

Kiadóhivatal:

Budapest, IV. Váci-utca 2
Aigner Lajos könyvkeres-
kedése.

Előfizetési díj:

Negyedévre 2 frt.
Félévre 4 frt.
Egész évre 8 frt.

Egyes szám 20 kr.

Hirdetések díja: két hasábo-
s petit sorért 25 kr.

HERKULES

TESTGYAKORLATI KÖZLÖNY

SZERKESZTIK

PORZSOLT JENŐ PORZSOLT KÁLMÁN

KIADJA AIGNER LAJOS.

Szerkesztőség:

Budapest, VIII. József-körút
67. sz. a.

Kéziratokat vissza nem
küldünk.

Bérmentetlen leveleket nem
fogadunk el.

AZ «ACHILLES» VELOCIPÉD- ÉS CSÓNAK-EGYLET, AZ «ARADI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «BALATON-EGYLET», A «BEREGSZÁSZI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «BUDAPESTI KERÉKPÁR-EGYLET», A «BUDAPESTI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «BUDAPESTI TORNA-EGYLET», A «BUDAPESTI VASPARIPA-EGYLET ELŐRE», A «DEBRECZENI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «DEBRECZENI TORNA-EGYLET», A «FERTŐI CSÓNAKÁZÓ-TÁRSASÁG», A «GYŐRI CSÓNAKÁZÓ-EGYESÜLET», A «KASSAI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «KOLOZSVÁRI ATHLETIKAI CLUB», A «KOLOZSVÁRI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «KÖRMENDI ATHLETIKAI CLUB», A «KUNSZENTMÁRTONI CSÓNAKÁZÓ-KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «MAGYAR-ÓVÁRI TORNA- ÉS VÍVÓ-EGYLET», A «MAROSVÁSÁRHELYI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «LÉVAI TORNA- ÉS VÍVÓ-EGYLET», A «MAROSVÁSÁRHELYI TORNA-EGYLET», A «NAGY-BÁNYAI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «NAGY-ENYEDI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «NAGY-KANIZSAI TORNA-EGYLET», A «NAGY-KÁLLÓI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «NEMZETI HAJÓS-EGYLET», A «NEPTUN BUDAPESTI EVEZŐS-EGYLET», AZ «Ó-BUDAI TORNA-EGYLET», A «PANNONIA CSÓNAK-EGYLET», A «POZSONYI HAJÓS-EGYLET», A «PRIVIGYEI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «RIMA-SZOMBATI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «SÁTORALJA-UJHELYI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «SALGÓ-TARJÁNI VASPARIPA SZÖVETKEZET», A «SELMECZI AKADÉMIAI ATHLETA-CLUB», A «SOPRONI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «SZABADKAI TORNA-EGYLET», A «SZARVASI KORCSOLYÁZÓ-KÖR» A «SZEDEDI CSÓNAKÁZÓ-EGYLET», A «SZEDEDI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET» ÉS A «SZEDEDI TORNA-EGYLET»

HIVATALOS KÖZLÖNYE.

A vallás- és közoktatásügyi m. k. miniszter 8 nagyméltósága 41,020. számú rendeletével ajánlja e lapot Magyarország összes tanintézetének.

Olvasóinkhoz.

Ha Magyarországot, különösen a fővárost az újságok és a lakók száma arányában sorakoztatnánk a más államok és fővárosok mögé, úgy mi a sornak legelején állnánk. A mi napi és heti lapjaink aránytalanul számosak olvasó-közönségünkkel szemben. Fővárosunknak például kétszer annyi napi lapja van, mint a népesebb és mindenestre míveltebb Bécsnek. Vidéki lapjaink sem állnak helyes arányban olvasóikkal. — Mi nem újságolvasó, hanem újságíró nép vagyunk!

Magyar lap ily viszonyok közt sohasem is emelkedhetik sem szellemi, sem anyagi tekintetben oly tekintélyes állásra, mint a külföldi nagy lapok.

Hanem mind e dolgok, a mi lapunkat illetőleg előnyösebb színben tűnnek fel. — Lapunk a «Herkules» csaknem két éves fennállása óta versenytárs nélkül egyedül áll a sporttéren és olvasóinak száma, mindenki azt hihetné, aránytalanul számosak más lapokéval szemben.

Ily feltevésre jogosíthatta olvasóinkat maga az a tény is, hogy mi a minden lap által szokásba vett előfizetési felszólításokkal sem alkalmatlankodtunk, és negyedévenként nem állottunk elő sem kéréssel sem panasszal. Most sem ezért írjuk e sorokat, de kötelességünkben áll e helyről, honnan a magyar sportélet a legjobban megismerhető, pár őszinte szót, épen az ügy érdekében, szólni.

Lapunk homlokán olvasható *negyvenegy* működő sport-egylet, és az ország minden iskolájában működő torna-tanítók oly nagyszámú olvasó sport-közönséget képviselnek, mely ha valóban olvasó-közönség volna, úgy nem egy, de három-négy sport-lap fennállását biztosítaná. — De mondjuk ki őszintén, hogy a mi sport-közönségünk még annyira sem olvasó-közönség, hogy lapunk támogatására elégséges volna.

Nem mondjuk, hogy a viszonyok nem biztatnának a magyar sport, és ezzel együtt a magyar sport-lap állandó megerősödésével, de a haladás igen gyenge. El kell ismernünk azonban, hogy a csak alig húsz éves sportéletünkben kevés olyan mozgalom is for-

A «HERKULES» TÁRCZÁJA.

Testedző játékok.

Táboros.

A játszótér egy 40—50 lépés hosszú és 20—40 lépés széles derékszögű négyszög képezi minden oldalról cserjékkel, sövény-nyel vagy akármivel körülhatárolva. Minden keskeny oldalon van egy tábor, mely megről is felismerhető kell, hogy legyen. Mindegyik tábor jobb oldalán 2—3 lépés távolságban egy-egy fogoly-hely van úgy, hogy két szemközti sarokban egy-egy ilyen fogoly-hely van. A 20 és 40 közt levő játékosok két pártra oszlanak és egy-egy táborra megszállanak. Most pl. az A párt egy ügyes játékosja megnyitja a játékot, a midőn az ellenpárt felé szalad és azokat előnyomulásra csábítja. Nagyon messze nem mehet, mert az ellenpártból eg néhány előre fut és kézzerinással elfogják. Ő egyiket sem érthet meg, mert az *később* futottak táborukból; visszafordul tehát táborához, mi által új olag «zabad»-dá lön, azaz újra előrenyomulhat. Ez alatt az A pártból mások is előjönnek, kik a B pártbelieknél előbb jöven, ezeknek meg kell futamodniok, mert főszabály az: hogy csak *később* előjövőknek

van joga az *előbb* kirohanót megértenie és így elfognia. Sokan egyszerre ne rohanjanak előre.

Ha valakit elfognak, a játék pillanatnyilag megszűnik; az elfogott a fogoly-helyre áll, bal lábával a fogoly-helyen, jobb lábát azon kívül előre tévé és jobb kezét előre tartván. A játék egy-egy szakában csak egy ejthető foglyul. Ha 3 vagy 4 foglyul esik, a *játéknak vége van*.

Minden párt a foglyokat megszabadítani igyekszik, mi úgy történik, hogy egyik játékos érintetlenül az ellentábor fogoly-helyére nyomul és a fogoly előre nyújtott jobb kezét megérinti. A «felszabadult»-ak visszatérnek táborukba. A fogolynak nem szabad megmenője elé szaladni. Míg következő szabályok tartandók szem előtt:

1. Ha valaki a tér oldal határain túl szalad, fogolynak tekintendő.

2. A ki egy másikat megüt a nélkül, hogy joga volna ahoz, vagy «álj»-t kiált érintés nélkül, foglyul esik. Nézet ülönbség esetén az állítólagos ütő határoz az érintés meg vagy meg nem történté iránt.

3. Ha mindkét játékos azt állítja, hogy később nyomult előre, úgy minden a régienél marad, visszatérnek táborukba.

4. Ha mindkét párt egyszerre te- ez foglya szert, vagy ha egyik párt foglyul ejt valakit, a másik ugyanakkor egyet megment, az érvénytelen.

dult elő, mely a sportnak olvasó-közönséget nevelhetett volna. Napi lapjaink csak kevés évvel ezelőtt is alig, vagy éppen nem vettek tudomást a sport-mozgalmakról. Míg lapunk fennállása e téren is jó hatást idézett elő. Ez időtől kezdve ugyan is minden lap több figyelemben részesíti az eddig árva testi erősödés ügyét, sőt két-három lap az angol lapok jeles mintájára szakértően vezetett sportrovatot is vezet.

Lapunk megindítása óta természetesen olvasóink száma is fokozatosan növekedik, de mégsem úgy, hogy vele áldozatkész kiadónk gondjai elenyésztek volna.

A nagyméltóságú vallás- és közoktatási miniszter úr lapunkat megindítása óta kegyes figyelmére méltatván és már régebben, lapunk más helyén közölt, meleg ajánlattal kegyeskedett a «Herkules»-t támogatni. — E magas soroknak sem volt azonban oly hatása, hogy ne volna okunk ezekre olvasóink és általuk a nagyobb sport-közönség figyelmét felhívni.

Lapunkban, mely hetenként jelen meg, feltalálhatja minden sport kedvelője az őt érdeklő dolgok lehető érdekes ismertetését. A torna-tanítóknak minden számunk legbecsesebb útmutatást és gyakorlat anyagot nyújt, sőt a serdülő ifjúság számára is tanulmányos olvasmány lapunk. — Mint egyedüli közege az ország sport-egyleteinek, lapunk a vidék és a főváros sport-mozgalmairól a leghívebb képet nyújt. — Lapunkat az ország legtekintélyesebb, mondhatnánk valamennyi sportírója megkeresi soraival.

Hogy munkásságunknak a sport minden ágában látható nyoma van, azt mindenki belátja. Nem kell itt más tényre hivatkozni, mint hogy a «Herkules» fennállása óta tizenkét virágzó sport-egylet alakult és, hogy sport ünnepélyeink mindegyre szaporodnak.

A magyar sport-közönségnek azt hisszük, szüksége van lapunkra, de hogy létezhesen, nekünk is szükségünk van támogatására. Tisztelettel kérjük tehát olvasóinkat előfizetésük megújítására és lapunknak minél szélesebb körben való terjesztésére. — Nem annyira a szó valódi értelmében áldozatra kész kiadónknak, annál kevésbé a magunk érdekében fordulunk olvasóinkhoz a lap támogatása iránt, hanem a még fiatal és gyenge magyar sport érdekében.

A SZERKESZTŐSÉG.

A velocipéd története.

(Igali Szvetozártól).

Daczára annak, hogy a velocipéd sportja csak néhány évi létezését számíthat, mégis aránylag rövid idő alatt, igen nagy kiterjedést szerzett magának. Azon számos javítások és újítások által, melyek a gép gyártásában először különösen a francia gyárosok részéről tétettek, — nyerhette ezen sport azt a lendületet, mely ma napról-napra jobban nyilvánul. — Azon célból, hogy az olvasó, a velocipéd első typusa óta eszközölt, s fokról-fokra tett javításokkal megismerkedjék, helyén lesz itt; akkor, midőn a velocipéd tökéletes átalakulásával találjuk magunkat szemben, akkor, midőn az angol gyárosok mai napság kijelentették, miszerint a bicycle úgy, ahogy ma van gyártva, elérte tökéletességének netovábbját, — érdekes lesz a velocipédnek történetét adni.

Az eszme, hogy oly gépeken szállíttassuk magunkat, melynek nincs más mozgató ereje, mint az, mit az ember gyakorol rá helymozgatási célból, sokkal régebb, mint a hogy gondolnók. 1774-ik évben egy angol ujság «l' Universal Gazette» említést tesz egy kis négy kerekű kocsiról, melyet két rajta ülő ember hoz mozgásba. Öt évvel később-n Franciaországban, a versailles-i udvarban egy gépet mutattak, mely rugók segítségével hozott mozgásba, a rugókra a kar és lábak ereje hatott. Azonban arra nézve, hogy a gép mozgásba jöjjön, oly nagy erőt kellett rá fordítani, hogy le kellett róla mondani.

Csak 1816-ban, tehát az első kísérletek után negyven évvel, báró Drais de Saverdrunnak sikerült egy oly gép-félét kitalálnia, melynek a mai bicyclihez a legtöbb hasonlatossága van; — ezen gépnek — valószínűleg a feltaláló neve után — a «Draisienne» nevet adták. E gép két egyenlő nagyságú kerékből állt, — melyeknek átmérője 65—70 cm. volt, a kerek egyaránt egy fagerincz által voltak összekötve, s e fagerincz közepére volt a nyereg helyezve, melyre a hajtó ráült. A nyeregére ülve lábai hegyével a talajt rugva eszközölte a helyváltoztatást. Azonban egy részről a fáradtság, mibe a gép hajtása került, másrészt a gúny és csúfolkodás, mivel ezen állítólagos helyváltoztató gépnek első apostolait nagyon is bőven elhalmozták, megakadályozták azt, hogy a gép közkedveltségüvé legyen. Ezen időben a «Draisienne»-ek szabad bejárattal bírtak a nagyúri publikum által látogatott nyilvános kertek és sétatermekbe. Legalább ezt látszik bizonyítani egy 1818-ik évről keltezett rézmetszet, mely a Luxembourg kert fasorai közt lefolyt velocipéd-versenyt tünteti elő. 1830-ban a posta s több más intézmény megújították az első kísérleteket, igyekeztek tökéletesíteni, de mintán nem tudtak csak haszontalan eredményeket előállítani, ezen gépek tökéletesítésének eszméjéről végkép lemondtak.

Ismét húsz évnek periódusa mulott el, — Michaux, párisi kocsigyárhoz egy «Draisienne»-t adtak javítás végett. Javítás közbe eszébe jutott neki, hogy megpróbálja a gép hajtását oly módon megkísérteni, hogy a kerék tengelyt pedállal ellátott forgatyuval erősíti meg, ekkor nem lesz kénytelen lába hegyével a talajt rugdalni, mely operációnak helytelenségét a rövid idő

5. Ha egy párt egyidejűleg foglyul ejt valakit és megment egy foglyot, vagy ha egyszerre két foglyót ért, csak egyik érvényes szabad választás szerint.

6. A ki érintetlenül az ellentáborba nyomul, az a téren kívül visszatérhet táborába. De ez csak zavarólag hatván a játékra, elhagyandó.

7. A foglyoknak nem szabad a játszókat zavarniok.

Jegyzet. Gyakorlott játékosok az úgynevezett «zászló-védő»-t is játszzák. Minden párt táborá előtt pár lépésnyire zászlót vagy botot tűz, a mely aztán az ellenpárt által elrablandó. Ha ez megtörténik, az illető párt játéknyeres. Különbben a fenti szabályzatok itt is érvényesek.

Tyúk és karvaly.

Egyenletes lágy pázsiton legalkalmasabb ezt játszani. 10—15-en vehetnek részt benne, ha többen vannak, esetleg több játszósztályok képződnek. A játék alapgondolata az, hogy egy tyúk csibéit védelmezi a ragadozó karvaly elől. A játszókat két legérszökebb adja a tyúkot és karvalyt. A többiek — a csibék — a tyúk mögé állanak, a mennyiben vagy a tyúkot adó játszó dereka köré font kendőbe, vagy egymást vállába fogódzkodnak. A karvaly ugrándozva közeledik, elesíteni igyekezőn valamelyik csibét. A tyúk — ki maga sérthetetlen — megvédi csibéit, a mennyiben ide-oda ugrándozva ügyes fordulatokkal a karvaly elé áll. A csibéknek is ügyelniük kell a karvalyra és mindig

a tyúk háta mögé kell ügyes fordulatokkal bujniok. Ha a karvalynak egy csibét kiragadni sikerül, ez a karvaly foglyául esik, azt is meg lehet előre állapítani, hogy ily esetben mindazok, kik a megérintett csibe háta mögött állanak, szintén foglyul esnek. A játékot addig folytatják, míg a tyúk minden csibéit elragadta a karvaly.

Fekete ember.

Egy derékszögű négyszög kövekkel behatárolandó. Sorshúzás útján vagy bármiképpen egyik játékos a fekete ember lesz. Ő áll most az egyik táborba, a többiek mind a szemközti táborba. A fekete ember karjára jelvényt kap. Ezen kiáltással: «féltek a fekete embertől» ez elhagyja táborát, a többiek: «nem, nem!» kiáltással szintén előre nyomulnak és a fekete ember mellett el az ellentáborba igyekeznek. A fekete ember a másik táborba futása közben egyet vagy többet megérinteni törekszik a nélkül, hogy visszafordulna. Ha ez neki háromszori előnyomulás után nem sikerül, úgy más lép helyére. Minden fogoly az övéhez hasonló jelvényt kap és a fekete embernek segítségére lesz. A játék addig tart, míg mindből fekete ember lesz. — Ha már csak egy játékos maradt érintetlenül, úgy ennek 3-szor át kell futnia. Ha e közben sem érintetik, úgy joga van a következő játékban fekete embert kinevezni, ellenkező esetben ő lesz a fekete ember a következő játékban. — A ki a játszótér határain kívül fut, érintettnak tekintendő.

alatt tönkre tett cipők hangoztatták különösen. Erneszt fiának végre sikerült magát egyensúlyban tartani a pedálos velocipéden; igaz, hogy sok türelmébe s fáradságába került. Végre kedve sok volt hozzá — néhány eséssel meg nem törődött. — Tehát 1855. évben készült az első pedálos velocipéd!!

Ez évtől kezdve a velocipéd folytonos tökéletesbülése felé halad. 1866-ban a kovácsolható vas helyettesíti a fát; 1867. a bicycle még jobban tökéletesbedik, s beavatottjainak száma mindinkább növekszik.

Nevezetes tökéletesbülési év gyanánt említhető az 1869-iki; az évben ugyanis Párisban a Pré-Catelan-on egy különleges kiállítás rendeztetett. Itt már kautsukot találunk fakereken, — sőt mi több, találunk már vaskerekeket, — ezek voltak az elsők!

A kautsukos kerekeket az ez időbeli veloce-barátok nem igen szerették, azoknak száma igen csekély volt, kiknek gépe kautsukekű volt. Azt állították ugyan is, hogy megengedik, hogy a kautsuk versenyek alkalmával előnyös, de rendes úti-gépekre nem való, mert hamar kopik.

Ugyancsak 1869-ben, kevéssel a Pré-Catelan-on eszközölt kiállítás után Páris és Rouen között velocipéd-versenyt tartottak. Elsőt e nembelit. A két hely közötti távolság szolgált pálya gyanánt. A beérkezett 3 elsőnek kautsukos bicyclije semmiféle komolyabb romlást nem mutattak. Elsőnek érkezett J. Moore, másodiknak Castera, mindkettő párisi, harmadiknak Bobilier, Voironból. A díjat tehát kautsukos velocipédek vitték el; ennek következtében a kautsuk használatát, melyet eddig a vélt helyes szakismeret megtagadott, — általánosan elfogadták.

1870-ben a fakerekeknek ütött végórja. Valamennyit feszített acél-lemezekből készítettek által pótolták. Meyer nevezetű párisi gyárosnak köszönhető az ezen téren történt első komolyabb javítások; kerekei különösen könnyűség tekintetében nyertek sokat. Miután acél kezdte helyettesíteni a fát a kerekek készítésében, a velocipédeknek általános súlya, mely ezelőtt — még a fakorszakban — 32 egész 35 kiló volt, most már 20 egész 22 kilóra redukáltatott. Megjegyezzük, hogy a gépek magassága még ez időben csak 1 méter, 21 cm. 10 m. között ingadozott; — magasabb gépet nem készítettek.

A velocipédek ezen tökéletes átalakulása, mint a hogy gondolhatjuk is, néhány gyárossal igen jelentékeny veszteségeket szenvedtetett, t. i. azokkal kiknek raktárai fakerekű vasazott velocipédekkel voltak megtöltve. Hogy összehalmozott áruinak mégis szerezzen vevőket, egy előnyösen ismert párisi gyárosnak, Pascaud úrnak igen jó ötlete támadt. Régi több darabból álló keréktalpaikat, egy egységes egészről állókkal helyettesítette ezeket, nem vasalta körül, hanem egy ragasz segítségével, melyet előzőleg megfelelően preparált, egy kautsuk gyűrűvel vette körül, melynek háromszög formájú volt átmetszete. A kautsuk gyűrű mással nem is erősítettett a keréktalphoz, mással se hozzá nem kötöttett, sem a maiak példájára nem eresztetett a keréktalp barázdájába. Ilyen formán készítve a gépek eléggé könnyűek voltak, de a kautsuk ilyen formán ráhúzva csekély nedvességben leesett a kerék talpáról. Mégis Pascaud úr élve ezen eljárásával,

igen sokat tudott eladni gépeiből, melyeket többnyire azok a veloce-barátok vásároltak, kik még nem igen bíztak az acél-lemezekből készített keréktalpak erősségében.

1871., 1872., 1873. és 1874-ik években a velocipédeknek magassága még nem volt több, mint 1 m. 15 cm., s csak az utóbbi év vége felé, midőn Camille Thuillet, francia veloce-bajnok, haza jött Franciaországba első angolországi utazásából, hol e francia bajnok az angol velocipédisták által egy verseny alkalmával vérményen lehuzatott, mert állítólag egy Meyer-féle gép okozta vereségét, melynek magassága 1 m. 20 cm. volt, — tehát csak akkor kezdték a francia velocipédisták a magasabb gépeket megrendelni, készítettek maguknak 1 m. 35 cm. egész 1 m. 40 cm. magasságú gépeket. Tanácsosul s útbaigazítással fentebb említett veloce-bajnok szolgált, — igaz ugyan az is, hogy az angolok már néhány év óta magas gépeket használtak.

Ugyancsak ez idő tájban, Truffault úr tours-i gyáros, ki különben megérdemelte jó hírnevét, az ezen napokig készített legjobb munkákat túlszárnyalta élelmes találmányával. Megtalálta a talány feloldását, mit mind ez ideig lehetetlennek tartottak, mind franciaországi, mind más államokban élő kollégái. Találmánya egyszerűen abból állott, hogy az általa készített velocipédek erősek és könnyűek voltak.

Michaux úr és a Compagni Parisienne-nek könnyű velocipédjei 30 kilósak voltak, magasságuk 1 méter volt. Később Meyer úr már 20 kilósakat készített, s ezeknek magassága meg 1 m. 10 cm. volt. 1875-ben Truffault gyáros, miután gépeinek üres keréktalpat és vellát készített egy 1 m. 25 cm. magasságú gépet 15 kilós súllyal tudott előállítani; és valamivel későbbben ugyan e gyáros már 1 m. 40 cm.-es gépet, a majdnem hihetetlen 10 kiló 500 gram súllyal állított elő. Ezen könnyű gépen nagy utazásokat tett a gyáros, mint az akkori hírlapokból tudjuk, többször megtette az utat Toursból Angersbe oda és vissza. 1878-ban megtette — s mindig e könnyű gépen Toursból Párisba az utat, a nélkül, hogy gépének legcsekélyebb baja lett volna.

A tours-i gyárosnak ugyancsak akadt munkája, hogy valamennyi megrendelésnek eleget tegyen, mindenki tours-i könnyű gép után áhitozott. Hogy munkáján némileg segítsen, nyert szabadalmait és gép-formáit — busás áron természetesen, — Clement et Comp. pári-i gyár-társaságnak adta el.

Az angolok szívesen elismerték az üres keréktalp előnyös voltát, azért tehát a «Maschinist Compagni» Coventriben, ugyancsak sietett a párisi cézegtől arra nézve szabadalmat szerezni, hogy ők is a francia gyárak találmányát árusíthassák. A szabadalmat e kitűnő angol gyár-társaság megnyerte, s lassanként a többi gyárosok is, innen van, hogy ez idő szírint új szerkezetű gépet látni, melynek keréktalpa sem volna üres — ritkaságok közé tartozik.

Apróbb részletekben Clement et Comp. gyárosok még ez idő szerint is igyekeznek javításokat kieszelni, mely dicséretre méltó törekvésük őket az első angol és francia gyárosok soraiba helyezi.

Medvejáték.

Ezt sokan szokták játszani és nagy térségen. A játszók közül egyik lesz az öreg medve, ki a medve határban tartózkodik. Kivüle minden játszónak zsák van a kezében. Előrenyomulván a medve, feladata leszen összetett kezekkel valamelyik játszót megérintenie. Ha ez sikerül, a megütöttel visszafut határába, a többiek által zsákkal üldözve. Ezután az öreg medve a fogollyal — most szintén medve zsák nélkül — ismét kirohan összefogódzkodva vele úgy, hogy csak szabad kezükkel érinthetnek valakit. A hány játszó medvévé lesz, mindnek a kirohanásoknál össze kell fogódzkodni, és csak a két szélső «medve» üthet szabadon maradt kezével. Szabályok:

1. A ki egy medvét arcul üt, vagy útját állja, vagy fogva tartja, maga is medve lesz.
2. A ki a medvehelyre, vagy a játéktéren kívül fut, medve leszen.
3. Ha a medve lánczolat megszakítatik, vissza kell futniok, míg az szoros, egy medvét sem szabad ütni.

Fazéktörés.

Egy szabad térségre, vagy inkább a játszótér közepébe dugott 2—3 láb magasságú botra agyagesuprot tesznek. A csuport bizonyos számú lépésnyi távolságban egy játszó foglal helyet bekötött szemekkel, kinek kezébe bot adandó, melylyel a csuport

kell összetörnie. A szembekötésnél a csuportító arccal a csupor felé fordul, hogy az irányt magának megjegyezze, melyen menendő lesz. Bekötés után háromszor meg kell fordulnia sarkán, mi alatt azonban ügyelnie kell, hogy az eredeti irányt el ne téveszsze, mit azonban már rendszeren az első fordultnál eltéveszt, mert bekötött szemekkel nehéz nem tévedni. Nevetséges azután látni, mint megy nagyokat lépve és azon biztos hiszemben, hogy céljába ér, az illető, botját magasra emeli és bum! talán a csupor tört szét? Nem! A levegőt hasította a bot. Általános kigúnyolás. Ezután átadja a szembekötött egy másiknak. Így folytatódik a játék, míg egy szerencsésebb játszó általános örömkialtás közt összetöri a csuprot.

«Matt».

A játszó társaság két pártra oszolva a szabadon oly módon áll egymással szembe, hogy a két párt közt mintegy 20 lépésnyi távolság legyen Középen a homokba húzott vonal jelzi a határt.

Most egyesek az ellenséges területbe hatolnak és ellenségeiket tenyereikkel érinteni igyekeznek. Mihelyt ez valamelyiknek sikerült, «matt»-ot kell kiáltania és aztán rögtön az ellenséges területről távoznia. Mert ha a megérintett támadóját még ott éri, a támadóból lesz a fogoly.

A ki szabályszerűen «matt» lett, mint fogolynak le kell lépnie. A játék folytatódik, míg egyik párt teljesen «matt» lesz.

Szabadgyakorlatok az elemi iskolában.

(Folyt. és vége.)

Ellentámasztási gyakorlatok: szemközt állva bal lépő vagy roham állásban bal kéz fogással húzás. Ugyanaz jobbal vagy páros karral. Vállfogással tolas. Jobb alkar tűzéssel húzás. Egyenes testtartással, szögállásban (v. lépő áll.), előre orsó tartással, feszített jobb (b) karral, tenyereket összefektetve, egymás kezét félre tolni és leszorítani. Jobb rohamállásban, jobb marokkal átfogni az ellenfélnek felemelt hüvelykujját, és annak kezét félre tolni, leszorítani és oldalt feszíteni úgy, hogy kénytelen legyen felvett állásából kimozdulni, vesztés fél, ki előbb mozdul ki helyéből, rángatni egymást tilos. Húzás egymásnak háttal állva lent kézfogással stb.

Talicskázás: kettősek a földre mellső fekvő támaszba, kezeket a földre téve guggolás le, lábakkal hátra ugrás, lábakat szétterpesztetni, most az egyesek megfogva a kettősek lábait, guggolás le, fogás után kiegyenesedni, föl, előre indulj, ekkor a kettősek a kezeiken tovább lépkednek, az egyesek pedig őket gyengén tolják. (IV—VI. oszt.)

Társas szabadgyakorlatok hármanként.

Felállítás egy arczsorból, hármas beosztással, hármas sorokba kikanyarodással a legcélszerűbb. Mindegyik megtartja végig a kezdetben kapott számát, bármiként álljanak is a kis hármas sorok.

Hármanként egymás mellett előre arczozal, kettősek (középen állók) egy lépést hátra lépj, előre az egyesnek és a hármasnak a vállára vállfogás föl, egyes és hármas lent egymással kézfogás, most a kettősek *térdelésbe* amazok kezére a jobb (b. v. páros) téddel föl és vissza. Ezután egyes helyet cserél a kettőssel és ugyanaz a gyakorlat. Ezután meg a hármas cserél helyet a középből kilépő egyessel és ismét ugyanaz a gyakorlat. Ha végezték, «helyre» vezéreltetik.

A középen levő *ülést* vesz a fogódzó kezek a fent írt módhoz hasonlóan, ezután a szélről állóknak helyben járás v. egyszer körben kanyarodás vezéreltetik.

Egyes és hármas kézkulcsolás és karhajlítás a mellre, kettősek (középsők) guggolás le és belé fogódzni, amazok alkarjaiba fogás, egyes és kettősek bal lépő állás, most a kettősek ugrással előre vetik a lábukat, hogy *fekve függésbe* jöjjenek, ugrás. Ezen fekvő függésben váltogatott lábvetés (a kettősek) föl, bal kezd, rajta 1, 2, jobb 3, 4. Vagy váltogatva jobb- és bal térdemelés a mell felé és lenyújtás. Helycsere, úgy mint a fentebb írtánál.

Függve állás: kettősek egy lépést hátra lépj, egyes a kettőssel vállfogás föl, kettős az előtte fogódzó karokra fogás és guggolásba le, ebből lépkedni előre vissza, hátra és vissza, a karok mindig nyújtva. Ezen és a fent írt gyakorlatok leginkább a kör felállításban alkalmazhatók.

Merev tartásban emeltetés: egyes és kettős előre arcz, hármas amazokkal szemközt, kettős hanyatt fekvésbe le, merev testtartás, egyes a fejnél a nyakat, hármas a lábakat megfogni guggolás le, emelni fel, kis hintázás jobbra és balra, letenni, — helycsere. — (IV. oszt.)

Nyújtóztatás: kettős hanyatt fekvésbe le, karokat a fej felé nyújtás; egyes megfogja a fekvőnek a kezeit csuklóban, hármas pedig a lábait bokában — fogás; a föl vezérszóra mérsékelt húzással emeltessék fel a kettős a földről, de hintáztatni nem szabad. (IV. oszt.)

Lovagülésből hátra lefüggés: mind a hárman előre arcz, az elől álló hármas lépő állásba a bal lábbal előre lépj, kezeket oldalt eltartani a testtől, kettős előre vállfogás a kettősre és ugrás vezérszóra felugrani terpesztéssel ülésbe a kettős derekára, mely után a hármas átfogja a lábait, — ugrás; most a leghátul álló egyes megfogja vállait az ülésben hátra fejjel lehajló kettősnek, és lassan levezeti, míg annak kezei a földet nem érintik, akkor elbocsátja; a föl vezérszóra ismét segédkezik az egyes a kettősnek a felemelkedésben; leszálni. Helycsere.

Fekve támasz: az elől álló hármasok féltérdelésbe a bal lábbal hátra lépő és letérdelni, lépj; kettősek a hármasok vállaira vállfogás, egyesek hátul guggolás le, a kettősek lábait bokában megfogni, és mihelyt az ugrás szóra a kettős felugrott, azonnal fel is kell emelni annak lábait és kis előre tolással feltámasztani vállmagasságig úgy, hogy az illető kettős fekvő helyzettel támaszkodhassék karjaival a térdelő hármason. Az V—VI. oszt. úgy is vehet fekvő támaszt, hogy az előtartó egyén áll, és a lábat hátul emelő egyén a feje felé tolja föl a társa lábait.

A fa-báb: egyes és hármas szemközt, a kettős közöttük középen egészen merev testtartást vesz és így dől mellel előre, de mielőtt a földre dőlne, a hármas egyén kezeit a melle elé tartva, azt dőlésében megállítja és visszatolva gyengén áttaszítja az egyesnek a keze ügyébe, a kettős ekkor is, mint egy fa-báb,

hagyja hátra dőlni testét, bizva az egyesnek felfogó törekvésében, a mi ennek kötelessége is. Ezen ide odaszállítás alatt a kettős egyszer sem hagyja el az állását. Helycsere. Végül ez vezéreltetik: helyre.

Vegyes társas gyakorlatok néven nevezhetők végül a sajátos gyermekjátékok, mikről más helyen leendő szó; itt csak mellelleg említettük meg egy pár torna szabad-játék: bakugrás, egyik egyén a másikon át, kezeivel pillanatra annak lehajlított felső testére, vállaira támaszkodva; körben bokázva szökdelés kézfogással; kakas viadal, csak az V—VI. osztálybeliek által; bukfencz a földön vezérszóra tömegben, ki bír gyorsabban felegyenesedni utána; hanyatt fekvés egymás mellett kézfogással, ebben a helyzetben karlendítések és lábgyakorlatok, és végül felegyenesedni ülésbe a nélkül, hogy a kézfogás feladatnék, szintén így állásba is, stb.

«Budapesti (budai) torna-egylet».

Körlevél!

Tisztelt tagtársak!

A választmány megbízásából, Önök szíves tudomására huzzuk: 1-ször, hogy vívási tanfolyamot ez évben is rendezünk egyesületünk helyiségeiben.

A tanfolyam vezetését ismét Keresztessy József úr vállalta el; de különösen a kezdők érdekében megtettük ez uttal azt is, hogy Bély Mihály urat, a tanfolyamra oktatóul szintén alkalmaztuk.

A vívási tanfolyam 1885. évi november hó 1-től, 1886. évi márczius hó végig tart, és abban minden egyleti tag részt vehet.

A vívó-órák, egyesületünk torna-termében, és pedig hetenként háromszor, u. m. kedden, csütörtökön és szombaton d. u. 6 órá-tól 7 óráig fognak megtartatni.

Az eddigi gyakorlathoz képest, a tanfolyamon az egylet tulajdonát képező vívó-szerek használatának.

Az öt hónapig tartó tanfolyamban résztvétel díját a választmány összesen: 17 frt 50 krban állapította meg, de egyuttal megengedte azt is, hogy ezen összeget a résztvevők 3 frt 50 kros előleges havi részekben fizethessék meg.

Tisztelt tagtársak! Kérjük Önöket, hogy a résztvétel iránti szándékukat vagy levélben, vagy az egyleti helyiségben kitett iv alájegyzése által, mielőbb bejelenteni sziveskedjenek, hogy a résztvevők száma felől mielőbb tájékozhatassuk magunkat, mert ha 30-nál kevesebben jelentkeznek, úgy a hetenkénti három órát megtartanunk nem lehet, de másrészt kötelezve vagyunk a mesterekkel szemben arra, hogy az órák számának leszállítását legfeljebb október hó 15-éig várjuk tudassuk.

2-szor, tudomásukra hozzuk Önöknek azt is: hogy 12-ik korévüket meghaladott fiúk számára, Bély Mihály úr egyleti torna-tanító vezetése alatt, torna- és vívó-tanfolyamot szerveztünk.

A torna-tanfolyam folyó évi október 1-én kezdődik, és hetenkénti három órával, u. m. kedden, csütörtökön és szombaton d. u. 1/2 5 órától 1/2 6 óráig tart 1886. évi június hó végeig; a vívási tanfolyam pedig, f. évi november hó 1-én kezdődik, és ugyan-csak hetenkénti három órával, u. m. hétfőn, szerdán és pénteken d. u. 1/2 5 órától 1/2 6 óráig — 1886. évi márczius hóval végződik.

E tanfolyamokban résztvevő egyleti növendékek, az egész tanfolyamokra vannak kötelezve, és havonként előlegesen 1—1 frtot kötelesek az egylet pénztárába fizetni.

8-szor, hogy a f. é. május hóban kelt körlevelünkben már érintett női torna-tanfolyamot, Egan Luiza kisasszony vezetése alatt folyó évi október hó 5-én kezdjük meg.

Minthogy azonban eme tanfolyamra sokkal kevesebben jelentkeztek, mint azt reméltük, egyelőre hetenként csak két órát, és pedig: minden hétfőn és pénteken d. u. 1/2 5 órától 1/2 6 óráig fogunk tartatni. Az ezen tanfolyamban résztvétel feltételei, a fentebb idézett körlevelünkben már szabályoztatván, ez uttal csak az ott előadottakra utalunk.

4-szer, köztudomású és így Önök előtt is ismert dolog, hogy a «Várszínház» viszonyai előnyös változáson mentek keresztül; miert is a választmány az egylet érdekében levőnek találta, hogy az említett színházban, a mult évadban bérelt földszint, jobb oldal első sor, nyolcz darab zártszéket, az október-márcziusi évadra bérbe vegye.

Az egyesületünk által bérelt nyolcz (8) darab zártszék, nem csak a havonként tartandó 12 rendes bérleti, hanem az esetleg rendezendő bérlet-szüneti előadásokra is, Önök rendelkezésére áll.

A bérelt zártszékek igénybe vétele tárgyában, a választmány következő szabályt állapított meg:

a) a zártszékeket nem csak az egylet (tisztelőbeli, alapító, működő és pártoló) tagjai, hanem az ezek háztartásában élő családtagjaik is használhatják.

b) egy-egy előadásra, a tag maga és háztartásában élő családtagjai részére, három jegynél többet igénybe nem vehet.

c) a jegyek csakis az előadás napján válthatók, és pedig déli 12 óráig az egyleti helyiségben (I. ker., Krisztina-város, Attila-utca 52. sz.), 12 órán túl pedig, a várban, a honvédelmi minisztérium portájánál.

d) a váltott jegyek többé vissza nem vétetnek, de azért azokat csakis egyleti tagnak lehet tovább adni.

e) a zártzárak ára úgy a bérletes, mint a bérletszünetes előadásra egy (1) forintban állapított meg, és ezen összeg a napi-jegy átvételkor lefizetendő.

Budapest, 1885. szeptember hó 20-án.

A «Budapesti (budai) torna-egylet» választmánya nevében:

Báró Feilitzsch Arthur,
egyl. jegyző.

Jenny Antal,
egyl. elnök.

Budapesttől Adonyig.

Egyleti megállapodás folytán múlt hó 20-án pont 7 órakor reggel a Széchenyi kávéház előtt találkoztunk. Vuits István, Bartay Oszkár, Rémy Zsigmond, Szathmáry Oszkár, Rupp Ferencz, Gödl Károly, Fischer Ferencz, mint a M. V. C. tagjai, Mondok P., Mozer György, Bisaker Sándor urak, mint vendégek szívesek voltak kirándulásunkon részt venni.

Reggelizés után, $\frac{1}{4}$ 8 órakor útnak akarván indulni, Vándory úr szolgálja óriási léptekkel felénk közeledett, azon hirt hozva, hogy ura is szándékozik velünk tartani, de minthogy úgy is $\frac{1}{4}$ órával később kérését nem teljesíthettük és útnak indulunk. Már jó hajtásban voltunk, midőn Fischer úr, ki hivatalos kürtösi állásának megfelelő gyorsasággal haladt, egy útszéli kőbe megbotolva fejest csinált. Bisaker úr a testi és jó lelki barátja, csupán barátságából példáját követve, szintén bukócsetet csinált.

Tovább haladva Szathmáry úr a vidék és a természet bájos szépségének szemlélésére merülve, velocipédjével együtt egyszerre egy árokban találta magát, de flegmatikus ember letére, ezzel mit sem törődve kimászott, innen tovább ballagott. Hasonló intermezzo ért engem is, a mennyiben Porzsolt barátomtól kikölcsonzótt kengurú gépén neki iramodtam gyors hajtással, megtelekezve, hogy nem magas pedállal ellátott 54-es bicyclimen ülök, a kengurú gépnek majdnem földig érő pedálja egy útszéli kőbe beleakadt és leestem. Felkelve éreztem ugyan, hogy a kővek kiméretlenül megdörzsölték kezemet, de eszembe jutott Porzsolt barátom figyelmeztetése, hogy egy pedáltörés 15 frtba kerül, fájó kezemmel mitsem törődtem a gép megvizsgálásához fogtam. Nagy volt az öröm, midőn azt sértetlenül találtam. Most összeszedtem erőmet és erős hajtásokkal a már jó távolságban levő barátaim után haladtam, kiket nemsokára utólértem.

Téténybe érve, kapitányunk Vuits úr észre vette, hogy egy sváb fiú a gép elé egy nagy követ dobott. Csak Vuits ismert ügyessége kerülhetett ki a bukást, ugyanis művészi ugrásával a kormányrud felett leugorva, gyorsan megfogta a kis svábot s pár gyöngéd legyintéssel jó magaviseltre intette.

Tovább folytatva az utat Téténytől a Csillag csárdáig igen jól folyt a dolgunk, de innen az emelkedések kezdődnek, hol Vándory úr, ki későbbben indult Budapestről ismert jó menésével utólért bennünket és vele egyetemben szerencsésen Ercsibe érkezünk.

RÉMY ZSIGMOND.
a «M. V. C.» pénztárnoka.

(Folyt. köv.)

Botgyakorlatok.

(Képekkel.)

Egyik gyakorlási mód az, midőn két egyén egymás mellett áll, és ugyanazon botot fogva végeznek egyenlő karmozgásokat, esetleg törzs- és lábmozgásokat is egy időben. A másik gyakorlási mód az, midőn két egyén egymásnak ellene működik, különféle összeállításban húzva vagy tolva egymást (u. n. ellentállási gyakorlatok).

Párosan egyenlő mozgások végeztetéséhez a leghelyesebb csapattest felállítás a következő (v. ehhez hasonló): két külön arcz-sorba sorakozz. Egyik sor a másiktól 4 lépés távolban. Mindkét sorban külön a jobb szárny-egyéntől kezdve balfelé kettős besorolás. Mindkét sorban az egyes számúak jobbra át. Az első sorbeli egyesek egymás után sorban menet egy-egy botért (a botrakáshoz) indulj, botot jobb kézben tartva a háttérbe és onnét az álló sor mellett felvonulni, ki-ki saját helyére ismét belép. A

második sorban levő egyes számúak szintén botokért menet indulj — vissza helyre. Most mindkét sorban a botot az egyesek és kettősök a testük előtt lenyújtott karral a végeinél fogva tartják: botot mellső tartásba föl. Mindkét sorban jobbról kezdve, minden második pár két lépést előre indulj. — A gyakorlatok legnagyobb részt ugyanazok, minők a tagszabadgyakorlatoknál már felemlítve voltak. Fő az, hogy az egyes a kettőssel pontosan, egybevágóan mozogjon a vezérelt ütemben. Végezetül a



viasszorakozás így: azon párok, kik kezdetben előre két lépést kiléptek volt, apró lépésekkel menet hátrafelé a helyben maradt párok közé indulj. Botot a kettősök elbocsátják, egyesek a jobb kézbe «súlyba», illetve középen fogva a test mellett tartani. Kettősök az egyesekkel karfűzés föl, kettős sorokba jobbra kikanyarodni, $\frac{1}{4}$ kanyarodás az egyesek körül indulj. Első oszlop menet indulj — menet közben a botokat egy bizonyos helyre lerakni. Második oszlop az elsőnek a hátsó végéhez csatlakozva menet indulj, botokat szintén le. Menet közben minden balról járó kettős besorakozni a jobbról álló párjának háta mögé: egy sorba vissza szakadozz. Az eredeti két külön arczsor felállítás helyére vonulni.

Párosan ellentálló gyakorlatok végzéséhez leghelyesebb felállítás szintén az előbb írt. A gyakorlatok végzésénél nem egymás teljes legyőzésére kell törekedni, hanem csak egymásnak erősen ellentállani. Páronként jobbra $\frac{1}{4}$ kanyarodást helyben tenni indulj. Egyes a kettőssel szemközt! Gyak. péld.: jobb (b) lábbal előre lépj, botot mindketten páros karral középen fogva — húzás, elég. (L. a rajzot). Botot fogva párok ülésbe a földre le,



lábfejeket összetéve térdhajítás és nyújtás felváltva, egyszer az egyes számú emelkedik fel az ellenfél húzása mellett, azután meg a kettős számú, míg amaz leül. (L. a rajzot). Kis rohamlépés jobb (b) lábbal előre (h) lépj, botot jobb kézzel középtáján, ballal a végén fogva fogás, egymást erősen húzni v. tolni, húzás v. tolás — elég. Botot a vállra föl és így tolás vagy háttal állni egymásnak húzás és tolás stb.

Bottal hármanként társas gyakorlatok.

A csapattest felállítás olyan legyen, hogy hármanként zárkózva minden irányban, de leginkább az arcz és hát irányában 3—4 lépésnyire legyenek egymástól a hármak sorok. Így például két külön sorban hármanként kikanyarodni vagy nagy kört képeztetni.

Gyakorlatok rendesen azok, mik előbb már részben a bot nélkül végzendő hármak társas gyakorlatoknál említették, és a minők részben az alacsony nyújtó-rúdon vagy a magas támfán szoktak elővételni. Legkedveltebbek azok, melyeknél az egyes és hármak (szélről állók) a botot erősen tartják, abba fogódzik a kettős (középen álló) és végez fekvő függéseket és fekvő támaszokat, vagy felül vagy feláll az alacsonyan tartott botra és emelteti, hordoztatja magát, mely alkalommal jobbra-balra vállfogást vesz az illető, stb.

A torna-tanító testi ügyessége.

Ez alkalommal csak a népiskolai torna-tanítóról szólva, minden esetre első kívánni valónak kell tekintenünk, hogy ügyesen vezérelni és a gyermekekkel jól bántani tudjon a tanító. Csak másodrendű követelmény az, hogy az illető tanító ügyes tornász is legyen. De annyi saját testi ügyességgel, annyi tornázási képességgel kell bírnia minden torna-tanítónak, hogy a tagszabadgyakorlatokat önmaga is kifogástalanul, szépen és könnyedén megmutatni, cselekedni bírja, és hogy a szereken az egyszerű gyakorlatok végzéséhez értsen.

Általában az iskolai tornázásnál ritkán áll be szüksége annak, hogy a torna-tanító egyes szorgyakorlatokat személyesen végzve mutasson be. Ilyen esetek leginkább ott fordulnak elő, a hol az együtt tornázók száma csekély (20—30), a melynek következtében mind egy szernél egy vezérlés alatt tornáznak, és a hol a gyermek előtornászok még nem eléggé képzettek.

A népiskoláknál leghelyesebb eljárás az olyan, a melynél a növendékek, ha több szeren is, de egyidőben mindannyian egy és ugyanazon fajta szeren akként tornáztatnak, hogy minden egyes gyakorlatot a torna-tanító vezérli, az előtornászok bemutatják és a segítség nyújtást az előtornászok eszközlik. Ezen eljárási módnál pedig a gyakorlatok első bemutatása (előtornázása) kifogástalan legyen. Ha a torna-tanító valamely oknál fogva az elővetettni szándékolt gyakorlatot tökéletesen végezni nem tudja, akkor az előtornászoknak kell ehhez már előzőleg érteniök. Tehát előtornászok képzése még azon esetekben is okvetlen szükséges, ha a torna-tanító vezérli is a gyakorlatokat, a segédkezés és a rend fentartás könnyítése végett. Előtornászokat pedig csak azon torna-tanító képezhet, ki gyorsan és sikeresen, a ki képes őket szemléleti oktatás módjával tanítani, illetőleg ő maga is tornázni tud.

A fentiek szerint és a népiskolai tornázás igényeihez képest nagy körvonalokban a következők kívánatosak minden népiskolai torna-tanító testi ügyessége tekintetében:

1. Képes legyen a torna-tanító a szabadgyakorlatok mindegyikét helyes kivitelben és akként mutatgatni, hogy az oldalmozgásoknál, kar, láb és testtörzsnek jobbra vagy balra végzendő gyakorlataiknál, a vezérlett oldallal mindig az ellenkező oldalra történjék a gyakorlat bemutatása. Ezen viszátság a vezérlés és a gyakorlatok bemutatása között azonban csak az esetben van helyén, ha a vezérli tanító a tömegben álló növendékekkel szembe nézve áll. Szükséges, hogy a torna-tanító annyi testi ügyességgel bírjon, hogy midőn jobbra vezérel valamely mozgást, ugyanakkor ő balra végezze ugyanazt; szükséges erre mintegy mászkönnia azért, mert nem csak a gyermekek, de még a felnőttek tornázása is felette megkönnyebbítettik a tagszabadgyakorlatoknál az által, ha nekik nem csak mondatik, hanem tényleg mutattatik is az az irány, a melyben a mozgást végezniök kell.

2. Képes legyen a torna-tanító saját testén szerzett tapasztalatok nyomán minden gyakorlatot akként ismerni, hogy mily fokú, mennyi ideig tartó alkalmazás mellett, mennyire veszi igénybe a test erejét. Mert csak így lesz képes eltalálni a helyes gyakorlatokat és azok mértékét. Tehát minden elővetettni szándékolt gyakorlatot, ha nem is megcsinálnia, de alaposan ismernie kell a tanítónak.

3. Képes legyen a torna-tanító függésben és támaszban szép testtartással könnyebb lóbázási és lendülési gyakorlatokat végezni, magas ugrásban legalább egy méterig könnyű és szabályos testhordozást mutatni, távolugrásban legalább 3 méternyire könnyen ugrani. Jó, hogy ha a nyújtó rúdra egy pár könnyebb móddal fel tud jutni függésből ülésbe vagy támaszba, például: térdfel-lendüléssel, kelepfelvetődéssel. Jó, hogy ha legalább két méter magasságig szabályosan fel tud mászni a kötélre vagy a rudakon különféle módokon. Jó, hogy ha a létrán való függeszkedéseket bírja csinálni.

Egyáltalán nem követelhető egy népiskolai torna-tanítótól sem oly fokú tornászati készség, hogy az úgynevezett «műgyakorlatok» csoportjából is többet végezni tudjon. Sőt még az egyszerű forgásokat a nyújtón, és nehezebb összetételű gyakorlatokat bárhol is, ne legyen köteles csinálni az illető tanító, mert mi sem válik nevessegebbé a növendékek szeméi előtt, mint ha valamely gyakorlat végzésébe a tanítóját belesülni vagy igen erőlködni lája. A forgások egyáltalán a megtett emberknél erősen nem gyakorolhatók, de annyit kell ezekhez is érteni, hogy a helyes segítés és szóbeli magyarázat nyomán könnyen menjen az előtornászok beoktatása.

Legyen azonban bár mennyire is ügyes valamely torna-tanító, mindenképen óvakodni kell a gyermekek túlerőltetésétől. Nem az a fő, hogy minél többféle szebb és nehezebb gyakorlatokra taníttassanak bele a gyermekek, hanem az, hogy a legegyszerűbb gyakorlatokkal szép testhordozást, éberséget, cselekvési kedvet, élénkséget, életrevalóságot neveljünk beléjük. FLEISCHER VICTOR.

Velocipéd kirándulás.

Salgó-Tarjánból Kápolnára, — Kápolnáról Budapestre két nap alatt.

Szeptember hó 15-én reggel 6 óra 55 p. indultam gépemem s érkeztem 9 óra 13 p. Pásztóra. 26 km. Az út Kis-Terenyéig (12 $\frac{3}{4}$ km.) jó, csak a város közelében rosszabb. Eső után lévén, az út igen rögös volt, mi mellett még ellenszéllel is kellett küzdeni és két hegy s egy emelkedés előtt le kellett szállnom. — Pásztón a nagy vendéglőben reggelitem, a mi után daczára az erős ellenszélnek 9 ó. 40 p. folytatam utamat, s érkeztem 12 ó. 4 perczkor Gyöngyösre. (27 km.) Az út mindvégig hullámos, első harmadrésze rögös. Mindig szél ellen hajtvá, két hegy előtt le szálltam. Gyöngyösön a templommal átellenben lévő szállóban ebédelttem s egy érai alvás után — mi jótékonyan hatott — délután 2 óra 15 perczkor újból gépemre ültem s meglehetősen oldal-széllel a szilárd, köves gyöngyös-kápolnai útra tértem. Kápolnára 4 óra 6 perczkor érkeztem, 28—30 km., a mint itt mondják régi 4 mértföld. — Testvérbátyámhoz szállva a nap hátralévő részét pompás kényelemben töltém; e közben csoportonként kérték az ott még nem látott gép megismerését, mit ámbár készséggel, de nem kedvvel tettem.

Másnap 16-án reggel 7 órakor indultam. Mivel vasparipásnak jó út kell, újra Gyöngyösre hajtottam s érkeztem 6 óra 55 perczkor. Egy rokon meglátogatása 45 perczet vett igénybe, s így 9 óra 40 perczkor folytattam utamat; sokkal jobb erőben, mint a megelőző napon — Hatvan felé, hová 11 óra 20 perczkor érkeztem, 22 km. Aszódra 11 óra 45 perczkor indultam, hová 12 óra 57 perczkor érkeztem. 16 km. Itt ebédelvén — hosszabb ideig tartózkodtam, várva a hőség csökkenését; azonban sietnem kellett, hogy az esetleg előmbe jövő barátaimat messze ne farszszam. Így 2 óra 10 perczkor indultam s érkeztem 3 óra 17 perczkor Gödöllőre. A 12 km. utat nagy erővel 1 óra 7 percz alatt voltam csak képes behajtani; azért ajánlom minden vasparipásnak ezen út kikerülését. — Gödöllőről 3 óra 45 perczkor indultam s Budapestre (25 km.) 7 óra 5 perczkor érkeztem, illetőleg érkezünk; ugyanis Gödöllőt elhagyva már barátaimmal találkoztam, kik Budapestig folyton szaporodtak, s kikkel a legjobb kedélylyel — útközben időzve — beérkezési időnk hosszúra nyult ki.

Utazásom egészben véve jól ment, de magányosan hosszúnak tűnt föl. — Igen meg voltam elégedve, hogy két napi utazásom közben még akaratlanul le sem kellett szállni gépemről; már ennek örültem, — míg a főváros egyik külső utcáján egy lovas-sal — pedig lámpám égett — ütköztem össze, de egy hatalmas balkézzei lökéssel megmentettem magam s gépem a ló alá kerüléstől s átugorva kormány-rudakat, gépemmel együtt talpon maradtam.

A fővárosban Vuics István úrhoz szálltam, honnan néhány percz múlva az akkor kezdődő M. V. C. gyűlésünkre siettünk. Végig nézve a szép gyülekezeten, bátran állíthatom, hogy kevés egylet van, hol ily fiatal, életerős ifjúság állana ily példás ösz-szetartásban.

Tervemben volt, hogy visszafelé az utat ismét vasparipán hajtom be, — Kápolna kihagyásával — egy nap alatt, (128 km.) de nem valék jó erőben, és így a vasutat vettem igénybe.

BARELLA ANDOR,
a S. T. V. Sz. kürtőse

A vallás- és közoktatásügyi m. kir. miniszter

TREFORT ÁGOSTON ő nagyméltósága

Magyarország összes tankerületi kir. főigazgatóihoz és kir. tanfel-
ügyelőihez még a múlt évben a következő iratot intézte:

47020. szám.

A «Herkules» című testgyakorlati hetilap, szerkesztik Porzsolt Jenő és Porzsolt Kálmán, háromnegyedévi fennállása után olyan-nak bizonyult, mely a maga nemében szakirodalmunkban hézagot pótol, ennél fogva terjedése kívánatos.

Felhivom tehát ezimet, hogy hatáskörében az iskoláknak s azok előjáróinak ajánlja a szaklap megrendelését. Az állami és államilag segélyezett iskolák megrendelhetik költségvetésükből. A felekezeti iskoláknak ajánlani lehet a megrendelést.

Kiterjed e jól szerkesztett szaklap első helyen a tornázásra, azután a korcsolyázás, csónakázás, vívás és velocipédezés körére. A lap kiadója Aigner Lajos budapesti könyvkereskedő; hozzá kell intézni a megrendeléseket. (Ára negyedévre 2 frt, félévre 4 frt, egész évre 8 frt.)

Budapest, 1884. december hó 17-én.

Trefort s. k.

Előfizetési felhívás

„HERKULES”

TESTGYAKORLATI KÖZLÖNY,

Az „Achilles” velocipéd- és csónak-egylet, az „Aradi korcsolyázó-egylet”, a „Balaton-egylet”, a „Beregszászi korcsolyázó-egylet”, a „Budapesti kerékpár-egylet”, a „Budapesti korcsolyázó-egylet”, a „Budapesti torna-egylet”, a „Budapesti vasparipa-egylet előre”, a „Debreczeni korcsolyázó-egylet”, a „Debreczeni torna-egylet”, a „Fertői csónakázó-társaság”, a „Győri csónakázó-egyesület”, a „Kassai korcsolyázó-egylet”, a „Kölcsvári athletikai club”, a „Kölcsvári korcsolyázó-egylet”, a „Körmendi athletikai club”, a „Kunszentmártoni csónakázó korcsolyázó-egylet”, a „Magyar-óvári torna- és vívó-egylet”, a „Marosvásárhelyi torna-egylet”, a „Nagybányai korcsolyázó-egylet”, a „Nagy-nyeddi korcsolyázó-egylet”, a „Nagykanizsai torna-egylet”, a „Nagy-kállói korcsolyázó-egylet”, a „Nemzeti hajós-egylet”, a „Neptun budapesti evezős-egylet”, az „Ó-budai torna-egylet”, a „Pannónia csónak-egylet”, a „Pozsonyi hajós-egylet”, a „Privigyei korcsolyázó-egylet”, a „Rima szombati korcsolyázó-egylet”, a „Sátoralja-újhegyi korcsolyázó-egylet”, a „Salgó-tarjáni vasparipa szövetség”, a „Selmeczi akadémiai athleta club”, a „Soproni korcsolyázó-egylet”, a „Szabadkai torna-egylet”, a „Szarvasi korcsolyázó-kör”, a „Szegedi csónakázó-egylet”, a „Szegedi korcsolyázó-egylet” és a „Szegedi torna-egylet” hivatalos közlönye

OKTÓBER—DECZEMBERI NEGYEDÉRE.

Szerkesztik:

Porzolt Jenő — Porzolt Kálmán.

Kiadóhivatal:

Aigner Lajos könyvkereskedése

Budapest, váci-utca 1.

Az egyetlen magyar illusztrált testgyakorlati közlöny megjelenik minden héten egy sűrűn nyomtatott nagy íven, több szép képpel. Közül az összes testgyakorlatok köréből oly cikkeket, melyekből a teljesen laikus olvasó is eljuttathatja az illető testgyakorlatot. A mi csak a testgyakorlatok terén Magyarországon vagy a külföldön történik, arról megbízható és gyors tudósítást ad. A cikkeket érdekes hazai és külföldi képekkel teszi változatosabbá s a testgyakorlatok terén kitűnt férfiak arcképeit közli. Koronkint a sportvilágból vett apróbb mulattató elbeszéléseket és tárczákat is közöl. Szóval a lap minden száma a testgyakorlatok összes neveit érdekes módon igyekszik ismertetni, megkedveltetni és terjeszteni. E munkásságában a szerkesztőseget az ország legjelesebb sportmanjei s legkitűnőbb tornászai támogatják.

Az a vezérszerep, melyet e lap vetélytárs nélkül játszik a testgyakorlatok terén, szerkesztőinek ismert neve, munkatársainak fényes névsora, eddig megjelent számai ak rendkívül gazdag és változatos tartalma, a napisajtó példátlan egyhangú meleg elismerése, az ország legelső egyleteinek körüli csoportosulása s a vallás- és közoktatási m. kir. miniszter ő excellenciájának ajánlása teljesen fölöslegessé teszik a „Herkules” dicséretét.

Az előfizetési ár: negyedévre 2 frt, félévre 4 frt, egész évre 8 frt. — Az előfizetési pénz **Aigner Lajos könyvkereskedésébe** (Budapest, váci-utca 1.) küldendő.

KÜLÖNFÉLÉK.

A kolozsvári athléta versenyekről a következő értesítést vetjük: Vasárnap d. u. 3 órakor szép időben, nagyszámú elegáns közönség jelenlétében folyt le a K. A. C. őszi viadala. Legérdekesebb pont kétségtelenül a bajnoki síkverseny volt; Borbély György a tavasszal kivívott bajnokjelöltséget szépen megvéd-

mezte két vetélytársával (Balogh Vendel és Simonffy Géza) szemben. — A 3218 méter hosszúságú pályát 13 percz 31 másodpercz alatt futotta be jó kondícióban, semmi kétségünk, hogy Borbély Györgyöt a jövő tavasszal a K. A. C. első bajnokául fogjuk üdvözölhetni; csak azt kívánnók, hogy addigra szebb járó modort sajátítson el. A perfekt champion kellékei közé nem csak erő és kitartás tartozik, de könnyedség és elegancia is. A többi versenyekben győztek: síkverseny (91 méter) Balogh Vendel (21 másodpercz); súlydobás (15 fontos vasgolyóval) Deák Lukács (7 méter 90 centiméter); gátverseny (201 méter, hat 95 cm. magas sövény gáttal) Balogh Vendel (35 másodpercz). A birkózás eldöntetlen maradt Páska Zoltán és Borbély György között. A távolugrásban Páska Zoltán ugrott legtöbbet 4 méter 57 és fél cm-ért. A vigaszverseny nevezés hiányában elmaradt. Miután a díjak kiosztottak és Jósika Lajos br. lelkes, buzdító szavakat intézett a közönséghez, a sportünnepe fél 7 órakor véget ért.

A „K. A. C.” szombaton d. u. 4 órakor tartotta a Redut-teremben rendes évi közgyűlést Jósika Lajos br. ő exciája előlülése mellett. A tisztviselők jelentéseinek tudomásul vétele s a költségvetés elfogadása után beválasztottak az igazgató-választmányba: Amberoy József, Bartha Miklós, Csép József, Esterházy Kálmán gróf, Hirschler Ödön, László László, Rózsahegy Aladár dr., Szokolay Kornél és Szüllő Árpád. Számvizsgálóknak: Benke Ferencz, Csermák János és Orbay Ferencz. A közgyűlés utasította a választmányt, hogy a tagdíjhátralékosok ellen szigorú rendszabályokat fogantossin.

Nyilvános számadás. A K. A. C. mult vasárnap tartott nyilvános viadalán felülfizetni kegyeskedtek: Kőváry Mihály 5 frt, dr. Turcsa ezredorvos 1 frt, Rosenberger Ignác 50 kr., Nedorosték János 50 kr. Fogadják az illetők áldozat készségükért a club köszönetét. Kolozsvárt, 1885. szept. 30. Dr. Baintner Hugó r. b. elnök. Illing Sándor pénztáros.

A budai torna-egyletben Zsinger Mihály művezető mellé Bély Mihály megválasztott torna-tanítónak, mivel a tagok az egyletbe felette nagy számmal iratkoznak. Az egyletben a működő tornászok száma a 200-at meghaladja.

Crips amateur velocipédista Amerikában háromkerekű gépén az egy angol mértföldet 3 percz 5 másodpercz legjobb idő alatt hajtotta be.

Cowie angol amateur bajnok mult hó 21-én Londonban egy privátmérkőzésben a negyed angol mértföldet 52⁴/₅ másodpercz alatt futotta be.

A „Kolozsvári Közlöny” a Herkulesről. Erdély e tekintélyes lapja az athletika és testedző játékok megkedveltetéséről szólva, a következő sorokban emlékezik meg lapunkról: A „K. A. C.” hivatalos lapja a „Herkules” minden héten közöl különböző játékokat s gyakorlatokat. Ezekből sokat lehet elsajátítani. *E lap hazánk legtekintélyesebb testgyakorlati közlönye, a vallás- és közoktatási miniszterium mint ilyet, az iskoláknak körrendeletileg ajánlotta.* Csak bámulni tudunk tehát azon, hogy nálunk Kolozsváron a körök, olvasó-egyletek s kávéházak olvasó-termeiben látni egyáltalán nem lehet. Ha az ily helyekre járatnák, az olvasó közönségnek nem csak legkedvencebb, de egyik leghasznosabb lapját képeznék. Óhajtanám, hogy az illető körök s kávéház tulajdonosok ezt figyelembe vegyék.

TARTALOM.

Olvasóinkhoz. — A velocipéd története (Igali Szvetozártól). — Szabadgyakorlatok az elemi iskolában (vége). — Budapesti (budai) torna-egylet. — Budapestről Adonyig (Rémy Zsigmond). — Botgyakorlatok (képekkel). — A torna-tanító testi ügyessége (Fleischer Victor). — Velocipéd kirándulás (Borello Andor). — Trefort Ágoston úr ő nagyméltósága körirata. — Előfizetési felhívás. — Különfélék. — Tárca: Testedző játékok.

FREYTAG ÉS PÁRDUSZ

Budapest, Dorottya-utca 3. sz.

Uri fehérenemű, női pipere, szövött és rövidáru-raktár.

Mellékelt ing

7—10

mintánk saját kiállításunk után készülve,

nyári és utazó ingeknek különféle árban

igen ajánljuk,

darabja frt 2.20, 2.60, 2.80 a legfinomabb kiállításban.

Nyakkendők 15 krtól 2 frtig.

HERKULES-KÖNYVTÁR.

Szerkesztik: PORZSOLT JENŐ és PORZSOLT KÁLMÁN.

Kiadja: AIGNER LAJOS KÖNYVKERESKEDÉSE.

E cím alatt új hézagpótló vállalat indult meg még a múlt év végén, mely a «Herkules» testgyakorlati közlönyvel párhuzamosan a testedző sport, a torna, atletika, csónakázás, korcsolyázás, velocipédezés, úszás, vívás, szóval a testgyakorlatok összes nemeinek ismertetésére és terjesztésére szolgál.

A «Herkules-Könyvtár»-ban önálló becsű szakmunkák fognak megjelenni a testedző sport összes ágaiból.

Minden kötet külön egészret képez és külön megrendelhető.

E kötetek nélkülözhetetlen segédkönyvül szolgálnak úgy a tornatanárjelölteknek, tornatanároknak, sportegyleti művezetőknek, mint megbecsülhetetlen kézikönyvül szolgálnak a sportsmaneknek, tornászoknak, műkedvelőknek és teljesen laikusoknak, kik a «Herkules-Könyvtár» egyes kötetei segítségével a testgyakorlatok összes neveit elsajátíthatják.

Az összes eddigi magyar testgyakorlati irodalom két-három, jobbára elavult munkából állván, e vállalat régóta érzett hiányt fog pótolni.

A «Herkules-Könyvtár» minden egyes kötetét az ország legjelesebb szakemberei írják s szép képek fogják díszíteni.

Nincs a testgyakorlatoknak neve, a melyre a «Herkules-Könyv-

tár» ki ne terjeszkednék s így rövid idő alatt ez a vállalat fogja megvetni a magyar testgyakorlati irodalom alapját.

Minden évben több kötet fogja elhagyni a sajtót s gondunk lesz rá, hogy az egymást követő kötetek nemcsak szakszerűség, hanem változatosság és érdekesség tekintetében is kielégítsék a művelt közönség igényeit.

Nem hirdettünk előfizetést sem e kötetekre, sem társaira, de hiszszük és reméljük, hogy az igazi művelt közönség nem fogja megvonni pártfogását attól—az úttörő vállalatától, mely Magyarország hiányzó testgyakorlati irodalmát van hivatva megteremteni.

Eddig a következő kötetek jelentek meg és kaphatók Aigner Lajos könyvkereskedése útján valamennyi könyvtárban:

- I. A magyar labdajátékok könyve, képekkel. Irta Porzsolt Lajos.
- II. A korcsolyázás kézikönyve, számos rajzokkal. Irta Porzsolt Jenő.
- III. Sport-album, illusztrálva. Írták: Adorján Sándor, Balázs Sándor, Oláh Miklós, Porzsolt Kálmán és Sziklay János.
- IV. Vitorlás kalandok. Irta Szalay Imre, országgyűlési képviselő.
- V. Montpellier-től Budapestig velocipéden. A szerző arcképével. Irta Igali Svetozár.

A «Herkules-Könyvtár» szerkesztősége.

Budapesti KIÁLLITÁSI **SORSJEGY** á 1 ft 4000 nyeremény

Főnyeremény kézpénzben csak 1% levonással

100.000 ft

11 sorsjegy 10 ft

Kiállítási-sorsjáték-kezelősége
Budapest, Andrassy-út 43.

A nekünk bemutatott számtalan megbízható hiteles közönetirat folytán ezen intézet legméltóbban ajánlható.

Titkos betegségeket,

hugycsőfolyásokat és sebeket, az önfertőztetés utóhajtát, az elgyengült férfierőt, magömléseket, a bujakórnak utókövetkezményeit, nőknél fehér folyást, bármennyire is idülték, valamint mindazon női betegségeket, melyeknek a magtalanság egyik főokozója, és bőrbetegségeket, gyógyít új gyógymód szerint biztos sikerrel, gyorsan és alaposan

Dr. GARAY ANTAL

orvos, sebész, szülés és szemész tudor, volt csász. kir. oszt.-főorvos. Lakás: Budapest, VI. ker. gyár-utca 7. I. em. bejárat a lépcsőről, a sugár-utól jobbra a második ház.

Rendel: naponta 10 órától d. e., egész 4 óra délutánig, este 7 órától 8 óráig. — Díjazott levelekre a legnagyobb figyelemmel választanak és gyógyszerokről is gondoskodva lesz.

Nőknek külön váróterem.

Ugyanott megjelent és a szerzőnél Dr. Garay Antalnál megrendelhető:

Népszerű utmutató

a nemi betegségek s ezek észszerű gyógykezeléséhez

című könyv. — Ára 2 frt 50 kr. 849

A könyv tartalma: I. Az ivarszervek leírása. II. A nemi élet fejlődése. III. Az önfertőztetés és az éjjeli magömlések. IV. A húgycsőakár (Tripper) és húgycsőszűkítések. V. A bujakór (syphilis). VI. Fehérfolyás. VII. Elgyengült férfierő. VIII. Női magtalanság. IX. Az ivarszervek megbetegedésének főtünetje a prostitúció.

Kiadóhivatal:

Budapest, IV. Váci-utca 2
Aigner Lajos könyvkeres-
kedése.

Előfizetési díj:

Negyedévre 2 frt.
Félévre 4 frt.
Egész évre 8 frt.

Egyes szám 20 kr.

Hirdetések díja: két hasábos
petit sorért 25 kr.

HERKULES

TESTGYAKORLATI KÖZLÖNY

SZERKESZTIK

PORZSOLT JENŐ PORZSOLT KÁLMÁN

KIADJA AIGNER LAJOS.

Szerkesztőség:

Budapest, VIII. József-körút
67. sz. a.

Kéziratokat vissza nem
küldünk.

Bérmertetlen leveleket nem
fogadunk el.

AZ «ACHILLES» VELOCIPÉD- ÉS CSÓNAK-EGYLET, AZ «ARADI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «BALATON-EGYLET», A «BEREGSZÁSZI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «BUDAPESTI KERÉKPÁR-EGYLET», A «BUDAPESTI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «BUDAPESTI TORNA-EGYLET», A «BUDAPESTI VASPARIPA-EGYLET ELŐRE», A «DEBRECZENI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «DEBRECZENI TORNA-EGYLET», A «FERTŐI CSÓNAKÁZÓ-TÁRSASÁG», A «GYŐRI CSÓNAKÁZÓ-EGYESÜLET», A «KASSAI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «KOLOZSVÁRI ATHLETIKAI CLUB», A «KOLOZSVÁRI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «KÖRMENDI ATHLETIKAI CLUB», A «KUNSZENTMÁRTONI CSÓNAKÁZÓ-KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «MAGYAR-ÓVÁRI TORNA- ÉS VÍVÓ-EGYLET», A «MAROSVÁSÁRHELYI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «LÉVAI TORNA- ÉS VÍVÓ-EGYLET», A «MAROSVÁSÁRHELYI TORNA-EGYLET», A «NAGY-BÁNYAI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «NAGY-ENYEDI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «NAGY-KANIZSAI TORNA-EGYLET», A «NAGY-KÁLLÓI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «NEMZETI HAJÓS-EGYLET», A «NEPTUN BUDAPESTI EVEZŐS-EGYLET», AZ «Ó-BUDAI TORNA-EGYLET», A «PANNONIA CSÓNAK-EGYLET», A «POZSONYI HAJÓS-EGYLET», A «PRIVIGYEI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «RIMA-SZOMBATI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «SÁTORALJA-UJHELYI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «SALGÓ-TARJÁNI VASPARIPA SZÖVETKEZET», A «SELMECZI AKADÉMIAI ATHLETA-CLUB», A «SOPRONI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «SZABADKAI TORNA-EGYLET», A «SZARVASI KORCSOLYÁZÓ-KÖR» A «SZEGEDI CSÓNAKÁZÓ-EGYLET», A «SZEGEDI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET» ÉS A «SZEGEDI TORNA-EGYLET»

HIVATALOS KÖZLÖNYE.

A vallás- és közoktatásügyi m. k. minister 6 nagyméltósága 47,020. számú rendeletével ajánlja e lapot Magyarország összes tanintézteinek.

Szomorú ősz.

A sport híveinek minden évszak meghozza a maga vidámságait. A nyár és tavasz derült ege, mint a tél és ősz csipős hidege más meg más szórakozást nyújtanak, csak érteni kell az időjárás felhasználásához.

Sport tekintetben tehát nincsen szomorú ősz, a mint nincsen vidám tavasz sem, mert sokan sóhajtva fogadják az enyhe szellőt, mely téli gyönyörforrásukat, a tükörsima jeget eltünteti. Sőt mondhatnánk, hogy a mi éghajlatunk alatt a valódi vidám sport-napok éppen az őszi borongós időben telnek le.

No de éppen azért szomorú az ideai ősz, mert ily vidám sport-napokról szót sem hallok. — Figyelemmel olvasva szaklapunkat, mind a napi lapokat, sehol semmi sporthír, mely csak egy kicsike versenyről is értesítene.*

* A cikk tisztelt írója megfélemezik a csak közelebb lefolyt kolozsvári athléta versenyekről. Szerk.

Nem szólok most a ló- és ügető-versenyekről, lövész-ünnepélyek és vadászatokról, hanem csak a csónak-, athléta- és velocipéd-versenyekről, mint melyeknek évadja éppen ez időre esik. — A torna és vívás ideje nálunk főleg a télre esvén, ezeknek csendje nem tűnhetik még fel.

Ezen szomorú ősz előidézésének okait keresve, mindjárt az tűnik fel, hogy hát miért éppen az edző sportokban áll be a hanyatlás, és hogy általában a vadászat, lövészet, lósport mellett mért marad az úgy nevezhető ember-sport háttérben, nem csak ez idén, de nálunk még eddig mindig.

Több mellékes körülmény mellett a testgyakorlatok hátramaradásának két főoka van. Egyik az állami körök, másik a magasabb társadalmi osztályok csekély érdeklődése és támogatása a testedzési ügyekkel szemben. Igen sokszor és régóta hangoztatják már az állami nagyobb segélyezést, nem csak a ló-, hanem az ember-versenyeken is, de mind hiában főleg azért, mert még mindig vannak oly felfogásu be-

A «HERKULES» TÁRCZÁJA.

Testedző játékok.

(Folytatás).

«Komám asszony, hol az olló?» vagy fiúknál: «hol a csikóm pajtás?» Ezen játékot legkevesebben hárman, legtöbben húszan játszhatják. A nem igen nagy térségen az összes játékosok számánál egygyel kevesebb élőfák vagy földbe ázott fa-állványok, vagy földbe szúrt botok jelölendők ki *menhelyül* (otthonul). Ezen menhelyek egymástól kissé távolabb, 5—10 méternyire, körben vagy esetleg szétszórva is lehetnek. A játékosok közül sorsolás szerint egy kijelöltetik *fogónak*. A sorsolás történhetik bizonyos versecskének a körbe állt játékosokra alkalmazott tagolásával, midőn azon játékos lesz a fogó, a kire a hosszabb versnek utolsó szótagja esik, vagy pedig az, a kire a rövidebb versnek utolsó szótagja a sokszoros ismétlés után sem esik rá. Ez utóbbi verselési módnál a körből egymás után állnak ki azok, kiken végződik a vers, míg utóljára csak kettő között tétetik verselés. A versmondó önmagán kezd mindíg a verselést, míg a sorrend szerint végre ő is kiesik a számításból. Sorsolás eszközölhető úgy is, hogy a játékosok számánál egygyel kevesebb fadarabka feldobatik a levegőbe, és a ki nem bír egyet birtokába venni, az lesz a fogó.

Vagy pedig annyi gyufaszálat fog egy valaki a markába, félig kilátszólag, a hányan játszanak; minden játékos húz egyet, a ki azt a szálat húzta ki véletlenül, a melynek eltakart fejes vége már előzőleg lecsipetett, az lesz a fogó.

A játékosok most elhelyezkednek a kijelölt egyes fákhoz. A fogó pedig megindul keresni elvesztett ollóját (csikóját) házról-házra (fától fához). Minden fa tulajdonosától kérdi: komám asszony, hol az olló? (fiúknál: hol a csikóm pajtás?) Erre mindazon helyeken, melyek a fogótól kissé távolabb esnek, ezen szavakat hangoztatják: itt az olló! (itt a csikó!) és ezzel egyidőben páronként összevissza egymással gyorsan helyet cserélnek. Ha a fogónak sikerül valamely gazdátlanul hagyott fát előbb megéríteni, mielőtt más valaki odaugornék, akkor megtalálta az ollót (csikót), és helyette az fogja keresni, az lesz a fogó, a kinek az ide-oda futkosásban nem jutott fa. Ha vita támadt a fölött, hogy ki a jogos tulajdonosa egy oly fának, melyhez ketten menekültek, vagyis ha nem lehet több szemtanúval megállapítani azt, hogy melyik érinté meg kezével előbb a fát: ekkor gyors sors-huzással döntet a játék-vezető, t. i. ki a rövidebb fák-kát húzza, az lesz fogó.

Fához fogósdí. Ezen játékot minél többen játszik, annál mulattatóbb. Játshatják legkevesebben hárman, de akár harminczan is. A térség és játékosok számának a nagysága szerint egymástól 5—10 méter távolban egy-egy élőfa vagy állványrész megjelöltetik krétával, mint olyan hely, a hol mindenki menekvést talál.

folyásos egyének, kik magával a versenynyel nem tudnak megbarátkozni.

De az államot, különösen az illetékes közoktatási minisztert épen nem is lehet mulasztással vádolni, hisz ő volt az első, ki az athléta-versenyekre állami arany-érem veretését engedélyezte, és ki közelebb igen bölcsen még a tanuló ifjúságot is lelkesítette az athléta versenyekre.

Hanem az állami segílyt és támogatást nagyban igénylik maguk a testedző-egyletek is, míg a sporttal maguk is meg nem erősödnek. Ez egyleti támogatásnál tünik azonban ki vagyonosabb uraink csekély, majdnem semmi érdeklődése a testgyakorlatok iránt. Es e baj nem is régi keletű. Csak nem régen is még mágnsaink és gazdag uraink meglepő bőkezűséget tanusítottak egyes egyletek alakulásakor, míg most látszólag, pár dicséretes kivétellel, mindnyájan visszahúzódtak a középosztály által vezetett és fentartott sportmozgalmaktól. — E sajnálatos tény okait nem kutatva, csak annyit jegyzünk meg, hogy a visszahúzódas a fővárosban kezdődött, mert vidéken főuraink még most is anyagi és szellemi pártolásban részesítik egyleteinket.

Mit várhatunk tehát a helyzet javítására az államtól és a főurainktól? Az állami segílyezés előtt mindenesetre azt, mit e lapok már többször sürgettek, a torna-tanításnak államivá tételét és ez által helyesebb vezetését, hogy a testgyakorlatoknak igazi terjesztőivé, a sport szenvedélyes gyakorlóivá váljanak a torna-tanítók. — Ezután az ifjúsági és egyleti versenyeknek anyagi és szellemi támogatása is sokat lendítene szunnyadó sportéletünkön.

Mind ezen eszmék terjesztésére csodálatos, épen nem találkozni a miniszteriumi hivatottakon kívül az országban oly befolyásos egyén, vagy épen képviselő, ki szavát az ügy érdekében felemelje. — Épen e lapokból értesültem, hogy Németországban a képviselők mily számos felszólalás, vitatkozás és beszéd által mutatják ki érdeklődésüket a nemzeti erősödés, a testedző sportok iránt, míg nálunk nincs, ki a nemzet elismerését és haláját e ma még szószóló nélkül álló ügyben kiérdemelné. — Nem emlékszem, ha volt e a mi közelebbi országgyűlésünkön pár szó is, a mi ügyünkben szólva. Pedig a kezdő harczos munkáját a jelen és jövő teljes elismerése jutalmazná.

Mágnsainktól és vagyonosabb urainktól pedig még anyagi segílyt sem vár, sem az egyleti élet, sem a sport maga, csak érdeklődést, mely maga elégséges volna a testgyakorlatokat divatossá tenni.

Ha majd mindez a kegyes óhajítás valósulásához közelg, nem lesz többé ily szomorú őszi időnk, mint milyen az idei

P. H. E.

Különféle szabadgyakorlatok.

Gyakorlatok botokkal.

Csapat felállítás: egy sorba sorakozz, jobbra át, botokért menet indulj! botot jobb kézben, középen fogni és a test mellett lenyújtott karal «súlyban» tartani, vissza az első sor, felállásba balra visszakozz. Most lehet 4 — 5 — 6-os nyitott sorokat képeztetni, de legcélszerűbb a lépcsőzetes felállítás, t. i. 4-es (v. 5.) beosztás jobbról kezdve, minden kettős számú két lépést, minden hármasszámú négy lépést, minden négyes számú hat lépést, (5 és 8) egyenesen előre lépni indulj. — Végül hátra arcz, egyesek állva maradnak, többiek vissza egy sorba menet indulj, előre arcz.

A gyakorlatok nagyobb részt oly tagmozdulatokból állnak, minők a tagszabadgyakorlatoknál jeleztek. Tehát itt csak pár tájékoztató gyakorlat jegyeztetik fel.

Botot mellő (hátsó) tartásba mindkét kézzel, a test előtt (mögött) lenyújtott karal fogás. Ezen kiinduló helyzetből páros kar lendítés előre (h. v. old. jobbra) vagy fejfél és vissza. Ugyanezen lendítéssel láb- vagy törzsmozdulatokat egyidőben végezni.

Botot mell elé (fej mögé a nyakra) föl, bottal páros karlökés előre v. oldalt (v. fejfölé) és vissza karhajlítás.

Botot hátul a derékra fektetni és a karokkal átkulcsolni, ezen tartás mellett láb- és törzsmozdulatok végzendők.

Botot mellő tartásból hátsó tartásba vezetni: ez vagy úgy történik, hogy a lábak a kezek között a bot fölött átlépkednek, vagy pedig a botot távol a végei felé fogjuk és fellendítjük a fej fölé, onnét pedig hátra le karnyújtásig (visszas sing tartásba).

Botot váll mellé páros karal: jobb kar lenyújtva marad, míg a bal kéz a jobb vállhoz viszi a másik végét. Ezen mozgással lépő és terpesz állások egyidőben.

Botot jobb (b) kézzel középen fogva előre (oldalt) vállmagasságban kitarítani és ott forgatni, vagy fej fölött nyújtott karal tartva forgatás; vagy egy karal lendítékek, lökések összekötve láb- és törzsmozgásokkal.

Megjegyeztetik, miszerint bottal karmozgások rendszeren más tagmozdulatokkal együtt gyakorlandók, de önmagokban e különös gonddal többször lassú ütemben vagy számlálás szerint is végzendők a szép tartás elsajátítása végett.

Rudakkal összgyakorlatok.

Könnyű és két méternél nem igen hosszabb fenyő-rudakkal szintén hasznosan lehet munkáltatni a torna-növendékeket. Midőn már négyes (5) sorokban áll a csapat, akkor indítatik minden sornak

hat a fogó üldözése elől. Azonban mindég kevesebb menekvés helynek kell lenni, mint a mennyi az összes játszó szám; ha nagy a térség, akkor több, ha kicsi, akkor kevesebb.

Sorsolás szerint egyik játszó fogó lesz, a többi szétszóródva a kijelölt fához állanak. Egy fánál többen is állhatnak. A fogó keresztül kasul futkároz, úgyszintén a többiek is egyik fától a másikhoz. Ha a fogónak sikerül egy fától távol állót üldözés közben kezével elébb megérintenie, mielőtt az valamelyik kijelölt fához érhetne, azonnal megszűnt fogó lenni, és helyette a megérintett lesz a fogó. Az újabb fogónak azonban az elődét rögtön elfognia nem szabad, míg ez is egy fához nem ért. Üldözés közben senkinek sem szabad a játék térről messze kifutva menekülnie, hanem ügyes hajlongással és gyorsan kanyarodó szökdelésekkel kell az esetleg szembe jövő fogónak érintése elől kitérni.

A ki a játék-térről messze elfut, büntetésül fogóvá lesz. A játszó vagy ruháját erősen megravadni a fogónak tilos. Elég ha kezével a ruháját csak megérinti.

Ezen játék clevenységét azzal szokás emelni, hogy a játszó szóval és jelekkel incselkednek a fogóval; t. i. midőn valaki bizik saját fürgeségében, a fához csak a végső esetekben nyul. Legtöbbsnyire kiállnak a térség közepére és ott danolgatnak «rókáróka tánczolok, magyar eszimat ránczolok» és több eféle bobókás szólamok között ugrándoznak, míg a fogó oda ugorva szét nem rebbenti őket.

Cziczézés.

A játszó közöl egy a fogó — czicze, — a többiek e körül futkároznak és incselkednek vele. Ha a czicze valakit megfogott, illetőleg ha csak a ruhájához is hozzáért kezével, azonnal ez lesz a czicze, amaz meg felszabadul. Minden megérintett játszó, azonnal üldözőbe vehet mást, de az előbbi cziczenek utat kell engednie elébb a tova futhatásra és ki kell kiáltania ezt: én fogok.

Ha a játszó vagy esetleg csak a czicze már fáradt, kis időre szünet tartatik, a cziczenek «szünet» kiáltására. A «hajrá» szóra újból kezdődik a játék.

Szembekötősdí.

Ezen játéknak többféle módjai között kiválóan érdekes az, midőn a bekötött szeműnek ki is kell találnia azt, hogy kit fogott volt meg. A játszó ugyanis minden beszéd nélkül kerülgetik össze-vissza a bekötött szemmel fogót, a kinek mihelyt egyet sikerült megfognia, azonnal elkezd tapogatni annak arcát és három ízben ümmögő hangot ad, a mely hangok mindegyikére köteles a megfogott egyén is valami változtatott hanggal válaszolni. Most a fogó megmondja kit gondol ő hogy megfogott, ha eltalálta, akkor a kendő emennek a szemére köttetik, ha nem, akkor tovább is ő marad a fogó. Mihelyt a fogó valakit megfogott és ezt kiáltja rá: «állj», akkor annak meg is kell előtte csendesen állnia.

jobb szárnyegyére (1-es) rúdért. A rudat a sor előtt lebecsátva fogja mind a négy tornász. A rúd hossza szerint egyenlően megosztják helyeiket, két szélső egyén a rúd két végét fogja.

A gyakorlatok egyszerű emelések, lendítések és lökésekből állnak, összekötve láb- és törzsmozgásokkal. A főfigyelem az egyforma, szabatos kivitelre fordítandó, mert a rúddal társas összgyakorlatoknak kiválóbb rendeltetése az, hogy általuk fegyelemre, ütemtartásra, önuralkodó képességre szoktattassanak a növendékek.

Lehet a hosszú rudakkal is ellentállási társas gyakorlatokat páronként végeztetni úgy, mint a rövid botoknál íratott.

Vas súlyzókkal összgyakorlatok.

Az elemi népiskolákban egyáltalában nem célszerű vas kézi súlyokat használni, sem bot sem golyó-pár alakjában. A fából csinált golyó-párok azonban, ha épen könnyen beszerezhetők, annál is inkább kitűnően használhatók, mert kellemes változatoság hozható be általuk a sokszor egyhangúvá válható össz-szabadgyakorlatokba. A ki a pusztá kézzel végzendő tag-szabadgyakorlatokban kellő jártassággal bír, annak igen könnyű azok módja szerint a súlyzó-gyakorlatokat is alkalmazásba venni, ezért itt nem részleteztetnek azok.

Tornázási idő az iskolákban.

Mind azon helyeken, hol fedett és fűthető (téli) torna-terem nincs, a tornázási idő megállapítása a helyi körülményektől függ. Kivánatos általában, hogy a tanmódszerű nevelési tornázás az iskolai tanév elején könnyedén vegye kezdetét, a tél folyamán erősebben alkalmaztassék, a nyár felé ismét gyengébben. Ezzel ellenkezőleg a játékok ősszel, tavasszal és nyár elején műveltessenek leg-erősebben.

Hetenként 3, 2 vagy 1 izben? és mennyi ideig *tornázzanak* a növendékek? Ezen kérdésekre a helyi viszonyok és az egészségügyi kívánalmak szerint a következők veendő figyelembe:

Ha nincs téli felszerelt torna-terem, az esetben célszerűbb télen mellőzni a teljes egy óráig tartó tornázást, mert szertornázást és játékokat vajmi keveset alkalmazhatni, a pusztá rend- és szabadgyakorlatok pedig egy óráig untatnak. Ellenben hetenként többször és kevesebb ideig tartó tornázáshoz nem igényeltetik sem felette nagy és jól felszerelt helyiség, sem nagy neki készülődtetés dolgaiban.

Ha tehát csak $\frac{1}{4}$ vagy fél óra fordítatik a tornázásra, az esetben hetenként legkevesebb háromszor kell tornázni. Ha pedig egyáltalán még üres, elég tágas zárt helyiség sincs a tornázásra, illetőleg ha még a tagszabadgyakorlatoknak is csak a leg-egyszerűbbjeit vehetni elő, akkor naponta kell ilyeneket tétetni

Szembekötősdí párosan.

(Pista, hol vagy?)

A játékosok kézfogással nagy kört képezve állnak. A körben két játékos van bekötött szemmel; egyik a haragos úr, ki kezében összefonott kendővel keresi a Pista szolgáját, hogy megverje; a másik a menekő szolga. Ha az úr sokáig hasztalan keresi már szolgáját, kérdi: Pista, hol vagy? Mire a szolga bizonyos jelt ad vagy szól. Felette mulatságos nézni, mint igyekszik Pista kikerülni urát, sokszor egyenesen össze is ütődnek véletlenül, sokszor meg legtávolabb lévén egymástól a körben állókba ütődnek, amaz ott ütni akar, emez meg itt retten vissza és ugrik vissza, esetleg épen karjai közé gazdájának, a ki végre meg is fogja, hármát ráüt, azután másik pár megy be a körbe szemét bekötve.

Kendő rablás.

A játékosok körben kis terpesz állásban, arccal kifelé állanak egymástól fél (vagy egész) távolságra. Mindenki előtt földre téve hever az összefonott kendője. A kisorsolt játékos most, mint tolvaj jár a körön kívül és igyekszik valamelyik kendőt elcsenni a tulajdonosától, az pedig ezt meggátlandó félre taszítja az illetőt, vagy félre üti kezét a kendőjétől, mihelyt hozzá nyulni akar. Ha sikerül egy kendő elcsípése, akkor annak tulajdonosa rögtön körben futásnak ered, hogy a saját kendőjével meg ne verhesse a tolvaj. Egy körfutás után szerepet és helyet cserél a futó és kergető.

és pedig vagy az óra közti 10 perczeni szünetek egyikében, vagy a tanórák végezte után 10 percig, (helyben járás, törzsfordulatok, oldalt és hátra hajlásokat, karforgatásokat, előre és föl lökéseket, ütéseket stb.)

Ha azonban rendes torna-terem van, akkor egész óráig tartó rendszeres tornázás tétessék, és pedig hetenként egyszer, ha minden héten egyszer rendszeren játékok is végeztetnek. Hetenként kétszer, ha játékok küön órában nem eszközöltetnek. Hetenként háromszor csak a fejlettebbek, de egy alkalommal ekkor is $\frac{1}{2}$ óra, a másik két alkalomban $\frac{1}{4}$ óra tornajátékokra fordítandó.

Korán reggel tornázás azért kevésbé jó, mert a legtöbb iskolai növendék midőn iskolába jön, akkor már régen elvégezte azon mozgásokat, mik az ágyból kikelés után jók és szükségesek. Az esti 7 óra utáni tornázás nem gyermeknek való. A délelőtti 9—11 órai idő már inkább alkalmas a gyermekek tornáztatására, azonban legezelszerűbb délután 3—5 órai időközben tornáznok.

Tehát vagy a tanórák közé kell beékelni a tornaórát, vagy délután a tanórák után közvetlenül kell megtartani.

A magyarországi torna-egyletek szövetségének alapszabályai.

1. §. Czim.

A szövetség czime: «A magyarországi torna-egyletek szövetsége».

2. §. Székhely.

A szövetség központi igazgatásának székhelye: «Budapest».

3. §. Pecsét.

A szövetség pecsétje az országos koronás czimer: «A magyarországi torna-egyletek szövetsége» körirattal és 1885. évszámmal.

4. §. Nyelv.

A szövetség hivatalos nyelve egyedül és kizárólag a magyar

5. §. Jövedelem.

A szövetség bevétele áll azon díjakból, a melyet a belépett egyletek ezen alapszabály szerint évenként befizetni tartoznak, áll továbbá a bevétel a folyó kiadásokra szánt adományokból és a vagyonnak a folyó kiadásokra rendelkezhető jövedelmeiből.

6. §. Vagyon.

A szövetség vagyona áll a tőkésíthető folyó bevételi maradványokból, a vagyon gyarapodására szánt adományokból, s végre a szerzett vagy szerzendő ingatlanságból vagy ingóságokból.

7. §. Cél és eszközök.

A szövetség célja az, hogy a magyar tornaszat ügyét minden irányban előmozdítsa s ez által a nemzet anyagi és erkölcsi erejét, annak egységeiben művelje, a mely cél elérésére:

a) a törvényhozó testület, az országos kormány és a közhatalóságok irányában a magyar tornaszat érdekeit képviseli és előmozdítani törekszik,

b) a keletkezőben levő, vagy a már fenálló, de nehézséggel küzdő egyleteket anyagi és erkölcsi támogatásban részesíti;

c) országos, esetleg kerületi nyilvános torna-ünnepélyeket rendez,

d) folytonos figyelemmel kíséri a külföldi tornaszat fejlődését s anyagi erejéhez mérve gondoskodik arról, hogy a keletkező új szerek, berendezések és művek a szövetség számára megszereztesse, valamint hogy a külföldi nevezetesebb torna-ünnepélyeken magyar tornászok is megjelenhessenek.

e) Gondoskodik a magyar tornászati statisztika adatainak beszerzéséről, rendszeres összeállításáról és kellő közzétételéről, valamint arról is, hogy a magyar tornaszat állandó szak- és hivatalos közlönnnyel bírjon.

8. §. Tagok.

A szövetség tagja lehet mind azon magyarországi (a társországokat is beleértve) torna-egylet, a mely működésével ezen alap szabályok 7-ik §-ába nem ütközik, továbbá mind azon testgyakorlati egyletek, melyek a tornázást rendszeresen üzik, valamint a magyarországi torna-tanítók egylete is.

A szövetség tagjai továbbá a tiszteletbeli tagok, kik a közgyűlés által, a magyar tornaszat körül érdemeket szerzett egyének közül választatnak.

A szövetség tagjai kötelesek annak ezen alapszabályokban megjelölt célját előmozdítani s a kikötött járulékot pontosan beszedeltetni.

9. §. Évi járulék.

A szövetségbe belépett egyesület minden 500 forint bevétel után évenként 10 forint tartozik az állandó igazgató bizottság által meghatározandó időre a szövetség pénztárába fizetni.

Ezen járulék 10 forintnál kevesebb nem lehet.

A tagdíj bevétel minden levonás nélkül vétetik számításba.

A tiszteletbeli tagok járulékot nem fizetnek.

10. §. Szervezet.

A szövetség szervezete áll:

- a közgyűlésből,
- az állandó igazgató bizottságból,
- a tiszttakar, és
- a kerületi szövetkezetekből.

11. §. Közgyűlés.

A szövetségi közgyűlés minden harmadik évben egyszer rendszeresen Budapesten tartatik, azonkívül az ország más városaiban is megtartható.

A közgyűlés összehívásáról az állandó igazgató bizottság gondoskodik.

Ha a szövetséghez tartozó hat egyesület, vagy két kerületi szövetkezet rendkívüli közgyűlést kíván, s ennek tárgyát is megjelöli, a rendkívüli közgyűlés összehívandó s erre vonatkozólag az intézkedés tíz nap alatt megteendő.

A közgyűlést a szövetség elnöke vagy annak akadályoztatása esetén az alelnökök egyike vezeti, mint elnök, ha pedig ezek is akadályozva lennének, a közgyűlés elnök-helyettesét választ.

A közgyűlés tagjai:

- a szövetség tiszttakara, u. m. a szövetség elnöke, két alelnöke, a szövetség titkára és pénztárnoka,
 - az állandó igazgató bizottságnak nem tisztviselő tagjai,
 - a szövetségbe lépett egyesületek képviselői;
- minden szövetségi egyesület 50 — ötven — alapító vagy rendes tag után egy képviselőt küld. A tagoknak 25-öt meghaladó utolsó töredék száma szintén egy képviselő küldésére ad jogot. Egy képviselőt azonban azon egyesület is küld, a mely 50 taggal nem bír;
- a tiszteletbeli tagok,
 - a mennyiben kerületi szövetkezetek alakulnának, minden ily szövetkezetnek két képviselője.

A közgyűlésen jelenlévő jogosítottak egyénienkénti szavazattal bírnak. Egyenlő szavazás esetén az elnök dönt.

Ugy a rendes, mint a rendkívüli közgyűlés napja, a teljes tárgysorozattal együtt, harmincz nappal előbb a hivatalos lapba közzé teendő s a szövetséghez tartozó egyesületeknek és kerületeknek, valamint a tiszteletbeli tagoknak értesítés küldendő ugyan azon idő alatt.

A közgyűlés:

- megválasztja három évre a szövetség elnökét, két alelnökét, titkárját és pénztárnokát, és a tiszteletbeli tagokat,
- megállapítja főcímek szerint a szövetségnek három évre szóló költségelőirányzatát,
- megválasztja az állandó igazgató bizottságnak tizenkét tagját, úgy azonban, hogy ezek közül legalább hat állandóan a fővárosban lakó legyen, továbbá választ 6 póttagot, három fővárosit, három vidékit.
- gondoskodik az állandó igazgató bizottság által felterjesztett három évi szövetségi számadások kellő felülvizsgálásáról s ennek alapján a felmentvény megadásáról, a mely célból három évre három számvizsgálót választ;
- saját ügyrendjét és az egyesületi, valamint kerületi képviselők igazolásának módját megállapítja,
- rendelkezik és határoz a szövetséget, esetleg szövetkezeteket illető ügyekben,
- határoz a szövetség feloszlása és a szövetségi vagyon hová fordítása felett. Az a), c), d) alatt felsoroltak a három év letelével újra megválaszthatók.

A közgyűlés határozatképességéhez — kivéve a g) pont esetét — a szövetségbe lépett egyesületek és kerületi szövetkezetek legalább egy harmadának képviseltetése szükséges. (Vége köv.)

Az «Achilles-egylet» viadala.

— 1885. október 3-án. —

(Hivatalos.)

Az «Achilles-egylet» kíváló sportkedvelők előtt a legkedvezőbb időben Szabadka és Topolya között az országúton tartotta meg zártkörű őszi viadalait. A versenyek következőleg folytak le:

I. Gyaloglás, súlylyal megnehezítve. Távolság 3 klm. Minden

versenyző 10 klgr. súlyt köteles magával vinni, melynek eldobása vagy a földre letévése disqualifikációt von maga után.

Hét induló közül első lett:

Havas Ferencz	17 percz	5 másodperc	1.
Kovács Ferencz	17	19	2.
Kovács Elemér	—	—	3.

Kezdetől fogva Havas Ferencz vezetett és könnyen nyert.

II. Vasparipa (bicycle) verseny. Távolság 1 klm., 5 induló közül első lett:

Vida János	2 percz	3 másodperc	1.
Derényi Farkas	2	5	2.
Kovács Elemér	—	—	3.

III. Síkfutás. Távolság 200 méter. Indultak 5-en.

Havas Ferencz	25 ³ / ₄ másodperc	1.
Kovács Elemér	27 ¹ / ₄	2.
Hoffmann János	—	3.

Kovács Elemér 50 métert vezetett; 150 méter távolságig Hoffmann és Havas küzdenek az elsőségért Hoffmann elbukott közvetlen a cél előtt, és így Havas első. Kovács Elemér, ki mindig harmadik szokott lenni, jó másodiknak érkezett be.

IV. Akadály vasparipa (bicycle) verseny. Táv 500 méter, 5 egy méter magas akadálylyal.

Vermes Lajos	1 percz	25 ² / ₄ másodperc	1.
Vermes Nándor	1	30 ³ / ₄	2.
Vida János	—	—	3.

Vermes Nándor kezdetől fogva vezetett, de az utolsó gátnál (1 m. magas deszka-fal) vasparipáján (Starley és Sutton-féle 54") eltört az egyik oldala a kormány-rudnak, a mely eset egy pár másodpercnyi késedelmezést okozott. Vermes L. ezt felhasználva, könnyen első lett. (Seffield, Hydes és Wigtull 52" géppel).

V. Háromkerék (tricycle) verseny. Táv 1000 méter. 3 induló közül első lett:

Gersányi Gyula	2 percz	12 másodperc	1.
Vida János	2	16 ¹ / ₄	2.

Kezdetől fogva Gersányi Gyula vezetett, gépe a legjobb minőségű «Cruzier» tricycle.

VI. Nagy vasparipa-verseny. Távolság 10 km, 5-en indultak:

Vermes Nándor	21 percz	14 másodperc	1.
Vida János	22	5	2.
Vermes Lajos	22	7	3.
Raics Antal	—	—	4.
Devényi Farkas	—	—	5.

E verseny rendkívüli érdeklődés mellett folyt le. Kezdetől fogva Vida János és Raics Antal az első helyért küzdöttek, nyomukban mindig Vermes testvérek. A tizedik kilométernél Vermes Nándor viador bámulatos sebességet vett fel, és összes versenytársait játszva verte le. Derényi Farkas az 5-ik és 6-ik km. között gépéről leesett, bal karját rándította meg és horzsolta.

Különben a versenyek mind nagyobb sérülés nélkül folytak le. A díjak kiosztása után, a mi egy. arany és ezüst érmekből állottak — a vasparipa-társaság Szabadkára hajtott, hol a tagok barátságo, élkezésre ültek össze.*

VERMES LAJOS.

Gyakorlatok rövid lengő-kötéllel.

(Képpel.)

Játék bohokban pár krajczárért kaphatók azon fogantyúkkal ellátott rövid vékonyabb kötelek, miket a gyermekek felugrásokkal lábaik alatt és fejük fölé lendítenek. Ezen testet edző játék-mód kitűnően használható a rendes tornázás keretében is mint torna-játék, sőt némelykor mint rendes csapat-működés is.

Az elemi n. piskolákban különösen célszerű ezen kötelekből 20—30 darabot beszerezni, esetleg házilag is lehet készíteni, vé-

* Sajnálatos, hogy a verseny-eredmények közzétételénél is megjegyeznünk, hogy valódiságukhoz sok kétely fér. Ugyanis a 3 kilométeres gyaloglás 17 p. 5 mp.nyi ideje jó eredmény volna 10 klgr. súly nélkül is, tekintetbe véve, hogy a legjobb 2 angol mértföldes (3218 mt.) 13 p. 14 mp. mellett az angolok is rendszeren 15—17 perc alatt járják be, az e távolságnál csak 21 méterrel nagyobb távot. Ugyancsak mindegyik velociped-verseny eredménye igen valószínűtlen jónak tűnik fel, ha meggondoljuk, hogy országúton folytak le.

Szerk.

konyabb ruhaszárító kötelet darabokra szabdalni és a végeikre egy-egy darab 10 cm. fa-pálczikát kötözni vékony zsineggel fogantyúnak. A kötelek hossza így mérendő meg: az illető gyermek lábaival rálép a köté középső részére, végeit megfogja és megfeszítve honaljáig emeli; alkalmasnak a hossza csak akkor mondható, ha a vállainál feljebb nem érnek a végek, de a honaljáig fölérnek.

Ha többen egyszerre vezérlés után végzik gyakorlataikat, akkor egész távolságig nyitott egy arc sorba állanak fel. Az alapgyakorlatoknál a vezérlés részletes, az összetettebbeknél csak az indítás eszközöltetik, azután az ütemjelzés is elmarad, hanem bizonyos rendben kell tovább haladniuk. Minden fárasztóbb futamok vagy szökdelések után pihentető helyben mozgások vagy sétálási szünetek tartandók.



Kötél-hintáztatás a test előtt előre és vissza, a karokat a testtől kissé oldalt kitartani, kézcsukló emeléssel és hajlítással karokat előre és vissza lendíteni.

Kötél-hintáztatásból fellendítés a fej fölé és hátra, onnét ismét vissza előre, karok kezdetben nyújtva lendíttetnek, utóbb már leginkább csak a kézcsuklók erős gyors mozgással rántják a kötelet hátulról előrré, a lendítés is utóbb gyorsabb legyen, ezt többször ismételtetni, míg jól nem megy.

Átlépni a hátulról fel és előre le, a lábakkal lendített kötélre, előbb a földre bocsátani és úgy lépni rajta túl, a bal majd a jobb lábbal, azután ismét hátulról fel, és előre lelendítés, újból átlépkedés — így haladni lépésenként lassan tovább. Ha így már jól megy, akkor a kötelet nem kell a föld érintéséig lebocsátani, hanem boka magasságban gyöngye lendülettel csapódjanak a felemelt bal, utána a jobb láb alá; ekkor a köté megállapodás nélkül, folyton a test körül lendíttetik és lassanként ütemszerű tovább lépkedés végeztetik. A fölülről előre lecsapódó köté fölött helyben *ugró-lépéssel*, majd tovább haladva *futó-lépéssel* kell át lépni, illetőleg átszökni, tehát nem egyszerre emelni át a lábakat, hanem a jobb térdemelést után felugrani a bal lábbal (v. ellenk.) és előbb a jobb, utána a bal láb húzódik át a lengő köté fölött.



Átugrani páros lábbal egyszerre a fölülre előre lengő kötélre, a köté hátul van, térdhajlítással, lábujjállással készülni kell a felugráshoz, mely akkor történik, midőn a köté erős lendülettel lelendíttetett, ezután kis szünet.

Folytonosan felszökdelni és a kötelet minden felugráskor a lábakkal hátra és hátulról ismét fellendíteni.

Elölről föl és hátra lendíteni a kötelet, midőn a sarkokhoz közeledett gyors lábemelgetéssel átlépni fölötté a bal, majd a jobb lábbal. Hasonlóan a fent írtakhoz lehet hátra tovább lépkedéssel is lendíttetni a kötelet, valamint helyben váltogatva bal, majd a jobb, vagy egyszerre páros lábbal felugrásokkal is, hátra futással nem tanácsos.

A felsőbb osztályok növendékei már a nehezebb gyakorlatokból is végezhetnek egyet-mást, így például: hármastípus helyben, minden harmadik ütemben felváltva a bal, majd a jobb lábbon és a lábcserék pillanatában a lábakkal ellendíteni a kötelet. Előre haladva, átlépkedni a körben lengő kötélre és minden átlépés után cserélni a lépést, a mint a bal láb a kötélre átlépett, azonnal gyorsan utánlépést tesz a jobb láb és gyorsan tovább lép a bal, mielőtt a köté újból előre lelendülne. Karkeresztzéssel lendíteni, mielőtt a köté lefelé kezd bocsátkozni, azonnal gyorsan keresztetnek a karok a test előtt úgy, hogy a jobb kéz bal oldalra, a bal pedig jobb oldalra tartja a köté végeket, mi által a köté is egyet fordul, de azért nyitottan lendül tovább, ha ügyesen vezettetik, ezen karkeresztzés váltakozhatik a rendes tartással minden kör után. Különböző szökdelésekben lendíteni a kötelet a lábakkal át. Egy felugrás alatt két kört lendíteni, stb.

Ezen rövid lengő-kötéllel végezhető az u. n. *«cséptáncz»* is. Tudva van általában, hogy ha a csépi nyelét sudarával letelét tartjuk testünk mellett és a sudarát víz zintes körökben forgatjuk, közben a bal, majd a jobb lábunkat gyorsan fel-felre dítjük nyujtva, hogy a csép meg ne üsse, ezen gyakorlat nevezetik cséptáncznak. Ugyanezt úgy végezzük a lengő-kötéllel, hogy jobb kezünk fogja egyik végét lenyujtva a kötélnek és így forgatja a lábakkal. Lehet páros lábbal is felugrani, hogy a köté a lábakkal alá kerüljön, szintén úgy forgatva a kötelet, mint a cséptáncznál.

Lehet párosan összeállva is kettőnek egy kötelet egyidőben használni, ekkor egyik hajtja a kötelet, a másik pedig előtte vagy háta mögött egész közel áll és úgy ugrál, mint a társa; ha egymás mellett áll a két játész, akkor a köté egyik végét egyik, másik végét a másik egyén fogja meg és lendíti.

Fa-abrincst vagy hajlított *nádpálczát* is lehet úgy használni, mint a rövid lengő-kötelet, azonban csak a II. osztálytól följebb levőknek ajánlható az ezekkel való rendszeres működés.

Velocipéd kirándulások.

Európai körút velocipéden.

Kaszás István európai velocipéd-útjának folytatásáról a következő sorokat közölhetjük egy magánlevélből:

Julius 11-én történt salzburgi balesetem után 3 hetet töltöttem kórházban, majd szállodába költöztem. Karommal gypsben Salzburg látványosságait és környékét néztem meg, hegyekre másztam s gyaloglással foglalkoztam, ezek közt megemlíendő 2 távgyaloglás, egyik a Pass Lueg szorosban, a másik Gastein és Leud között. Salzburg csöndességét megunva egy kis körutazást csináltam vasúton Gasteinba, a hol Vilmos császárt, a mi királyunkat és királynénkat láttam. Innen Zell am See-re és Innsbruckba a lövész-ünnepélyhez mentem. Innen Dél-Bajorország gyönyörű hegyei közé s egy csomó tavakhoz, azután Münchenbe a versenyekehez, a hol 16 napot töltöttem s minden kép- és művészcsarnokokat össze-vissza járva, Münchenben karomra borkötést csináltattam s vissza mentem Salzburgba, a honnan mult esütörtökön október elsején reggel indultam az osztrák határon át Bajorországba. Az úton nagy eső lepett meg, s így csak pénteken délután értem bicyclin Münchenbe. Gépemet alapos javítás miatt egy műszerészhez adtam. Ma egy nagy bajorországi ünnepély kezdődött, az úgy nevezett *«Októberfest»*, mely 7 napig tart. Ma lö verseny volt, szerdán velocipéd-verseny lesz, melyet még meg nézek s esütörtökön 8 án reggel indulok Páris felé.

Hogy utamat balesetem dacára folytatom, annak oka az, hogy a fene sok német lap nagyon elkeserített s meg akarom mutatni, hogy egy magyar sportsman nem ijed vissza akadályoktól és nem fél balesetektől. Az utat a meddig csak lehet velocipéden folytatom, közbe vasutat semmiképen sem használva, s ha az idő nem kedvez, vagy Párisban vagy Londonban maradok télen át, vagy ha ezt nem tehetem, onnan vasúton jövök vissza.

Balaton mellékén két nap velocipéden.

Tisztelt szerkesztőség! Bátor vagyok jelenteni, miszerint Rossi Nándor és én folyó év szeptember hó 25., 26. és 27-én őszi kirándulást rendeztünk velocipéden a Balaton vidékére. Az egész megtett út 247 klmert tett ki, a melyből idő hiány miatt 76 klmert vasúttal voltunk kénytelenek megtenni.

I-ső nap szeptember hó 25-én Budapesttől—Sz.-Fehérvárig, 65 klm. Budapestről ind. 1 óra 15 perczkor. Mártonvásárra érke. 4 órakor. Mártonvásárról ind. 4 óra 33 perczkor. Székesfehérvárra érke. 8 órakor. Mártonvásártól Nyékiig rendkívüli rossz utunk volt, hozzájárult még ehhez a legerősebb ellenszél, a mely a port csak úgy fújta arcunkba és szemünkbe. Hogy mily felbőszült elemek ellen küzdve juthattunk csak Fehérvárra, azt a rossz eredmény legjobban tünteti ki.

II-ik nap szeptember 26 án, Sz.-Fehérvár—Siófok, 46 klm. Székesfehérvárról ind. 7 óra 45 perczkor. Szabad-Battyán, Polgárdi, Lepsény, Siófokra érke. 12 óra 10 perczkor. Székesfehérvártól Szabadiig óriási homok terület végig az országúton (9 klm.), mért ezt mi kikerülve a gyepen hajtottunk. Innen t. i. Sz.-Battyántól jó az út és csak Siófok előtt 5 klméternyire alföldi homok-sivataggyá változik ismét az országút. De a legnagyobb része az útnak Székesfehérvártól Siófokig mégis jó, és mondhatom esős idők után ezen út vetekedhetik bármily jó minőségű országutakkal.

Rosszul értesülve a «Kisfaludi» gőzösnek a Balatonon való átmenéséről, lekéstünk róla és így kénytelenek voltunk Siófokon hálalni.

Az itt tartózkodott 24 óra az egész programot is megzavarta. Ugyanis mi csak másnap, 27-én délben juthattunk át a gőzhajóval B.-Füredre, és így egy délutánra reánk maradt 136 klméternyi út. Ily távolságot nálunk elég szép egy nap alatt behajtani (kirándulásként), de egy délutánra már sok. És így történt, hogy szeptember 27-én B.-Füredről elindulván 1:15 perczkor 60 klméternyi hajtás után (iszonyú melegben) kénytelenek voltunk vasútra szállani, mivel már Budapestet úgy sem érhetvén el, legalább a vonatot nem akartuk elereszteni, s erős hajtással éppen jókor oda érve, gőzöltünk Budapest felé.

Ezen kirándulást azért vagyok bátor ismertetni, hogy az általában rossz hírre vergődött lepsényi utat [feltüntessem olyanok előtt, kik talán éppen ezen hirhadt lepsényi ut miatt nem rándultak gépükön a szép Balaton tavához.

PHILIPOVICS EMIL,
B. K. E. kürtőse.

Budapesttől Adonyig.

(Vége).

Eresit elhagyva, egyenesen Adonynak tartottunk. Az út nem volt igen kellemes, mert eltekintve a nap forró sugaraitól, melyek kiméletlenül égettek, az iszonyú sok légy annyira összecsapdelte testünket, hogy úgy néztünk ki, mint ha tétovirczva lettünk volna.

E gyötrelmeket tovább ki nem állhatván, én és Bisaker barátom a gépről lezálltunk, egy árnyékos fa alá húzódtunk, Mondok és Mozer urakat megvárándók, kik ismeretlen okból tőlünk elmaradtak. Hosszas várakozásunk közben elszundikáltunk, álunkból egy épen arra kőborló cigány falamiának lármája keltett fel. Bizaker barátom felhasználta az alkalmat, hogy jövőjébe bepillantasson és kártyát vettetett egy öreg cigány asszonynyal.

Mondok és Mozer urak megérkeztek és ismét gépeinkre ültünk és egyenesen Adonynak hajtottunk, hol 12 órakor meg is érkezünk. Oszoly úr szívélyes üdvözlése után az ebédhez ültünk, mely igen jól ízlett. A bor különösen annyira kábitólag hatott reám, hogy lábaim is felmondták a szolgálatot, miért is kénytelen voltam kenguru gépemet és saját magamat egy kocsiába dobattam, mely Ercsiig vitt. Itt úgy éreztem magam, mintha bölcsőben ringattak volna.

Eresiben gépemet ismét lerakattam és tovább mentünk, de nem messzire, mert ismét a szomszéd érzetétől gyötörtetve ennek csillapítása végett, elindulásunkat este 8 órára halasztottuk el. Gödl úr, pontos ember létére ígéretét teljesíteni akarván, nem tartott velünk, hanem eltávozott. Egy óra együtt létünk alatt, midőn tanácskoztunk, hogy mi módon lehetne az elveszett Mondok és Mozer urakat megtalálni, legnagyobb örömünkre egyszerre nevezett urak előttünk termettek. Nem mulasztottuk el őket szívélyesen üdvözölni.

Este 8 órakor teljesen illuminált állapotban, mihez még a tiszta

holdvilág is járult, ismét útnak indultunk és 11 órakor éjjel Téténybe érkezünk.

Itt egy korcsmában egy óra hosszáig időztünk, néhány liter borocskát leöntvén, Téténynek 12 órakor hátunkat fordítva, gyors menéssel Promontorra értünk, de itten az idő előrehaladottsága miatt már nem tartottunk stációt, hanem egyenesen a főváros felé haladtunk. A faluból alig kiérve, több beborozott, illetőleg bepálinkázott atyafi elállítá utunkat; de nekük iramodva annyira megijedtek a bohók, hogy mindnyájan félre álltak és bocsánatért esdekeltek. Éjjel után volt már, midőn Budára értünk és búcsú vétel után mindegyik saját lakására hajtott.

RÉMY ZSIGMOND.

A vallás- és közoktatásügyi m. kir. miniszter

TREFORT ÁGOSTON ö nagyméltósága

Magyarország összes tankerületi kir. főigazgatóihoz és kir. tanfelügyelőihez még a múlt évben a következő iratot intézte:

47020. szám

A «Herkules» című testgyakorlati hetilap, szerkesztik Porzsolt Jenő és Porzsolt Kálmán, háromnegyedévi fennállása után olyan-
nak bizonyult, mely a maga nemében szakirodalmunkban hézagot pótol, ennél fogva terjedése kívánatos.

Felhívom tehát czímet, hogy hatáskörében az iskoláknak s azok előjáróinak ajánlja a szaklap megrendelését. Az állami és állami-
lag segélyezett iskolák megrendelhetik költségvetésükből. A felekezeti iskoláknak ajánlani lehet a megrendelést.

Kiterjed e jól szerkesztett szaklap első helyen a tornázásra, azután a korcsolyázás, csónakázás, vívás és velocipédezés körére. A lap kiadója Aigner Lajos budapesti könyvkereskedő; hozzá kell intézni a megrendeléseket. (Ára negyedévre 2 frt, félévre 4 frt, egész évre 8 frt.)

Budapest, 1884. december hó 17-én.

Trefort s. k.

Előfizetési felhívás

„HERKULES”

TESTGYAKORLATI KÖZLÖNY.

Az «Achilles» velocipéd- és csónak-egylet, az «Aradi korcsolyázó-egylet», a «Balaton-egylet», a «Beregszászi korcsolyázó-egylet», a «Budapesti kerékpár-egylet», a «Budapesti korcsolyázó-egylet», a «Budapesti torna-egylet», a «Budapesti vaspálya-egylet előre», a «Debreczeni korcsolyázó-egylet», a «Debreczeni torna-egylet», a «Fertői csónakázó-társaság», a «Győri csónakázó-egyesület», a «Kassai korcsolyázó-egylet», a «Kölcsevári atletikai club», a «Kölcsevári korcsolyázó-egylet», a «Körömendy atletikai club», a «Kunszentmártoni csónakázó-korcsolyázó-egylet», a «Magyar-óvári torna- és vívó-egylet», a «Marosvásárhelyi torna-egylet», a «Nagybányai korcsolyázó-egylet», a «Nagy-nyégyi korcsolyázó-egylet», a «Nagykanizsai torna-egylet», a «Nagykálói korcsolyázó-egylet», a «Nemzeti hajós-egylet», a «Neptun budapesti evezős-egylet», az «Ó-budai torna-egylet», a «Pannónia csónak-egylet», a «Pozsonyi hajós-egylet», a «Privigyei korcsolyázó-egylet», a «Rima szombatú korcsolyázó-egylet», a «Sátoralja-újhegyi korcsolyázó-egylet», a «Sárgó-tarjányi vaspálya szövetsége», a «Selmeczi akadémiái atletikai club», a «Soproni korcsolyázó-egylet», a «Szabadkai torna-egylet», a «Szarvasi korcsolyázó-kör», a «Szegedi csónakázó-egylet», a «Szegedi korcsolyázó-egylet» és a «Szegedi torna-egylet» hivatalos közlönye

OKTÓBER—DECZEMBERI NEGYEDÉRE.

Szerkesztik:

Porzsolt Jenő — Porzsolt Kálmán.

Kiadóhivatal:

Aigner Lajos könyvkereskedése
Budapest, vaczi-utca 1.

Az egyetlen magyar illusztrált testgyakorlati közlöny megjelenik minden héten egy sűrűn nyomtatott nagy íven, több szép képpel. Közül az összes testgyakorlatok köréből oly cikkeket, melyekből a teljesen laikus olvasó is elsajátíthatja az illető testgyakorlatot. A mi csak a testgyakorlatok terén Magyarországon vagy a külföldön történik, arról megbízható és gyors tudósítást ad. A cik-

keket érdekes hazai és külföldi képekkel teszi változatosabbá s a testgyakorlatok terén kitűnt férfiak arczképeit közli. Koronkint a sportvilágból vett apróbb mulattató elbeszéléseket és tárczákat is közöl. Szóval a lap minden száma a testgyakorlatok összes nemeit érdekes módon igyekszik ismertetni, megkedveltetni és terjesztetni. *E munkásságában a szerkesztőséget az ország legjelesebb sportmanjei s legkitűnőbb tornászai támogatják.*

Az a vezérszerep, melyet e lap vetélytárs nélkül játszik a testgyakorlatok terén, szerkesztőinek ismert neve, munkatársainak fényes névsora, eddig megjelent számaik rendkívül gazdag és változatos tartalma, a napisajtó példátlan egyhangu meleg elismerése, az ország legelső egyleteinek körüle csoportosulása s a vallás- és közoktatási m. kir. miniszter ő excellenciájának ajánlása teljesen fölöslegessé teszik a «Herkules» dicséretét.

Az előfizetési ár: negyedévre 2 frt, félévre 4 frt, egész évre 8 frt. — Az előfizetési pénz **Aigner Lajos könyvkereskedésébe** (Budapest, váci-utca 1.) küldendő.

KÜLÖNFÉLÉK.

Első banket. A magyar sport jellemzésénél sehogys sem lehetne elfelejteni a banketezést, mely akár milyen sportszerű munkálkodásunknál is elmaradhatatlan. — Sőt nem képzelhetjük sikerültnek sem az oly sport-mozgalmat, melyet nem banket zár be. E szokástól nem akart eltérni fővárosunk legfiatalabb egylete a «Magyar Velocipéd Club» sem, mely egyesület első banketjét jubiláns számhoz is kötötte. Ugyanis szeptember végén a rendes tagok száma az 50-et érte el (az 50-ik tag Székely Ádám a «M. A. C.» bajnokjelöltje) s a club tagjai érdemeinek találták ez alkalmat vidám étkezéssel megülni. — És mindenestre ünneplésre érdemes szám is ez 50, ha meggondoljuk, hogy ez jóformán 50 új velocipédezőt jelent. — Különben ez számot már jóval felülhaladta az újabban beiratkozottak száma. — A banket október 3-án este 9 órakor a fővárosi legdíszesebb vendéglőben, Rouscher emeleti külön termeiben folyt le cigány zene mellett a lehető legvidámabb hangulatban. A tagok számosan jelentek meg, köztük több pártoló tag is. — A vidám társaság éjfél után oszlott szét.

George ismét leverve. George, az ismert volt amateur angol futó professionátussá lévén, el látszik veszteni szerencsáját a porondon. Ugyanis múlt hó 12-én a 10 angol mértföldes mérkőzésben a professionátus skót Cummings ismét csúfosan legyőzte, körülbelül 430 méterrel előbb érvén el a célját. Cummings, ki eddig is híres professionátus futó volt, e versenyen elért legjobb eredményével méltó hírre tett szert az angol sportvilágban. A 10 angol mértföldet ugyanis Cummings 51 perc 6³/₄ másodperc alatt futotta be, az eddigi legjobb eredményt 13²/₅ másodpercczel leverve.

Scullermatch. Két amerikai sculler Gandaure és Parker három angol mértföldes pályán mérköztek egy fordulással. A győztes Gandaure lett, a pályát a crève-coeuri tengeren 21 perc 15 másodperc alatt téve meg.

A kenguru-gépek győzelme. Újabb időben az alacsony velocipédek mindinkább elterjednek és a kirándulásoknál használatuk mind számosabb lesz. Nagyban elősegíti ez elterjedést, hogy a nagyobb távolságokban e gépeken érték el a legjobb eredményeket. Újabban Angolországban egy ily úgy nevezett «Rover Safety bicycle»-en Smith 100 angol mértföldet 7 óra, 5 perc, 16 másodperc legjobb idő alatt hajtott be.

Bajnoki úszó-verseny Londonban. Múlt hó 28-án folyt le a 220 yardos bajnoki-verseny, melyben a győztes a tavalyi bajnokjelölt Cair lett, 3 perc 8³/₄ másodperc alatt úszva be álló vízben a távot.

Howel professionátus velocipédező az egy angol mértföldet, az eddigi legjobb eredményt is leverve, 2 perc 35²/₅ másodperc alatt hajtotta be egy idő elleni versenyben Springfieldben.

Birkózó-társaság Párisban. A «Nemzet» egyik közelebbi szelemes párisi tárczával olvassuk a következő sorokat «Tlaneur»

(Ambrus Z.) könnyű tollából. Okoskodó korunk méltányolni kezdi ama régi szokásokat, a melyet egy bölcselkedő időszak merev kizárólagossága elhanyagolt; és a mai gyakorlati ember megérti véli az anyagi erő korszakának egész romantikáját. A test-edző foglalkozások ismét felülkerekednek azokon, a melyek csak az elmét szórakoztatják; és a mit a salon-élet veszít a réven, a torna és a vadászat nyerik meg a vámon. A sápadt ifjú, ki csupa fejből állott, mint a német torzrajzoló XX. századbeli gyermekei, sem a világban, sem a regényben nem járja többé. Két hatalmas ököl, meg egy kis ügyesség a lawn-tennisben ma sokkal többet érnek, mint Rivarol minden szelleme. Az asszonyok elvégezték, — s e végzés ellen nincs fellebbezés, — hogy csak az lehet tökéletes gentleman, a kiben van valami, a mi a tore-adorra emlékeztet, s azóta Pietro me-ter, a birkózók királya, több tanítványt számlál, mint a Sorbonne legjobb éveiben. Sőt a napokban egy birkózó-társaság is alakult a magas körökben, mely tegnap tartotta ülését, ha ugyan «ülésnek» lehet nevezni egy sokadalmat, a hol mindenki azon igyekszik, hogy a másikat a földhöz teremtse. Nem tudom, kit választottak elnöknek, de ha — a mint felteszem róluk — e'v és meggyőződés vezette őket, bizonyára azt emelték erre a tisztségre, a ki valamennyijüket legyűrte. Ez a fiatal nemzedék bizonyára a gladiatorok lelkét örökölte s az agg Nimrod örömmel nézne rájuk. Legénye, lánya úgy ül a lovon, mint Mazeppa; bizony nem tennék okosan, ha csak a «Bois de Boulogne»-ban mutogatnák a művészetüket. Valószínűleg ők is ebben a véleményben vannak, mert az erdők, a távolban és a közelben, ismét hallják a kürt szavát.

A «Szabadkai torna-egylet» legutóbbi választmányi ülésén a korcsolyázást is felvette gyakorlatai közé. 5 tagú bizottságot küldtek ki Farkas Zsigmond egyl. ügyész elnöke alatt, az előkészületi munkálatok teljesítésére.

A «K. A. C.» gyaloglási versenye Kolozsvárról Szamosújvárra, 1885. okt. 4-ikén. Távolság 45 klm. A levegő hőmérséke enyhe volt, az eget fellegek boríták, a menet irányában kelet felől gyöngye szellő lengedezett, a talaj pedig száraz volt. Hat jelentkező közül reggeli 7 óra 1 perczkor négyen indultak a kolozsvári főtér obeliskszerű emlékoszlopától. Balogh Vendel, Borbély György, Deák Lukács és Simonffy Géza. Az út felét a versenyzők együtt haladva tették meg. Itt a menet kissé lassult, nemsokára azonban fokozott gyorsassággal haladtak tovább. Deákot egy mohón lehajtott pohár bor versenyképtelenné tette és Balogh is kimerülve, a további versenyről lemondott. A megmaradt versenyzők az utolsó 7 kilométert ³/₄ óra alatt járván meg, Borbély 1 óra 5 perczkor elsőnek, Simonffy pedig 12 másodpercczel később másodiknak ért. Az első a hölgyek-díjat, a második pedig a club által felajánlott tisztelet-díjat nyerte. Úgy a versenyzők, mint a «K. A. C.» kiküldött bizottsági tagjai, a szamosújvári lelkes polgárok által a legelőzékenyebb vendégszereteten részesítették s az athléták által felmutatott eredmény annyira fölbuzdította a vendéglátó szíves házi gazdákat, hogy azon gondolkoznak, miszerint városukban is atletikai clubot alapítsanak. Adja az Isten, hogy úgy legyen! * *Dr. Baintner Hugó.*

TARTALOM.

Szomorú ősz (P. H. E.) — Különféle szabadgyakorlatok. — Tornázási idő az iskolában. — A magyarországi torna-egyletek szövetségének alapszabályai. — Az «Achilles-egylet» viadala (Vermes Lajos). — Gyakorlatok rövid lengő-kötéllel (képekkel). — Velocipéd kirándulások (Philipovics Cornél). — Budapesttől Adonyig (Rémy Zsigmond. Vége). — Trefort Ágoston úr ő nagyméltósága körirata. — Előfizetési felhívás. — Különfélék. — Tárcza: Test-edző játékok (folyt.)

* Lapunk zártakor vettük a kolozsvári versenyek leírását, melyekből, helyszüke miatt csak e sorokat közöljük. Jövő számunk a nyilvános viadal ismertetését hozza szintén Baintner úr érdekes soraiban. Szerk.

FREYTAG ÉS PÁRDUSZ

Budapest, Dorottya-utca 3. sz.

Uri fehérenemű, női pipere, szövött és rövidáru-raktár.

Mellékelt ing

8—10

mintánk saját kiállításunk után készülve,

nyári és utazó ingeknek különféle árban

igen ajánljuk,

darabja frt 2.20, 2.60, 2.80 a legfinomabb kiállításban.

Nyakkendők 15 krtól 2 frtig.

SÁROSY GYULA ÖSSZES MŰVEI.

Életrajzi bevezetéssel és jegyzetekkel
kiadja

ABAFI LAJOS.

Sárosy Gyula a magyar költészeti irodalomban kiváló helyet biztosított magának; lánglelke, kitűnő nyelvezete és géniusának merész föllengzése maradandó becsű műveket teremtett, melyek vagy s étszortan láttak napvilágot, vagy részben az idők nehéz sajtóviszonyainál fogva meg nem jelenhettek, de ezer meg ezer kézirat másolatban keringtek a hazában. Nálánál s nki sem dicsőítette nagyobb áhitattal és erősebb phantáziával a magyar szabadságot, melynek zaklatott és üldözött élete oly korán esett áldozatul.

Nagy szenvedések és martyromságok között tűnt el a költészeti egéről, melynek egyik fénylő csillaga volt; miért is megérdemli, hogy nemcsak összes műveit, hanem életrajzát is lehető részletes-ségben ismerje a hálás utókor.

Az a kegyelet, mely bennünket Sárosy Gyula összes műveinek kiadására birt, ösztönöz most arra, hogy e három kötetre terjedő műveket (Arany trombita, színművek, hazafias s egyéb költemények) új olcsó kiadásban mentül szélesebb körökre nézve hozzáférhetővé tegyük.

Ehhez képest 1884. újévtől kezdve egy-egy hárommives füzetet bocsátunk ki. Összesen 22 füzet lesz.

Egy-egy füzet ára 20 kr.

Bekötési táblák 25 krajczárjával kaphatók. Kivánatra mind a három kötetet egyszerre is szállíthatjuk. Ara barna vászonkötésben, piros szegélyvel 6 frt.

Aigner Lajos
kiadóhivatala.

A nekünk bemutatott számtalan megbízható hiteltel közzétettirat folytán ezen intézet legméltóbban ajánlható.

Titkos betegségeket,

hugycsőfolyásokat és sebeket, az önfertőztetés utóbjait, az elgyengült férfierőt, magömléseket, a bujácórnak utókövetkezményeit, nőknél fehér folyást, bármennyire is idülték, valamint mindazon női betegségeket, melyeknek a magtalanság egyik főokozója, és bőrbetegségeket, gyógyít új gyógymód szerint biztos sikerrel, gyorsan és alaposan

Dr. GARAY ANTAL

orvos, sebész, szülész és szemész tudor, volt csász. kir. oszt.-főorvos. Lakás: Budapest, VI. ker. gyár-utca 7. I. em. bejárat a lépcsőről, a sugár-utól jobbra a második ház.

Rendel: naponta 10 órától d. e., egész 4 óra délutánig, este 7 órától 9 óráig. Díjazott levelekre a legnagyobb figyelemmel választanak és gyógyszerekről is gondoskodva lesz.

Nőknél külön váróterem.

Ugyanott megjelent és a szerzőnél Dr. Garay Antalnál megrendelhető:

Népszerű utmutató

a nemi betegségek s ezek észszerű gyógykezeléséhez
címmű könyv. — Ára 2 frt 50 kr. 849

A könyv tartalma: I. Az ivarszervek leírása. II. A nemi élet eredése. III. Az önfertőztetés és az éjjeli magömlések. IV. A húgycső-takár (Tripper) és húgycsőszűkítések. V. A bujácór (syphilis). VI. Fehérfolyás. VII. Elgyengült férfierő. VIII. Női magtalanság. IX. Az ivarszervek megbetegedéseinek főtünetjei a prostitúció.

ROSSI NÁNDOR

Budapest, IX. kerület, Üllői-út 7. sz. alatt.

A legjobb

velocipédek

a világhírű Hillman, Herbert és Cooper-féle Coventry angolországi gyárból.

Két- és háromkerekű kirándulási és verseny-gépek minden része a legújabb találmányokkal tökéletesítve készül.



A bámulatos gyorsan elterjedt

Kangaroo - velocipéd

biztosabb, mint a tricycle és gyorsabb, mint bármely velocipéd. Számos versenytávolságban a gép leverte az eddigi legjobb eredményeket.

Ujdonság! A legolcsóbb és legjobb velocipédnek a «Premier» Populár gépek vannak elismervé. Igen szép alakjukkal is feltűnnek ez újabb gyártmányok.

Ara minden nagyságban 160 frt.

Mind eme gépek az országos kiállításán, a «Testgyakorlatok csarnokában» (bejáratától jobbra) megtekinthetők. Kellő biztosítás mellett előnyös részletfizetést is elfogad a közvetítő.

9—10

Aigner Lajos könyvkereskedése

Budapest, IV. Váci-utca 1.

A PETŐFI-TÁRSASÁG

I. könyvkiadó-vállalata.

Abonyi Lajos. Itt a szép Alföldön. Népies elbeszélések 1 frt 60 kr.
Balázs Sándor. Tarka képek. Beszély- és rajzgyűjtemény. 2 kötet 3 « 20 «
— Vig elbeszélések 1 « 50 «
Bartók Lajos költeményei 1 « 20 «
Bulla János. Humoros elbeszélések 1 frt 60 kr. Kötve 2 « 40 «
Mikszáth Kálmán. Kavicsok. Elbeszélések 1 « 20 «
Pap Miklós. Itt is ott is 2 « 50 «

Kiadóhivatal:

Budapest, IV. Váci utca 2
Aigner Lajos könyvkeres-
kedése.

Előfizetési díj:

Negyedévre 2 frt.
Félévre 4 frt.
Egész évre 8 frt.

Egyes szám 20 kr.

Hirdetések díja: két hasábos
petit sorért 25 kr.

HERKULES

TESTGYAKORLATI KÖZLÖNY

SZERKESZTIK

PORZSOLT JENŐ PORZSOLT KÁLMÁN

KIADJA AIGNER LAJOS.

Szerkesztőség:

Budapest, VIII. József-körút
67. sz. a.

Kéziratokat vissza nem
küldünk.

Bérmentetlen leveleket nem
fogadunk el.

AZ «ACHILLES» VELOCIPÉD- ÉS CSÓNAK-EGYLET, AZ «ARADI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «BALATON-EGYLET», A «BEREGSZÁSZI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «BUDAPESTI KERÉKPÁR-EGYLET», A «BUDAPESTI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «BUDAPESTI TORNA-EGYLET», A «BUDAPESTI VASPARIPA-EGYLET ELŐRE», A «DEBRECZENI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «DEBRECZENI TORNA-EGYLET», A «FERTŐI CSÓNAKÁZÓ-TÁRSASÁG», A «GYŐRI CSÓNAKÁZÓ-EGYESÜLET», A «KASSAI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «KOLOZSVÁRI ATHLETIKAI CLUB», A «KOLOZSVÁRI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «KÖRMENDI ATHLETIKAI CLUB», A «KUNSZENTMÁRTONI CSÓNAKÁZÓ-KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «MAGYAR-ÓVÁRI TORNA- ÉS VÍVÓ-EGYLET», A «MAROSVÁSÁRHELYI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «LÉVAI TORNA- ÉS VÍVÓ-EGYLET», A «MAROSVÁSÁRHELYI TORNA-EGYLET», A «NAGY-BÁNYAI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «NAGY-ENYEDI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «NAGY-KANIZSAI TORNA-EGYLET», A «NAGY-KÁLLÓI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «NEMZETI HAJÓS-EGYLET», A «NEPTUN BUDAPESTI EVEZŐS-EGYLET», AZ «Ó-BUDAI TORNA-EGYLET», A «PANNONIA CSÓNAK-EGYLET», A «POZSONYI HAJÓS-EGYLET», A «PRIVIGYEI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «RIMA-SZOMBATI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «SÁTORALJA-UJHELYI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «SALGÓ-TARJÁNI VASPARIPA SZÖVETKEZET», A «SELMECZI AKADÉMIAI ATHLETA-CLUB», A «SOPRONI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «SZABADKAI TORNA-EGYLET», A «SZARVASI KORCSOLYÁZÓ-KÖR» A «SZEDEDI CSÓNAKÁZÓ-EGYLET», A «SZEDEDI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET» ÉS A «SZEDEDI TORNA-EGYLET»

HIVATALOS KÖZLÖNYE.

A vallás- és közoktatásügyi m. k. minister 6 nagyméltósága 41,020. számú rendeletével ajánlja e lapot Magyarország összes tanintézetének.

A vívás és a párbajozás.

Felfordult világot élünk! A párbaj válik sporttá és a vívás tanulása önvédelmi célból történik. Visszatérni látszik a középkori világ minden erkölcsi alap nélkül, mikor a vívó-mesterek termeiben a harcz előjátékai folytak le.

A baj, a társadalmi betegség oka ezen körülményben és félszeg előítéletben rejlik és a mi figyelmünk csak azon körre terjedhet ki, melyben a kóros párbajozás a sporttal áll egybefüggésben. És e téren valóban meg is leljük sok erkölcstelen párbaj okát.

Nálunk a vívást csaknem kizárólag a párbajozó ifjúság űzi. Akkor kezdődik a vívás tanulása, mikor a párbajokra is legtöbb az alkalom, a téli bálidényben. De maguk ifjaink is abban a korban kezdenek vívni, mikor a párbajra már megérttek. Mikor kinőttek a párbajozó korból, szegre akasztják a kardot s legfeljebb a pisztoly-sportot űzik.

A fővárosi vívó-termek teljesen úgy tűnnek fel, mint a párbajok előkészítő iskolái, melyeket ha törvénytörőleg bezárnának, a párbajok száma csökkenne. — És van e dologban valószínűség, bár ez intézkedés nevetséges volna, miután a vívó-termek szaporodása és túltömöttsége is csak okozata a párbajokat előidéző erkölcsi gyöngeségnek.

A baj azonban tényleg a vívásban is gyökerezik, különösen a most párbajozó ifjúságnál. Sok lap írta és jogosan, hogy a vívni tudás bizonyos előjogokat látszik kölcsönözni becsstelen sértések elkövetésére. És mi is határozottan állíthatjuk, hogy nagyon kevés kivétellel azokat az ifjakat, kiket mi jó vívóknak ismerünk, a nagy közönség híres párbajozóknak tartja. Bár jegyezzük azt is meg, a magyar jeles vívók érdekében, hogy sokkal jobbaknak tudjuk azokat a vívóinkat, kik nem párbajoznak, vagy a kik már nem párbajoznak.

A dolog úgy állván, hogy a jó vívó egyszersmind szenvedélyes párbajozóvá is válik, elítélhetnénk magát

A «HERKULES» TÁRCZÁJA.

A kolozsvári atletikai club versenyei.

Az 1885. évi szeptember hó 27-iki II-ik nyilvános viadal.

A ve senybirák közül jelen voltak: Jósika Lajos báró, Girsik János, Gyarmathy Miklós Kőváry Mihály és Nagy Mór dr. — Igazgató: Hártói Szokolay Kornél. Indító: Heinrich József. Időmérő: Hirschler Ödön. Témérő: Lucan Aladár mérnök. Jegyző: Csép József. Orvosok: Rózsahegyi Aladár dr., és Veress Lajos dr.

Gyönyörű őszi nap vala, a levegő csendes és enyhe volt. A katonai zenekar harsogai mellett lassan-lassan gyülekezett a nem nagyszámú, de igen eleklő közönség.

A síkversenynyel 3 $\frac{1}{2}$ órakor megkezdődött a viadal. Távoltság 91 méter. Tiszteletdíj. 5 jelentkező közül négyen indultak: Balogh Vendel, Borbély György, Simonffy Géza, Deák Lukács. Elsőnek ért Balogh. Minthogy az időmérés ezen számnál megbízhatatlannak látszik, úgy annak eredményét mellőzzük.

A súlydobáshoz hasonlólag 5 jelentkező közül négyen álltak ki, u. m.: Amberboy József, Borbély György bajnokjelölt, Deák Lukács, Páska Zoltán, a kik közül 7-90 méter távoltsággal Deák

Lukács győzött, elyervén az eme versenyre kitűzött tiszteletdíjat. A dobás 15 fontos vas golyóval történt.

Ezután következett a bajnoki síkverseny, a mely ez úttal második vetélkedés vala. Távoltság: 3218 méter. Első díj: a M. A. C. ezüst érme. Második díj: a M. A. C. bronz érme. Védő: Borbély György bajnokjelölt. Kihívók: Balogh Vendel és Simonffy Géza. A pálya szabálytalan, önmagába visszatérő vonalat ír le. Valamivel hosszabb a tavasszal kitűzött pálya-kerületnél, 8-szor lévén megkerülendő; de viszont azzal a hátránnyal bir, hogy egy helyt kissé lejtős, más helyt pedig ennek megfelelően kissé emelkedő. Talaja több helyt feltűnően laza.

Mind a hárman indultak. Az út első felében folyton Balogh vezetett, nyomban követték Borbély és Simonffy, a kik egymás mellett haladtak. Futásuk mérsékelt, egyenletes vala. Feltűnt Balognak ritka szép tartása.

A további futásban Balogh lélegzetét vesztve kiállott; míg Borbély az utolsó előtti körnél hatalmasan e'őre tört és Simonffyt több száz méterrel megelőzve 13 első és 31 másodpercz alatt elsőnek ért; tehát majdnem $\frac{1}{2}$ perczcel rövidebb idő alatt, mint a tavasszal. Simonffy másodiknak érkezett. Mind a ketten a cél előtt feltűnően lassították futásukat, a mit azonban nem kimerülésnek, hanem ambíció hiányának tulajdonítunk, a mennyiben az elnyerendő díjat igen, az elérendő és elérhető recordot azonban nem tarták szem előtt.

a vívás tanulását, ha mint mondtuk, csak itt volna a baj oka. Hanem bár nem maga a vívás, de ennek sportszerűtlen üzése sokban fokozza a párbajozást. Az az ifjú cselekvésre vágyó vér és az a dicsőséget, nyilvánosságot óhajtó hiúság, mely minden ifjú vívót jellemez, nem találhatván tért vágyai kielégítésére, könnyen még élete kockáztatásával is, szembeszál gyöngébbnek vélt ellenfelével.

Hogy a vívási sport Magyarországon ne csak sokszor halált okozó mániának álljon szolgálatában, hanem többi testedző társával az emberi épség elősegítőjévé váljék, szükséges volna, hogy az ifjúság hiúsága és tettvágya benne kielégítést találjon. És erre valók a versenyek.

Magyarország egy pár ósdi sportférfia a versenyekről sokat akarva szólni, rendesen azt említi fel, hogy a hiúság kielégítésére szolgál s különösen neveléstani tekintetből kárhóztatandó. — Hisz épen azért is helyes a sportverseny minden téren, mert az általános emberi hiúság kielégítésére keresve sem találunk kiünőbb eszközt. — A hiúságot, ez örök emberi vonást nem lehet, sőt nem is kell kiölni az emberből, hanem úgy kell gátat vetni erejének, hogy üdvös dolgot eredményezzen.

A sportversenyek a nevelő, az államférfi és a katona előtt hatalmas tényezők céljuk elérésére és az igazi erkölcsbíró is mint véd- és orvos-szert ismeri.

A vívásban azonban nálunk a versenyek bámulatos módun ritkák. Magyarázata a dolognak épen az, hogy a legtöbb ifjú vívó azért sem szeret nyilvánosan vívni, mert félti közzéteni ügyetlenségét és nem akarja elveszteni esetleg híresztelt rettenthetlen párbajozó hírét.

Arra nézve tehát, hogy a vívás sportja nem csak bajt, hanem üdvös célt, a testi erősödést is elősegítse, nem kellene egyéb, mint minél számosabban és nyilvánosabban vívó-versenyeket rendezni. — Így aztán az is tanulna vívni, ki eddig teljesen visszavonult a sporttól, a szolidabb és komolyabb ifjúság, a hevesebb vérű pedig vér nélkül vívna ki tisztességesebb hírnevet.

PORZSOLT JENŐ.

A magyarországi torna-egyletek szövetségének alapszabályai.

(Vége).

12. Állandó igazgató bizottság.

Az állandó igazgató bizottság áll:

- a szövetség elnökeiből, mint a bizottság állandó elnökeiből, a két alelnökből, a szövetségi titkárból és pénztárnokból,
- a közgyűlés által három évre választott hat tagból,
- c) minden egyes kerületi szervezetnek egy képviselőjéből.

Az állandó igazgató bizottság:

- a) gondoskodik a rendes és rendkívüli közgyűlések összehívásáról,
 - b) gondoskodik a közgyűlési határozatok végrehajtásáról,
 - c) a közgyűlés által három évre megállapított általános költségeloirányzat keretén belül részletes évi költségvetést készít s annak teteleit utalványozza,
 - d) a szövetségbe lépett egyletektől és kerületektől érkező időszakos értesítések és jelentések, valamint statisztikai adatok és javaslatok tárgyalása, valamint a szövetséget érdeklő minden nem a közgyűlés elé tartozó ügy elintéztetése céljából évnegyedenként ülést tart;
 - e) első sorban intézkedik a szövetséghez tartozó egyletek és kerületi szervezetek között támadható vitás kérdések kiegyenlítésében,
 - f) gondoskodik a szövetségbe lépni kívánó egyletek felvételéről,
 - g) a tornaszat ügyének emelése érdekében a közgyűlés elé kezdeményező javaslatokat terjeszt,
 - h) jegyzékbe veszi a kilépő egyleteket s ezeket, valamint a kizárandókat a legközelebbi közgyűlésnek be elenti,
 - i) gondoskodik a tornász-ünnepélyekről,
 - k) összes működéséről számadó jelentést terjeszt a közgyűlés elé.
- Az állandó igazgató bizottság működése három évre szól.
Az állandó igazgató bizottság teendőit ülésben vagy ülésen kívül, de mindig az egész bizottság nevében és felelős-égére intézi el.

13. §. Tisztikar.

A szövetség tisztikara áll az elnökből, két alelnökből, titkárból és pénztárnokból.

Az elnök gondoskodik a közgyűlésnek és az állandó igazgató bizottság üléseinek összehívásáról és vezetéséről.

- a) A szövetséget és az állandó igazgató bizottságot kifelé képviseli,
- b) felügyel az ügymenet rendjére s a pénztár helyes kezelésére,
- c) a költségvetés tetelei alapján utalványoz a pénztárra,
- d) halasztást nem tűrhető sürgős ügyekben elnökelégintézkedik s intézkedését az állandó igazgató bizottságnak utólag bejelenti.

Két alelnök.

A két alelnök megválasztásának sorrendjéhez képest az elnököket helyettesíti.

Az egyik alelnöknek állandóan fővárosi lakosnak kell lenni.

A titkár a közgyűlésnek és az állandó igazgató bizottságnak

A birkózásra Amberboy József, Balogh Vendel, Borbély György és Páska Zoltán jelentkeztek. Az első mérkőzés Balogh és Borbély között volt és az utóbbi győzelmével végződött. Azután Amberboy és Páska léptek a síkra. A küzdelem majdnem három percig tartott és rendkívül érdekes vala, annál fogva, hogy Amberboy ellenfelénél majdnem egy fővel magasabb, vállas, erőteljes férfi, míg Páska alacsony, de zömök termetű. Amberboy erejében, Páska ellenben ügyességében és kitartásában bizott, a mely őt tényleg diadalhoz juttatá; mert midőn hosszas küzködés után mind a ketten elestek, Páska fölül kerekedett és ellenfele vállait erőteljesen a földhöz szorítá. A Páska és Borbély közötti birkózás ismételt küzdelem után is eldöntetlen maradt s a kitűzött szép tiszteletdíj nem volt kiadható. A versenybírótság azonban mindegyiküknek egy-egy kisebb díjat ítél oda.

A gátversenyre heten jelentkeztek, de csak négyen indultak. Balogh Vendel, Borbély György, Illing Sándor, Simonffy Géza. Távoltság 201 méter, 6 gát. Elsőnek ért 35 másodperc alatt Balogh, díjul egy értékes ezüst díszítésű botot nyervén.

A távolugrásban 6 jelentkező közül négyen vettek részt. Borbély György, Deák Lukács, Illing Sándor, Páska Zoltán, a kik közül az utóbbi győzött, 4:57 méternyi távoltságot ugorván át. Díjul a M. A. C. bronz érmét nyerte.

A viadal végeztével Jósika Lajos báró ő nagyméltósága kiosztá a díjakat, minek végeztével az athléták és a jelen volt kö

zönség lelkesen megéljenzé az ősz elnököket. Erre ő nagyméltósága felhasználva a lelkes hangulatot, megköszönve az iránta tanúsított ragaszkodást egyszerű, de melegen mondott határos szavakban kifejté, hogy az athletika nem merő mulatság, mint sokan hiszik, hanem komoly ügy, a mely úgy az egyénre, mint a társadalomra nézve fontos. Ráutalt a görögökre és rómaiakra, a kik a műveltségben magas polezot foglaltak el, de elpuhulva az erőteljes barbár népeknek áldozatul estek. — Konstatálta ezután, hogy a mag, a mely a kolozsvári athletikai club megalakításával elvettett gyümölcsöt termett és beszédjének egy szeretetre méltó frdulatával kifejezvé, hogy ő maga hajlott koránál fogva már gyöngye athleta, tapasztalatának, mely őt a tanácsadásra képesíti, tulajdonítá azt a bizalmat, a mely őt az athletikai club ügyeinek vezetésére meghívta. Igéri, hogy ezután is odaadással fog csüggni emez ügyön, a melyet jónak és hasznosnak ismer s beszédjét, melyet az összes jelen voltak a legnagyobb tisztelettel hallgattak az ifjúsághoz intézett buzdító szavakkal végezé.

Nem mulaszthatom el, hogy ez alkalommal kifejezést ne adjak azon óhajomnak, hogy a nemeslelkű bárónak példája mentől számosabb követőre találjon, hogy tisztos öreg uraink, a kik a daliás testgyakorlatok egyik-másik ágát fiatalabb korukban talán mesterileg űzték és ahhoz elméletileg bizonyára most is igen jól értenek, buzgó támogatásban részesítsenek hazánk ifjú athletikai sport-életét. Itt is mint nemzeti életünk sok más ágában a tra-

jegyzője, mint ilyen ő szerkeszti a fogalmazványokat s gondoskodik az irodai teendőkről és level-zésekről.

A pénztárnok egy az állandó igazgató bizottság által mellé állandó elenőr felügyelete mellett kezeli a szövetség bevételeit és pénzbeli vagyonát, s a járulékok beszedéséről és az utalványok kifizetéséről gondoskodik.

14. §. Kerületi szövetkezetek.

A vidéki torna egyletek kerületi szövetkezeteinek képviseltetéséről jelen alapszabálynak 11. és 12. §§-ai gondoskodnak.

A kerületi szövetkezetek saját szervezeteiket a jelen alapszabály 7. §-ában körülírt cél és eszközök szemmel tartása mellett maguk alapítják meg.

15. §. Kilépés.

A szövetségbe belépett egyesület abból mindig csak egy éves felmondással léphet ki, a mely év mindig február 1-éig számítandó. A felmondást az állandó igazgató bizottsághoz kell intézni, mely annak elfogadását, ha a kilépni kívánó egyesület összes kötelezettségeinek megfelelt, meg nem tagadhatja.

16. §. Kizárás.

Azon egyesület, a mely három egymás után negyedévenként következő igazgatósági megintás dacára sem teljesíti alapszabályszerű kötelezettségeit, a szövetségből való kizárása végett, a legközelebbi közgyűlésnek bejelentetik.

17. §. Feloszlás.

A szövetség feloszlik, ha külön e célra összehívott közgyűlésen a szövetségi egyesületek és kerületi szövetkezetek két harmada teljesen képviselve van, és ha a jelenlevők két harmada a feloszlást elhatározza.

18. §. Vagyon feletti rendelkezés.

A feloszlott szövetség vagyona, a feloszlást elhatározó utolsó közgyűlés által megállapítandó magyar nemzeti köznevelési célra fordítandó.

19. §. Kormány-felügyelet.

Az esetben, ha az alapszabályokban meghatározott cél és eljárás illetőleg hatáskörét a tornász-szövetség meg nem tartaná, a m. kir. kormány által, a mennyiben működésének folytatása által az állam vagy az orsz. tornász-szövetség vagyoni érdeke veszélyeztetnék, haladéktalan felfüggesztés után elrendelendő szabályos vizsgálat eredményéhez képest végleg fel is oszlathatják, vagy esetleg az alapszabályok legpontosabb megtartására, különbeni feloszlás terhe alatt köteleztetik.

20. §.

Mind azon közgyűlési határozatok, melyek az alapszabályok módosítását a szövetség feloszlását s utóbbi esetben a tornász-szövetség vagyonának hováfordítását célozzák, foganatosítás előtt a m. kir. belügyminisztérium elé terjesztendők.

Gyakorlatok hosszú lengő-kötéllel.

Egy 5—6 méter hosszúságú puha és vékonyabb kötél ktféle móddal használható, u. m.: egyik végénél fogva a föld felett vízszintes körben vezetni, vagy fel- és lecsapódó körívekben forgatni. Mind a két gyakorlás által erősödik a tornázó szem-mértéke, bátor és gyors cselekvési eltökéltsége. Leginkább csak a III. osztályon felül alkalmazandók.

Vízszintes körben kötél-körzés.

A vezető torna-tanító kezébe veszi azon lengő-kötél egyik végét, melynek a másik végére cserhéjjal vagy egyébbel telített zacskó van kötve. A tornázó növendékek (20—30) pedig körül állják a tanítót, tőle oly távolban, minő hosszúra eresztetik a körözendő kötél. A tanító most elkezd a kötelet a föld felett lehető kis magasságban vízszintesen maga körül forgatni, ő szintén forogván vele, vagy egyik kézből másikba veszi át a kötelet, mint a gabona nyomtatók, a növendékek pedig egymás után felugrának azon pillanatokban, midőn a kötél lábukig csapódik.

Arczezal vagy a háttal a kör központja felé fordulva állani, vagy arczezal szembe a kötél körmozgási irányával, vagy azzal egy irányba fordulva állani, és untalan felugrani a kötél odaérkeztekor. A felugrás történhetik egyidőben mind a két térdnek (v. saroknak) felrántásával, $\frac{1}{4}$ v. $\frac{1}{2}$ fordulattal repülés közben.

Lehet felugrani körben, menet vagy futás közben, ugyanis a kötél mozgási irányával szembe haladva a kötél közeledtekor egy lábbal felugrás és ismét tovább menet v. futás. Ha pedig a kötél mozgásával egyirányban járnak vagy futnak az illetők, akkor ugranak fel, ha a kötél hátulról utóléri egyenként őket.

A IV—VI. osztálybeliek mellső fekvéssel kezeire támaszkodva vagy négykézláb guggolva is szökdelhetnek a kezeiken (arczezal a kör központja felé, lábak távolabb, mintsem a köröző kötél érintetné), a lábaikon (arczezal a körből kifelé, a kötél vége csak a lábakat ütheti, de a támaszkodó kezeket nem) vagy a kezeiken és lábakon guggolásból egyszerre ugrani fel a kellő pillanatokban.

A kötél körben hajtása mindig gyenge legyen, a zacskó puha.

Föl és le körben kötél-forgatás.

Az előbb írt lengő-kötél egyik végére vas karika illesztendő és így ráakasztandó valamely állványoszlopon vállmagasságban levő vas horogra; másik vége felé a kötelet a torna-tanító veszi kezébe és lassan forgatja azt úgy, hogy a kötél közép része alatt közvetlenül a föld felett, esetleg azt érintve is, szép íven mozogjon.

A növendékek felállítása kezdetben egy, utóbb két sorban történjék.

A gyakorlatok helyben szökdelések, a lengő-kötél alatt áttűtások, átugrások:

Helyben szökdelés, arczezal a tanító felé vagy más irányba, páros lábbal egyszerre felugrás, vagy előbb egyik lábat, azután a másikat rántani fel, repülés közben fordulatok.

Helyben egyszer (v. 2—3-szor) szökdelés, a második (v. 3—4-ik) körzés közben pedig kifutni a kötél alul egyik v. másik oldalra.

Helyben párosával egyszerre szökdelni, midőn ketten állnak be középre a kötélnék egyik oldalához.

dicziók kivesző félben vannak; rajtok áll, a mennyire tőlük telik a folytonosság már-már elszakadó fonalát megerősíteni. Alkalom bőven kínálkozik, csak nem kell azt túlszerűségből vagy kényelemszeretből visszautasítani.

A viadal — ha tárgyilagosan akarunk itélni — magában véve nem valami nagy jelentőséggel bír; viszonylag ítélve azonban a hazai atletikai mozgalom körén kívül maradt erdélyi részekre, különösen pedig a közsvári atletikai clubra nézve igen öröndetes, reményteljes jövőt ígérő esemény.

Az egyes versenyek közül csupán a bajnoki verseny s az erdélyi atletikánál úgy látszik hagyományos birkózás mondható kielégítőnek. A részvét úgy a közreműködők, mint a nézők részéről határozottan csekély volt s az előbbieket a torna-tanítók által kedvelt «görög» bajnokságot eleveníték föl úgy szólván, a mennyiben majdnem ugyanazok mérkőztek jóformán valamennyi verseny nemből, a mi az elért abszolút eredmények alacsony fokát eléggé megfajti.

Jelentőséggel bír eme viadal különösen, mint a K. A. C. első őszi viadala. Ilyeneket bajos rendezni. A nyári idény szétszórja az atletikák tömör csoportjait s a nyaralás közben feledékenységre megy sok különben buzgó atletánál a training nehéz munkája. Ezért szoktak kevésbé látogatottak lenni az őszi viadatok, mint a tavasziak; de hatásuk az egyleti életre annál nagyobb, a mennyiben hatalmas lendületet szoktak adni a clubok őszi kez-

dőző működési idejének. Ezt a hatást várjuk az itt leírt viadaltól is. A közönségre nem téveszté el hatását, fokozta a becsület és tiszteletet, melyet a testgyakorlati ügy méltán követelhet.

A versenyzők sorából, mint újonnan feltűnt erőket Amberboy Józsefet, Simonffy Gézát és Deák Lukácsot kell az atletika iránt érdeklődő közönségnek bemutatnunk.

Aberboy magas termetű, vállas és széles mellű, minden tekintetben ép és erőteljes fiatal férfi, a kiből csak a gyakorlat hiányzik arra nézve, hogy lelkiismeretes training mellett a legszebb eredményeket elérje.

Simonffy egészen a futásra látszik megteremve, karcsú finom testalkatú ifjú, a ki még fejlődhetik. Jó testtartás elsajátítását és kitartó gyakorlatot ajánlunk neki. Könnyed mozgása és finomabb szervezete a középtávolságokra látszik őt utalni.

Deák inkább alacsony, kissé zömök, de arányos termetű izmos ifjú, a ki kellő training mellett bizonyára szép eredményeket fog fölmutatni. Eddig a M. A. C.-nak volt tagja.

A verseny rendje, ha nem is volt kifogástalan, komoly törekvésről tanuskodik. Különösen a térmérés történt lehető pontossággal. A körben történt bajnoki futásnál a mérés — nézetem szerint igen helyesen — a belső kerülettől kifelé, a belső szélen haladó versenyző által leírandó vonalon történt.

Dr. BAINNER HUGÓ.

Átfutni a körben hajtott kötél alatt egyik oldalról a másikra, eleinte egyesével, utóbb párosával kézfogással; kezdetben vezérlés után, utóbb e nélkül, vagy e mellett, de meghatározva a futás idejét, például minden következő (v. 2-ik) körlendület alkalmával átfut a sorból a legközelebb álló vagy jövő. Az átfutást azon pillanatban kell tétovázás nélkül megkísérteni, midőn a kötél a futni készülők az arcza előtt vágódik le fölülről. Az ellenkező körmozgáskor a kötelet átugrani kell.

Atugrani neki futással a térd magasságig emelt és könnyedén, nyugodtan tartott kötelet.

Atugrani futammal az ide-oda lassan *himbázott* kötelet; az átugrás azon pillanatra essék, melyben a kötél a föld fölött a legkisebb magasságba érkezett, futni az ugráshoz akkor kell, midőn szembe lendül a kötél. Itt is előbb a tornász tetszés szerint bármely lengés után futhat, de utóbb vezérelni kell, illetőleg előre megállapítani, hányadik lengés után kell futni és ugrani. Ugyanezt páronként is egyszerre.

Atugrani futammal a körben forgatott kötelet; közel állásból akkor indulni neki, midőn a kötél körlengésében a túlsó oldalra már fej magasságig leszállott volt.

Két sorbeliek egyszerre: ugyanis az egyik sorbeliek a kötélnél ezen oldalán, kissé oldalvást állanak egymás háta mögött, a másik sor pedig a túlsó oldalon áll. Körzéskor innen a kötél *alatt futnak* át, mozt meg a kötél *fölött ugranak* át a másik oldalra. Egyik sor balra, másik jobbra kanyarodik vissza és jön előbbeni helyére, honnét újból az előbbeni módon jut a túlsó oldalra át. Többszöri ismétlés után végül a kötél ellenkező irányban köröztetik, ez által felecserelődnek a sorok teendői is.

Befutni (v. beugrani) a kötél közép vonalába, ott pillanatnyi megállapodás után egyet helyben felugrani és azután átfutni a túlsó oldalra (vagy vissza futni az előbbeni oldalra).

Az ügyesebb és nagyobb fiúk megkísérthetik a rövid lengő-kötéllel két ugrásnak kapcsolatba hozatalát a hosszú lengő-kötélnek egy ugrásával, ugyanis beállni a hosszú lengő-kötélhez és annak egy körmozgása alatt a rövid lengő-kötéllel két gyors ugrást tenni, úgy intézvén, hogy a második ugrás már egyszermind a nagy kötélnél is szabad utat engedjen a lábak alatt.

A skótok testgyakorlata.

(Németből).

Minden sportférfi bizonyos előszeretettel van az oly népek iránt, melyeket izmos, erős testalkatú és bátor szelleműeknek tart. E tekintetben kiválóan a skótok nyerhetik meg rokonszenvünket, kik az erős angol nemzetnek legszebb testű fiai. Hatalmas testi erejüket és formás alakjukat előnyösen emeli ki szép nemzeti öltönyük.

A skótok testgyakorlatában a főhelyet a futás és ugrása egybekötött nemzeti játékok képezik. Skócia északnyugati részének minden falvában divott a legutóbbi ideig számos nemzeti játék, sőt sok helyen most is divik. A népen nem kis izgatottság vesz erőt ilyenkor. Férfiak, nők és gyermekek a legélénkebb részvételt tanúsítanak irántuk. Feltűnő, hogy csak is az egyáltalában nem, vagy csak keveset angolul tudó galloknál maradtak meg a nemes testgyakorlatok.

Mikép fejthető meg ez a talány? Ha mai napság Skóciában «gallok»-ról beszélünk, behatóbb történelmi vizsgálódásokból az alakok, haj- és szem színzetből kivehető, hogy az ottani, eredetileg sötét kondorhajú, kis termetű iberiai népesség első ízben teretesebb keltákkal szaporodott, kik után a magas termetű, szőke és kékeszemű norvégek bevándorlása következett. Sok részletben a származásnak ezen különbségei meglepő világosan észlelhetők.

Sem Irland, sem Walesben, — mely utóbbi tartományban a lakók nagyobb része kelta dialektusban beszél, — nincsen anynyi tornászati nép-ünnepély, mint Skócia északnyugati részén. Közel áll azon feltevés tehát, hogy a hosszú ideig tartó norvég uralom erőművészeti tekintetben is nyomokat hagyott hátra a hegyi skótok között. A hol egykor norvégul beszéltek, most gall nyelven beszélnek. Sok úgynevezett gall és sok izmos hegyi skót alapjában véve nem más, mint a germán törzs álcázott leszármazottja. (Mily nevetséges fajimádás! — Fordító).

A braemari térségen bizonyos nibelungi szellem borong különösen ősszel, midőn kő- és kalapács-dobással, futás és ugrással, dárda hajíással küzdenek az erő és ügyesség pámakoszorújéért. A régi vár oldalán síkság terül el; majdnem mellette a Dec folyó kigyózik fenyőnőtte partok között. A meglehetősen meredeken emelkedő dombokat rendszeren köd borítja, mely úgy látszik Felső-Skóciát állandó lakhelyeül választotta, és némileg részes abban, hogy a lakosok oly komoly kedély hangulatúak.

A braemari nép-torna játékoknak különös fényt kölcsönöz a királynő jelenléte, ki akkor tájban a balmorali kastélyban tartózkodik.

Egyszerű pásztorok, vadászlegények, a körül fekvő majorok szolgazemélyzete, esetleg szabók és cipészek is összegyűlnek itt Braemarban lordok vezetése alatt, kik még főnökségükre valamit tartanak. Erős egy faj ez, onnan a Dec partjáról és többi vidékéről — erős, az általánosan elterjedt testgyakorlatok következőiben. Miután a köztük és az alsó-skótok és angolok közt fennállott gyűlölség megszűnt, az angol hadseregbe is derék katonákat szolgáltatnak.

Annál kárhoztatandóbb a skót nagy urak által aljas önzésből tervszerűleg üzött falvak pusztítása. A zselléreket, kik annyira csüggnék az általuk lakott földön, kunyhóikból kergették, hogy juhaklot készítsenek oda, vagy hogy vadászó-területet alakíthassanak. E miatt aztán nem egy segélykiáltás hangzott el az ottani hegyek közt, de a világváros zsibajában figyelemre se méltatták. Így azután a bár zabolátlan, csempészetre is hajlammal bíró, de erős egészséges népfaj kivándorlása által az angol hadsereg nagy kárt szenved. Csak szorongattassék egyszer Anglia küllellensége által, mindjárt észreveendi az érzékeny veszteséget. Akkor persze már késő lesz.

A hegyi skótok verseny-gyakorlatai egy pár erőművészeti mutatványból áll, megtoldva futás és ugrással. Lengő mozgással tizenkét fontos kalapácsot — gyakran száz és egynéhány lépésnyire dobnak. Egy pár évvel ezelőtt egyik, egyenes tartással egy húsz fontos kalapácsot hetven lábnyira dobott. A kar egyetlen dobásával harminczkét fontos követ 35 láb messzire dobott a másik.

A fensíkon lakók hajdani ruha viselete — a «kilt» borzas előköténnyel, mely a különben csupasz alsó testet fűdé be — majdnem egészen kiveszett. Többnyire vadászinasok stb. stb. vagy esetleg nagy urak ünnepélyeken, vagy nagyobb látványosságokon használják. Ilyen alkalommal a lordok, kik még sokat tartanak a régi főnöki intézményre, de az avval járó kötelességeknek nem igen tesznek eleget, «kilt» ruhák szétosztása által nagyszámú népet akarnak csábítgatni, kikkel azután régi szokás szerint az ünnepély után felvonulást tartanak.

Sok hivatásszerű athlétát bámulatba képesek ejteni éjszak ez erős hegyi lakóinak egyes gyakorlatai. Itt a régi néptornászatnak némi maradványa tartotta tenn magát, mely csak szélesebb kiképzésre vár. A répnél egészségi állapota, mely Angliában különben is kitűnő lábon áll — a testgyakorlatok általánosítása által csak nyerhet, különösen ha a testedző gyakorlatok a test rendszeres fejlesztésével karöltve haladnak.

Földön fekvésekkel és támaszokkal összgyakorlatok.

(Képpel).

A növendékek körben vagy egész távolságra nyitott sortestbe állíttatnak, és ha a föld vagy padokat nem nedves és nem igen hideg, akkor következő gyakorlatokhoz hasonlóan $\frac{1}{4}$ órát némelykor alkalmazásba venni czélszerű.

Mellső fekvés felváltva mellső fektámaszszal, kezeket a lábak előtt a földre téve guggolás le 1, lábakkal (v. kezekkel) hátra (v. előre) lépkedni (v. ugrani) 2. — *Mellső (hasra) fekvésben* páros kar feszítés előre fejfélé, onnét oldalt és le a test mellé és ismét vissza, vagy páros sarkemelés és leeresztés, vagy nyújtott lábfejítés oldalt terpesztéssel és vissza zárni a lábakat. Kezeket a mellhez hozni karhajlítással és tenyérrel a földre támasztani, azután karnyújtással a testörzést feltámasztani, térd marad a földön, ezt többször egymás után, karhajlítás 1, nyújtás 2. —

Ugyanezen fekvé támasz a térdek felemelésével és földre bocsátásával 1. 2. — Mellső fekvéssel támasz a kezeken és lábhegyeken, ebben a helyzetben változtatott kar (vagy láb) emelés nyújtva (v. hajlítva), bal 1, vissza 2, jobbra 3, vissza 4. Ugyanabban a fektámaszban karhajlítás és nyújtás két ütemben 1—2. A IV—VI. oszt. legelő fektámaszba bal (j) kar és jobb (b) láb emeléssel egy időben. (L. az ábrát).



Hátso fekvés (hanyatt) felváltva fektámaszszal és üléssel, kezeket a lábak mögött a földre téve guggolás le 1, lábakkal (vagy kezekkel) előre (v. hátra) lépkedni lábnyújtásig ülésbe 2. — Ülésből törzsemelés a földről fel, egy időben kis térdhajlítás és a karokkal fesztámasz 1, vissza ülésbe 2. — Ülésből törzsemelés és előre lépkedni lábak és törzsnyújtásig 1, ülés 2. — Ülésből hanyatfekvésbe le. Hanyat fekvésben különféle kar- és lábgyakorlatok, u. m. emelések, lendítések, lökések v. ütések különféle irányban, mint a tagszabadgyakorlatoknál íratott.



Oldal fekvés felváltva oldal fektámaszszal és tompor üléssel. Mellső vagy hátó fektámaszból jobbra (b) $\frac{1}{4}$ fordulat és csak a jobb (b) kéz marad a földre támasztva, a másik kéz szabadon a testhez feszített vagy csipőre tétetik, mi alatt a derék homorítottatik az egész test kinyújtatik 1, ezután kis törzshajlítással földre bocsátani a közép testet tompor üléshez 2. — A IV—VI. oszt. az oldal fektámaszban végezhet a szabad karral és szabad lábbal emeléseket, lendítéseket, hajlításokat és nyújtásokat. (L. az ábrát).

Testedző játékok.

(Folytatás).

Róka vadászat.

A játék-térnek egy kis helye kijelöltetik mint róka lyuk, melyben egyik kisorsolt játész mint róka húzza meg magát. A többi játészok pedig közelből incselkednek szavakkal vele. Mindenkinnek kezében egy összefont kendő van ütésre készen. Végre a róka hirtelen kiugrik lyukából és üldözőbe veszi valamelyiket, ha kendőjével ezt sikerült egyszer megütnie, akkor az lesz a róka és ő felszabadul. Megjegyzendő azonban, hogy a rókának a lyuktól messzebb szaladnia 10 lépésnyire nem szabad. Ha ezen belől nem sikerült neki senkit sem azonnal megütnie, sietve igyekezzék ismét vissza lyukába, mert ekkor őt veszik üzőbe valamennyien és ütök-verik kendőikkel, ha elérik. Ha a róka visszamenekülésében egy lábon sántikálva szökdel vissza lyukához, így őt nem szabad ütni, tehát így is megszabadulhat a veréstől, ha futással nem bír. Ha a róka kirohanásában rögtön megüthetett valakit, akkor ezen megütöttel bánnak el a többiek úgy, mint a rókával, bekergeik a róka lyukba, hogy ő vegye át azon szerepet.

Farkas és ludak.

A kisebb gyermekek ezen kedvencz játékát így is említik: «jertek haza libuskáim». A játék-térnek közepén jelöltetik meg a farkasnak a tanyája, ez előtt a tér hosszában húzódik az 50—60 lépésnyi futó pályájuk a libáknak. Sorsolás szerint egyik játész mint farkas elhelyezkedik kijelölt barlangjában (bokorban),

a többi játészokat pedig mint libákat, kit-reli a külső métához a játék rendező, mint gazdasszonyuk: «hess ki a legelőre, hess!» Midőn mind kiut vannak, akkor a gazdasszony visszajön a felső métához és onnan kiált ki: jertek haza libuskáim, — azok meg kívülről vissza kiáltják: nem merünk — mitől féltek, — farkastól, — jöttök-e tiszta búzára, — nem megyünk, — jöttök-e édes tejre, — nem megyünk, — jöttök-e karjaimba, — megyünk, megyünk, gi, gá, gá; gi gá, gá, — ezen szölamokra aztán rohanna neki indul az egész sereg, de a farkas is kiugrik a kellő pillanatban a futók közé és a hanyat csak lehet, megérint kezével. Mind azok, kiket a farkas egy ütessel megérintett, fogollyá lesz és odamén a farkas tanyájára. A többiek pedig ismét ki a külső métához. A következő futamnál már a foglyok is, mint farkasok szerepelnek. Így végre ha mindenki megfogott, maga a gazdasszony fut végig a pályán egyszer, ha megfogják, akkor ő lesz egyedül a farkas, ha nem, akkor új sorsolás történik.

Nyúlás.

Sorsolás szerint egy játész vadász lesz, a többiek pedig a nyulak. A térségnek bizonyos helye megjelölte ik, mint szabad hely, a hol az üldözések után a nyulak összesereglenek pihenésekre. Kezdetben belefúj a vadász sípjába, mire a nyulak mind szanaszét futnak, mindenki köteles legalább is tíz lépésnyi távra kifutni a szabad helyből. A vadász egyik-másikat üldözőbe veszi, és a kit háromszor kezével megüthet, mielőtt a szabad helyre vissza menekülhetnék, az kopó, kutya lesz. A nyulak igyekezzenek ismét minél előbb visszajutni otthonjukba, ott kissé pihjenek, mert a következő kihajtás után már a kopók is segítenek a vadásznak elfogdosni a nyulakat és fogva tartani addig, míg a vadász oda nem mén a rendes 3 ütessel azokat is kopókká tenni. A játék így folyik ismételt szétfutásokkal és visszajövet után pihenésekkel, míg valamennyi nyúl kopóvá nem lett téve. A kopók karjaikra fehér kendőt kötnek, hogy könnyen felismerhetők legyenek. A kopó kezeiből az általa megfogott nyúl mindaddig kiszabadulhat — ha tud — míg az oda jött vadásztól 3 ütést nem kap.

A vadász és a kopók.

Egyik játész vadásznak választatik, ki aztán a többi játész közül két kopót választ magának. Ha egy kopó egy játészot elfogott, a vadász oda siet, és ketten aztán egy meghatározott helyre viszik, a hol a fogolynak addig, míg a vadász, vagy egy kopó mellette őt áll, csendeen ott kell maradnia, de elszaladhat, ha nem őrzi. Ha tehát a vadász újabb vadászatra akar indulni, egy kopót hí oda őrzés végett. A játék addig folyik, míg mind el nincsen fogva.

Kakas és tyúkok.

A tyúkok egy helyről a másikra kénytelenek szaladni. Ha a kakas e közben valamelyiket megérinthet, az illető köteles őt hátán elhordozni bizonyos időig és azontúl ő lesz a «kakas».

Tolvaj kergetés.

A játészok két egyenlő számú pártra oszlanak. Sorsolás szerint az egyik pártbeliek a tolvajok, a másik pártion levők a csőszök. A játéktér közepén pálcza szúratik a földbe, tetejére egy kendő tétetik, vagy alma szúratik. Ezen helytől egyik irányban 30 lépésnyi távra állnak a csőszök, az ellenkező irányban pedig a pálczától 20 lépésnyire a tolvajok. Adott jelre egyszerre tör a középre egyik tolvaj és egyik csősz; amaz, hogy a kendőt vagy az almát elcsenve saját pártja helyére vihesse, emez pedig azért fut, hogy ebben meggátolja ellenfelét. Ha a tolvaj a zsákmányával visszafuthatott pártjához a nélkül, hogy őt útjában az üldöző csősz kezével megérintette volna, ez egy nyerő pontként jegyeztetik pártjának. Ha azonban a csősz megérintette őt haza érkezése előtt, akkor a csőszök pártja jegyez egy nyerő pontot. Ezután következik egy másik csősz futása egy másik tolvajjal szemben, ennek utána ismét másik pár fut, míg valamennyi nem szerepelt.

Mindegyik futam egy nyerő ponttal jegyeztetik az illető pártnak. Most helyet és szerepet cserélnek a pártok egymással, az előbbi tolvajok most csőszök lesznek és viszont. Ugy mint az előbb, most is páronként fut egymás után mindenki és jegyeztetik az eredmény. Végül a nyerő pontok összegeztetvén, győztes azon párt, a mely legtöbb pontot számít mindkét szereplése alatt összevéve.

Határ-villongás.

Választás útján két egyenlő pártra oszlanak a játészok. Mind egyik pártnak van egy kapitánya, ki embereit szétben felállítja a határvonal mentén szembe az ellenpárttal, ő maga pedig hátuk mögött serénykedik a foglyul ejtett ellenségnek 3 ütessel birtokba vételével. Feladata ugyanis mindenkinnek az ellenfélből valakit megfogva áthurezni saját pártjának kapitánya keze ügyébe.

Mihelyt ez valakinek sikerül, illetőleg mihelyt egyik párt kapitánya egy ellenpártból hozzá harcolt foglyra 3 ütést mérhet, a játék azonnal szünetel és azon párt javára egy nyerő pont jegyeztetik fel. Határvonal lehet a két párt között, a játéktér szélétében húzott mélyebb kettős barázda, vagy valami természetes dombhát vagy földre helyezett torna-madracok, de árok vagy kerítés nem.

Ha valaki ezen határvonalon már áthúzgáltatott, de sikerül ismét vissza szabadulnia, mielőtt még az ellenfél kapitánya háromszor megérinthette volna, úgy ez még nem tekintetik fogásnak. Ha egyik pártnak a kapitányát sikerül az ellenpártbelieknek foglyul ejteni, illetőleg a határvonalon át magukhoz rántani, ez két nyerő pontnak jegyeztetik. A határvonalat megkerülve oldalról támadni nem szabad, a kapitány által adott győzelmi jelre, sípjelre vagy «holla» kiáltására rögtön abban hagyandó a háborúskodás, ha egyszerre történik mindkét pártban a foglyul ejtés, mindkét párt jegyez nyerő pontot, de az előbb felkiáltó kapitány pártja két pontot, a másik csak egyet. Minden újabb össze csapásban részt vesznek az imént foglyul ejtettek is. Valakit ruhájánál vagy fejénél fogva ránczigálni nem szabad. Egyre támadhatnak többen is, viszont egyet védhetnek, visszahúzhatnak többen is, de mihelyt a határvonalon a földre esett a megtámadott, azonnal félre állottnak veendő, illetőleg nem számít annak a foglyul ejtés, azon egy játszma alatt.

A «Kolozsvári athletikai club» szamosújvári versenytávgyakorlása

(1885-ik évi október hó 4-én).

(Saját tudósításunk).

Kolozsvár, okt. 5.

A zene tánczra hívó hangjai még fülemben csengenek, a szamosújvári redoute parketjén athletáink karjain vigan lejtő szép leányok sorban vonulnak el — mint új kedvelt ismerő ők — lelki szemeim előtt, midőn az éj sötét, fagyos, dermesztő ködétől meggénberedve, és rokat a papírra vetem.

Lehet, hogy a valóságban is így van. Elindulásunkkor még oly animóval folyt a táncz, mikép feltehető, hogy az athleták, kivilágos viradtuk nem hagytak fel vele.

No de nekem sport-czikket kellene írnom. — Istenem! hogyan tegyem azt? ... — Kisértsük meg.

A kolozsvári athleták közül a tegnapi kitűzött szamosújvári gyalog versenyre — miként az tudva van — hatan jelentkeztek. Kettő ezek közül visszalépven, az indulás alkalmával csak négy állott ki. Rggel 3/4 órákor már készen vártak versenyzők, bizottsági tagok és néző közönség az indulási idő. — Az indítás a kolozsvári főtéren oszloptól történt. Mielőtt a hét órát elűtötte volna, a versenyzők kézárással ígérték meg a verseny-szabályok megtartását. Ponban 7-kor az «indulj!» ra útnak eredtek. Dr. Jankovich Pál orvos a club 3 tagja lassan kísérték őket. A verseny-bizottságnak egy része, a Szamosújvárról választott versenybírósság kiegészítésül vonattal ment Szamosújvárra.

A kolozsvári athleták — úgy látszik — kedveit fiai a jó Istennek; eddig minden versenyükön jó idő volt, a mostani pedig épen kitűnő volt.

10—12 C. fok meleg mellett a nap sugarait sötét szürke fellegek fűdték el az athleták elől. Hűvös keleti szél lengedezett, mely az egyforma menetben haladó athletákat az izzadástól megóvta. Nemi alkalmatlanságot csak az út pora okozott. Huszonnégy kilométert haladtak egyforma menetben, óránként 7 kilométer távolságot hagytak tőve. A kísérő bizottság tagjai leszálltak a kocsiról s felválltva 2—3 métföldre kísérték a versenyzőket. Sátornál Osváth Zoltán és Kun Bernáth jöttek elejükbe. Rögtönözve süttetett apró pogácsákat s fenyővizet hoztak üdítőül nekik. A pogácsákból elfogadtak a versenyzők, a fenyővizet azonban érintetlenül hagyták.

Jó darab útig részint kocsin, részint gyalog elkísérték őket. A huszonnégy kilométer megtétele után a menet kissé lassúbb volt az óránkénti 7 kilométernél. — A huszonnyolcz kilométer után azonban a haladás fokozatosan gyorsult. Versenyzők eddig egyenletesen, szépen kitartva, haladtak egymás mellett.

A fokozódó gyorsaságot azonban kimerülés nélkül előbb Deák Lukács, utána Balogh Vendel nem remélvén betarthatni, e két versenyző, hogy legalább a kiállításban levő táncmulatság nyújtotta babérokból részesülhessen, a győzelem reményéről lemondva, kiállott a versenyzők sorából. Borbély György és Simonffy Géza azonban jól tartották magukat, nem engedtek tért egymásnak.

Szamosújvárról mintegy 7 kilométer távolságra kocsival jöttek a versenyzők eleibe. Borbély és Simonffy között ekkor már megkezdődött a verseny.

A gyorsaságról, melyet kifejtettek, csak a szemtanúk birnak kellő fogalommal. Lépésüket eddig a lovak lassú ügetésben, most pedig gyors ügetésben tudták csak követni. Simonffy méltó versenytársul mutatkozott Borbélylyal szemben, ményiben a város határáig oldala mellett nem tágitott. Az utolsó 7 kilométert 3/4 óra alatt tették meg. A város határánál Borbély előre tört s mintegy 30 lépés előnnyel 1 óra 5 perczkor érte el a célponthoz kitűzött szamosújvári redoute épület kapuját. Simonffy Géza 12 másodperczrel később érkezett be jó másodiknak.

Tehát a 45 kilométert Borbély György 6 óra 5 percz, Simonffy Géza pedig 6 óra 5 percz s 12 másodpercz alatt tette meg.

A jó szamosújváriak nem is remélték az athletáknak ily gyors beérkezését. 3—4 órára várták őket. Meglepetésük tetőpontját érte, midőn a hír villamgyorsan terjedt el a megérkezésről. A versenybírósság, mely kebeléből Voith Miklóst választá elnöknek, épen a jubileum programjában felvett bankethez készült a megérkezés alkalmával. A zene a redoute kapuja előtt a Rákóczi-tűzta, a nép nagy számban tömörült a redoute előtti téren. Városi rendőrök négyszöget formáltak az összegyűlt néptömegből, melynek közepét a versenyzők és bírósság foglalta el. A bíróssági elnök által a versenyzőkhöz tartott rövid lelkes beszéd után, Szamosújvár egyik legszebb gyöngye, László Gabriella kisasszony nyújtotta át néhány üdvözlő szó kíséretében az első győztesnek az ezüst serleget a «Hőgyek-díj»-át. A néptömeg lelkes éljenzésben tört ki.

Diadalal vezették ezután a versenyzőket már elkészített szalásukra, honnan öltözetük rendbehozása után a banketre, hol már türelmetlenül várták — mentek.

A toasztok itten egymást érték. Többszörösen lettek athletáink felköszöntve. Előbb dr. Nagy Mór, a verseny egyik bírja köszöntö meg a club nevében azon szívélyes fogadtatást, melyben az athleták részesítve lettek. Majd a club titkára emelt poharat; a versenyzők nevében lelke egész hevéből fejezte ki köszönetét a szamosújváriak részéről nyilvánult azon kedves fogadtatásért, melyben versenyzőiket részesítették.

Szamosújvár — mondá — midőn a hazafias eszmék kultiválásának negyedszázados ünnepét üli, az athletikai club intentióját megérte. Barátságos fogadtatásával azt bizonyítja be, hogy a club eme versenyét nem tekinti úri extravaganciának, nem tartja bolonderiának, hanem a testi erő nemes irányu fejlesztésének. A kolozsvári athletikai club — folytatá — arra van hivatva, hogy nem csak Kolozsvárt, de Erdély összes nagyobb művelt városainak az athletika terjesztésére irányadója legyen. Örömet fejezte ki, hogy a K. A. C. első nagyobb versenyének hősei a szamosújváriak részéről ily kedvező fogadtatásra találtak.

A polgármester felelt erre, kifejezést adván annak, miszerint a szamosújváriak — mint az erdélyi részekben a tudományos intézetek központját, Kolozsvárt tekintik minden tekintetben irányadójuknak. Reményt nyújtott arra, miszerint a kolozsvári athletikai clubnak Szamosújvárt s közel jövőben fiók-egylete fog alakulni, a biztosította a club tagjait arról, hogy Szamosújvárra intézendő kirándulásaik mindig a legbarátságosabb fogadtatásban fognak részesülni.

A Kolozsvárról vonattal kiránduló versenybírósságot is nagy ünnepélyességgel fogadták. Néptömeg várta őket az induló bázna, mely a megérkezéskor lelkes éljenzésben tört ki. A polgárok vetélkedtek a tagok elszállásolása körüli buzgólkodásban.

Az athleták a délutáni órákban Szamosújvár szépeinek mutaták be látogatásaikkal hódolatukat. Este részt vettek a műkedvelői előadásban, hol a «Nők az alkotmányban» című, Tóth Ede által írt népszínmű lett előadva. Az előadás ügyesen folyt le, több jeles műkedvelő a darab megkapóbb részleteit gyönyörűen domborította ki.

Táncmulatság következett ezután, hol Szamosújvár szépeiből egy gyönyörű koszorút lehetett látni.

Az athletákat megzavarta annyi szép hölgy látása. Az úton másodperczekre számító fiúkat szórakozottá tevők a sugarak, melyeket annyi igéző szem lövelt rájuk. Bezzeg itt nem voltak erejükkel oly számítók. — A tánczokat oly tüzzel járták, mintha nem is ők versenyeztek volna.

A mulatság még javában folyt, midőn néhányunkat a kötelesség távozni kényszerített a kedves körből. Szomorúan távoztunk. — Szomorúságunkat azonban némileg enyhítette a jövő viszontlátás reménye. ...

A velünk bejött Borbély György rendes szokásához híven, a mai nap az apostolok lován még haza «trainirozott» a Kolozsvártól 80 kilométerre fekvő Mező-Záhra.

KUSZKÓ ISTVÁN.

Testtartás az elemi népiskolai tornázásnál.

A tornázás a nézőre csak úgy tesz kellemes benyomást, ha a mozgások szép testtartással végeztenek. Mivel pedig magok a tornázó növendékek egyszersmind egymás nézői is, ezért a helyes testtartásra mindenkit minden gyakorlatnál oktatgatni kell. Ezzel fejlesztetik mindenkinek a *szép érzéke* és kedve a tornázáshoz.

Tornászati értelemben szép tartások a következők: A mozdulatlan állásban a vállak hátra feszítettnek, a mell előre kidomborítottatik, a fej feltartatik, az alkapocs kissé közelítettik a nyakhoz, karok és kezek a test oldalán kevésbé meghajlítva lenyújtatnak, lábak sarkok egymáshoz szorítva nyújtatnak, lábhegyek kifelé fordítva szögtartásban. A tag-mozdulatoknál a nem této-vázó határozott mozgások a szépek, a kar vagy láb emeléseknél, illetőleg lendítéseknél vagy forgatásoknál merov nyújtás, kézujjak zárva tartása, lábfej lefelé feszítése. A kar- vagy lábütéseknél a felkar vagy fellábszár nyugodt tartása, a lökéseknel az ökölnék vagy lábfejnek egyenes irányban gyors kimozdítása, a láb- és kargyakorlatoknál a testtörzsnek egyenes tartása, a törzstördítéseknel és hajlításoknál a fejnek nem lógatása a helyes és szép. A járásnál gyermekeknel helyesebb és szebb azon járási mód, melynél a lábak nem nyújtva előre felvetésekkel, hanem térd-emelésekkel és lefelé könnyed lökésekkel történnek, tehát a sarok földre helyezését gyorsan (majdnem egyidőben) követi az egész talp helyeése. Járásnál a felső test inkább egyenesen, mint előre dőlve tartassék. Futásnál lábujjakra, ugrásnál szintén előbb a lábujjakra kell ugrani és csak azután nehezkedni a sarkokra. A szereken tornázásnál tüggésben, támaszban vagy ülésben egyaránt úgy kell feltartani a fejet, mint a szép állásban, a lábhegyek lefelé feszítve tartassanak és a lábak az összehúráskor teljesen kinyújtva, a belső lábék egymáshoz szorítva legyenek. Minden helyzet változtatás a szereken szép mozdulatokkal, nem hánytvetett testhordozással történjék.

Minden nemű gyakorlatnál egyáltalában a szép tartást csak akkor lehet követelni a gyermekektől, ha azok már némi tornászati fejlettséggel bírnak, és ha a végzendő gyakorlat nem feleltenebíz kivitelű az illetők erejéhez képest. Tehát már csupán ezen célból is az elemi népiskolai torna-gyakorlatok nem lehetnek túlerőltetők. Viszont az sem helyes, ha mindég csak a már régen tudott könnyű gyakorlatok vétetnek elő, mert untatja és nem fejleszti a gyermekeket az ilyen túlszigorú sablonszerű tornázás. Az élvezetes tornázásban gyakran kell a lassú átmenetek helyett egyszerre átesapni másféle gyakorlatokba.

Az I. és II. osztályban és a többi osztályokban a kezdő tornázó gyermekeknel sok esetben igen elnézőnek kell lenni a testtartási hibák miatt, de azért helyes a nem eléggé sikerült gyakorlatokat többször ismételtetni, hogy mint egy vérévé váljék mindenkinek, lassanként a szép testhordozásra ügyelni.

KÜLÖNFÉLÉK.

Velocipéd kirándulás. Vermes Lajos barátunk érdekes útjáról a következőkben értesít: Október elsején érkeztem meg Derényi F. és Vidával Szabadkára horvátországi, Loszniai nagyobb szabású vasparipa kirándulásainkról. Hogy fogalmad legyen, milyen utat hagytunk hátra, röviden a főbb állomásokat elősorolom. (Részletes leírásra — szüretnek vannak — jelenleg phisikai időm nincs. Sietek röviden veled mindent tudatni). Szeptember 13 án, (vasárnap) d. u. 6 órakor indultunk el Szabadkáról. Utunk Cservenkán, Hódsák, Bácsan keresztül vezetett. (Rendes utunk Szlavóniába mindig a kulai út volt, — Uj Verbász, Nagy-Kér érintésével). Bács síkságain keresztül haladva, szeptember 17-én (csütörtökön) 11 órakor Vukováron ebédeltünk, (jó drága minden, mint Dobósnál). A diakovári emelkedéseket megmáztuk, Verpelje, Bridi hegyek között találtuk magunkat. A vidék elragadó szép, ajánlom minden vasparipásnak, ha Magyarországot megösmerni akarja, a horvát földet, okvetlen utazza be. (Nem akar politikai célzás lenni). Szeptember 19-én (szombaton) este boszniai Bródban hajtottuk fáradt fejeinket nyugalomra. Másnap Derbentet elhagyva, Pernjavort (gyalázatos utak) és Banjaluká-t érintettük. Innét szeptember 22-én elindulva Moct, Jasenice, Bihacs, Ottovac, Zengg, Buccarin keresztül szeptember 24-én, (csütörtök) délelőtt 10 órakor Fiumába érkezünk. Hol megfürdés, étkezés után a molo és a város megtekintésére fordítottuk e nap hátsó részét. Több magaslatocon keresztül Károlyvárost értük el, Zágráb, Belo-

vár, Pitrusáco, Barcs, Szigetvár, Pécs, (szept. 28.) Baja, Almáson keresztül, hol (kocsira ültünk — gépekkel együtt — homoktenger miatt) október elsején (csütörtök) reggel 10 órakor az úti fáradságtól elgyötörve Szabadkára érkezünk meg. — Óriási étvágy kielégítése után, utunk komikai és tragikai részleteit be-
zértük el egylettünk tagjainak.

Thomas Stevens e pillanatban Kis-Ázsiában van, Erserumban. Onnan írja, miszerint egyik végétől a másikig terjedő sziklás, hegyes vidéken jár. Mig odaért Angora, Vuzgát, Sivas, Erzincan városokon ment keresztül. Azt hiszi az Erserumtól — Teharanig vezető út nem lesz oly hegyes. Ez utóbbi helyről, Afganisztannak, Indiának s azután Chinának fog tartani. Kis-ázsiai útja nagyon változatos s nagyon érdekes volt. A bennszülöttek se láttak, se halottak életökben velocipédről, s nagyon érdekesek azok a mesék, melyet e gépről, az ő missiójáról s a gép gyors-
ágáról beszélnek. A mint falun vagy városon kijön, az egész lakosság utána tódul, s kinozzák üljön föl olyan helyeken, hol a talaj egyenetlensége folytán azt tenni nem lehet. Minden nagyobb városban a hatóság részéről meghívatik, s megkéretik üljön fel abból a célból, hogy ők lássák s mulassanak rajta. A magasabb állású s tekintélyes intelligens egyének arról vannak meggyőződve, hogy ily gépre csak angol ülhet.

Lapidariris ostobaság. E czímmel emlékezik meg a német sport-lapok legtekintélyesebbje az «A. S. Z.» egy kisebb ugyan-csak német sport-lapnak azon állításáról, mely szerint az athleták túlságos gyenge szelleműek, érzéketlenek és alacsony erkölcsűek. Ha ez igaz lenne, úgy e kis lap szerkesztője bizonyynyal országának első bajnok athletája volna.

A kanadai athleta versenyen a magas ugrás győztese 5 láb 8 hüvelyket ugrott. A 3 angol mértföldes gyaloglásban a távot 24 percz 24 másodpercz alatt járta be Hages. Az irlandi Barry a súlydobók óriása a 16 font nehéz kalapácsot 92 láb 8 hüvelyk távra dobta. Az amerikai Queekbernes 56 font súlyt 25 láb 10 hüvelykre dobta. A távolugrásban 24 láb 3¼ hüvelyk volt a győztes legnagyobb ugrása.

Howel az ismert professzionátus velocipédező mult számunkban említett egy angol mértföldes eredményét újból javította, a távot 2 percz 31½ másodpercz alatt hajtva be Bostonban. Ugyan e távot egy «Rudge»-féle alacsony biztonsági gépen 2 percz 49½ másodpercz alatt hajtotta be.

Californiából. A bicyclisták eredményei a californiai tengerparton sokkal rosszabbak, mint az Amerika többi részében gyakorló velocipédistáké, de remélhetőleg itt is szebb eredményeket hoz az — idő. Így például most is az Olympié-club legközelebbi ó-oklandi meetingjén Cook F. R. amateurnek sikerült egy mértföldet 3:44½ percz alatt átfutni, mely ténye által egy másik amateurnek eddig elért legjobb eredményét 10 másodpercczel fölülmulta.

Safety-bicycle. A londoni Royal Aquariumban tartott bat napos bicycle-versenyben részt vettek: Garner D., Vale S., Armstrong W., Birt T., James R., Hawker A., Weston E., Drury C., Keen J. és Stauton D. mindannyian professzionátusok. Naponta 8 órai versenyek után, 3 órai megszakításokkal. Birt győzött, 630 mértföldet és öt pályahosszat futván meg. A versenypálya nem épen jó voltát tekintve, a Birt által elért eredmény nem kicsinyelhető, mely jó eredmény többek közt az új találmányú Safety-bicycle jószágának köszönhető.

TARTALOM.

A vívás és a párbajozás (Porzolt Jenő). — A magyarországi torna-egyletek szövetségének alapszabályai (vége). — Gyakorlatok hosszú lengő-kötéllel. — A skótok testgyakorlata. — A földön fekvésekkel és támaszokkal összgyakorlatok (képekkel). — Test-edző játékok (folyt.) — A «Kolosvári ath'etikai club» szamos-
útvári versenytárgyakorlása (Kuszkó István). — Testtartás az elemi népiskolai tornázásnál. — Különfélék. — Tárca: A kolozsvári athletikai club versenye.

BUDAPESTI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET.

Meghívó

a f. é. október hó 30-án, (péntek) d. u. 6 órakor, a fővárosi
vigarda régi éttermében tartandó

XVI. RENDES ÉVI KÖZGYŰLÉSRE.

Napirend:

1. Az évi jelentés előterjesztése.
2. A zárszámadás és a vagyon-mérleg bemutatása és felmentvény iránti határozathozatal.
3. Hét választmányi rendes és hét póttag választása.
4. Egy három tagú számvizsgáló bizottság kiküldése.

Dr. Búsach Péter,
egyleti elnök.

Jegyzet: a) Az alapszabályok 23-ik pontja értelmében ezúttal következő 7 tag lép ki a választmányból, é. p.: Banke Gyula, Hoffmann Sándor, Németh Titus, Gamayer Henrik, Rohonczy Gedeon, dr. Roik Géza és Vajda Adolf urak, kik azonban az alapszabályok említett pontja szerint újból megválaszthatók. b) A t. tagok felkéretnek, miszerint igazolásul tavalyi tagkártyájukat vagy részjegyeiket magukkal hozni el ne mulasztják.

Budapesti KIÁLLITÁSI SORSJEGY á 1 ft 4000
Főnyeremény kézpénzben csak 1% levonással
100.000 ft
11 sorsjegy 10 ft Kiállítási-sorsjáték-kezelősége
Budapest, Andrassy-út 43. •

FREYTAG ÉS PÁRDUSZ

Budapest, Dorottya-utca 3. sz.

Uri fehérmű, női pipere, szövött és rövidáru-raktár.

Mellékelt ing

9—10

mintánk saját kiállításunk után készülve,

nyári és utazó ingeknek különféle árban

igen ajánljuk,

darabja frt 2.20, 2.60, 2.80 a legfinomabb kiállításban.

Nyakkendők 15 krtól 2 frtig.

HERKULES-KÖNYVTÁR.

Szerkesztik: PORZSOLT JENŐ és PORZSOLT KÁLMÁN.

Kiadja: AIGNER LAJOS KÖNYVKERESKEDÉSE.

E cím alatt új hézagpótló vállalat indult meg még a múlt év végén, mely a «Herkules» testgyakorlati közlönyvel párhuzamosan a testedző sport, a torna, atletika, c-ónakázás, korcsolyázás, velocipédezés, úszás, vívás, szóval a testgyakorlatok összes nemeinek ismertetésére és terjesztésére szolgál.

A «Herkules-Könyvtár»-ban önálló becsű szakmunkák fognak megjelenni a testedző sport összes ágaiból.

Minden kötet külön egészet képez és külön megrendelhető.

E kötetek nélkülözhetetlen segédkönyvül szolgálnak úgy a tornatanárjelölteknek, tornatanároknak, sportegyleti művezetőknek, mint megbecsülhetetlen kézikönyvül szolgálnak a sportsmaneknek, tornászoknak, műkedvelőknek és teljesen laikusoknak, kik a «Herkules-Könyvtár» egyes kötetei segítségével a testgyakorlatok összes nemeit elsajátíthatják.

Az összes eddigi magyar testgyakorlati irodalom két-három, jobbára elavult munkából állván, e vállalat régóta érzett hiányt fog pótolni.

A «Herkules-Könyvtár» minden egyes kötetét az ország legjelesebb szakemberei írják s szép képek fogják díszíteni.

Nincs a testgyakorlatoknak neme, a melyre a «Herkules-Könyv-

tár» ki ne terjeszkednék s így rövid idő alatt ez a vállalat fogja megvetni a magyar testgyakorlati irodalom alapját.

Minden évben több kötet fogja elhagyni a sajtót s gondunk lesz rá, hogy az egymást követő kötetek nemcsak szakszerűség, hanem változatosság és érdekesség tekintetében is kielégítsék a művelt közönség igényeit.

Nem hirdettünk előfizetést sem e kötetekre, sem társaira, de hiszszük és reméljük, hogy az igazi művelt közönség nem fogja megvonni pártfogását attól az úttörő vállalatától, mely Magyarország hiányzó testgyakorlati irodalmát van hivatva megteremteni.

Eddig a következő kötetek jelentek meg és kaphatók Aigner Lajos könyvkereskedése útján valamennyi könyvárusnál:

- I. A magyar labdajátékok könyve, képekkel. Irta Porzsolt Lajos.
- II. A korcsolyázás kézikönyve, számos rajzokkal. Irta Porzsolt Jenő.
- III. Sport album, illusztrálva. Irta: Adorján Sándor, Balázs Sándor, Oláh Miklós, Porzsolt Kálmán és Sziklay János.
- IV. Vitorlás kalandok. Irta Szalay Imre, országgyűlési képviselő.
- V. MontPELLIERTŐL Budapestig velocipéden. A szerző arcképével. Irta Igali Svetozár.

A «Herkules-Könyvtár» szerkesztősége.

Kiadóhivatal:

Budapest, IV. Váci-utca 2
Aigner Lajos könyvkeres-
kedése.

Előfizetési díj:

Negyedévre 2 frt.
Félévre 4 frt.
Egész évre 8 frt.

Egyes szám 20 kr.

Hirdetések díja: két hasábos
petit sorért 25 kr.

HERKULES

TESTGYAKORLATI KÖZLÖNY

SZERKESZTIK

PORZSOLT JENŐ PORZSOLT KÁLMÁN

KIADJA AIGNER LAJOS.

Szerkesztőség:

Budapest, VIII. József-körút
67. sz. a.

Kéziratokat vissza nem
küldünk.

Bérmentetlen leveleket nem
fogadunk el.

AZ «ACHILLES» VELOCIPÉD- ÉS CSÓNAK-EGYLET, AZ «ARADI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «BALATON-EGYLET», A «BEREGSZÁSZI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «BUDAPESTI KERÉKPÁR-EGYLET», A «BUDAPESTI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «BUDAPESTI TORNA-EGYLET», A «BUDAPESTI VASPARIPA-EGYLET ELŐRE», A «DEBRECZENI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «DEBRECZENI TORNA-EGYLET», A «FERTŐI CSÓNAKÁZÓ-TÁRSASÁG», A «GYŐRI CSÓNAKÁZÓ-EGYESÜLET», A «KASSAI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «KOLOZSVÁRI ATHLETIKAI CLUB», A «KOLOZSVÁRI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «KÖRMENDI ATHLETIKAI CLUB», A «KUNSZENTMÁRTONI CSÓNAKÁZÓ-KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «MAGYAR-ÓVÁRI TORNA- ÉS VÍVÓ-EGYLET», A «MAROSVÁSÁRHELYI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «LÉVAI TORNA- ÉS VÍVÓ-EGYLET», A «MAROSVÁSÁRHELYI TORNA-EGYLET», A «NAGY-BÁNYAI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «NAGY-ENYEDI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «NAGY-KANIZSAI TORNA-EGYLET», A «NAGY-KÁLLÓI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «NEMZETI HAJÓS-EGYLET», A «NEPTUN BUDAPESTI EVEZŐS-EGYLET», A «Ó-BUDAI TORNA-EGYLET», A «PANNONIA CSÓNAK-EGYLET», A «POZSONYI HAJÓS-EGYLET», A «PRIVIGYEI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «RIMA-SZOMBATI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «SÁTORALJA-UJHELYI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «SALGÓ-TARJÁNI VASPARIPA SZÖVETKEZET», A «SELMECZI AKADÉMIAI ATHLETA-CLUB», A «SOPRONI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «SZABADKAI TORNA-EGYLET», A «SZARVASI KORCSOLYÁZÓ-KÖR» A «SZEDEDI CSÓNAKÁZÓ-EGYLET», A «SZEDEDI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET» ÉS A «SZEDEDI TORNA-EGYLET»

HIVATALOS KÖZLÖNYE.

A vallás- és közoktatásügyi m. k. minister ő nagyméltósága 41,020. számú rendeletével ajánlja e lapot Magyarország összes tanintézetének.

A tornatermek levegője.

Itt a hűvös idő, melyben, ha volna is szabad torna-terünk, a zárt csarnokba huzódnak a gyakorlatok végzésére. — És most a legkényesebb kérdés jó előtérbe, hogy miként kapjunk a csarnokokba állandóan friss levegőt.

A tornázásnak tagadhatatlanul létező ellenségei fennén hirdetik a tornatermek poros, fülledt levegőjét, mely az izmok erősítésében a tüdőt teszi tönkre. Nem is igaztalan e vád, ha tudjuk, hogy maguknak a torna-tanítóknak is a legnagyobb panaszkodásuk éppen a tüdőt rongáló por ellen irányul.

A tornatermek berendezésénél még mindig a legkényesebb és legnehezebb dolog a jó szellőztetés mellett a porzásnak lehető minimumra való szállítása.

És e tekintetből mi is a cserhéj, vagy éppen homok padozással szemben a deszka padozat mellett vagyunk. — Mindenesetre azonban a deszka padozat mellett is lesz por, ha az nincs kitűnő módon, jó talajon ket-tős burkolattal ellátva és ha nem tisztítatik a lehető legpontosabban.

Egy kitűnően padozott és a legtisztábban tartott teremben is keletkezik azonban némi por, még ha nem is az utcai poros cipőkkel tornázunk, de ez észrevétlenné válik, ha a teremnek nagy világossága van, vagy is jó magas tetőzettel van ellátva.

Az iskolai tornatermek pora főleg a gyermekek poros cipőiről kél fel és ezért igen helyes dolog, mint pár fővárosi tornaterem ajtaja előtt látható, portörölő pokróczot tenni a bejáráshoz, hol a gyermekek száraz időben is leverik a port cipőikről. — Tapasztalásból tudjuk, hogy az ily termekben sokkal

A «HERKULES» TÁRCZÁJA.

Budapesttől Belgrádig velocipéden.*

Irta: Igali Svetozár.

Várjuk az «angolt». Találkozás a «Herkules» szerkesztőségében.
Thomas Stevens. Indulás. Adony. Duna-Pentele.

Junius hó első napjaiban felértem Pestre. Az ország aprajánagyja áhítozott a kiállítás megsejmelésére. E divatos betegség rajtam is erőt vett.

Velocipédistával bárhol történt legyen a találkozás, csak egy kérdés megvitatása jöhetett szóba.

«Hol van az amerikai???»

Az egyik tudni akarta, hogy már elérkezett Bécsbe, hogy ott gépjáratása történik most. Másik természetesen azt vetette ellen, «hisz ha Bécsben volna, a bécsiak csak értesítettek volna már eddig!» Volt, a ki a scepticismust annyira vitte, hogy az «amerikai» jövetelét egyszerűen a hígeszűek számára átkénhető «mot-

* «Budapesttől Belgrádig Velocipéden». Thomas Stevens az «Outing Illustrated Magazine» tudósítója társaságában. Irta Igali Svetozár a «Cyclist's Touring Club» consulja. Stevens és a szerző arcképével. — A szerző tulajdona. Ára 1 forint. Kapható Aigner Lajos könyvkereskedésében Budapest, IV., Váci-utca 1. sz. E czímen jelent meg a napokban a lapunk olvasói által már régen ismert jeles sport elbeszélőnk tollából egy érdekes kötet, melynek előleges ismertetésül e sorokat közöljük. Közelebb visszatérünk e kötetre.

Szerk.

kesz»-nek jelentette ki, bevetődött a Pohlba s oda sem hederített a «humbagnak».

Telegraphirozzunk Bécsbe! mondtuk, mikor a «Nagybajuszú-val» a Solymosy «Magyar dalcsarnok»-a felé ballagtunk vacsora után. Meg is fogadtuk, hogy holnap táviratozunk Hildebrandtnak, az tudni fog a dologról valamit, mi meg humanus dolgot vég-zünk, a midőn annyi ember fejből kiverjük a kételyt. A «Dalcsarnokban» igen élvezetes este lett töltve, volt jó bor, jó compa-nia. Ira Paine feleségének démoni kezei végre is azt ered-ményezték, hogy békés hazamenetel s alvás helyett csinos kis «vadrouilleirozáshoz» fogtunk.

Kakasszó és pitypalaty idejében aztán, midőn ugyanis hazafelé menendő az üllői utat longiroztuk, nem emlékeztünk vissza többé a táviratozásra. «Nagybajuszú» váltig csak bicyclizni akart, én álmos voltam, — kijelentettem, hogy aludni akarok. Elváltunk. Másnap, vasárnap 11 óra tájt beszélni akartam valamelyikkel a «hét» közül, elszaladtam tehát a «Herkules» szerkesztőségébe.

A szerkesztői teremben egy sereg embert láttam, — csupa ve-locipédista. Köztük Kosztovits és Braunecker báró, kik egy uni-formisban levő emberrel angolul beszélnek, jegyzeteket csinálnak.

Bemutatnak az idegennek, az idegen Thomas Stevens volt!

Kérdem tud-e francziául?

— Nem, — viszonzá Kosztovits úr, — csak is angolul beszél.

Egy nyári tourát úgy is akartam csinálni, ötöt úgy is el akar-tam kísérni. Nem tellett bele 5 percz; kicsiváltuk, hogy vele megyek Budapesttől Belgrádig s az elutazás idejét hétfőre, junius nyolczadikának reggeli hat órájára tűztük ki.

Stevens 30 évesnek látszott s rendkívüli széles vállai nagy testi

kevesebb por van, mint melyekbe a gyermek-sereg poros cipőivel megy be.

A torna-tanítóknak saját egészségük érdekében is kötelességük a lehető tisztaságra vigyázni a termekben, mert ők egész napot töltve a rossz levegőjű szobákban, hanyagságuknak betegséggel adóznak. — A seprés a padozott tornatermekben naponként legalább egyszer, lehetőleg kétszer történik, mert mihelyt nagyobb portömeg lepi be a termet, a tisztán tartás sokkal nehezebben történik. — Ily kicsinyes gondoskodás mellett lehet csak az emésztő portól szabadulni.

A téli időben, a jó és meleg levegő nyérése még nehezebb, mert a túlságos szellőztetés nem lehetséges a hideg miatt. — És a nagyon magas termek, ha jobb levegőjük is, de nagyon nehezen fűthetők.

A torna-tanítónak a gyakorlatok vezetésében arra is kell vigyáznia, hogy ha már a futás, ugrálás és rendgyakorlatokkal nagy port vert fel, az ily gyakorlatokkal rövid időre szüneteljen.

Különösnek az ily dolgokkal való fontoskodás senki előtt sem tűnhetik fel, ha meggondoljuk, hogy a tornázás üdvös hatása a rossz levegőjű termekben teljesen megsemmisül. De a gyermekeknek és a torna-tanítónak kedélyét is lehangolja a fülledt vagy túl hideg levegő.

A termék levegőjének frissítését és a tisztogatást nem bízhatjuk egészen a szolgál-személyzetre, ezt magunknak kell ellenőriznünk, és a legszigorúbban rászorítanunk a szolgálakat a pontosságra. Nemcsak a mi, nemcsak a tornászok és növendékek egészsége, de maga a tornázás vallaná kárát az e téren való hanyagságunknak.

EGY FŐVÁROSI TORNA-TANÍTÓ.

Testedző játékok.

(Folytatás).

«Szoba kiadó».

A játékok egy kivételével helyeket választanak maguknak. Ez az egy körülmény s kérdi: «van-e szoba kiadó?» s feleletül ezt kapja: «medj csak tovább», míg ő háttal áll a játékoknak, ezek gyorsan helyeiket változtatják; ha a kereső helyet kerit magá-

nak, úgy az ez által kirekesztett lesz a «kereső». Ha sok keresés után nem talált helyet, jogában áll, valami jeladással, például tapssal helyváltoztatást követelni. E szavakra «mozogjatok» kötelesek mindnyájan helyeiket elhagyni, mi közben a kereső iparkodik egy üresen maradt helyre szert tenni.

Zugocska.

A játékok körben állnak egymástól távolabb jeleknél. Egyik a körben fel s alá járkálván így kiált: zugocskát keresek, nincs egy kis zugocska? Ezalatt a körben állók gyorsan helyeiket változtatják. Ha e közben a kereső helyet keríthet magának, úgy az ez által kirekesztett áll a körbe.

Gyűrű szöktetés.

A játékok körbe állnak közel egymáshoz. Egy erősebb zsinegre ráfűznek egy karika gyűrűt. A zsineg két végét összekötik, és körben kitérítve fogják kezeikkel. A zsineg oly hosszú legyen, a mily nagy a játékok köre. Most egyik kisorsolt játékos beáll a körbe hajszolni, illetőleg keresni és elfogni a gyűrűt, a melyet a játékok kézből kézbe ide-oda csúsztatgatnak, rejtgetnek. A gyűrű gyorsan vándorol körben összevissza marokból-marokba, úgy hogy csak kevés pillanatokra tűnhet szemébe a keresőnek. Bajos eltalálni a gyűrű hollétét azért is, mert valamennyi játékos keze folyton mozog és mindenki untalan színeleli, mintha a gyűrűt tényleg fogná és tovább adná, ha nincs is keze ügyében. De a gyűrű-kereső is ügyesen, fürgén kapkodja el, hol ennél, hol amannál a játékosnál két kezével a zsinórt, és végre mégis eltűnik a gyűrű. Ez esetben az megy be középre helyette, a kinek kezei alatt találtatott a gyűrű. Szabály az, hogy a «kereső» a zsinórt csak egy «szöktető» előtt foghatja meg egyidőben, és köteles ekkor ez-n gyanuba vett szöktető kezét a zsinegről pillanatra levenni, hogy látszassék, ott-e a gyűrű vagy nincs.

Papucs szöktetés.

Ezen játék hasonló a gyűrű szöktetéshez. Csak hogy itt a játékok nem állnak, hanem a töldön ünek körben egymás mellett kuczorodva, felhúzott és zárt térdekkel. Kezeiket a térdek alá dugva tartják és azok alatt dugdosva adogatják a bizonyos papucset egymásnak, hol ide, hol oda. A kör közepén leselkedő papucs-kereső pedig térdelve, guggolva vagy négykézláb sürög-torog és gyorsan odanyúl két kezével egyik-másiknak a térdei alá, hogy megfogja a vándorló papucset. De ez nem megy oly könnyen, mert a körben ülők közel lévén egymáshoz, egy pillanat alatt tovább lökik és adogatják a papucset. Azonkívül ravasz mozdulatokkal untalan tévútra vezetik a keresőt, mivel sokszor az viseli magát legcsendesebben, a ki épen fogja a papucset és az dugdossa legizgatottabban jobbra-balra kezeit, a kitől legtávolabb van a papucs. Szabály: hogy a papucsra ráülni vagy a térdek alul a körből kidobni nem szabad. Keresőnek az megy be, kinek kezében találtatott a papucs.

erőről tanuskodtak. Haja és bajusza szőke volt, arcza s kezei — azok vetekedtek a cigány feketeségével, a juniusi nap ugyan-csak lesütötte.

Gyapju inget s e fölött nehéz setét kék kabátot hordott. A hozzá intézett kérdések e kimért hangon s a mennyire lehetett kevés szótag alkalmazásával felelt. Ittunk slivoviczát, kíváncsian hallgattuk Kosztovits úr tolmácsolásait.

En néhány utazási regime után tudakozódtam, e közben dél lett, kiki ebédje végzése céljából felkelt. — Elváltunk, hogy délután 5 ór kor a «keleti pavillonba»-n találkozzunk. Egész délutánt az utazás előkészületeinek megtételére fordítottam. Mire délután a mondott helyre kiértem, a társaságot már kint találtam.

Stevens lesült arczával, fekete selyem, angol, ernyő nélküli sapkájával azonnal felkölötte a közönség figyelmét. Egyébiránt, hogy ő az a bizonyos «angol», futó tűz gyanánt terjedt a kiállítás területén. Kérdéseket intéztünk hozzá a kiállítást illetőleg? Egyszerűen dicserle. Gonddal figyelte a bőrárukat.

Milyeneknek találja a pesti bolygvilágot, kérdé egyik-másik. «Párisban és Pesten», felelé, «szép nők vannak».

Utunkat folytatva, később tapasztaltam, hogy a szép nem irányában — annyira-mennyire a training szabályai megengedik — érdekődött!

Izletes vacsora elköltése után, úgy fél 10 táján benéztünk kissé Littke champagneros és szép kellő ruós pavillonjába, hol a habzó magyar gyártmány méltatása közben elfogyasztatunk sok toasztot; kölcsönösen éltetve egymást s szorgosan vigyázva az «angolt»: «birja-e?»

A kiállítás területét néma csend uralta, midőn aludni menés céljából haza indultunk. Stevens elkerültük szállodájába. Bicyclijét a szálló lépcsőházában láttuk, körülbelül 50" (1 m. 30 cm.)-es nehéz, szíárd szerkezetű, mindenütt golyószerkezetes, nickeles «Colombia» bostoni gyártmány volt. Pakkját a gép 3 részén osztotta meg; a gép fején hordta a súlyos bőrskatulát, ez igaz, hogy könnyítette hajtását, a mennyiben a teher súlypontja a nagy kerék tengelyével esett körülbelül egy vonalba, de könnyen okozhatott volna fejesést is! De Stevens bizott hajtási ügyességében! bizonyítja naptól elfeketedett kézfeje, miután világkörűli velocipéd-utjában keztyűt nem viselt!

A nyereg alatt a törő rongyot hordta, melylyel gépét porolta s ebbe voltak göngyölgetve a legszükségesebb kis francia kulcsok és «Ditrich»-ek. Számra nézve három.

Hátul, a gerincz közepe táján, hordta esőköpenyébe pakolva, gyapju anyagból készült alsó ruháját. Szívélyes búcsút vettünk egymástól e rövidleges inspectió után, hogy kiki a «Kis Kommer» előtt legyen csak kumpak reggel $\frac{3}{4}$ 6 órára, — jó éjt!

Másnap, hétfőn reggel $\frac{3}{4}$ 6 órákor a mondott helyen voltunk vagy 14-en.

Kosztovits és az «angol» hiányoztak!

Mi, hogy az idő hiába ne muljék, reggelihez fogtunk; én hideg tejemet absorbálva, arról győződtem meg, hogy a Littke champagner nagy mértékben elrontotta gyomromat. A dolog annál inkább bosszantó, mert egészséges gyomorra és fejre bicyclerezés közben nagy szükségünk van. Titkomat nem árultam el senkinek. $\frac{1}{2}$ 7 felé jött Stevens Kosztovits társaságában. Ez utóbbi még megjegyezte, hogy leendő uti társam a gyümölcsöt igen sze-

Macska és egér.

A játsszók által képzett körön belül áll az egér, azon kívül a macska. A macska meg akarja fogni az egeret és be akar jutni a körbe, mit azonban a játsszók megakadályozni törekednek. Ha félig benn van már a macska, vagy ha már benn van, az egeret kieresztik, a macskát pedig igyekeznek ben tartani. Rendesen az egér pártját fogják a játsszók.

Másodikat (v. harmadikat) elkergetni.

A játsszók egyenként (v. páronként egymás mögött) körben úgy állnak fel, hogy az egyesek (v. kettős old. sorok) egymástól 3–4 lépésnyi távra legyenek. Egyik kisorsolt játsszó kezében fonott kendővel, hajszolja a másik kisorsolt játsszót a körön kívül. A kergetett egyén igyekszik gyors futással menekedni az ütések elől, vagy pedig gyorsan elejbe áll egyik körben álló egyénnek (v. párnak); a midőn aztán annak kell menekedni az ütések elől, a ki elé állt (vagy ha párok elé állott, akkor a hátul álló, mint harmadik fut el onnan). Ha a kergetőnek sikerült futás közben vagy helyben egy másodikat (v. harmadikat) megütnie, az esetben rögtön földre dobja kendőfonatát és beáll a körbe valaki elé. A verő kendőt most az veszi fel, ki imént megüttetett volt. A kergetőnek sem a menekvőnek nem szabad a körben keresztül, sem a körtől távol futnia.

Hogy adja a cserepet?

A játsszók párosan körben ülnek. A kire épen a sors esett, köröskörül jár, és valamelyik pár hátsó emberét megkérdi, hogy az előtte ülő «cserep» mennyibe kerül. A mennyit ez mond, anynyiszor kell a kettőnek a kör körül futni, s a ki először jó helyére, az lesz a «cserepáruló».

Körül helyre.

A fiúk körben nem igen szorosan egymás mellett, foglalnak állást. Egyik kimegy a körből, és valakit kiválasztva megérint, mire rögtön jobbfelé iramodva a kört körülfutja, hogy minél előbb helyére térhessen. Annak t. i. kit megérintett, szintén körül kell futnia a kört, de balfelé. Az érintőnek könnyebb dolga van, mert el van készülve a futásra. Ugyanazért a másiknak annál ügyesebbnek kell lennie, különösen ügyesen kiküldni a másikat, ha a körbefutás közben vele találkozik. A ki később ér célra, az kezdi az újabb játékot.

Lyukban a róka.

A 15–30 lépésnyi hosszú és széles játszóterén egy bizonyos hely a rókalyuk. Minden játsszónak fonott kendő a kezében. Egyik játsszó sors útján vagy saját jószántából róka lesz, és a rókalyukba megy. A rókalyukon kívül, a rókának csak egy lábön szabad állania. Feladata valakit megütni. Szabályok:

1. A rókalyuk mindenkori elhagyásánál kötelessége a rókának ezt kiáltani: «Lyukból a róka!» Ha ezt elfelejti, visszakergetik ütésekkel.

2. Ha felemelt egyik lábát földre teszi a róka, a többiek visszakergetik.

3. Szabad a rókának akár a jobb, akár a bal lábán állani felváltva, a szerint, a mikor elfárad. Mindkét lábán is állhat addig, míg egy lélekzet vételre «huh» t kiálthat.

4. Ha nagyon sokáig tartózkodik a lyukban, ki lehet őt kergetni.

5. Mihelyt a róka valakit megérint, az illető lesz a róka, az előbbi pedig a következő játszmában ütésmentes.

6. Abból is róka lesz, és az előbbi felszabadul, a ki a játszóter határain kívül, vagy a rókalyukba szalad, továbbá a ki a rókát megüti, mielőtt leteszi a lábát, vagy a ki megfogja, vagy futásánál készakarva útját állja.

Ha sok a játsszó, két rókát lehet választani, kik vagy felváltva játszanak, vagy egyidejűleg.

Gumm.

Ezt két ajtós szobában játszzák. A játsszók egyik ajtóból a másikba futnak; a ki először érkezik, az lesz a «gumm». Innen aztán a gumm kivételével mindnyájan vissza futnak az első ajtóhoz, a ki utóljára ér oda; azt megbüntetik, például nevét pillen-gerre állítják.

«En és te».

Ezt ketten játszhatják, vagy többen úgy, hogy két párt tagonként küzd. Az egyik egy meghatározott helyre ül, a másik pedig az elsőől egy bizonyos távolságra áll. Az álló hármastapsára az ülő köteles felkelni és egy körfutással ismét a helyére ülni. Az álló ezalatt iparkodik, hogy az ülő futás közben megérinthesse. Ha ez megtörtént, úgy ketten cserélik szerepeiket; ha nem: úgy újra kezdődik a játék és folyik mindaddig, míg az állónak nem sikerül az ülő futás közben megérinteni.

Tyúk és héjja.

10–20-an játszhatják. Egyik a tyúk, a másik a héjja. A többiek a csibék, kik sorba egymás után a tyúk háta mögé állanak. A héjja elakarja a csibéket rabolni. E célból ügyes ugrásokkal hol jobbra, hol balra akar befurakodni a sorba, mit azonban a tyúk kiterjesztett karokkal megakadályoz. A csibéknek folyton szemmel kell tartani a «tyúk» forgásait, hogy mindig háta mögött maradhassanak. Ha aztán mégis sikerül a héjjának egy csibét elrabolni, úgy az annak háta mögött állók is foglyaiul esnek. A játék végződik, ha a héjja valamennyi csibét elfogta.

«Rómába utazom».

A játsszók székeken ülnek egymásnak háttal. Egy körüljárja az ülőket és így szól: «En Rómába utazom, magammal viszem A»-t. Ez feláll és magával viszi B-t. Ez C-t s így tovább, míg minden székes üres lesz. Ekkor a vezető 3-szori körfutást rendel, minek utána mindenki székre igyekszik szert tenni. Egy nem kap helyet s ez köteles «Rómába utazni».

reti; s itt a mi utainkon 70–80 kilométernyi átlagos utat tesz meg naponként.

Mig mi négyesével a propellereken áthajókáztuk a Dunát, mig valamennyien együtt voltunk, — bizony 7 óra lett belőle. A vámháznak átellenében gépeinkre ültünk. Gyenge éjszakai szél elősegítette gépeink propulsióját. Három csapatban voltunk angolunkat elkísérendő. Az első s legszámosabb csapat, számra nézve 12-en, elkísérték Promontorig. A második három tagból álló társaság, nevezetesen: Rossi Nándor, Filipovits Emil, Ehrlich János Pentelégig kísérték. En vele voltam tartandó Belgrádig. Az első csapatban Mohacsek úr is köztük volt «Kangaroo» gépen. Szokatlan látványt nyújt az apró kigyó módjára tovasikló gép. Annyit észrevettem, hogy a poros, kerékvágásos buda-promontori uton jól nyomában tudott maradni a rendes gépnek. Mohacsek úr egy ízben bebizonyította előttem azt is, hogy e fajta gépről lehetetlen a leesés, — a mint egy oszlopnak neki hajtott. Székely úr gépének kis kereke impertinens állapotban volt. A menetet az angol, szép egyenletes sebességű hajtással nyitotta meg, — én zártam be.

Promontoron, a vizes árkon túl, az első csapattól elbúcsúztunk. Kosztovits az utazási regimre figyelmeztet még egyszer, s elvállunk. Már most csak ő-en voltunk. A vezetést Rossi veszi át, s 16–17 km. órai sebességgel halad előre. A júniusi nap hősege kezd kiállhatatlanná válni. Mi négyen ingre vagyunk vetkőzve, Stevens legkisebb hajlandóságot sem mutat téli kabátja levetésére.

Nem is vetette le egész utunkon, bár a Fruska-Gorában oly hőségünk volt, mely gépeink aczélát fenyegette megolvastással. Elhagytuk Tétényt, majd a pécs-budai vonal sínein hajtottunk

keresztül, hogy később balról egy földszintes kis korcsmafélet hagyjunk el. Immár közeledtünk a magyar velocipedisták Eldorádójához, a kitűnő tétény-tolnai utvonálhoz. Említett földszintes háziktól számítva az országút balra és egyenesen délfelé hajlik, nem kavicsosva van többé, hanem a Duna medréből szedett sárga murvával van behintve. Ez az út síma, kemény, hogy a két kerék tova haladva rajta, nyomokat nem hagy hátra, nem kerékvágásos. Rossi úr maga bevallotta, hogy e kitűnő utat eddig nem ismerte — bár a többi a fővárosba szájadzó utakon — valamennyin járt már!!

Hogy mennyire megtetszett neki ez út, bizonyítja azon körülmény, hogy másnap ugyan ez úton gépen tért vissza!

Rátértünk tehát a kitűnő útra, én lassítam némileg a járást, a Littke pavillonbeli eszeli mulatság és a hőség kényszerítettek reá. Rábízván Rossira: examinálja meg az angol járását. A kis csapat megmászott minden dombot, mely Eresi és Tétény között van, ingre vetkőzött embereinken az izzadság felre magyaráz hatlan jeleket hagyott hátra, Stevensnek homloka nedvesedett csak kissé. Az ördögbe, ez «hideg vérű» angol, gondolhattuk magunkban, midőn Eresiben a nagykozmában a tornáczon leültünk, hogy bort, szóda vizet, hideg tejet kebelezzünk be.

Eresibe va'amivel 10 óra után értünk el.

Ekkor vettem észre, hogy Stevens idegenkedik barna ház kenyerüktől. «Milchbrotot» kért, eléje tettük a zsemle, kiflis kosarat, kiaknázott belőle s evett, ez volt tehát a «milchbrot».

Elhagytuk Eresit $\frac{1}{4}$ órai ott létele után, a vendéglő előtt nyeregbe szálltunk, s az előttünk délfelé hajló országúton bajtoltunk el. Csakhamar hétünk megett hagytuk Eresit.

Az abroncskergetés.

Közönséges hordó-abroncsot mind a két végén czérnával összefűzzük, de úgy hogy mégis meglehetősen kerek legyen. Vasabroncsok belfelületeire csengettyűket is szokás aggatni. A felállított abroncs a játszó melléig érjen. A játszó kis pálczikával az abroncsot folytonos gördülésben tartja. Ügyesebb játszó az abroncsot gördülés közben pálczikákkal a levegőbe is hajítja, vagy éppen keresztül is bujnak vagy ugranak rajta, de úgy, hogy azalatt és azután is az abroncs folytonos gördülésben maradjon. Ezen játék egyike a legszórakoztatóbbaknak. A ki egy bizonyos időben egy bizonyos vonalon az abroncsot a nélkül, hogy az leessék, tova gördíti, az lesz a nyertes.

A gyomor munkájáról.

«Kopla's az egészség anyja» — mondja egy latin közmondás, talán csak a túl bőséges táplálkozás miatt beteg egyénekre nézve? Legáltalában ezzel ellentétben a «jól étkezést» kell hangsúlyoznunk a testi munka előreb csátása után. Korántsem kell azonban a jó étkezés alatt azt érteni, hogy a mit csak szemünk szánk kíván, mindent magunkba kebelezzünk. Igen téves azon jól étkezési mód is, midőn untalan csak a kiválóbb tápdús eledelkel élünk.

A hantos földben jobb búza terem, mint a nagyon megművelt és túlbőven trágyázott földben; a gyomornak is csak egy bizonyos mennyiségű és milyenségű eledel kell, hogy a test kellőleg legyen táplálva. Nem kell azonban nagy fejtöréssel lenni az ételek megválasztására nézve. Csak ezen főszabály tartassék mindig szem előtt: több főzelék mint hús, mindenből kisebb adag, mint mekkorát kínál az izlés-nézés és mások túlságos unszolása. Bátran el lehet hinni, miszerint a testünknek szükséges vegyi alkatrészeket megadhatjuk tisztán növényi táplálkozással is. Mindazon által ne legyünk vegetáriánusok, mert húsban kis adagból nagy százalékban kapjuk ugyanazon vegyi anyagokat, miket a főzelék-féléknek csak nagyobb adagjából kaphatjuk.

Gyomrunk csak egy bizonyos mennyiségű eledelt képes feleldani, u. n. tápnnyá feldolgozni, a fel nem dolgozott részeknek a testből ki kell pusztulni; azonban a feldolgozott rész is igen ritkán felel meg azon szükségességek, mely a testben időnként beáll, sem minőség, sem mennyiség tekintetében. Így a testben többféle vegyi anyagok kellekél nagyobb mennyiségben szívatóván fel, azok ott a testre károsan hatnak, mely rossz hatás csak akkor mulik el, midőn azon fölös anyagok a testből valahogyan kiszabadulhatnak akár gázok, akár gennyek, akár izzadmányok alakjában. Tekintve ezt, határozottan el kell itélni azon étkezési módot, mely az erősen tápdús eledelket mindig, sőt néha az étel kivonatokat is elejbe helyezi a vér tisztító növényi étkeknek.

Általában a «vastag étkek» mellett különösen, ne feledkezzünk meg arról, hogy a viznek rendeltetése nemcsak a benső edények kiöblögetése, hanem a vegyfolyamatban lévő anyagoknak, a vérnek is kellő hig állapotban való tartása. Hogy azonban ezen hígítás túlmérvben ne történjék, evés alatt és közvetlenül utána csak igen keveset igyunk, utána pár órával többet. Bor ívás sem korán reggel, sem éhomra nem egészséges, evés közben és utána kevés bor jót tesz, de azért a bor nélküli étkezés sem eb lakoma, mint a közmondás tartja.

Egy testi munkával — tornázással — rendesen foglalkozó egyén helyesen cselekszik tehát, ha a tej — tojás és hús étkeknek nagy barátja, azonban ne vesse meg a sárgarépa, bab és egyéb főzelékeket se. A munka utáni éhség jó ízt ad minden ételnek.

Óva kell inteni többeket arra is, hogy hagyjanak fel az étkeknek nyersen való élvezésétől. Igaz ugyan, hogy például a nyers húsból a leggyöngébb gyomor is könnyen válamíthatja ki a szükséges fehérnyét, sőt abból több oly tápanyagot is kap, mely a sütés és párolás által részben elillan, részben erősen leköttetik; mind ennek daczára félre a nyers és félnyers hússal. Volt eset, hogy még a nyers tojásban, a forralatlan tejben, a saláta levél rovatkáiban, a gyümölcsök héján is fészkeltek oly parányok vagy élősdiek álcái, mik emberi szenvedéseknek lettek okozói. Erre figyelemmel kell lenni különösen a gyenge egyéneknek (az erőteljes gyomor megemészti ezen álcákat is). Ezért a nyers húst orvosi tanácsra, ha enni kell, a kés fokával faragcsálva meg kell tisztítani rostszálaitól és kivetni gondosan belőle minden apró kövecses szemeseket (álcákat). A gyümölcsöt hámozva, a tejet, tojást, általában lehetőleg mindent friss állapotjában kell használni legalább is 40 foknyi hevítés után.

A mi az ételeket illeti, könnyebb vagy nehezebb megemészthetőségük és tápláló erejükre nézve a következők jegyeztetnek meg:

Az elővigyázó ember például nem terheli meg gyomrát nehezen emészthető ételekkel akkor, midőn olyan tüneteket észlel magán, mik emésztő szerveinek beteges állapotát jelzik (például gyomorban nyomás, hascsikarás, nagyidőküzi, nehéz vagy gyakori rendkívüli székelés stb.) Viszont meg épen a nehezen emészthető étkeket veszi elő azon gondos egyén, ki ép erős benső testi állapottal erős testi munkával foglalkozik. Kevés testi munkát végző egyén kevésbé tápdús eledelkel éljen, színtén könnyű étkekkel éljen a vérdús egyén is, míg ellenben a vérszegények gyomruk állapotát mérten az erősebben tápláló eledelket méltányolják még az esetben is, ha egyik-másik eldel tán nehezebben emészthető is, minő például a sonkahús. Valamely ételnek tápláló ereje nem attól függ, hogy mennyi idő alatt emészthető az meg, hanem attól, minő vegyi összetételéből áll az, és minő vegyi anyagokra van időnként szüksége az illető testének. Erre nézve itt csak általában annyi legyen mondva, hogy az ételeknek időnként való helyes megválasztására figyelemmel kell lenni arra, hogy mi izlik leginkább, hig, könnyű, vagy vastag, nehéz étel-e? továbbá minő foglalkozásban voltunk elébb, és minőre készülünk evés után? minő állapotban van bensőnk az egészség dolgában?

Az itt következő táblás kimutatásban elősoroltatnak a közönséges ételnemek annak kiűntetésével, menyit idő kívántatik általános számításal a megemészthetőségükre külön-külön:

Tej forralatlanul 2 óra 15 perc, forralva 2 óra alatt emészthetik meg.

Tojás 3:30, lágyan 3, sült (rántotta) 1:30, sült lisztel, esetleg gyümölcsizzal keverve (omelett) 2:45.

Tésztás ételek 3 óra, fehér kenyér 3:30.

Levesek: dara 1:30, rizs 1 óra, árpakása 2 óra, tyúklevés 3 óra, marhahús leves zöldséggel 4 óra, csontvelőből leves 4:15, bab- és lencse leves 5 óra.

Főzelékek: sárgarépa 3:15, karórépa 3:30, krumpli főzve 3:30, káposzta főzve édesen 4:30. Krumpli sült 2:30. Káposzta nyersen 2:30, eczettel savanyítva 2 óra.

Húsfélék: vadhús páczolva, sült 1:34, pulykahús sült 2:30, pulykahús főzve 2:25, libahús sült 2:30, malaczpecsenye 2:30, bárány sült 2:30, birka sült 3:15, tyúk-aprólék 2:45, főtt marhahús 3 óra, marhapörkölt (beefsteak) 3 óra, disznóhús sült 5:1, disznóhús beszóva, főzve 4:15, disznóhús frissen, nyersen 3 óra, borjúsült 4 óra, füstölt disznóhús, sonka, főzve 5:30, kacsa sült 4 óra 30 perc.

Halak és egyéb félék: pisztráng és lazac halak főzve vagy sült 2:30, beszózott hal főzve 3:30, beszózott és szárított hal főzve 4:15, tőkehal főzve 2 óra, füstölt hal 4 óra, friss ostriga nyersen 2:55, friss ostriga sült 3:15, marhahús kifőzve 5:30, vaj kifőzve 3:30, sajt kemény, régi 3:30, agyvelő főzve 1:45, csontvelő főzve 2:40, kocsonya 2:30, marhamáj 2 óra, édes alma nyersen 1:30, savanyú alma nyersen 2:50, párolt alma 3 óra.

A fent leírt táblázatnak egy-két tételéből könnyen kivethető az, hogy zsíros, szárított és igen sós ételek nem ajánlhatók annyira, mint a friss főzelékek és a sovány húsk. A baromfi húsk után a marhahús mindig elejbe helyezendő a disznóhúsnak, emez pedig a halhúsknak. A mi a fűszerezést illeti, azt egyáltalában nem ajánlhatni. Evés előtt és után közvetlenül nem ajánlható erőteljes testi vagy szellemi munka sem, de kis mérsékelt foglalkozással kedélyvidulás igen kívánatos. KERSINGER FÜLÖP.

Szertornázás az elemi népiskolákban.

(Képpel.)

Ugrás.

Bizonyos magasság vagy távolság átugrásához rendesen valamely tárgyat, szert is használatba venni; azért, — és az ezen ugrások sajátos céljánál fogva is a szergyakaratok közé vett ugrásokat meg kell különböztetni azon szokásokról, mik a szabadgyakorlatok körében vétetnek alkalmazásba.

Az elemi népiskolákban a magas és távol ugrásoknál a növedékek 10—15 tagból álló külön csapatokra osztatnak fel, minden csapatnak külön ugrászere és előtornáza van (ugró deszka és pálcza tartó mérczék), de azért úgy állitotnak fel csapatonként, hogy valamennyit egy tanító vezér-ihessa; például: az ugró készülékek egy vonalba, egymástól 6—10 lépésnyire állitotnak fel, minden csapat az ő szerével áll szemben, vagy a mellett bal oldalról kis arczsorban (vagy a jobb oldalon szárny-változtatott sorban).

A gyakorlatok kezdetén a torna-tanító hangosan kiáltja a végzendő ugrás milyenségét és módját, ezután vezérli: előtornázok az ugráshoz kiállani, — ugrás, vagy 1—2, (a helyből ugrásnál), vagy indulj (a futammal ugrásnál). Mialatt az előtornázok végzik az ugrást, az alatt a csapatok első egyénei szintén megindul-

nak az ugró deszkához vagy a kiálló helyre. Az előtornászok végezvén az ugrást, pillanatig még a leugró helyen maradnak, míg t. i. a tanító taps jellel vagy szóbeli vezérléssel neki nem indítja az ugrásnak az újabb kiállótakat; ha ez megtörtént, akkor az előtornászok félre állnak az ugró mércék mellé. Ha a csapatok első egyénei is végezték az ugrást, akkor a köve kezű tanítói jeladásra ezek balra (j) kanyarodva vissza mennek a sor háta megett illető helyeikre és ugyancsak ugranak a már előzőleg kiállott következő egyének és így tovább. Az előtornászok feladata az ugró készüléket időnként igazgatni a leugrási talajt egyengetni és a csapatjelleket figyelmeztetni, ugrási hibákra, oktató tanácsaikkal és buzdításokkal hatni rájuk.

Az 1—2. osztályb-lekkel még nem célszerű az ugrási nagyobb eredmények után törekedni, ott leginkább a szabályos és szép testtartással végzett könnyebb ugrásokra kell szorítkozni. Verszegény vagy túlgöngye gyermekeket egyáltalán nem szabad erősen ugráltatni.

Lehet ugrani helyből állásból, vagy neki menéssel, vagy neki szaladással. Az ugrás történhet fokozottan magassábra vagy távolra, vagy vegyesen távol és magasra. Mély-ugrás csak a 3. osztálynál kezdődik.

Torna-bakon, lovon és asztalon ugrások nem gyakorlandók az elemi népiskolákban. H. szálhatók azonban esetleg az ugró szá-molyok.

Mielőtt az ugró mércék használatba vétetnének, a kezdő tornászok betanítandók az ugró deszkáról történő helyes elugrásokra, és különösen a szabályos leugrásokra. Ezek után alkalmazásba kell venni az átugrandó magasságot jelző nádpálcát és a távolságot jelző zsinórt is; de még kezdetben ezek is csak inkább szemmértékül szolgáljanak, nem pedig az ugrások nagyságának méréséül. Sőt a gyakorlottabb ugrókkal is mindig először kis ugrások végeztesse, és csak lassan, fokként emelendő vagy távolítandó a pálcza vagy zsinór, mert különben hamar történhetik a boka- vagy térd-izületben inrandulás a szabályos ugráskor is.

Az ugrásoknak 3 fő mozzanata az *elugrás* (vagy némely esetekben *felugrás*), a *repülés* és a *leugrás*.

Elugrás azon pillanatban áll be, midőn a lábak a földről fel-emelkednek ugráskor. Elugrás történhetik szög-, lépő-, guggoló állásokból; arccal — oldallal — háttal az ugrás iránya felé; egy vagy páros lábbal; karok lendítésével vagy a nélkül. Felugrásnak mondatik az elugrás akkor, midőn bizonyos magasságra ugrással kell jutni, és midőn az elugrási helyre is már előugrással kell jutni.

Repülő helyzetben akkor van az ugró egyén, midőn testének semmi része sem érinti a földet, illetőleg attól rohamosan távozik pillanatra, vagy rohamosan száll ismét vissza le. Repülés közben lehet nyújtva (homorítva) a derék vagy behajolva, a lábak és karok különféle tartásba jöhetnek vagy mozgásokat végezhetnek, az egész test megfordulhat a hossz tengelye körül (el. népiskolákban másféle fordulat repülés közben nem alkalmazandó, minők például a saltók).

Leugrásba akkor jut az ugró, midőn a levegőben lebegésből ismét leszállva földet érintenek a lábai. Leugrás történhetik lábujjakra vagy talpra, páros lábakra vagy egy lábra, egyenes vagy hajlított törzstartással, különféle állásokba, de mindég térdhajlítással az első pillanatban. Hogy a kezdő tornászok minél előbb megszokják a térdek szétnyitását és meghajlítását, célszerű eleinte úgy ugratni őket, hogy a leugráskor kezeiket a lábak közé tart-sák le és előre hajlással a földet is érintsék tenyereikkel; később a törzshajlítás mellőztessék, utóbb a karok lenyújtása is; végül gyakorlandó a rendes leugrás (minőt a rajz tüntet fel), felső test egyenesen karok előre, lábujjakon guggolás.

Helyből ugrások.

Alap ugrásnak mondatik a helyből páros zárt lábakkal elugrás karlendítéssel, melyet számlálás szerint kell előbb tanítani: lábujj-állás egyenes testtartással és karokat előre emelni vállmagasságig 1, kis térdhajlítás egyidőben páros karlendítés le a test mellett, alant hátra 2, most gyors karlendítés előre részút fel, ezzel egy-időben elugrás 3. A repülés közben térdek a mell felé huzatnak, utóbb pillanatra kinyújtatnak; a leugráskor a földet előbb a láb-hegyek érintik, azután a talp és sarkak, a térdek pedig kis el-lentállással behajlítottak guggoláshoz és szétnyitottnak, sarkak egymás mellé záródnak, lábhegyek kifelé fordítottnak, úgy hogy felegyenesedéskor rendes szögállásban legyen az illető ugró.

Arccal állásból helyből elugrás páros zárt lábakkal, és repülés közben térdemelés (l. ábrát), vagy sarkemelés (l. ábrát), vagy lábterpesztés, keresztezés; karokkal lendítés előre, oldalt, föl, v. a mellről lökés, v. kezeket mellre, derékre kulcsolni, csipőre tenni; repülés közben balra (j) $\frac{1}{4}$ ($\frac{1}{2}$, $\frac{3}{4}$) fordulat stb.

Arccal előre bal (j) lépő állásból elugrás, előbb hátra húzni a felső testet, páros térdhajlítás a lépő állásban, karok jobbra (b) a test előtt le és alant hátra nyújtatnak, azután karlendítés-sel ugrás. Ugyanezen állásból elugrás, de repülés közben balra (j) $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$, $\frac{3}{4}$ vagy egész fordulatot tenni. Megjegyzendő, az 1—3. osztálybelieknek fordulatot tenniük repülés közben nem helyes, mert a leugrás így némi veszéllyel jár a fejletlen tes-tüeknél.



Bal (j) oldal (v. hátsó) állásból páros zárt ábakkal, bal (j) váll (vagy a hát) az ugrás iránya felé, térd- és karemeléssel, fordulatot vagy a nélkül.

Magasat helyből ugrani páros zárt lábakkal, csak az «alap ugrás» módjával kell gyakorolni. Az 1—3. osztálybeliek saját térdök magasságáig, a 4—6. osztálybeliek csipőjükig érő magasságot ugorhatnak helyből páros lábbal.

Távolra helyből páros zárt lábakkal ugrásnál a felső testet mindig előre kell tartani, más tekintetben úgy mint az alapugrás-nál. Az 1—3. oszt. oly távolra ugorhatik, a minő a test hossza az illető növendéknek, a 4—6. osztálybeliek megközelíthetik az $1\frac{1}{2}$ test hosszát.

Mélybe leugrás helyből, illetőleg bizonyos magasságról leugrás, csak igen mérsékelt és nagy vigyázattal gyakorlandó. Mind g csak arccal irányba szabad ugrani, repülés közben fordulatot tenni semmi szín alatt meg nem engedhető, leugráskor előre kell ha-jolni és lábhegyekre ugrani, kezdetben kezekkel a földre tenye-relni. Mindenki ugorhat oly magasságról le, a hova szabadon föl is tud ugrani, későbbi gyakorlásokkal az 1—3. osztálybeliek váll-magasságról, 4—6. oszt. fejmagasságról is ugorhatnak le. Azon-ban az elemi népiskolákban csak guggoló állásból vagy egyenes állásból az alapugrás módjával ugorjanak mélybe le. Tehát nem gyakorlandók az ülésből, támaszból és függésből mélybe leugrások. Szintén tiltandó a magasból, a mellé helyezett ugró pálcán ke-resztül és magasan vagy távolra mélybe ugrások.

Járással és futással ugrások.

Mindenek előtt szaladás gyakorlandó az ugró deszka fölött úgy, hogy előre megnevezendő a láb, a melyikkel futás közben az ugró deszkára dobbantani kell, előbb kis, utóbb nagyobb tá-volból kell neki szaladni és a deszkára csak a bal (j) lábbal lépni és tovább futni (ugrás nélkül). Ezen sorban futások után számlálás szerint egy lépéssel egy lábbal elugrás gyakorlandó: a deszka előtt bal (j) lépő állásból a hátul levő jobb (b) lábat előre hozni, véle a deszkára dobbantva lépni 1, felugrani és mindkét lábra leugrani 2.

Bal (j) lépő állásból *felugrás a deszkára* páros lábra és mind-járt utána fel és elugrás.

Két lépéssel a deszkáról egy lábbal ugrás, jobb lépő állás kis távolban, előre lép a bal láb a deszka elé a földre 1, előre lép a jobb láb a deszkára és onnét elugrás 2, — leugrás páros lábra.

Három (4) lépéssel járás, a harmadik lépés a deszkára és on-nét elugrás.

Két (3) 4) futó lépés, a 2. (3—4-ik) a deszkára dobbantással és rögtön tovább ugrás, lépő állásból indulni, b., j., b. ugrás; vagy j., b., j. ugrás.

Szaladással (futammal vagy irammal) felugrás a deszkára *páros lábbal* és rögtön tovább ugrás.

Futammal ugrás a deszkáról *egy lábbal* dobbantva; a bal láb-bal, a következő ugrásnál a jobb al, karok rendes hajlított tar-tással lóbáznak és az elugrás pillanatában előre kissé felrántatnak, leugrás páros lábra lábujjakra, guggolással. (Vége köv.)

KÜLÖNFÉLÉK.

(Hivatalos.)

«Budapesti kerékpár-egylet». Van szerencsém a tagoknak tudomására juttatni, hogy minden egyleti kirándulás rendesen ki van írva a József-téren Engl-féle czégnél, egy külön e célra készített táblára. — Mandl Gyula úr a B. K. E. új pénztárosa mult létfőn vette át teljes rendben a pénztárt Günter Károly úrtól. A Budapesti K. E. választmányának sikerült egy czélszerű egyleti helyiséget találni, mely helyiség, a mennyiben a 3 tagú kiküldött bizottság a tulajdonossal egyezkedni bír, már november 1-től az egyesület tulajdonába megy át. Ezen helyiség nem csak kerékpározásra, hanem kerékkorcsolyázásra, labdázásra és minden nemű athletikai gyakorlatokra czélszerű lesz. Budapest, 1885. október 16-án.

KOSZTOVICS LÁSZLÓ.

(Nem hivatalos.)

A fővárosban oly kevés a sport-egyletek által használható helyiség, hogy valóban szerencsének lehet tekinteni, hogy a kerékpár-egyletnek sikerült alkalmas helyiséget találnia. Kivánjuk, hogy az új gyakorló-tér is oly népszerű váljék, mint volt a régi «Újvilág»-féle helyiség.

(Hivatalos.)

A fővárosi vivó-club tegnap tartotta alakuló közgyűlését. — Miután elnöklő Bródy Imre a közgyűlésnek bejelentette, hogy a club alapszabályai a m. kir. belügyminiszterium által jóváhagyottak, a szavazás a választmány megválasztása iránt megejtetett, — megválasztottak háznagyul az előzői tisztelettel felruházva Bródy Imre, titkárrul Baracs Henrik, pénztárnokul Hecht Zsiga, ellenőrül Mellér József; választmányi tagokul Tisch Miklós, Trey Kálmán, Hecht Ernő, Mendel Arthur, Steiner Ferencz, Popper Gyula; választmányi póttagokul Kisfaludy József és Stern Arthur. Bejelentették, hogy a fővárosi magánvivó-társulat, mint alapító tag lép be a clubba, melynek jelenleg 25 rendes és 3 pártoló tagja van, azután a club orvosává dr. Alapy Henrik, hivatalos lappá a «Herkules» testgyakorlati közlöny választatik. A club működését ma megkezdte, ideiglenes helyisége november 1-éig Dorottya utca 7. sz. alatt van, honnan az nap költözik, czélszerűen külön a club céljaira berendezett helyiségeibe ó-utca 27. szám alatt.

(Nem hivatalos.)

Több alkalommal emlékeztünk meg e vivó-társaság életrevaló munkálkodásáról s most, hogy végleg megalakult, csak azon óhajunkat fejezzük ki, hogy eddigi buzgalmát, mely a vívás sportjának annyi új hívet szerzett, ezután is megtartsa. Mi az egylet sport-mozgalmas életéről mindenkor örömmel veszünk tudomást.

Versenyfutás Amerikában. Moffat és Robinson az előbbi Mont-reali, az utóbbi Parkhill városából, Torontóban egy negyed ang. mértföldnyi pályán versenyt futottak. Ezen verseny elé, tekintve a tömémentelen fogadásokat annak kimenetele föött, egész Amerika nagy érdeklődéssel tekintett. Mindjárt az indulás után Robinson két lábbal előnyben volt, és midőn a 100 yardnyi állványhoz értek, a differenzia már 4 lábot tett ki. De midőn Moffat nem csak elérte, hanem el is hagyta, Robinson visszalépett a versenytől és Moffat 57³/₄ másodperc alatt célhoz ért. A győztest Tisdale 250 dollárnyi betét mellett versenyre hívta ki.

Az American Athletic Club New-Yorkban a Madison-Square kertben tartá meg meetingjét, mely alkalommal a nagy számmal részt vett amateurok eclatans tanúságot tettek arról a körülményről, mennyire gyökeret vert már Amerikában az athletic-sport iránti hajlam. A meeting programja nem kevésebb, mint 11 számból állott. A versenyek legérdekesebbjét a 440 yardos versenyfutás képezte, melyben a 17 pályázó közül egyedül Myers E. S. indult el a vonaltól, míg a többiek 20—25 yard előnyben részesültek. Daczára ennek Myers elsőnek jutott célhoz 53 másodperc alatt. A verseny többi számai is nagy résztvétnek örvendhettek, és főképp néhány mindvégig kétes verseny csigázta fel magasra a közönség érdeklődését.

Az aradi torna-egyesület f. hó 19-én tartotta renkívüli közgyűlését a városház kis termében. A tagok nagy számmal jöttek össze; vagy ötvenen voltak jelen, a mi igazán ritkaság. A közgyűlés egyedüli tárgya egy öltöző építése volt. Nem valami

nagy horderejű kérdés, de az érdeklődő-st mégis nagy mértékben keltette föl, mert előzőleg azt emlegették, hogy egy opponáló párt oda működik, hogy a torna-helyiség a városi új iskolába helyeztessék át. Az opposíció azonban láthatlan maradt és a várva várt ellenzéki szónoklatok elmaradtak. Az egyesület elnöke, Robiczek Gusztáv ügyvéd, előadta, hogy a torna-egyesület megnyerte a kormány engedélyét, hogy a lyceumi árkádokban öltöző szobát és szertart építsen. Az építkezés az Ursits és fia czég által elkészített költségvetés szerint vagy 1600 frtba kerülne és már f. é. november 15-én rendeltetésének átadható volna. Simon Ákos egyesületi jegyző felolvassa a szerződés szövegét, melyhez dr. Adler Lipót egyesületi ügyész felvilágosító megjegyzéseket csatolt. Dr. Steinitzer Pál óvatosan óhajtana belemenni az építkezésbe; nézete szerint nem tanácsos, 1600 forintot befektetni oly öltöző-csarnokba, melyből minden perczben ki lehet az egyesületet zavarni. A felszólalás azonban a pusztába hangzott és az építés keresztülvitelével a választmány bizatott meg. Dr. Rosenberg Miksa indítványára, Kunc Elek lyceumi igazgatónak, ki az egyesületet illető minden ügyben pártatlan előzékenységet és rokonszenvét tanusít, valamint Eckstein börgyárosnak, ki szíves volt a csarnok talajára szükséges csert ingyen szolgáltatni, jegyzőkönyvi köszönet szavaztatott. A jegyzőkönyv hitelesítésével Monti Alajos tb. megyei főjegyző és Fleischacker Ferencz, vasúti könyvvezető bizattak meg.

Velocipéd eredmények Németországban. A következő táblázatban az ez év utolsó versenyéig elért legjobb német velocipéd-verseny eredmények vannak feltüntetve:

I. Kétkerekű velocipéd:					
Méter	Versenyző	Hely	Idő		Eredmény
1.000	Pundt	B rlin	szeptember 27.		1 : 46 ¹ / ₈
1.609	«	«	«	18.	2 : 45 ³ / ₈
2.000	Hillier	Lipce	«	6.	3 : 32
4.000	Pundt	«	«	6.	7 : 30
5.000	«	Berlin	«	13.	9 : 29 ² / ₈
6.000	Hillier	Lipce	«	6.	11 : 31
8.000	«	«	«	6.	15 : 30
10.000	«	«	«	6.	19 : 14 ² / ₈
15.000	Emberg	Nürnb.	auguszt.	17.	32 : 44
20.000	Pundt	«	«	17.	43 : 42
25.000	«	«	«	17.	53 : 35
30.000	«	«	«	17.	1 : 05 : 44
35.000	«	«	«	17.	1 : 16 : 47
40.000	Emberg	«	«	17.	1 : 28 : 47
45.000	«	«	«	17.	1 : 42 : 47
50.000	Jahl	München	junius	29.	1 : 51 : 51
60.000	«	«	«	29.	2 : 13 : 36
70.000	«	«	«	29.	2 : 36 : 06
80.000	«	«	«	29.	2 : 59 : 38
90.000	«	«	«	29.	3 : 24 : 40
100.000	«	«	«	29.	3 : 50 : 55

II. Háromkerekű velocipéd:					
2.000	Voigt	Lipce	szeptember 6.		3 : 58 ² / ₈
3.000	«	Berlin	«	13.	6 : 23 ³ / ₈
5.000	Reissbarth	Nürnb.	augusztus 16.		11 : 12 ² / ₈

III. Tandem-háromkerék:					
2.000	Kleyer	Bambg.	junius 14.		4 : 12 ² / ₈
	Heinmüller	«	«		

IV. Biztonsági gépek:					
2.000	Haae	Frkf. a. M.	augusztus 30.		3 : 57
3.000	Flaskamp	Crefeld	szeptemb. 27.		6 : 10

A torna a régi magyaroknál.*

Alig szenved kétséget, hogy a daliás játékok eme nagyfontosságú neme a magyaroktól szívargott át a velők érintkező szomszéd népekhez. Ha más nem, maga a «tor» szó, mely úgy siralmas, mint vig eredményű tetteiknek záradékát képező ünnepély megnevezésére szolgált — maig fennmaradva nyelvünkben, eléggé bizonyítja a fentjelzett tényt. (? Szerk.)

A magyaroknál régi szokás a halotti tor, de még régebbi a győzelmi tor, mely náluk daliás test- és fegyvergyakorlatokból

* Ez érdekes czikk a jelesen szerkesztett «Szegedi Híradó» 1880-iki évfolyamában jelent meg.

állott. A németek mint harszi modorukat megtanulták, ép úgy daliás test és önérték fejlesztő torjátékukat is elsajátítva, gyakorolták és fejleszték tovább. Csakhamar egész nyugaton elterjedt, s tetőzetét a lovagkorszakban érte el, míg aztán a daliás magyar torjáték nemsokára a lovagság badarságaiba csapott át, s a tárogatót a gitár váltotta föl.

Beállott a hanyatlás, még pedig nem csak a németek- s más szomszéd-népeknél, de sőt a magyaroknál is, kiknél azon király halála után, kivel az igazság is meghalt, a daliás torjátékok csilága végkép elhalványult a félhold ragyogása meg a — turnírek — egzerciziroztatása mellett.

Nem volt nálunk sokáig daliás torjáték, míg aztán a lángszellemű nagy magyar ismét lóra nem ültetvé a magyart, de alig kezdte meg a lovagias sportot, már ismét dörögtek az ágyúk, a mint tudjuk Rákóczy szelleme hívta el a rákosi gyepről a magyart, hogy Világosnál besötétedjék neki.

Azután, hogy megláttuk Königgrätzet meg Sedánt, ismét elkezdtünk tornászni — nem daliás torjátékokkal ugyan — de a turnírek után.

Pedig mily szép vala az őseinknél, midőn bevégezve a munkát, a párduczos Árpád ősi szokás szerint daliás játékot hirdete az ifjaknak:

Hárma közül ki sebes futamatban győztös, — az első — Szól Árpád; hétréfi paizst, tarkáztat arannyal
Nyer tőlem, még melyet ezig föl nem kötö senki.
Második a győzöt ki közelb nyomkodja kezemből
Vesz kelevészt, kirakott szárut; lobogója vasának
Himvarrás. Az utolsónak nincs semmi jutalma.

— — — — — Kipördül

Erre Belér, Balog és Zombor, szép ifjak az élet
Még gyönyörű fejlőd koraának az ifjai, s mások
Sok közül. A bajnagy csak az első hármat ereszté
Pályafutásra az általut gátolta verőzén.

A négyszögre kiált négy-négy rézkürtös azonnal
A virgoncz fiakat négyszer harsogva köszönté.

«Senki hamissággal társát megelőzni ne merje
Igy szól bajnagy a futamó társának elejbe,
Tőle, ki hátra maradna talán, és érzi fogyását
Ez törvény nálunk: lábkanecot senki ne vessen.
Az, ki ravasz csellel forgódik, nem diadalmas
A futamás mezején ámbátor győzne különben».

Ezután elkezdve a bajnagy intésére a futást.

— — — — — Serény léptekkel mindenik indult
Pályázó társán igyekeztén győzni. Középig
Egy sem veszt, sem győz. De emit botlása marasztá
Hátra Belért.

Zombor, Balog futnak gyorsan a cél felé, de megbotlik Zombor, rajta Balog is átbukik s ezalatt Belér a célhoz jut, s a mosolygó Árpád kezéből átveszi a paizst, s a másodiknak beérő Zombor meg a kelevészt, de elkéste Balognak vétke kívül törtenvén, a fejedelem egy aczél-törrel ajándékozva meg:

«Szép mű, szála habos, kirakott marklattya kövekkel
Zombornak kelevészszenél értéke sem alsóbb»
E nem várt jutalom kedvét meghozta Balognak.
Várkony előlépett ismét: «Fejedelmi vezérem
Mily játékot adatsz ezután? — így szóla — parancsolj!»
«Három közt arany-kerecseny ki leejti nyílával
Párduczbor kacagány aranyos boglára jutalma,
Második, a röpiült noha veszseje véti, de meg is
Jól közelít hozzá: kézi az ajándoka, s nyíllal
Telve tegez. Tőlem jutalom nincs többre kitéve».

Erre hárman: Bököny, Ompold és Beszter voltak eresztve szerencsét kísérteni:

— — — — — Beszter az első,
Igy szól a bajnagy, kerecsenyt neki, Burcsa, röpi ki.
Csattogtatta szabad szárnyát a tollas örülven,
Hogy rabsága kitelt, s eredett vergődni magasra.
Veszseje nem készt Beszternek utána röpiülni
Mint az egek villámja. Csekély sérelmet alig vett
A fönn koválygó; de közel lelhetne nyakához
A nyílhegy, valamint zavaros forgása mutatta;
Mert a büszke madár kevésig vaktába kanyargott
S már hitték, leesik: de sebetlen léve, tovább kelt.

Fürge Bököny követé Besztert, kinek int vala Várkony s ismét más vadat a madarak foglárja bocsát ki.

Erre Bököny kiszalasztja nyílát. Minden szem utána
A lebegő tárgynak, lesvén, mint szállna, lövellik.
Hirtelen a kerecseny veszté röptének aranyát,
S szállani kezdé alá. — Leesett.

Most a rend Ompoldra került. A szemek őt vették a figyelem tárgyául, ki büszkén is lépdelt elő, nem is figyelve a már szárnyra eresztett madárra, már Árpád és a közönség boszankodik e késedelmen, midőn Ompold,

— — — — — vállarul kapva az ívet
— — — — — s ujjával hurját penditi az íjnak.
A suhogó vessző kifeszült a vastag idegről
S mintha nem illetné őtet, megfordula Ompold.
— — — — — A tábori nép egyszerre kiáltja:
«Győzött!» a kerecsenyt a nyíllal látva leszállni.

Ompold azonban nem akarta elfogadni az első díjt, mert ő gyermekkorától hibázni nem tudott lövésben, s nem is a díj vonzotta a bajvíváshoz, hanem mint mondá:

Böcsület vonzott ide, s nemzeti vágyás
Fényes ajándéknál, mely hős tettekre hevítőbb.

Azután birkóztak, majd kelevészszel, majd karddal vívtak az ifjak, közöttük a derék Ompold is, kit vitézzé lenni a nemzeti vágyás késztetvé.

Vajjon készlet-e most a magyar ifjak nagy tömegét a nemzeti vágyás ép erővel birni és ép lelket szerezni?

— Várkony előlépett ismét: «Fejedelmi vezérem!
Mily játékot adatsz ezután? — így szóla — parancsolj!»
«Két lovag egymás közt kelevészszel ketteje karddal
Vívjanak. A győzők paripát kiki öltöztetéstől
Tábori készséggel nyernek, kik vesztesek, ékes
Nyerget ló nélkül, melyet nem koptata senki!»

— — — — —
Hodka, Kusid, Koppány, Becse, Bánk, Csapod, Bereg és Dénes
És száznál többek magokat viadalra kínálták.
A sokból négyet szólita kikelni csak Árpád
Sínlett harszra, kiket jeleseknek balla hírekből.

A bajvívás után, melyre Árpád magas meglegedését nyilvánítá, az ajándékok mellé így szólt:

... A daliás játék — — — — —
Mostan elég! Fiatal vívók, éleszti reményem
Készségtek minden fegyverben. Semmi dicséret
Nem nagy az érdemekért, melyet Fejedelmeket adhat.
Sem jutalom. Nem sokba kerül Pannónia földét
Ily, és ennyi derék hősökkel visszaszerezünk.

S mint tudjuk, s mint érezzük, csakugyan nem sokba került, mert megszerzé Pannónia földét s általad nekünk. Meg kell tartanunk; gyakoroljuk magunkat a bajvívásban, ösztönözzön bennünket a nemzeti vágyás hős tettekre, mert a magyarnak lenni kell. Az ősök szép tornajátékait gyakoroljuk, hogy majdan elmondhassa a vezér: ily s ennyi derék hőssel nem sokba került megtartani Hunnia földét. —CS. —S.

Lapunk zártakor vesszük az értesítést, mely szerint a «Herkules»-t a «Fővárosi vívó-club» és a Pozsonyban alakult «Első magyar vívó-egylet» hivatalos közlönyükké választották. Az átíratokat jövő számunk hozza.

TARTALOM.

A tornatermek levegője (Egy fővárosi torna-tanító). — Testedző játékok (folyt.). — A gyomor munkájáról (Kersinger Fülöp). — Sziertornázás az elemi népiszkolákban (képpel). — Különfélék. — A torna a régi magyaroknál (—Cs. —S.) — Tárcza: Budapestől Belgrádig velocipéden (Igali Svetozár).

FREYTAG ÉS PÁRDUSZ

Budapest, Dorottya-utca 3. sz.

Uri fehérenemű, női pipere, szövött és rövidáru-raktár.

Mellékelt ing

10—10

mintánk saját kiállításunk után készülve,

nyári és utazó ingeknek különféle árban

igen ajánljuk,

darabja frt 2.20, 2.60, 2.80 a legfinomabb kiállításban.

Nyakkendők 15 krtól 2 frtig.

ROSSI NÁNDOR

Budapest, IX. kerület, Üllői-út 7. sz. alatt.

A legjobb

velocipédek

a világhírű Hillman, Herbert és Cooper-féle Coventry angolországi gyárból.

Két- és háromkerekű kirándulási és verseny-gépek minden része a legújabb találmányokkal tökéletesítve készül.



A bámulatos gyorsan elterjedt

Kangaroo - velocipéd

biztosabb, mint a tricycle és gyorsabb, mint bármely velocipéd. Számos versenytávolságban a gép leverte az eddigi legjobb eredményeket.

Újdonság! A legolcsóbb és legjobb velocipédnek a «Premier» Populár gépek vannak elismerve. Igen szép alakjukkal is feltűnnek ez újabb gyártmányok.

Ára minden nagyságban 160 frt.

Mind eme gépek az országos kiállításon, a «Testgyakorlatok csarnokában» (bejárattól jobbra) megtekinthetők. Kellő biztosítás mellett előnyös részletfizetést is elfogad a közvetítő.

10—10

Aigner Lajos könyvkereskedése

Budapest, IV. Váci-utca 1.

A PETŐFI-TÁRSASÁG

I. könyvkiadó-vállalata.

Abonyi Lajos. Itt a szép Alföldön. Népies elbeszélések	1 frt 60 kr.
Balázs Sándor. Tarka képek. Beszély- és rajzgyűjtemény. 2 kötet	3 « 20 «
— Vig elbeszélések	1 « 50 «
Bartók Lajos költeményei	1 « 20 «
Bulla János. Humoros elbeszélések	1 frt 60 kr. Kötve 2 « 40 «
Mikszáth Kálmán. Kavicsok. Elbeszélések	1 « 20 «
Pap Miklós. Itt is ott is	2 « 50 «

Petőfi évkönyv. (A cídóni alma. Északról stb.)	1 frt 40 kr.
Szana Tamás. Molière élete és művei	1 « 50 «
Teleki Sándor gróf. Emlékeim. 2 kötet	3 « 80 «
Váradi Antal. Az én világom. Költemények	1 « — «
Vértesi Arnold. A nyolcország iskolája. Regény	1 « 50 «
Zichy Géza gróf költeményei	1 « — «

II. A társaság közlönye.

Koszorú. Szépirodalmi közlöny. Szerk. Szana Tamás. 1878—1882. 8 kötet, 8-rétben, fényképekkel stb.	
Kötete füzve 4 frt, díszkötésben	5 frt — kr.
Koszorú. Szerkeszti Szana Tamás. Újabb folyam 4-rétben. 1883—1884. 4 kötet, egy-egy füzve 4 frt, díszkötésben	5 « — «
Endrődi Sándor költeményei 2 frt. Kötve	2 « 80 «
— Újabb költeményei	2 « — «
Jókai Mór. Észak honából. Muszka rajzok	1 « 20 «
Lauka Gusztáv. A múltból a jelennek. Emlékjegyzetek	1 « 60 «

KAZINCZY FERENCZ MŰVEI.

Magyarázó jegyzetekkel
kiadja

ABAFI LAJOS.

Kazinczy Ferencz, ki új Atlasként félszázadig hordta vállán a nemzeti nyelv és irodalom ügyét, méltó arra, hogy műveit minden magyar ember ismerje és bírja.

Ennek lehetőségét könnyítendő, elhatároztuk, hogy Kazinczy műveiből újabb olcsó kiadást rendezünk.

E művek 5 vaskos kötetre terjednek és Kazinczy összes költeményeit, Pályám Emlékezetét (önéletrajzát), Erdélyi levelek című útleírását és Magyar Pantheon címen nevezetes magyarok életrajzait tartalmazza.

Kazinczy költeményeinek ily teljes gyűjteménye még nem létezett, számos verse ez alkalommal jelent meg először; a Pályám Emlékezte is csak most jelenik meg önálló kötetben, szintúgy remek életrajzai; az Erdélyi Levelek «Utazások» címe alatt többször adattak ki, de teljesség tekintetében egyik sem vetélkedhet jelen kiadással, melyet bő jegyzetek, bevezetések, névmutatók értékesítenek.

Ez öt kötetet 37—38 háromives füzetben bocsátjuk ki. 1884. újévtől kezdve hetenkint egy füzet jelenik meg.

Egy-egy füzet ára 20 kr.

Bekötési táblák 25 krajczárjával kaphatók. Kívánatra min az öt kötet egyszerre is kapható. Ára barna vászonkötésben, piros szegélylyel 10 frt 20 kr.

Aigner Lajos
kiadóhivatala.