

# HERKULES

## TESTGYAKORLATI KÖZLÖNY

MEGJELEN HETENKÉNT KÉPEKKEL

A «BALATON-EGYLET», A «BUDAPESTI KERÉKPÁR-EGYLET», A «BUDAPESTI TORNA-EGYLET», A «BUDAPESTI VASPARIPA-EGYLET ELŐRE», A «DEBRECZENI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «GYŐRI CSÓNÁKÁZÓ-EGYESÜLET», A «HUNNIA CSÓNÁKÁZÓ-EGYESÜLET», A «KÖLOZSVÁRI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «MAGYAR ATHLETIKAI CLUB», A «NAGY-ENYEDI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «NEPTUN BUDAPESTI EVEZŐS-EGYLET», AZ «Ó-BUDAI TORNA-EGYLET», A «PANNONIA CSÓNÁK-EGYLET», A «SOPRONI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET», A «SZABADKAI TORNA-EGYLET», A «SZARVASI KORCSOLYÁZÓ KÖR» ÉS A «SZEGEDI TORNA-EGYLET»

HIVATALOS KÖZLÖNYE.

SZERKESZTIK

PORZSOLT JENŐ

PORZSOLT KÁLMÁN

KIADJA

AIGNER LAJOS

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

ELSŐ ÉVFOLYAM



ELSŐ ÉVFOLYAM

*Julius 22*

BUDAPEST

PALLAS RÉSZVÉNYTÁRSASÁG NYOMDÁJA

1884

# TARTALOMJEGYZÉK.

A «Herkules»	1. szám	Az evezésről (Faur Kornéltól)	7. szám
Magyar torna (dr. Hajnóczy R. Józseftől)	«	Gróf Eszterházy Miksa emlékezete (A gróf arczképével, Hentaller Lajostól)	«
A «Nemzeti torna-egylet» disztornája (Egy tornatanártól)	«	A győri tornacsarnok	«
Matolay Elek (képpel)	«	Sulyemelés (B. D.-tól)	«
Nyilazás (képpel)	«	Montpelliertől Budapestig velocipéden (Igali Svetozár után)	«
A labdajátékok (Szokolay Kornéltól)	«	A «Magyar Athletikai Club» viadala (Porzsolt J.-tól)	«
A lovaglás mint testedés (Huszártól)	«	Versenybíróság vagy versenybíró?	8. szám
Elet a vizen (Mihalkovics Tivadartól)	«	A tanuló clőtornászok (Egy tornatanítótól)	«
Uj tornaszer (Porzsolt Lajostól)	«	Gr. Eszterházy Miksa emlékezete (Hentaller Lajostól)	«
Nemzetközi velocipéd-verseny Turinban (Biglione di Viarigi gróftól)	«	Montpelliertől Budapestig (Igali útja)	«
A «sport» (P. L.)	«	A magy. atletikai club tag-névsora	«
A tarpei szikla (Elbeszélés, Porzsolt Kálmántól)	«	Kettős velocipéd (képpel)	«
Hogy miért Herkules?	«	Francia birkózás (képpel)	«
Evező- és vitorlázó szövetség (Fülepp Kálmántól)	2. szám	Balatoni versenyek programja (Mihalkovics Tivadar)	«
A cirkuszi mutatványok a tornában (Dr. K. Zs.)	«	Circus-versenyek Pompejiben	«
Bajnoki távugrás (Versenypropositiók a M. A. C.-ból)	«	A leányok iskolai tornázása (—m—)	«
Komikus akadályverseny (képpel)	«	Sport-ünnepély Győrött	«
Nemzetközi evező-verseny Budapesten (Fülepp Kálmántól)	«	A magy. atletikai club közgyűlése	«
A verseny és training (Porzsolt Jenőtől)	«	A népünnepélyek (P. K.-tól)	9. szám
A velocipédezés testedző hatása (Br.)	«	A vidéki tornaegyletek (dr. K. Zs.-tól)	«
A szobatornázás (Porzsolt Lajostól)	«	Gladiátor-harcz Pompejiben	«
A «Herkules» olvasóihoz	«	Velocipéd-választás (Igali Svetozártól)	«
A velocipédezés tanulása	«	Az uszásról és az uszodákról (Buvár)	«
A tarpei szikla (Porzsolt Kálmántól)	«	Igali útjából (Porzsolt Jenőtől)	«
Egy speciális magyar nép sport (Kacsóh Lajostól)	3. szám	Box-verseny Amerikában (képpel)	«
A kétkerekű velocipéd hajtása (képpel) Bicycle	«	A «M. A. Club» tag-névsora	«
A nők vívása (Hartl J. bécsi vívótanártól)	«	A «M. A. Club» uszóversenyei	«
Kerékkorcsolya verseny-estély Bécsben	«	Budapest-gödöllői versenyek	«
A szobatornázás (Porzsolt Lajostól)	«	A győri sport-ünnepély (Porzsolt Jenőtől)	«
Levél az athlétákhoz (Dr. Baintner Hugótól)	«	Uzó tündér (képpel, Porzsolt Kálmántól)	«
Carl Ede	«	Magyar testgyakorlat	10. szám
A gyermekek testgyakorlata (Ikrek versenye, képpel)	«	Tornatanitónók Németországban (dr. M. J.-től)	«
Hartl vívóakadémiája	«	Viadal után (dr. Baintner Hugótól)	«
A tarpei szikla (Porzsolt Kálmántól)	«	Nyári tornahely (Vén tornásztól)	«
Velocipéd-kirándulások (Mastertől)	«	Az Orczi-kerti versenypálya (Gróf Eszterházy Mihálytól)	«
A testgyakorlás és a nők (Dr. Hajnóczytól)	4. szám	Az ökölvívás (Halász Zsigától)	«
A bécsi amazonok Budapesten	«	Női velocipéd (képpel)	«
Vizi velocipéd (képpel)	«	Csónak-kirándulások (képpel)	«
Felhívás a hazai csónakázó és vitorlázó egyletekhez (Mihalkovics Tivadartól)	«	A tavaszi ünnepély versenyei (B—r.-tól)	«
A vívó nők (Adorján Sándortól)	«	A győri sport-ünnepély (Porzsolt Jenőtől)	«
Nevelési tornázás (Porzsolt Lajostól)	«	Uzó tündér	«
A legkitünőbb sulyemelések	«	Nemzetközi versenyek és az országos kiállítás (Porzsolt Jenőtől)	11. szám
Népiskolai uj tornaszer (képpel)	«	A síófoki úsztatás (két képpel, Adorján Sándortól)	«
Budapest-gödöllői versenyek	«	A testedző játékokról (Porzsolt Lajostól)	«
A verseny-díjak (Porzsolt Jenőtől)	5. szám	Gráci velocipéd-versenyek (Kosztovics Lászlótól)	«
Velocipéd versenyek Angliában	«	A labdázás haszna (P. L.-tól)	«
A meggyalogoltatott finánczok (Vadászkaland, Gácsér Pistától)	«	A torna-vizsgák (Porzsolt Jenőtől)	«
«Lawn tennis»-egylet Budapesten (Gróf Károlyi Lászlótól)	«	Egy vitorlás csónak készítése 3 óra alatt	«
Csónakharcz Budapest és Bécs között (Spectator)	«	A Budapesti regatta	«
Az arabok testgyakorlata. (Dr. Wetzsteintől)	«	Párisi levél (Fodor Istvántól)	«
Hartl J. és Branche Janka (két rajzzal)	«	Hatnapi verseny-gyaloglás	«
Gát és akadályversenyek (Mastertől)	«	Az athletika Angliában (dr. Felméri Lajostól)	«
Velocipéd-kirándulások 1883-ban (Vermes Lajostól)	«	A magyar labdajátékok történetéből	«
A csónakázók trainingje (Kiticsán Zsigmondtól)	«	Amazon club	«
Távgyaloglás Komáromtól Érsekújvárra	«	Uzó tündér (Porzsolt Kálmántól)	«
A versenygyaloglás (Mastertől)	6. szám	Szünidő a testgyakorlatokban (Porzsolt Jenőtől)	12. szám
A «má'usi futók» Bécsben (Édes Bélától)	«	Halászverseny a Balatonon (Sziklay Jánostól)	«
A medvék bosszúja (Balázs Sándortól)	«	Pénzdíjak a regattában (dr. M. J.-tól)	«
A csónakázók trainingje (Kiticsán Zsigmondtól)	«	Az athletika Angliában (dr. Felméri Lajostól)	«
Labdázás lóbaton (Porzsolt Lajostól)	«	A vácz-visegrádi tornász-kirándulás (Porzsolt Jenőtől)	«
Az uj tornaszerhez (képpel)	«	Vitorlázás a Fertőn (Mihalkovics Tivadartól)	«
A tengerészek testgyakorlata (képpel)	«	Utazás falábakon (képpel)	«
Az evezésről (Faur Kornéltól)	«	Velocipéd-csónak (képpel)	«
A ökölvívás (Halász Zsigától)	«	A magyar labdajátékok történetéből	«
A kótya labdajáték	«	Velocipéd-verseny Bécsben	«
A testgyakorlatok és a nemzet hadereje (Porzsolt J.-tól)	7. szám	A labdázásról (Porzsolt Lajostól)	«
Francia társaság velocipéden (Igali Svetozár elbeszélése után)	«	Uj negyedév	13. szám
Az ökölvívás (Halász Zsigától)	«	A testedzés nevelésügyi szempontból	«
Néhány szó a tornázásról (D'Ouvenon Gyulától)	«	Az athletika Angliában (Felméri Lajostól)	«
		A gyalogsági katonák fegyverforgatása (D. R.-tól)	«
		A bécsi regatta	«
		Az utolsó evezőcsapások (képpel)	«

Nemzetközi regatta Budapesten	13. szám	A balatoni sport	20. szám
A nők cseber-versenye (képpel)	«	A leányok tornatanitása (—s-tól)	«
A labdázásról	«	A gátak és akadályok (Mastertól)	«
Uszó tündér (Porzolt Kálmántól)	«	Bőrkoményedések a tenyéren (Egy előtornásztól)	«
Velocipéd-versenyek Angliában és Amerikában (Kosztovits Lászlótól)	«	Uj evező (képpel, Schwanda Gusztávtól)	«
Magános labdajátékok	«	A munkás osztály testgyakorlata (Demokratától)	«
Hogyan öltözzünk a gyaloglásra?	«	Box-verseny (képpel)	«
A legjobb angol úszók versenye	«	A palicsi versenyek győztesei (Porzolt Beuótól)	«
Uj negyedév	14. szám	Ujabb balatoni versenyek	«
Épség, erő, egyetértés (dr. Zsinger Lászlótól)	«	Labdajátékok	«
Torna	«	Szegedi versenyek	«
A nők és a sport	«	Testvériség a csónak-egyletek között (Mihálkovics Tivadartól)	21. szám
Nemzetközi regatta Budapesten	«	A verseny-eredmények följegyzése (Sz—y B—a-tól)	«
Velocipéden Budapestről Mohácsra (E. J.-tól)	«	Az illemes versenyruha	«
A velocipéd Bombayban (képpel)	«	Gyalog kirándulók étkezése a szabadban (Porzolt Lajostól)	«
Segédkezés a tornagyakorlatoknál (Porzolt Lajostól, képpel)	«	Botvívás	«
Labdajátékok	«	Az angol nők úszása (képpel)	«
Uszó tündér (Porzolt Kálmántól)	«	A tér- és időmérés a versenyeken	«
Az adonyi regatta	«	A német torna statisztikája (első közlemény)	«
A magyar testgyakorlat (dr. Joób Lajostól)	15. szám	Labdajátékok	«
A leveretés tanulsága (Komlódy Gyulától)	«	A tornázás élettani feladata (dr. Torday F.-tól)	«
A győri csónakázók ünnepélye	«	Gyermek-társulatok (Ludovicustól)	22. szám
A labda-ütés (két képpel)	«	Az ösztgyakorlatok az athletikában (Vén athletától)	«
A nők úszása (képpel)	«	«Tegezés» a testedzési egyletekben	«
Szabadkai országos torna- és athletikai versenyek (dr. Békeffy Gyulától)	«	Botvívás	«
Egy német tornatanító-egylet működéséről	«	A berlini tornatanító képző-intézetbe való fölvételi határozatok (Lucanustól)	«
Labda-játékok	«	Iskolászerű testedző játszatás	«
Uszó tündér (Porzolt Kálmántól)	«	Éjjeli sport-ünnepély (képpel, Ischiastól)	«
A fürdés és az úzás egészségügyi szabályai	«	A német torna statisztikája	«
Nemzeti regatta (Zechmeister Károlytól)	16. szám	Labdajátékok	«
Az egyleti művezetőkéről	«	Óskori tornázók (képpel, Énekes Imrétől)	«
A balatoni versenyek	«	A tornatanító képzés	23. szám
A gyermekek versenye (Vén athletától)	«	Testi nyomorékok testedzése	«
Kis társaságok tornázása (P. L.-tól)	«	Botvívás (Porzolt Lajostól)	«
Kirándulási csónak (képpel)	«	Buzogány-gyakorlatok (képpel)	«
Athletikai és torna-versenyek Köves-Kállán	«	A testgyakorlók étkezése (Dixitől)	«
Az úzás trainingje	«	Csónak-verseny Philadelphitában (képpel)	«
Térdfellendülés a nyújtóra (képpel)	«	Az athleták őszi viadala (Barátosi Porzolt Gyulától)	«
Az amateur kérdés az evező sportnál	«	Labdajátékok	«
Labdajátékok	«	A balatoni vitorlázó-egylet versenyei	«
Egy 308 éves csónak-út felújítása	«	A tanuló ifjuság versenyei	24. szám
Egyetértés (Justustól)	17. szám	Passautól Budapestig csónakon (Fülepp Kálmántól)	«
A kis gyermekek első tornáztatása (Br.-tól)	«	Testi nyomorékok testedzése (Porzolt Lajostól)	«
Gyalog kirándulások	«	«Várostrom» nevű társasjáték	«
Magyar athletika (L.-tól)	«	Az egyiptomiak nyilazása (képpel, Nyilastól)	«
Az amateur-kérdés az evező-sportnál (B—y.-tól)	«	A francia nők tornája (képpel)	«
Uj athletikai club alakulása	«	A tornaláz (Egy előtornásztól)	«
Az egykerekű velocipéd (két képpel)	«	Az athletikai és torna-gyakorlatok beosztása az 1884-ik évi szeptember havára (Bély Mihálytól)	«
Anglia és Amerika küzdelme a porondon	«	Labdajátékok	«
7 angol mértföldes gyaloglások	«	A nyugalom mint erőgyűjtés	«
A balatoni versenyek	«	Magyarország utazási térképe (P. J.-tól)	25. szám
Labdajátékok	«	A «Magyar Athletikai Club» gyakorlatai (Vén Athletától)	«
A szegedi nők versenyúszása 1881-ben	«	Velocipéd-versenyek	«
Az országos kiállítás	18. szám	Egy új szoba-tornaszor (képpel)	«
A velocipéd a hadseregben	«	Távgyaloglás Szegedtől Török Kanizsáig	«
A bajnoki cím adományozásának joga (Egy jóakarótól)	«	A «Kangaroo» velocipéd (képpel, Igali Svetozártól)	«
60 gyakorlat a nyújtón (Bokelberg Ernőtől)	«	A testgyakorlatok veszélyessége (Mastertól)	«
A velocipéd kormányzása	«	Labdajátékok	«
Nők úszó-versenye Angliában (képpel)	«	Szigethy Sándor	«
A tornatanítás Szilágymegyében	«	Az ökölvívásról (Vermes Lajostól)	«
Lustaforgás a nyújtón (képpel)	«	A magyar ifjuság	26. szám
A magyar athl. club úszó-versenye	«	Birkózás önmagunkkal (Porzolt Lajostól)	«
Labdajátékok	«	A fejlődő leányok testedzése (képpel, «Egy oszloptámogató»-tól)	«
A palicsi versenyek előtt (Vermes Lajostól)	«	Velocipédversenyek és kirándulás	«
Az egyetértés a csónak-egyletek között (Fülepp Kálmántól)	19. szám	A «Star»-velocipéd (képpel, Igali Svetozártól)	«
A teherkiegyenlítés az evező-versenyeknél	«	Labdajátékok	«
A mindennapi testgyakorlat	«	Handicap akadály-verseny	«
Tornatestgyakorlatok vezérlése (Porzolt Lajostól)	«	Az egyféle mértékek a versenyeken (Master-tól)	27. szám
Szárzaföldi csónakházak Philadelphitában (képpel)	«	A vesenyrendezésről (Revizor-tól)	«
Hőmezővásárhelyi sport	«	Torna a falusi népiskolákban	«
Testedző játékok	«	Vitorla akadály (képpel)	«
Egy amerikai hirlap sport-termében (képpel)	«	Erőfelvételek a tornában	«
A palicsi versenyek	«	Egyiptomi csónakharcz (képpel)	«
A köves-kállai athleta- és torna-versenyek (Szafka Manótól)	«	A szék mint tornaszor	«

A szegedi torna-egylet gyaloglási versenye . . . . .	27. szám	A torna-versenyek eredményeinek mérése . . . . .	34. szám
Velocipéd versenyek . . . . .	«	A korcsolyázás múltja . . . . .	«
Egy hónapi turista élet (Toldy Gézáttól) . . . . .	«	Kengyel-hinta (képpel) . . . . .	«
Új félév . . . . .	28. szám	A test-tartásról (Frobberg V.-től) . . . . .	«
Az egyleti tagok változása (Egy csapatvezető-től) . . . . .	«	A sport és annak nemei . . . . .	«
Erőfelvételek a tornában . . . . .	«	Amerikai gladiátorok . . . . .	«
Az egyiptomi nők labdázása (több képpel) . . . . .	«	Növendékek disztornája a kiállításkor (Egy tornatani- tótól . . . . .	35. szám
Velocipéd-versenyek és kirándulások . . . . .	«	A testgyakorlatok phisiologiai jelentősége . . . . .	«
Háló akadály (képpel) . . . . .	«	Tornaszerek a versenyeknél . . . . .	«
Birkózás önmagunkkal (Porzsolt Lajostól) . . . . .	«	A sport és annak nemei . . . . .	«
Tornász-hírek . . . . .	«	A női szertornázás (Kloss után) . . . . .	«
Labdajátékok . . . . .	«	Katonák testgyakorlata (képpel) . . . . .	«
Egy hónapi turista élet (Toldy Gézáttól) . . . . .	«	A korcsolyákról . . . . .	«
A vívás évadján . . . . .	29. szám	Magyarország sportja (Porzsolt Kálmántól) . . . . .	«
A «Nemzeti Hajós-egylet» közgyűlése (Fülepp Kál- mántól) . . . . .	«	Versenyek és az egyleti élet . . . . .	36. szám
Szabadkai Velocipéd-versenyek (Vermes Lajostól) . . . . .	«	A jégről . . . . .	«
A szállító-velocipéd (képpel, Igali Svetozártól) . . . . .	«	Előtorozási ügyek (Porzsolt Lajostól) . . . . .	«
Az ugrások mérése . . . . .	«	Kocsmai torozás-estélyek . . . . .	«
Nehéz győzelem (képpel) . . . . .	«	Korcsolya-egylet Zala-Egerszegen . . . . .	«
Versenydíjvadászat a német torna-egyletekben . . . . .	«	A testgyakorlatok phisiologiai jelentősége (dr. Kloss után) . . . . .	«
Az ó-kori és a modern atletika . . . . .	«	Kaukázusi labdajáték. (Suttner A.-tól) . . . . .	«
Egy hónapi turista élet (Toldy Gézáttól) . . . . .	«	Az öregurak testmozgása (Vén atletától) . . . . .	37. szám
A tornászat, mint gyógy mód . . . . .	30. szám	Jó tanácsok a korcsolyázóknak (Mastertől) . . . . .	«
A «Kolozsvári Athletikai Club» verseny-propozíciói (Kuszkó Istvántól) . . . . .	«	A budai torna-egylet disztornája . . . . .	«
A vívó-iskola szabályai . . . . .	«	A hó-czipők (képpel) . . . . .	«
Útmérő (képpel, Schwanda Gusztávtól) . . . . .	«	Előtorozási ügyek . . . . .	«
Spártai testgyakorló tér (képpel) . . . . .	«	Tornaszerek a versenyeknél . . . . .	«
Felsőbb iskolai tanulók túlterheltsége . . . . .	«	A csónakház vendégd (Balogh Bélától) . . . . .	«
A «Magyar Athletikai Club» őszi viadala . . . . .	«	Tört szív, tört kar (Porzsolt Kálmántól) . . . . .	«
Labdajátékok . . . . .	«	Előszó a «Magyar labdajátékok könyvé»-hez (gróf Ester- házy Mihálytól) . . . . .	38. szám
Egy hónapi turista élet (Toldy Gézáttól) . . . . .	«	«Herkules-Könyvtár» . . . . .	«
A versenyek elnapolása . . . . .	31. szám	A «Neptun» budapesti evezős-egylet küldöttsége Bécs- ben (Mészáros Ferencztől) . . . . .	«
Felsőbb iskolai tanulók túlterheltsége . . . . .	«	A korcsolyázás alapgyakorlatai (képpel) . . . . .	«
Korunk közegészségügye s a testgyakorlat . . . . .	«	Maros-Vásárhelyi sport-egylet alakulása (X-től) . . . . .	«
A «Velocimane» (képpel, Igali Svetozár) . . . . .	«	Az athléták házi viadala . . . . .	«
A római katonák testedzése (képpel) . . . . .	«	A kettős kadét-ugrás (képpel) . . . . .	«
A papir a csónakázók használatában . . . . .	«	Iskola és testgyakorlat (Szokolay Kornéltól) . . . . .	«
Csónak-út az atlanti Océánon keresztül . . . . .	«	Trefort és a testgyakorlatok (Porzsolt Kálmántól) . . . . .	39. szám
A táncz . . . . .	«	Iskolai tornázás (Porzsolt Lajostól) . . . . .	«
Az athléták verseny-eredménye . . . . .	«	Szerencsétlenségek kikerülése a jégen (Bod Lajostól) . . . . .	«
Egy hónapi turista élet (Toldy Gézáttól) . . . . .	«	Tornász-gúla (képpel, egy tornatanártól) . . . . .	«
Testgyakorló körök alakítása (dr. Joób Lajostól) . . . . .	32. szám	Athletika (Bartha Miklóstól) . . . . .	«
A csónak-egyletek életéből («Néhány úr»-tól) . . . . .	«	A «Nemzeti torna-egylet» disztornája (P. J.-tól) . . . . .	«
A «Budapesti korcsolyázó-egylet közgyűlése» . . . . .	«	A műkorcsolyázásról (képekkel) . . . . .	«
Német torna-ünnepély (képpel) . . . . .	«	Jézvelocipéd (képpel) . . . . .	«
Vívás az ó-korban (képpel) . . . . .	«	Előfizetési felhívás . . . . .	«
A növendékek testi fejlődésének megfigyelése . . . . .	«	A kardokról . . . . .	»
Határozatok (Barotosi Porzsolt Gyulától) . . . . .	«	Uj év . . . . .	40. szám
Az ó-kori s a modern atletika . . . . .	«	Athléták (dr. Hoitsy Páltól) . . . . .	«
Chappon Lajos vívási rendszere . . . . .	«	A műkorcsolyázás alapgyakorlatai (képekkel, Vámos Gézától) . . . . .	«
A testi nevelés Magyarországon (Palágyi Lajostól) . . . . .	33. szám	Korcsolya-körzések párjával (képpel, Bokelberg Edétől) . . . . .	«
A csónak-egyletek életéből (Fülepp Kálmántól) . . . . .	«	Népünnepek és testgyakorló ünnepélyek (Hamvay Ist- vántól) . . . . .	«
A torna-versenyek eredményeinek mérése . . . . .	«	A közönség köréből (dr. Hauszer Adrrjántól) . . . . .	«
«Bursch» párbajok (képpel, Porzsolt Lajostól) . . . . .	«	Irodalom . . . . .	«
A «Kolozsvári Athletikai Club» verseny-gyaloglása (dr. B. H.-tól) . . . . .	«	A kardokról (Szegheő Gézáttól) . . . . .	«
Labdajátékok . . . . .	«	Különbülék minden számban. . . . .	«
A vívó-teremben (Porzsolt Kálmántól) . . . . .	«		
A tél sportja . . . . .	34. szám		
Egy félreértés és egy sajtóhiba. (Fülepp Kálmántól) . . . . .	«		