletycznych w Poznaniu. Z lewej strony start biegu „Kurjera Poznańskiego”, w którym zwyciężył Kusociński, w środku sztafeta 4×75 m. Warty (Chudzička, Musielewska, Krzyżanka, „Czarna”), a na prawo sztafeta Warty 4×400 m. (Ziółek, Biniakowski, Szwarz, Pawlak).





Z lewej strony Bułanów (Pol.) odbija piłkę na meczu z Pogonią, w środku Fontowicz (Warta) w wyskoku na meczu z Minerwą (Berlin), a na prawo moment meczu ŁTSG-ŁKS w Łodzi.

## BOJE PIŁKARSKIE

Po tygodniu przerwy znów 10 klubów walczyło ub. niedzieli o poprawę swych pozycji w tabelce ligowej. Wyniki nie przyniosły specjalnych niespodzianek, gdyż czołowe zespoły wygrały swe mecze i utrzymały się nadal na swych pozycjach, natomiast sytuację Garbarni i Warszawianki nie doznały poprawy. Garbarnia nie zdołała zainkasować żadnego jeszcze punktu, a Warszawianka, rozegrawszy w 5 meczach 4 „wyjazdówki” — stoi niewiele lepiej.

Najciekawszy mecz odbył się w Łodzi, gdzie będąca w bardzo dobrej formie Wisła pokonała Ł. K. S. 2:0 i wykazała wyraźną przewagę. W Krakowie Garbarnia dopiero po zaciętej walce uległa leaderce, Cracovii 1:2, a w Poznaniu Warszawianka uznać musiała wyższość Warty 2:4. Pozostałe dwa mecze zakończyły się remisowo Polonia—Pogoń 2:2. Czarni—Ł. T. S. G. 0:0.

Stan „rekordu bramek”

5 bramek — Kozok,

4 bramki — Herbstreich, Lubowiecki,

3 bramki — Durka, Malik, Staliński, Kniola,

2 bramki — Śmiglak, Król, Francman, Czulak, Mauer, Hanke, Kaczanowski, Radziejewski, Przybysz, Zwierz II, Piliszek.

1 bramka — Jung, Feja, Mazur, Suchocki, Jelski, Joksz, Pazurek I, Pazurek II, Smoczek, Tynowski, Reyman I, Ketz, Sza-

bakiewicz, Czubryt, Rusinek, Szerfke, Peterrek, Wypijewski, Balcer, Malczyk.

Oto tabela ligowa:

K l u b	Grano	Wygran.	Remis	Przegr.	Bramki	Punkty
Cracovia . . .	4	4	—	—	10:2	8
Wisła . . . .	4	3	1	—	9:3	7
Warta . . . .	5	3	1	1	13:7	7
Ł. T. S. G. . .	4	1	3	—	6:5	5
Polonia . . .	5	1	2	2	7:9	4
Pogoń . . . .	2	1	1	—	7:2	3
Ł. K. S. . . .	3	1	1	1	6:4	3
Warszawianka.	5	1	—	4	6:16	2
Legia . . . .	1	—	1	—	1:1	1
Czarni . . . .	2	—	1	1	1:2	1
Ruch . . . .	3	—	1	2	1:7	1
Garbarnia . .	4	—	—	4	4:13	0

W najbliższym tygodniu grają: 3.V Legia—Warta, Pogoń—Wisła, 4.V Warszawianka — Cracovia, Garbarnia — Polonia, Ruch—ŁTSG, ŁKS—Czarni.

Na czoło innych spotkań wysuwają się dwa mecze Atilli (Węgry) z Legią w Warszawie 2:0 i 0:1, oraz zwycięstwa Wackeru (Wiedeń) nad BBSV 4:0, Amatorskim KS 3:1.

W klasie A odbyły się mecze następujące: Warszawa: Gwiazda—Znicz 2:0, Marymont—Makabi 5:0, Skra—Warszawianka 4:1, Polonia 1b—Ruch 3:0, Legja 1b—AZS 7:1. Kraków: Wisła 1b—Tarnovia 3:2, Wawel—Krowodża 2:0, Cracovia 1b—Fablok 4:0, Podgórze—Korona 2:2, Sparta—Legja 3:2, Makabi—Olsza 2:0. Łódź: Turysci—Burza 7:2, Widzew—ŁTSG 1b 2:2, Union—Bieg 0:0. Poznań: Warta 1b—Legja 1:1, Lwów: Pogoń 1b—Ukraina 3:1, Świtez—Czarni 1b 3:2, Hasmonia—Lechia 2:2. Wilno: 1 p.p. leg—ZAKS 1:0, Makabi—Lauda 6:0. Śląsk: Naprzód—Kolejowe P. W. 3:1, BBSV—Hakoah 6:1, Sturm—Grażyna 4:2, Biała Lipnik—Koszarawa 2:1, Diana—Orzeł 1:0, Chorzów—Policyjny K. S. 4:3, Śląsk—I. F. C. 3:1, 07 Siemianowice—Amatorski K. S. 5:4. Zakopane: Gwont—S. N. Wisła 1:1.

Podobno w drużynie Pogoń (Grodzisk) grywa na śr. ataku kobieta, p. Karwacka, która nauczyła się piłki nożnej we Francji.

„La Pologne” (Paryż) pokonała Kremlin 8:1 i Villejuif 7:0.

Czeska drużyna Bata, vicemistrz ligi amatorskiej, grać będzie 4 b. m. z Wartą, 7 b. m. z ŁKS, a 10 b. m. z Warszawianką.

Kurs kierowników piłkarskich zorganizowany przez WOZPN rozpoczął się 24 bm i trwać będzie do 1 maja. W kursie tym bierze udział 58 uczestników z prowincji i 32 z Warszawy. Ćwiczenia praktyczne odbywają się w godzinach przedpołudniowych na boisku Legji pod kierunkiem p. Kałuży, a wykłady popołudniu w Cytadeli. Wykłady prowadzą inż. Grabowski, kpt. Mielech, dr. Szewczykowski, kpt. Dębowski, kpt. Szempliński, mec. Rusecki.

W finale o puchar angielski Arsenal pokonał Huddersfield 2:0. Widzów zebrało się 100 tysięcy, a 200 tysięcy odeszło od kas bez biletów.

## STRZELANIE

W Warszawie rozegrano 3-dniowe harcerskie zawody strzeleckie, przyczem w grupie młodszych wygrał Zajda przed Piwowarskim, a w grupie starszych — Kotwa przed Boyem, Drużynowo wygrał zespół 1 druż. lotn. Poza tym odbyły się mistrzostwa Legji, w których konkurencję panów wygrał Rutecki (tak z broni długiej jak i krótkiej), konkurs pań: Strzemińska, a strzelanie na czas — Rebandel przed Ruteckim.



Martyna (Legja) główkuje na meczu z węgierską Atillą.

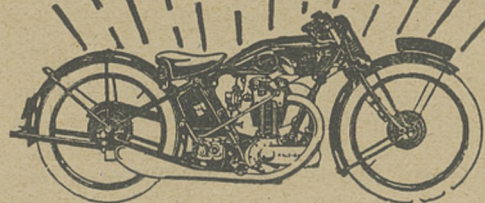


Kozok (Cracovia) w walce z obroną Garbarni.



# SILNY i SZYBKI jest

## RALEIGH



ZBUDOWANY WEDŁUG WSZELKICH WYMA-  
GAŃ NOWOCZESNEJ TECHNIKI I ZNANY NA  
CAŁYM ŚWIECIE ZE SWEJ NIEZAWODNOŚCI

Żądajcie katalogu od:

**THE RALEIGH CYCLE Co. Ltd.**  
**NOTTINGHAM (Anglja)**

PAMIĘTAJCIE  
O PRENUMERACIE

### Każdy powinien czytać Na Straży

Dwutygodnik Organ Wojew. Komitetu  
Wychow. Fizycznego i Przysp. Wojsk.  
w Katowicach

poświęcony sprawom kultury fizycznej,  
przysposobienia wojskowego i sportu.  
Wychodzi 1 i 15 każdego miesiąca.

Prenumerata roczna 12.— złotych,  
kwartalna 3.— złote.

Konto Pocztovej Kasy Oszczędności  
w Katowicach Nr. 305300.

ADRES REDAKCJI i ADMINISTRACJI  
Katowice, ulica Jagiellońska,  
Gmach Województwa.

## ŁÓDZIE SKŁADANE „ZENITH”

WYŁĄCZNA SPRZEDAŻ

*Two Komispol S.A.*  
**WARSZAWA** BIURO PRZEDSIĘWZIĘCIA

ZŁÓŻ OFIARĘ  
NA FUNDUSZ OLIMPIJSKI  
Konto P. K. O. 7498

**KLUBY i TOWARZYSTWA SPORTOWE**  
już mogą zamawiać trykotaże  
podług własnych wzorów w fabryce  
trykotaży

**JAN MATUSZEWSKI**  
WARSZAWA — NOWY-ŚWIAT 40.

U w a g a: „FIGI” niezbędne dla każdego spor-  
townca, już są do nabycia we wszyst-  
kich sklepach firmy.

### REDAKCJA i ADMINISTRACJA:

Warszawa, Galerja Luksemburga (ul. Senatorska 29).  
Telefon 70-56. Konto P. K. O. 7498.

### PRENUMERATA WYNOŚI:

Rocznie . . . . .	Zł. 24.—
Kwartalnie . . . . .	Zł. 6.—
Miesięcznie . . . . .	Zł. 2.—

Prenumerata zagraniczna 50% drożej.

### CENNIK OGŁOSZEŃ:

1/1 . . . . .	Zł. 400.—
1/2 . . . . .	Zł. 210.—
1/3 . . . . .	Zł. 150.—
1/4 . . . . .	Zł. 110.—
1/6 . . . . .	Zł. 60.—
1/18 . . . . .	Zł. 35.—

Ogłoszenia w tekście i zagraniczne 50% drożej.

Rękopisów nie zwracamy.

Redaktor i Wydawca: Mieczysław Majcher.

Zastępca Redaktora: Aleksander Szenajch

Redaktor przyjmuje od 11 — 13, Sekretariat czynny od godz. 9 — 13.

Drukarnia Techniczna, Sp Akc., Warszawa, ul. Czackiego 3/5.



### KUPUJCIE TYLKO KRAJOWE RAKIETY TENISOWE

najwyższy gatunek strun o wysokim  
naprężeniu

CENY KONKURENCYJNE

Szybka i tania naprawa, wyplatanie  
i odnawianie rakiet zepsutych

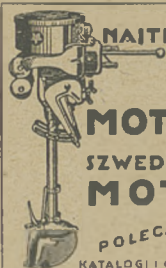
**L. WAHL, Warszawa, Chmielna 58.**

### CENTRALNA KOMISJA DOSTAW ZWIĄZKU HARCERSTWA POLSKIEGO



poleca wszelki sprzęt sportowy i turystyczny  
w najlepszych gatunkach po najtańszych cenach.  
Cenniki na żądanie. Wysyłka na prowincję za zaliczeniem.

Warszawa, Traugutta 2. Konto P. K. O. 536. Tel. 145-54.



NAIWRWALSZE ROWERY KRAJOWE  
**B. WAHREN**

MOTORY PRZYCZEPNE i STAŁE DO ŁÓDZI  
SZWEDZKIE „PENTA” i „ARCHIMEDES”  
MOTOCYKLE GILLET / HERSTAL /

POLECA **B. WAHREN · WARSZAWA**  
KATALOGI I OFERTY NA ŻĄDANIE ŚWIEŹOKRZYSKA 26



## ŁÓDZIE

ŻEGLARSKIE  
WIOŚLARSKIE  
MOTOROWE

i WSZELKICH INNYCH TYPOW  
STOCZNIA ŁÓDZI

**URBANIAK**  
POZNAN  
DROGA DEBIŃSKA 10 tel. 33-54