

## Előfizetési díj:

Negyedévre... — 2 kor.  
Félévre... — 4 kor.  
Egész évre... — 8 kor.

Egyes szám 40 fill.

# HERKULES

SZERKESZTIK:

PORZSOLT JENŐ.

PORZSOLT KÁLMÁN.

Főmunkatárs: KÁRPÁTI BÉLA.

Szerkesztőség és kiadóhivatal

II., Irma-tér 3. szám,  
I. em. 3.

Megjelen július és augusztus kivételével havonta kétszer.

Achilles Sport-Egylet  
Aradi Korcsolyázó-Egylet  
Budapesti polgári lövészegyes.,  
Budapesti Torna-Club,  
Beregszászi Korcsolyázó-Egylet,  
Bpesti hegyvidéki Turista-Egyl.,  
Budapesti Torna-Egylet,  
Délvidéki Kerékpár-Egylet,  
Debreczeni Korcsolyázó-Egylet,  
Debreczeni Torna-Egylet,  
Fővárosi Vivó-Club,  
Érsekújv. Vivó- s Torna-Egyes.,  
Győri Csónakázó-Egyesület,  
Gyöngyösi Korcsolyázó-Egylet,  
Kassai Korcsolyázó-Egylet,  
Kassai Tornázó- és Vivó-Egylet,  
Kolozsvári Athletikai Club,

Kolozsvári Korcsolyázó-Egylet,  
Körmendi Athletikai Club,  
Kunsztmártoni Csón.-Korcs.-Egyl.,  
Lévai Torna- és Vivó-Egylet,  
Lőcsei Korcsolyázó-Egylet,  
Lőcsei Vivó- és Torna-Egyesület,  
Magy. Testgyakorlók Köre,  
Márm.-szigeti ifj. Torna-Egylet,  
Magyar Úszó-Egylet,  
Maros-Vásárhelyi Torna-Egylet,  
Magyar-Óvári Torna- s Vivó-Egyl.,  
Maros-Vásárhelyi Kerékpár-Egyl.,  
Maros-Vásárhelyi Korcs.-Egylet,  
N.-Bányai Torna- és Korcs.-Egyl.,  
Nagy-Enyedi Korcsolyázó-Egylet,  
Nagy-Kanizsai Torna-Egylet,  
Nagy-Kállói Korcsolyázó-Egylet,

Nemzeti Hajós-Egylet,  
Neptun Bpesti Evező-Egylet,  
Ó-Becsei Kerékpár-Egyesület,  
Ó-Budai Torna-Egylet,  
Pécsi Athletikai Club,  
Pápai Korcsolya-Egylet,  
Pozsonyi Torna-Egylet,  
Privigyei Korcs.-Egylet,  
Rimaszombati Korcs.-Egylet,  
Quarnero Csónakázó-Egylet,  
Sátoraljai helyi Korcs.-Egylet,  
Selmeczi Akad. Athleta Club,  
Soproni Korcsolyázó-Egylet,  
Seproni ev. főgymn. testgy. Köre,  
Sportkedvelők Köre,  
Szabadkai Sport-Egylet,  
Szabadkai Torna-Egylet,

Szarvasi Korcsolyázó-Kör,  
Szatmár-Németi Torna- s Vivóegy.  
Szegedi Csónakázó-Egylet,  
Szegedi Korcsolyázó-Egylet,  
Szegedi Torna-Egylet,  
Székely-Udvarhelyi Korcs.-Egylet,  
Székesfehérvári Korcs.-Egylet,  
Szegedi Kerékpár-Egyesület,  
Szászvárosi Athletikai-Club,  
Szolnoki Korcsolyázó-Egylet,  
Temesvári Korcsolyázó-Egylet,  
Torontáli Korcs.- és Hajós-Egylet,  
Torontáli Athletikai Club,  
Tordai Korcsolyázó-Egylet,  
Ujvidéki Kerékpár-Egyesület,  
Veszprémi Torna-Egyesület,  
Zsombolyai Athletikai-Club

## HIVATALOS KÖZLÖNYE.

### A népek testi erősödésének forrásai.

Az egész művelt világ érzi, tudja, hogy már nem késhetik soká a nagy és kis népek mérkőzésének szörnyű harcza, hol nemzetünknek is meg kell vivni újra életharczát. A testben legerősebb nemzetek is államilag, katonailag a legnagyobb pártolásra méltatnak minden olyan mozgalmat, mely a nép erősödését szolgálja. A hosszú időn át sok helyen gunnyal illetett hazafias érzést minden nemzet hiven ápolja, mert a haza védelmében a testi erőn túl itt remél legtöbb segítséget.

Ha már a terjeszkedésre, hódításra számító nemzetek is így gondolkoznak és így cselekednek, úgy a mi tisztán minden oldalról védekezésre szorító nemzetünknek is létkérdése közé tartozik a nemzeti testi erő fejlesztése. És itt mindjárt el is kell ismernünk, hogy kormányzó köreink is így fogják fel a helyzetet, mikor a közoktatási és honvédelmi miniszterek vállvetve igyekeznek segíteni népünknek általános erősödése érdekében.

Azonban a nagyközönségnek ez ügyek terén meglehetősen téves a felfogása, azt gondolják még sportembereink is legtöbben, hogy maga a testgyakorlat, a sport elégséges a nép erősödésére nézve. Holott, hogy valamely néprétegben a sport elterjedhessen, arra nézve első

kellék bizonyos elemi anyagi jólét és elemi műveltség. Minél jobb sorsa, minél műveltebb, a sport annál könnyebben és áldásthozóbban terjed el. A nemzet sorsát irányító felső körök tudják is ezt, mert minden igyekezetük a nép jólétének és műveltségének előmozdítására irányul.

A mi kis nemzetünk ezeréves alkotmányos és nemzetgazdasági küzdelmében azonban oly nehéz körülmények gátolták a jólét és műveltség terjedését, hogy természetesnek találjuk, hogy maga az államhatalom is ugrásszerűleg egyenesen a testgyakorlatok általánosságától válását várja a nagyobb néprétegek testi erősödését. Nem is hiba ez, mert eddig az állam az iskolán kívüli testgyakorlatokra kevés gondot fordított s a most tervbe vett munka csak a mulasztottak pótlására szolgál.

De hogy ne tizezrek, ne százezrek, hanem milliók erősödjenek a sportok, a szórakoztató testgyakorlatok által, azt mégis csak a milliók iskolája, a népiskola révén lehet csak elérni. Erre céloz a honvédelmi miniszterünknek már a nyáron életbe lépett szép rendelete, miáltal a honvédséghez berendelt tanítók a gyakorlatokról, a népek kiképzett sporttanítókép térnek haza. Öröm volt nézni Pécssett a honvéd-tanítók sportolását, versenyzését.

Amit a sportból a tanítók a honvédségnél tanultak, nagyobb részben a falusi ismétlő iskolák legényedő tanulóinak tanulták. Az egész kis gyermekek nevelő testgyakorlataihoz nem nyult a miniszter.

Az egyéni és a tömeg testi erősödésének forrásai ugyanazok. Tehát az állam intéző emberei és a sportok irányítói a közelebb fekvő egyéni erősödésről vehetnek példát a tömeg erősítésére nézve. Így mindenki tudja, hogy a test fejlődésére nézve nagyon fontos az étkezésnek rendje. Tehát ha van mit enni népünknek, meg kell őt tanítani az egészséges étkezésre, az egészséges főzésre, sőt a betegek táplálására is. Ez persze a mindig konzervatív nép körében nagyon lassan fog menni, de vidéki népiskolák főzőtanfolyamai útján majd csak emberibb ételt fognak enni nemzetiségeink is. Jómódu magyar népünk étele a test fejlődésére nézve épen tulságos zsíros, fűszeres voltánál fogva nem alkalmas.

A sportoknak népiessé tételétől várjuk, hogy népünk leszokik a bor, sör, pálinka élvezetéről. Még most is általános népies hit, hogy az alkohol erőt ad. Majd mikor a sportban, a biztos erőmérő versenyben látni fogja, hogy mily gyengítő az alkohol, lassan le fog szokni róla, mint a svéd nép, mely iszákosabb volt, mint most a mi népünk.

De a sportban fogja a nép azt is megismerni, hogy testi erőt a munka és pihenés állandó egyforma váltakozása idézi elő, tehát tartózkodni kell az éjet-napot tartó munkától, de a semmittevéstől is.

A testi épség egyik alapja az erkölcsi és testi tisztaság. A gyermekkorban megszokott tiszta ruha, tiszta viselet erkölcsös viselkedés biztosíték a hosszú egészséges életre. Azt mondhatjuk, hogy még a vagyoni jólétnél is erősebb forrása a testi épségnek az erkölcsi tisztaság párosulva a testi tisztasággal. A leg-hatalmasabb és legműveltebb népek vezére, a francia, maga is beismeri, hogy kétségbeeső jövőjének sorsát a családi tiszta erkölcs romlása idézte elő. Viszont mikor a nemzet testi erősödését szolgáljuk, ugyanakkor erkölcsseit is nemesítjük. Hisz a sportban erkölcsstelen, egészségtelen élet a leghamarább megmutatja rossz

hatását. A sportoló ifjú nagyon jól tudja, hogy ereje fokozásához az első kellék a tiszta élet.

Kis nemzetünk fennmaradásának legfőbb biztosítéka népünk testi lelki épsége, melynek fokozása az állam egyik fő feladatát képezi. Ugyde e munkára hív fel bennünket a hazafias érzés. Igyekezzen minden magyar ember hatása körében az erkölcsös és egészséges életet megkedveltetni, a sportokat terjeszteni. K.—E.

### A testnevelés helyes irányítása.\*)

Magyarországon a sport, a testnevelés magja, kiváló talajra talált, a jól megmunkált földből szinte egyszerre, észrevétlen bontakozott ki a hatalmas fa, melynek, mintegy tündér-érintésre, virágdiszben borult minden ága.

A sport, a testnevelés virágzásának korát éljük. telve reménnyel — látva a dus virágzást — és egyben aggódó kétséggel várjuk a termést, mert hisz a virág csak ígéret, míg az ígéret beváltása maga a termés, a gyümölcs. A gyümölcserésig pedig még hosszú az idő, sok munka, gondos ápolás szükséges ahhoz, hogy a gazda fáradságát siker koronázza; s aztán az érett gyümölcs is gyakran — csak látszatra ép...

A testnevelés fáját hatalmas kertészgárda vette — legujabban — gondos ápolás alá és itt el is kél a szorgos kezek szakavatott munkája, mert a dus virágzásnak indult hatalmas fának sok fattyuhajtása, amitől idejekorán meg kell óvni, nehogy magukba szivják a fának éltető nedveit.

Nagy feladatok megoldása vár az O. T. T.-ra, a forrongó eszmék lázadása egyre követelőbb hangon kiabál és ez nem is csoda, ha elgondoljuk, hogy félmillió koronák bizonyos irányítása végett érdemes a véka alá rejtett eszméket felszínre hozni.

Hiszen a magyar sport-társadalom ezelőtt még csak egy évvel is álmodni se merte volna, hogy a kormány kegye ily elismerésben részesítse szegény testnevelési ügyünket. Igaz, hogy ehhez egy talpig sportember minden energiája, szívós, trenirozott kitartása kellett, hogy megszerkesztett törvényjavaslatát elfogadtassa.

Hogy az embersport bekapcsoltatott az állami szervezetbe, ez garantálja annak komoly fejlődését, melynek célravezető haszna azonban csak úgy lesz, ha nagy körültekintéssel járnak el a reformeszmék megvalósításánál s a Testnevelő Tanácson kívül álló gyakorlati sportemberek véleménye is figyelembe vétetik.

Mert ne feledjük, hogy a Testnevelési Tanács kinevezését úgy a közönség, mint a sajtó bizonyos skrupullussal fogadta, sőt voltak, kik a kinevezésben egyenesen a kultuszminiszter megtévesztését látták; amennyiben

\*) A magyar sport régi jeles emberének e cikkét örömmel közöljük (Az U.-ból, csak a tornának buktatására számitó osztályozását nem helyeseljük. Szerk.

ugy a világhíres vivó-sportunk, mint a szabadtéri sportok igazi hivei közül alig akad egy egy a tanács tagjai között. Jól tudjuk, hogy az érdekeket, kívánalmakat minden tekintetben kielégíteni képtelenség, mert mindig voltak és lesznek elégedetlenek, különösen a sporttársadalomban, ahol sokan veszik észre magukon — különösen az utóbbi időben — a „szaktudás“ bizonyos jelenségeit. De nem ezekről akarunk szólni, hanem azokról az igazi lelkes, önzetlen sportemberekről, kik egyéniségükön kívül tetemes anyagi áldozatokat is hoztak a multban a testnevelés érdekében, ezek közül sem látunk a tanácsban egyet sem, kiknek kimaradása pedig határozott veszteséget jelent.

A most kinevezett O. T. T. van hivatva a testnevelés terén rég hangoztatott sérelmeket orvosolni, hogy mennyiben fog ez sikerülni, az még nagyon is a jövő kérdése, annyi tény, hogy nagy és fontos munkára vállalkoztak; Magyarország ifjúsága fizikai erejének fejlesztését, helyes irányítását vették kezükbe. Működésük elé annyiban fűződik kétség, amennyiben eddig is ők irányították és látták el tanácsal az intézkedésre hivatott köröket, ezért fordult feljök a miniszteri bizalom is, mert ők állottak előtérben annyira, hogy másokat tőlük a miniszter nem is láthatott.

Az Országos Testnevelő Tanács elnöksége a napokban küldte szét az előadóknak a legközelebbi jövő fontosabb teendőjét, ezek: az országos tornatanárképző, az iskolai testnevelés reformja és a testnevelő alapszabályzatának és első költségvetésének munkái. Az előadói munkálatok szakbizottság elé kerülnek, így remélhetőleg nemsokára alkalmunk lesz a megalkotott reformokhoz hozzászólni, ha ugyan itt is be nem fészkel magát az a magyar betegség, — ami a köztudatban él — hogy az ugynevezett „bizottságok“-ban szoktak az ügyek és indítványok megrekedni, elposványosodni.

A nemzet anyagi ereje végképp kimerülőben van, a munkanélküliek éhező ezrei ostromolják a kormányt segélyért; a kultuszminiszter rendeletileg takarékosagra hívja fel az iskolákat, tekintettel a rossz pénzügyi helyzetre. Ebben a köznyomorban nagyon is kirívóan helyezkedik el az a félmillió korona, mit évenként sportcélokra nyújt az állam és így akárhogy tekintsük is a dolgot, ez az összeg mégis csak a nemzet kenyéréből levágott darab, így jogunk sőt kötelességünk annak hovafofordítását figyelemmel kíséreni, hogy az valóban szolgálja-e a testnevelés ügyét és értékesíthető hasznára lesz-e az ifju nemzedéknek? Végzetes hiba lenne tompult nemtörődömséggel belenyugodni mindenbe, amit a testnevelési tanács határoz; különösen, mikor annak hiányos összeállítását úgy a közönség, mint a szak- és napi sajtó egyaránt konstataálta és kifogásolta.

Védkötelezettséggel bíró államban az ifjuság testi kiképzésének kérdése — de nemzeti szempontból is — olyan fontos ügy, mely megérdemelte volna, hogy a kultuszminiszter a testnevelési tanács kinevezése előtt egy országos értekezletet hívott volna össze, melyen a gyá-

korlati sportemberek a tapasztalatból merített tudás alapján bő tájékozódást nyújtottak volna a miniszternek a testnevelés minden kérdését illetőleg, ha erre nézve alkalom adatott volna nekik.

Mivel a tulajdonképeni testnevelés alapja az iskolai tornatanításban gyökeredzik, itt is kell a reformot megkezdeni. E sorok írója már rég igyekszik úgy a fővárosi, mint a vidéki sajtóban ráirányítani a figyelmet az iskolai testnevelés tarthatatlan állapotaira és pedig abban a tekintetben, hogy az ifjuság testnevelése a katonai követelményeknek és a korszellemnek megfelelőleg rendeztessék. De mindenek előtt az összes középiskolákban számítótárggyá tétessék a torna, mert e nélkül nélkülözi azt a komolyságot, mely kell, hogy megillesse a testnevelést és az azzal foglalkozó tornatanítókat.

Nagyon természetes, hogy nem felel meg és messze marad a követelményektől a jelenlegi tornatanítóképzés is, mert az a hét hónap, amit a „Nemzeti Torna Egylet“ kebelében szervezett tornatanító-képző nyújt, nagyon kevés a testnevelés ma már igen bő anyagának alapos elsajátítására. És a jelenben már úgy az évek, mint a tanulmányokat illetőleg sokkal komolyabb és tapasztaltabb egyénekre kell az ifjuság testi nevelését bízni. Mert tudvalevő, hogy a kultuszminiszter felhatalmazása és ellenőrzése alatt álló hét hónapi tornatanfolyamon, bár évekhez nem kötik a felvételt a jelentkezőknél, de a megkívánt előképzettség (érettségi vagy elemi iskolai tanítói oklevél) nyíltan elárulja, hogy egész fiatal 17—18 éves ifjak nyerhetnek állami érvényű oklevelet, mely jogot ad már esetleg egy felsőbb iskola ifjuságának a testi kiképzésének a vezetésére. Hogy milyen eredményt érhet el aztán egy ilyen — úgy szólván — tapasztalatlan ifju, ki még katonai szolgálatot sem teljesített, pedig a tornatanításhoz bizonyos katonás fegyelem is szükségeltetik, ehhez nem kell bővebb kommentár. Még csak azt jegyzem meg, — a humor kedvéért — hogy nálunk miniszteri felhatalmazás alapján tornatanító lehet valaki 18 éves korában, footballbíró azonban nem, mert a footballbíráskodás fontos szerepére csak a huszonegyedik évet betöltött ifjak pályázhatnak.

Ha a sport a testnevelés intenzivebbé tétele érdeke az államnak, úgy a testnevelés reformjának a szülők és a tanuló ifjuság jól felfogott érdekében cselekszik a testnevelési tanács, ha javaslatba hozza a kormánynak a kötelező balesetbiztosítást, melyre az összes sportegyesületeket is kötelezni kell. A baleset alkalmával (mely a leggondosabb felügyelet mellett is előfordulhat) a szegény szülőknek némi anyagi kárpótlást kell nyújtani az esetleges katasztrófák szerencsétlenségért, és ezáltal bizonyos szociális tekintetek is kielégítést nyernek,

Hogy a testnevelés helyes irányba való vezetésénél mennyi minden körülményre kell figyelemmel lenni, azt alig lehet csak vázolni is egy kerethez szabott hirlapi

közleményben. A testnevelés reformjának küszöbén mindenesetre meghallgatásra méltó minden olyan eszme és indítvány, mely az ifjúság fizikai erejének helyes irányba való fejlesztését a célnak megfelelőleg rendezni óhajtja.

*Kükemezey Árpád*  
a MTK. alapító elnöke.

## Középiskolai czéllövészet és katonai kiképzés a szatmárnémeti főgimnáziumban.

Hosszu vajudás után végre a pedagógusok problémája lett a középiskolai ifjúság katonás neveltetésének kérdése. A katonás nevelés ügye sok élénk vitára adott már eddig is okot és alkalmat. Eddig úgy állott a dolog, hogy a középiskolai czéllövő-tanfolyamokon az ifjak kiképzése részint a m. kir. honvédség szabályzatai szerint, részint a honvédelmi ministertől kiadott „Utmutatás” irányítása mellett történt, anélkül azonban, hogy a kiképzés célja, iránya, módja a pedagógusok körében megbeszélés avagy megvitatás tárgya lett volna. Nem tagadom, hogy a kizárólagos katonai irányítás mellett a nevelésben nem mindig lehetett helyeselni talán a némely helyen követett elveket, így történhetett, hogy pedagógiai folyóiratokban és szaklapokban ellene támadnak az ügynek, pedig azt kellő irányítás mellett csak pártolni volna szabad.

A tény az, hogy a „katonás nevelés a középiskolának nem lehet feladata”, még a „katonás czéllövészet” sem, hanem pusztán és kizárólag: „a czéllövészet”, illetve „a lövés gyakorlása”. A tanfolyamok feladata hangsúlyozottan ez kell hogy legyen, ami szempontunkból ez a legfontosabb: a katonai fegyverekkel való czélbalövés révén azt az ügyességet és készséget szerzik meg, amelylyel a legnagyobb veszedelem idején hazájuknak, nemzetüknek segítségére lehetnek.

Hazánkban a középiskolákba, a tanítóképzőkbe, kereskedelmi iskolákba stb. 110.000 ifju jár. Mintegy félmillió a száma a 16 évnél idősebb azon ifjaknak, kik ipari, mezőgazdasági és egyéb pályákon működnek és akik katonai kötelezettségüknek még nem tettek eleget. — (Miklóssy István könyvéből való kimutatás.)

Milyen nagy óriási erőt képviselne az ifjaknak ez a nagyszáma, ha a czéllövészetben való kiképzetésük után — szükség esetén — a haza fegyverbe szólítaná őket!

Egészen nyilvánvaló, hogy a czéllövészet mentől nagyobb általánosítása nagyban növelné hazánk harczkészségét. Így nézvé a dolgot, hazafias és nemzeti érdekből tulajdonitunk a czéllövészet ügyének kiváló fontosságot. Ezt a hazafias és nemzeti érdeket szolgálta a VKM. legutóbbi rendelete, amelyben a czéllövészetet általánosítja az iskolákban.

Katonai részről az ifjúsági czéllövészet elé azt a célzt tűzték, hogy a lövésztanfolyamok készítsék elő a katonai szolgálatra a magyar ifjúságot. Ez a cél nem helyeselhető. Azért nem, mert a magyar ifjúság és a magyar nemzet — a mai konstelláció mellett — nem lelkesedhetik valami nagy, rajongó szeretettel azért a katonai szolgálattért, amely a magyar nemzeti jelleget alig vagy sehogysem hordja magán . . . Intelligens magyar ifjaknak ne állítsunk hát fel olyan czélokat, amelyek nemzeti szempontból nem ideálisak.

A magyar ifjúság szempontjából a legideálisabb célzt fejezi ki ez a megállapítás, mely szerint a katonai fegyverekkel való czélbalövés célja: a nemzet védő erejének fokozása.

A középiskolai czéllövészet hazánkban mindössze néhány éves multra tekinthet csak vissza. Négy öt év alatt több mint száz középiskola fogadta be a hazafias ügyet. És amikor így a magyar középiskolák nagyobbik fele már magáévá tette a czéllövészet nemes ügyét — mint Miklóssy mondja — még mindig ott tartunk, hogy a czéllövészet célja, ideje s módszere fölött is vitatkozunk.

Határozottan anket összehívására volna szükség, amelyen határozottan és élesen körvonalozni kellene a czéllövő tanfolyamok célját, idejét s módszerét. Így czéltudatosan ápolhatnók és fejleszthetnők azt a hazafias ügyet, amelyet idegen nemzetek már régtől fogva szeretettel dédelgetnek.

Főgimnáziumunk az első középiskolák közt volt, amelyek kebelében szives fogadtatásra talált, a czéllövő tanfolyam öt éves multra tekinthet vissza. A tiszt urak, akik a czéllövészet ügyének első föllendítése óta az ügy élén állottak és állnak, kétségtelenül a legnagyobb buzgalmukat, legjobb ügyszeretetüket áldozták és áldozzák az ügynek. Kölcsönös véleménnyel és irányítással szépen fejlődik a hazafias ügy.

A czéllövészeti tanfolyam ez iskolai évben 1912. novemberében kezdődött s befejeződött az 1913. május 17-én megtartott versennyel. A tanfolyam vezetője Nagy Lajos honvéd őrnagy és Erdélyi Rezső honvéd hadnagy s az intézet részéről felügyelő Merker Márton dr. tanár volt. Résztvett a VII. és VIII. osztályból összesen 72 növendék 16 és 20 év közötti életkorban. A kiképzést hetenként két órában tartottuk meg az intézet tornacsarnokában és az elemi lőtérén. Az oktatás kétféle módon történt: elméletileg és gyakorlatilag. Az elméleti gyakorlat részei: a fegyverutasítás, az ismétlőfegyver szerkezete és részeinek taglalása, a fegyverek rövid fejlődéstörténetének ismertetése. Gyutacs-lövés. A lő-utasítás: a tűz célja, a lövés elmélete. Ezen elméleti kiképzés párhuzamosan a gyakorlatival csoportonként felváltva történt, úgy hogy a gyutacs-lövészt az első órákban már megkezdték. A gyakorlati kiképzés: 1. csukló-gyakorlatok, 2. fegyverforgató-gyakorlatok, 3. szuronyvivási gyakorlatok, 4. futó- és

ugró-gyakorlatok. A gyakorlati szabályzat I. és II. fejezete s a szolgálati szabályzat I. részéből a megfelelő anyag beszélgetések alakjában.

Május 27-én d. u. 3—5 óráig volt az elemi lőtéren a zárőnnepély czéllövészeti verseny keretében. A honvédelmi ministertől ajándékozott 10 éremért (2 ezüst 8 bronzéremért) versenyzett a tanfolyam 72 résztvevője közül a gyakorlatokon kiválóan megfelelt 35 növendékünk. A katonaság képviselőjében az akadályozott ezredparancsnok helyett megjelent Lőrinczy Béla őrnagy, Both Gyula százados, Erdélyi Rezső oktató tiszt; az intézetet képviselték: Ratkovszki Pál kir. főigazgató, Sándor Vencze, Gazdag Lajos, Merker Márton dr. felügyelő, Pfiszter József és Erdélyi Imre tanárok.

A czéllövészeti verseny eredményének kihirdetése előtt Lőrinczy Béla őrnagy tartott ifjúságunkhoz elismerő, buzdító szöveget, majd Ratkovszky Pál igazgató illetékes viszonzása után az érmeiket tűzte a nyertesek mellére Both Gyula százados.

A verseny győztesei ezek:

I. díj ezüstérem Fischer József VII. A) oszt. tan. 520 egységgel.

II. díj ezüstérem Dunka Viktor VIII. oszt. tan. 500 egységgel.

III. díj bronzérem Forássy Endre VII. A) oszt. tan. 460 egységgel.

IV. díj bronzérem Boka Miklós VII. B) oszt. tan. 420 egységgel.

V. díj bronzérem Coan Demeter VII. A) oszt. tan. 405 egységgel.

VI. díj bronzérem Brém Ágoston VIII. oszt. tan. 380 egységgel.

VII. díj bronzérem Heinrich János VII. B) oszt. tan. 378 egységgel.

VIII. díj bronzérem Gödölle Géza VII. A) oszt. tan. 360 egységgel.

IX. díj bronzérem Stich István VII. A) oszt. tan. 360 egységgel.

X. díj bronzérem Szembratovits Szaniszló VII. B) oszt. tan. 320 egységgel.

## Az élettan alkalmazása a testgyakorlatokra\*).

Irta: *Stankovits Szilárd.*

(Folytatás és vége.)

A szív működés központját e gáz fejlődése nem sokára megtámadja, a szin nem képes a vért annyira a tüdőbe hajtani, mint azelőtt s erre való igyekezetében gyengébben és gyorsabban ver és ez az erő feszítés a kellemetlen érzést még fokozza. A lihegést pihenés után szüntethetjük meg, amennyiben ekkor a szénsav gáz lassankint eltávozik, oxigén kerül a vérbe

és a test újra minden nehézség nélkül képes folytatni azt az erő kifejtést, amely eredetileg lihegést okozott. Ezt újra-lélegzésnek nevezik, amikor t. i. a szív és a tüdők újra összhangban működnek és a szénsav gáz gyorsan és kielégítő módon távozik.

Ha az ember többé-kevésbé tréningben van, bár időnként lihegés állhat be nála, mégis pihenés nélkül nyerheti vissza ezt az újra-lélegzést, mert a szív és a tüdők inkább alkalmazkodnak a szénsav gáz fokozott mértékű kiválasztásához.

A bőr és a vesék.

Az izomgyakorlat további következménye a hőképződés. Minél erőteljesebb a gyakorlat, annál több hő képződik. A hőt a testnek fel kell valamire használnia, ha rendes hőmérsékletét meg akarja tartani. A meggyorsult vérkeringés következményeképpen a bőr megtelik vérrrel, kipirul és felhevül, az izzadságképződés pedig oly élénken megy végbe, hogy látható cseppekben jelentkezik. E folyadék elpárolgása a testfelületet gyorsan lehüti és tetemes hővesztést okoz, úgy hogy a keletkező hőtöbblet lassankint eloszlik. Az izzadás fokozódása által egyszersmind más tisztátalanságok is eltávoznak a testből. A nedves felületen végbemenő párolgás folytán keletkezett hűvösség miatt heves gyakorlatok után ruhát kell cserélnünk a meghülés elkerülése végett. A test eme folyadékvesztése okozza főleg a testi erő kifejtés után beálló szomjúságot. A bőr működése némi részben kiegészíti a vesék működését, amelyeknek feladata a vérben maradt legtöbb tisztátalanság kiválasztása.

Az emésztés.

Mint a test többi része, úgy az emésztőszervek is több vért kapnak valamely testgyakorlat után, s maga a vér is gyorsabban kering. Tevékenységük így módon fokozódik, az étvágy, emésztés és a táplálék felszívódása szintén nagyobb fokú lesz. De éppen ezen okból fontos, hogy a testgyakorlat sohase végeztessék közvetlenül étkezés után, mert ez esetben a vér az emésztőszervek helyett az izmokba tódulna. Az egész izomrendszer fejlődését kísérő élénkebb bélizomműködés, ugyancsak a hasizmok összehúzódása révén a táplálék továbbmozdítására fordított mechanikus segítség meggátolja, hogy a táplálék a belek alsó részében összehalmozódjék s így székrekedés álljon elő.

Az idegrendszer.

A testgyakorlásnak az agyközpontok kifejlődésére gyakorolt hatásáról már szólottunk, de itt még megemlítjük, hogy az egész idegrendszer általános állapota és működése is éppoly előnyös behatás alatt áll, mint a test többi része. Nem szabad elfelejtenünk, hogy az izommunka javulása, amely mindig az észszerű testgyakorlás eredménye, még inkább függ az idegközpontok hatásképességétől, mint maguknak az izmoknak a tényleges növekedésétől és fejlődésétől. A látszólag leg-

\*) A testnevelés kézikönyvéből közöljük e rendkívül tömören megírt részt. Szerk.

egyszerűbb cselekedetek tényleg végtelenül komplikált ideg- és izommechanizmustól függnék s a tréning egyik feladata az, hogy minden cselekedetnek lehetőleg kevés fáradtsággal és energiavesztéssel járó kivitt biztositson.

Az iskolában nyújtott általános testnevelés ilyen módon elősegít abban, hogy az életben üzött különböző foglalkozások sikeres megtanulásához a kellő testi előképzettséget megszerezzük.

#### Összefoglalás.

Röviden tehát az észszerű testgyakorlás főhatása abban áll, hogy a test általános táplálkozását megjavítja.

Táplálkozás alatt itt a különböző szövetek általános tevékenységét és szerepét értjük; egyszersmind ama képességüket is, hogy a vértől beléjük szállított táplálékot felszívják és felhasználják és az állandóan kisebb-nagyobb mennyiségben keletkező salakos anyagokat eltávolítsák; vagyis azt az egész folyamatot, melyre úgy az egész emberi szervezetnek, mint egyes részeinek egészséges fejlődése szempontjából okvetlenül szükségünk van. A testgyakorlás mindezeket a tevékenységeket előmozdítja és a különböző szervek harmonikus összeműködésének és munkájának elősegítése által mindnyájukra áldásos befolyást gyakorol.

## Iskolák. Főiskolák.

**Megint új jövedelmi forrás** készül a hazai sport részére. Gerenday fényes terve a totalizátor megadóztatásáról, önkénytelenül is újabb pénzalapot fog teremteni. Ugyanis a lóverseny rendező egyletek azon tanakodnak, hogy valamely formában megadóztatassák azokat a kifestőket, akik zugbuki név alatt ismeretesek. Kíváncsian és reménykedve várjuk a tanakodás eredményét, mert ezen az alapon a jótékonyág mellett a sport is újabb áldozati fillérekhez jut, ami viszont az egyetemes nemzetnevelésnek válik majd hasznos gyümölcsev.

**A Budapesti Egyetemi Athletikai Club** Szemere Miklós pestszentlőrinczi lövőházában rendezte meg országos junior és ezt követőleg Magyarország 1913. évi főiskolai céllövő bajnoki versenyt. A verseny a legteljesebb siker jegyében folyt le, mint a nevezések nagy száma is eleve biztositott. A juniorra majdnem félszáz, a bajnokira pedig 25 nevezést fogadott el a szakosztály. A verseny precíz lebonyolításán dr. ifj. Prokopp Sándor olimpiai világbajnok vezetésével a BEAC kipróbált rendező gárdája buzgólkodott. A jury Pogány Géza százados elnökle alatt Hrusztek Ernő főhadnagy és dr. Karafiath Jenőből állott.

A főiskolai céllövő bajnokságot az 1913. évi magyar bajnok, a Királydíj nyertese, Petracsek Ferenc nyerte, a tavalyi bajnok, Pintér Arnold előtt A juniorverseny résztvevői is szép haladásról tettek bizonyosságot, mit az első nyolcz helyezett 20—20 találat is bizonyít.

Versenyen kívül indult Csejthei Jelenffy Zoltán honvédszázados is, aki 20 találatos 139 körös elsőrangú eredményével megelőzte az összes juniorokat.

Az eredmények a következők:

1913. évi főiskolai bajnok: Petracsek Ferenc (BEAC) 29 találat 196 kör, 2. Pintér Arnold (BEAC) 29 találat 176 kör, 3. Paulovits Pál (BEAC) 28 találat 180 kör, 4. Strokovszky József (BEAC) 28 találat 154 kör, 5. Borsay Győző (BEAC) 28 találat 136 kör, 6. Kaboliczky Ferencz (BEAC) 27 találat 165 kör.

A junior versenyben első Tervey Kálmán (BEAC) 20 találat 136 kör, 2. K. Oláh Tivadar (Kispest) 20 találat 130 kör, 3. Korényi Géza (Kispest) 20 találat 124 kör, 4. Pálföldy Margit (BEAC) 20 találat 121 kör, 5. Holló Mihály (BEAC) 20 találat 120 kör, 6. Maloviczky Ferencz (BEAC) 20 találat 117 kör, 7. K. Oláh Béla (Kispest) 20 találat 116 kör, 8. Pintér Sándor (BEAC) 20 találat 112 kör, 9. Farkas Ede (Kispest) 19 találat 145 kör, 10. dr. Mándy Lajos (MJSE) 19 találat 132 kör.

**Középiszkolai athlétikai verseny.** A VI. ker. kereskedelmi iskola országos athlétikai versenyt rendezett az üllői-uti sporttelepen szépszámu, inkább diákokból álló közönség jelenlétében.

A legjobb középiszkolai athléták startja következtében az eredmények is elsőrangúak voltak.

Részletes eredmények:

100 méteres síkfutás: 1. Szabó (István-uti gimn.) 11.2 mp. (!?) 2. Blastik (Építő isk.) 3. Gergely (VII. k. Keresk.).

200 méteres síkfutás: 1. Dörge (V. ker. gimn.) 25 mp. 2. Rugl (VI. ker. Keresk.). 3. Róth (VI. ker. keresk.).

400 méteres síkfutás: 1. Krepuska (Ev. gimn.) 57.8 mp. 2. Dörge (V. ker. gimn.). 3. Bleyer (VI. ker. keresk.).

60 méteres síkfutás: 1. Pintér (Barcsay-u. gimn.) 7 mp. (?) 2. Császár (Ev. gimn.). 3. Róth (VI. ker. keresk.).

Súlydobás: 1. Szobonya (Tavasmező-u. gimn.) 974 cm. 2. Tarnay (VI. ker. gimn.) 936 cm. 3. Simon (Beregszász) 927 cm.

Magasugrás: 1. Gáspár (II. ker. reál.) 175 cm. 2. Sóber (II. ker. reál.) 167 cm.

Magasugrás kezdők részére: 1. Kohn (II. ker. keresk.) 162 cm. 2. Raffai (Ev. gimn.) 159 cm. 3. Morhács (Ev. gimn.) 159 cm.

Diszkoszvetés: 1. Szabó (István-u. gimn.) 3423 cm. 2. Gáspár (II. ker. reál.) 3323 cm. 3. Sóber (II. ker. reál.) 2840 cm.

Távolugrás: 1. Vig (V. ker. reál.) 584 cm. 2. Mejlík (Építő isk.) 551 cm. 3. Kiss (VI. ker. keresk.) 550 cm.

10-szer 100 méteres staféta: 1. Építőipari iskola 2 p. 08.8 mp. 2. Tavaszmező-utcai gimn. 3. V. ker. reál.

# Athletika. Torna. Vivás.

**Tornatanítás a kereskedelmi iskolákban.** A vallás- és közoktatásügyi miniszter legutóbb érkezett leiratban arról értesítette a főváros tanácsát, hogy tudomásul veszi és megengedi, hogy a székesfőváros kereskedelmi iskoláiban az ifjuság testi nevelése érdekében a tornát és tornajátékot rendszeresen gyakorolják. A tornatanításon lehetőleg minden tanuló résztvenni köteles, azok kivételével, akik hiteles orvosi bizonyítvánnyal igazolják a testgyakorlásra való alkalmatlanságukat. A tanácsnak ahhoz a kívánságához azonban, hogy a tornatanítás a felső kereskedelmi iskoláknál kötelezővé tétessék, mindaddig nem járulhat hozzá a miniszter, míg a felső kereskedelmi iskolákra nézve általában a jelenlegi szervezet van érvényben.

# Athletikai statisztika.

Egylet		I. díj	II. díj	III. díj
1. MAC*)	(235)	261	175	124
2. BEAC*)	(134)	190	131	101
3. MTK*)	(100)	169	178	130
4. FTC*)	(79)	106	91	104
5. Munkás TE*)	(44)	103	69	66
6. Spárta	(17)	51	73	56
7. KEAC	(18)	50	43	10
8. Szolnoki MÁV	(5)	39	38	33
9. BAK	(12)	37	47	46
10. Aradi AC	(23)	32	34	33
11. Nagyvárad SE	(15)	29	34	20
12. BTC	(28)	26	33	21
13. Temesvári AC*)	(21)	26	19	12
14. Debreczeni TE	(8)	27	16	7
15. Egyetértés	(6)	20	29	27
16. Kassai AC	(19)	20	18	8

## Magyar királyi államvasutak.

A vonatok **indulása** Budapest nyugoti p. u.-ról.  
Érvényes 1913 október hó 1-től.

Dél előtt			Dél után			Dél előtt			Dél után		
vonat-szám	óra	percz	vonat-szám	óra	percz	vonat-szám	óra	percz	vonat-szám	óra	percz
154	5 00	szv.	Vác	164	12 05	szv.	Rákospalota-Újpest	164	12 05	szv.	Rákospalota-Újpest
152	5 15	"	Rákospalota-Újpest	714	12 15	"	Szeged	714	12 15	"	Szeged
122	5 25	"	Érsekújvár	1404	12 20	gyv.	Zsolna, Berlin	725	5 45	"	Monor
718	5 40	"	Szeged, Szolnok	188	12 25	szv.	Nagymaros	4103	5 50	"	Esztergom
4102	6 00	"	Esztergom	4106	12 30	"	Esztergom	133	5 55	"	Nagymaros
6502	6 30	"	Lajosmizse, Kecskemét	186	1 00	"	Rákospalota-Újpest	6701	6 00	"	Szolnok, Czegléd, Ócsa
156	6 35	"	Rákospalota-Újpest	4140 <sup>2)</sup>	1 15	tvsz.	Piliscsaba	901 <sup>1)</sup>	6 10	k. ost. exprv.	Konstantinápoly
102	6 50	k. ost. exprv.	Wien, Paris, Ostende	168	1 30	szv.	Dunakeszi-Alag	701 <sup>2)</sup>	6 10	"	Belgrad
510	7 00	gyv.	Segesvár, Stanislaw	4108	1 50	"	Esztergom	171	6 10	"	Konstantinápoly
1402	7 05	"	Zsolna, Berlin	106	2 00	gyv.	Wien, Paris	6503	3 40	"	Bukarest
104	7 55	"	Nagyszombat, Wien	126	2 10	szv.	Párkány-Nána	173	3 50	"	Rákospalota-Újpest
158	8 00	szv.	Dunakeszi-Alag	170	2 15	"	Rákospalota-Újpest	713	4 05	"	Lajosmizse
708	8 25	gyv.	Orsova, Bázias	4110	2 20	"	Esztergom	139	4 10	"	Vác
712	8 40	szv.	Bázias, Karáncsebes	506	2 25	gyv.	Szatmár-Németi, Brassó	4113	5 05	"	Berlin, Zsolna
134	8 45	"	Nagymaros	108	2 30	"	Wien	175	5 15	"	Marosvásárhely
4104	9 05	"	Esztergom	120	2 35	szv.	Galánta	4105	5 55	"	Esztergom
114	9 15	"	Wien, Berlin	704	2 40	gyv.	Bukarest, Bázias	116	6 10	"	Wien, Berlin
160	9 45	"	Rákospalota-Újpest	6710	2 45	szv.	Czegléd, Szolnok	1403	6 20	gyv.	Berlin, Zsolna
162	11 00	"	Rákospalota-Újpest	6506	2 50	"	Lajosmizse, Kecskemét	177	6 30	szv.	Rákospalota-Újpest
6504	11 10	"	Lajosmizse, Kecskemét	172	3 10	"	Rákospalota-Újpest	707	6 35	gyv.	Orsova, Bázias
116	12 00	"	Wien	140	3 55	"	Nagymaros	105	6 40	"	Wien
				174	4 10	"	Rákospalota-Újpest	107	7 10	"	Wien
				716	4 30	"	Szeged	711	7 45	szv.	Bázias, Temesvár
				110	5 15	gyv.	Wien	179	8 00	"	Rákospalota-Újpest
				142	5 20	szv.	Nagymaros	731	8 05	"	Vecses
				176	5 50	"	Rákospalota-Újpest	4117 <sup>2)</sup>	8 15	"	Piliscsaba
				128	6 00	"	Párkány-Nána	143	8 20	"	Nagymaros
				722	6 10	"	Vecses	131	8 55	"	Párkány-Nána
				144	6 15	"	Nagymaros	109	9 05	gyv.	Wien
				724	6 20	"	Monor, Ócsa	6505	9 30	szv.	Kecskemét, Lajosmizse
				4114	6 40	"	Esztergom	181	9 35	"	Dunakeszi-Alag
				726	6 45	"	Czegléd, Szolnok	509	9 40	gyv.	Segesvár, Stanislaw
				1406	6 50	gyv.	Pozsony, Zsolna, Berlin	1405	9 45	"	Berlin, Zsolna
				130	6 55	szv.	Párkány-Nána	4115	10 00	szv.	Esztergom
				726a <sup>2)</sup>	7 00	"	Czegléd	145	10 25	"	Vác
				178	7 15	"	Rákospalota-Újpest	6513	10 30	"	Ócsa
				728	7 35	"	Czegléd	117	10 35	"	Wien
				6508	7 40	"	Lajosmizse	717	11 00	"	Temesvár, Bázias
				132	7 55	"	Vác	101	11 05	k. ost. exprv.	London, Ostende, Paris, Wien
				710	8 05	"	Bukarest, Bázias	185	11 25	szv.	Dunakeszi-Alag
				182	8 20	"	Dunakeszi-Alag				
				1408	8 40	"	Zsolna, Berlin				
				118	9 30	"	Wien, Paris				
				502	9 35	gyv.	Bukarest, Stanislaw				
				184	10 00	szv.	Dunakeszi-Alag				
				706	10 15	gyv.	Szeged, Bázias, Bukarest				
				504	10 50	"	Marosvásárhely				
				720	10 55	szv.	Kiskunfélegyháza				
				4116	11 10	"	Esztergom				
				902 <sup>2)</sup>	11 30	k. ost. exprv.	Belgrad, Konstantinápoly				
				146	11 35	szv.	Vác				
				702 <sup>1)</sup>	11 45	k. ost. exprv.	Bukarest, Konstantinápoly				

A vonatok **érkezése** Budapest nyugoti p. u.-ra.  
Érvényes 1913 október hó 1-től.

Dél előtt			Dél után			Dél előtt			Dél után		
vonat-szám	óra	percz	vonat-szám	óra	percz	vonat-szám	óra	percz	vonat-szám	óra	percz
151	5 05	szv.	Dunakeszi-Alag	165	12 50	szv.	Rákospalota-Újpest	151	5 05	szv.	Dunakeszi-Alag
721	5 15	"	Czegléd	137	1 20	"	Nagymaros	721	5 15	"	Czegléd
723	5 35	"	Vecses	703	1 25	gyv.	Bukarest, Bázias	723	5 35	"	Vecses
725	5 45	"	Monor	167	1 45	szv.	Rákospalota-Újpest	725	5 45	"	Monor
4103	5 50	"	Esztergom	505	1 50	gyv.	Tövis, Kolozsvár, Szatmár-Németi, Paris, Wien	4103	5 50	"	Esztergom
133	5 55	"	Nagymaros	103	2 00	"	Esztergom	133	5 55	"	Nagymaros
6701	6 00	"	Szolnok, Czegléd, Ócsa	4111	2 08	szv.	Dunakeszi-Alag	6701	6 00	"	Szolnok, Czegléd, Ócsa
901 <sup>1)</sup>	6 10	k. ost. exprv.	Konstantinápoly	169	2 40	"	Rákospalota-Újpest	901 <sup>1)</sup>	6 10	k. ost. exprv.	Konstantinápoly
701 <sup>2)</sup>	6 10	"	Belgrad	171	3 00	"	Kecskemét, Lajosmizse	701 <sup>2)</sup>	6 10	"	Belgrad
171	6 10	"	Konstantinápoly	6503	3 40	"	Rákospalota-Újpest	171	6 10	"	Konstantinápoly
153	6 25	szv.	Rákospalota-Újpest	173	3 50	"	Rákospalota-Újpest	153	6 25	szv.	Rákospalota-Újpest
6507	6 30	"	Lajosmizse	713	4 05	"	Temesvár-Józsefváros	6507	6 30	"	Lajosmizse
135	6 35	"	Vác	139	4 10	"	Nagymaros	135	6 35	"	Vác
1407	6 40	"	Berlin, Zsolna	4113	5 05	"	Esztergom	1407	6 40	"	Berlin, Zsolna
503	6 50	gyv.	Marosvásárhely	175	5 15	"	Rákospalota-Újpest	503	6 50	gyv.	Marosvásárhely
4105	7 10	szv.	Esztergom	121	5 55	"	Érsekújvár	4105	7 10	szv.	Esztergom
709	7 15	"	Bukarest, Bázias	116	6 10	"	Wien, Berlin	709	7 15	"	Bukarest, Bázias
155	7 20	"	Rákospalota-Újpest	1403	6 20	gyv.	Berlin, Zsolna	155	7 20	"	Rákospalota-Újpest
125	7 25	"	Párkány-Nána	177	6 30	szv.	Rákospalota-Újpest	125	7 25	"	Párkány-Nána
727	7 30	"	Czegléd	707	6 35	gyv.	Orsova, Bázias	727	7 30	"	Czegléd
501	7 35	gyv.	Bukarest, Kolozsvár, Máramarosziget	105	6 40	"	Wien	501	7 35	gyv.	Bukarest, Kolozsvár, Máramarosziget
157	7 40	szv.	Vác	107	7 10	"	Wien	157	7 40	szv.	Vác
6501	7 50	"	Kecskemét, Lajosmizse	179	8 00	"	Rákospalota-Újpest	6501	7 50	"	Kecskemét, Lajosmizse
127	7 55	"	Párkány-Nána	731	8 05	"	Vecses	127	7 55	"	Párkány-Nána
113	8 10	"	Paris, Wien	4117 <sup>2)</sup>	8 15	"	Piliscsaba	113	8 10	"	Paris, Wien
4107	8 15	"	Esztergom	143	8 20	"	Nagymaros	4107	8 15	"	Esztergom
719	8 40	"	Kiskunfélegyháza	131	8 55	"	Párkány-Nána	719	8 40	"	Kiskunfélegyháza
129	8 45	"	Nagymaros	109	9 05	gyv.	Wien	129	8 45	"	Nagymaros
159	9 10	"	Dunakeszi-Alag	6505	9 30	szv.	Kecskemét, Lajosmizse	159	9 10	"	Dunakeszi-Alag
705	9 25	gyv.	Szeged	181	9 35	"	Dunakeszi-Alag	705	9 25	gyv.	Szeged
1401	9 30	"	Berlin, Zsolna, Pozsony	509	9 40	gyv.	Segesvár, Stanislaw	1401	9 30	"	Berlin, Zsolna, Pozsony
4109	9 55	szv.	Esztergom	1405	9 45	"	Berlin, Zsolna	4109	9 55	szv.	Esztergom
161	10 30	"	Rákospalota-Újpest	4115	10 00	szv.	Esztergom	161	10 30	"	Rákospalota-Újpest
715	10 45	"	Szeged	145	10 25	"	Vác	715	10 45	"	Szeged
119	11 25	"	Galánta	6513	10 30	"	Ócsa	119	11 25	"	Galánta
163	12 00	"	Rákospalota-Újpest	117	10 35	"	Wien	163	12 00	"	Rákospalota-Újpest
				717	11 00	"	Temesvár, Bázias				
				101	11 05	k. ost. exprv.	London, Ostende, Paris, Wien				
				185	11 25	szv.	Dunakeszi-Alag				

A vonatok **indulása** Buda-Császárfürdőről.

vonat-szám	óra	percz	vonat-szám	óra	percz		
4002	5 55	szv.	Esztergom	4006	12 15	szv.	Esztergom
4004	8 54	"	Esztergom	4040 <sup>1)</sup>	12 57	"	Piliscsaba
				4010	2 11	"	Esztergom
				4012	6 30	"	Dorog
				4016	11 08	"	Esztergom

A vonatok **érkezése** Budapest-Császárfürdőbe.

vonat-szám	óra	percz	vonat-szám	óra	percz		
4001	5 30	szv.	Dorog	4011	2 10	szv.	Esztergom
4005	7 16	"	Esztergom	4013	5 20	"	Esztergom
4007	8 20	"	Esztergom	4017 <sup>2)</sup>	8 21	"	Piliscsaba
4009	10 04	"	Esztergom	4015	10 07	"	Esztergom

17. OTE	(9)	19	16	22
18. MAFC	(0)	16	14	11
19. Aradi TK	(2)	15	22	23
20. KAOE	(9)	11	11	7
21. Szegedi AC	(4)	10	7	3
22. Székesfehérvári TC	(4)	8	8	5
23. MÁV GSK	(4)	4	10	9
24. Érsekújvári SE*)	(7)	4	7	9
25. Ujvidéki TK	(1)	3	4	5
26. Postatak. TSE	(0)	3	7	5
27. Pozsonyi TE	(8)	3	5	4
28. Csillagh. FC	(0)	2	4	4
29. Törekvés	(1)	2	2	3
30. Győri TE	(0)	2	2	0
31. Kiskvárdai SE	(0)	2	2	0
32. Bácska SzAC	(0)	2	1	1
33. Nyomdász TE	(0)	2	1	0
34. Eperjesi TVE	(7)	2	—	—
35. Nagykikindai AC	(6)	1	7	7

36. Monori SE	(0)	1	2	3
37. Kolozsvári KASK	(0)	1	2	2
38. Testvériség	(0)	1	1	1
39. Nagyvárad AC	(1)	1	—	—
40. Szabadkai MTE	(0)	—	2	2
41. Nemzeti TE	(0)	—	2	—
42. Ujvidéki AC	(0)	—	1	3
43. Székesfehérvári DV	(0)	—	1	1
44. Gyöngyösi AC	(0)	—	—	2

E statisztikába csakis országos vagy nemzetközi nyílt versenyek vétetnek fel. Főiskolai, kerületi és vidékiek részére fentartott versenyek e statisztikába nem vétetnek fel.

Csillaggal jelzett egyletek bajnokságot nyertek. Az egyesületek melletti zárjelhen levő szám a tavaly elért győzelmeket jelzi.

## Magyar királyi államvasutak.

A vonatok indulása Bpest kel. p. u.-ról. Érv. 1913 október 1-től.						A vonatok érkezése Bpest kel. p. u.-ra. Érv. 1913 október 1-től.													
vonat-szám	óra	percz	vonat-neme	hová	vonat-szám	óra	percz	vonat-neme	hová	vonat-szám	óra	percz	vonat-neme	honnan					
<b>Dél előtt</b>					<b>Dél után</b>					<b>Dél előtt</b>					<b>Dél után</b>				
1110	5 40		szv.	Balatonfüred, Tapolca	612	12 20		szv.	Arad, Tövis, M.-Sziget	339	5 10		vv.	Berlin, Ruttká	323	12 10		szv.	Gödöllő
310	5 40			Hatvan	914	12 20			Ujvidék, Sarajevo	645	5 20		tvsv.	Debreczen, N.-Várad	611	12 30			Bukarest, Arad
302	6 25		gyv.	Ruttká, Berlin	314	12 30			Hatvan	309	5 30		szv.	Hatvan	301	12 50		gyv.	Berlin, Ruttká
22	6 30		szv.	Bieske	10	12 30			Szombathely, Wien	1905	5 30			Eszék, Tapolca	903	1 00			Konstantinápoly, Belgrad
8	6 40			Wien, Graz, Sopron	1008	12 45			Fiume, Róma, Eszék	609	5 45			Brassó, Arad	401	1 05			Lemberg, Kassa
1502	6 45		gyv.	Kassa, Csorba, Bártfa	1504	1 20		gyv.	Kassa, Poprád-Felka	909	5 45			Sofia, Bród, Belgrad	7	1 20		szv.	Wien, Sopron
1512	6 55		szv.	Kassa, Csorba	316	1 25		szv.	Gödöllő	19	5 55			Torbágy	601	1 25		gyv.	Bukarest, Arad
1002	7 00		gyv.	Fiume, Torino, Róma, Pécs, Vinkoveze	1304	1 40		gyv.	Fehring, Graz	318	6 00			Pécel	1201	1 80			Sarajevo, Bród, Szabadka
602	7 05			Arad, Brassó	404	2 00			Sátoraljaújhely, Lemberg, Kassa	1707	6 05			Komárom	1	1 80			London, Páris, Wien
906	7 10			Belgrad, Sofia, Sarajevo	4	2 05			Wien, Paris	11	6 25			Wien	1901	1 55			Eszék, Pécs
1302	7 20			Fehring, Graz, Triest	604	2 10			Arad, Bukarest	1505	6 30		gyv.	Brassó, Kolozsvár	325	2 10		szv.	Hatvan
402	7 25			Stryj, Przemysl.	916	2 15		szv.	Kiskőrös	513a)	6 40		szv.	Nagyvárad	1501	2 20		gyv.	Poprád-Felka, Kassa
312	7 30		szv.	Lemberg	304	2 20		gyv.	Ruttká, Berlin	407	6 50			Lemberg, Stryj, Kassa	1301	2 25			Graz, Fehring
908	7 45			Gödöllő	318	2 25		szv.	Hatvan	1007	6 50			Fiume, Zágráb	919	2 40		szv.	Kunszentmiklós-Tass
608	7 50			Belgrad, Sofia, Vinkoveze	320	2 30			Pécel	1003	7 00		gyv.	Róma, Triest, Fiume	23a	8 00			Bieske
406	8 10		szv.	Arad, Brassó, Bukarest	518	2 40			Szolnok	315	7 05		szv.	Gödöllő	521	8 10			Nagykátá
512	8 20			Munkács, Lawoczne	1202	2 45		gyv.	Szabadka, Sarajevo	513	7 20			Brassó, Kolozsvár	1111	4 00			Tapolca
1906	8 25			Kolozsvár, Brassó	1902	2 55			Tapolca, Eszék	917a	7 25			Kunszentmiklós-Tass	327	4 20			Pécel
306	8 35			Eszék, Bród	1016	3 30		szv.	Belgrad, Konstantin.	317	7 30			Gödöllő	329	5 25			Gödöllő
1706	8 55			Ruttká, Berlin	18	4 25			Paks	319	7 40			Hatvan	511a)	6 00			Szolnok
2	9 10		gyv.	Msziget, Stanisla	322	4 25			Komárom	21	7 45			Bieske	511	6 15			Bukarest, Debreczen
22a	9 30		szv.	Wien, Sopron	606	5 00		gyv.	Gödöllő	1309	8 00			Graz, Fehring	15	6 20			Bruck-Királyhida
1508 <sup>2)</sup>	9 35		gyv.	Bieske	410	5 10		szv.	Arad, Bukarest, M.-Sziget	911	8 10			Sarajevo, Belgrad	1507 <sup>5)</sup>	6 25		gyv.	Poprád-Felka, Kassa
918	10 00		szv.	Kassa, Poprád-Felka	324	5 20		szv.	Lawoczne, Lemberg	1015	8 20			Paks	3	6 35			Wien, Graz
516	10 00			Kunszentmiklós, Tass	308	5 55			Győr, Sopron	1513	8 15			Bukarest, Kolozsvár	1705	7 00		szv.	Stanisla, M.-Sziget
1112	10 45			Nagykátá	322	6 05			Szombathely, Wien	1019	8 35			Hatvan	907	7 20			Sofia, Belgrad
24	11 55			Balatonfüred, Tapolca	522	5 40			Gödöllő	321	8 45			Győr	907	7 25			Bukarest, Arad
				Bieske	308	5 55			Nagykátá, Szolnok	307	9 25			Berlin, Ruttká	421	7 35		vv.	Szerencs
					920	6 05			Ruttká, Berlin	1005 <sup>2)</sup>	9 35		gyv.	Fiume, Tapolca	305	7 45		szv.	Berlin, Ruttká
					1004	6 15		gyv.	Kunszentmiklós-Tass	913	9 55		szv.	Szabadka	25	7 50			Bieske
					514	6 15		szv.	Fiume, Róma, Napoly	5	10 05		gyv.	Bruck-Királyhida, Szombathely, Sopron	1109	8 05			Tapolca, Balatonfüred
					326	6 25			Pécel	409	10 20		szv.	Miskolc	1009	8 15			Fiume, Bród
					28	6 45			Hatvan	23 <sup>2)</sup>	10 45			Cannes, Nizza, Bieske	405	8 20			Lawoczne, M.-Sziget
					920a	6 55			Bieske	605	11 30		gyv.	Nagyvárad, Debreczen, Arad	9	8 45			Wien, Graz
					524 <sup>2)</sup>	7 10			Kunszentmiklós-Tass						1511	8 50			Csorba, Kassa
					16	7 20			Nagykátá, Szolnok						27	9 00			Bieske
					332	7 35			Győr						331	9 10			Pécel
					1000 <sup>3)</sup>	7 40		gyv.	Hatvan						1907	9 10			Vinkoveze, Eszék, Pécs
					1708	7 45		szv.	Fiume, Nizza, Cannes						603	9 20		gyv.	Brassó, Arad, Triest, Torbágy
					1514	8 00			M.-Sziget, Stanisla						303	9 35		szv.	29 <sup>2)</sup>
					910	8 05			Kassa, Csorba, Bártfa						1001	9 35		gyv.	Berlin, Ruttká
					1908	8 30			Belgrad, Sarajevo						915	9 45		szv.	Róma, Fiume, Pécs
					334	8 40			Pécs, Bród						403	9 55		gyv.	Kiskőrös
					520 <sup>1)</sup>	9 00			Gödöllő						905	10 00			Lemberg, Przemysl
					1308	9 15			Szolnok						1303	10 10			Sofia, Belgrad
					610	9 30			Győr, Graz						333	10 25		szv.	Graz, Triest
					1506	10 00		gyv.	Arad, Brassó						525	10 35			Gödöllő
					336	10 05		szv.	Kassa, Csorba, Bártfa						1503	10 45		gyv.	Szegvár, Kolozsvár, Bártfa, Csorba, Kassa
					1010	10 25			Pécel										
					408	10 25			Fiume, Tapolca										
					12	10 55			Kassa, Csorba, Lemberg										
					338	11 10		vv.	Szombathely, Wien										
					912	11 15		szv.	Ruttká, Poprád-Felka										
					614	11 25			Bród, Belgrad, Sofia										
					422	11 35		vv.	Arad, Debreczen										
					14a	11 53		szv.	Miskolc, Kassa										
									Bieske										

**A vonatok indulása**  
Budapest-Józsefvárosról.  
**Dél után.**

303<sup>3)</sup> 7 00 szv. Gödöllő

**A vonatok érkezése**  
Budapest-Józsefvárosra.  
**Dél előtt.**

515<sup>7)</sup> 4 40 szv. Szolnok  
517 5 00 " Nagykátá  
811<sup>8)</sup> 5 50 " Gödöllő  
917 6 17 " Kunszentmiklós-Tass

## Előfizetési díj:

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

Egyes szám 40 fill

## HERKULES

SZERKESZTIK:

PORZSOLT JENŐ.

PORZSOLT KÁLMÁN.

Főmunkatárs: KÁRPÁTI BÉLA.

Szerkesztőség és  
kiadóhivatalII., Irma-tér 3. szám,  
I. em. 3.Megjelen július és  
augusztus kivételével  
havonta kétszer.

Achilles Sport-Egylet  
Aradi Korcsolyázó-Egylet  
Budapesti polgári lövészegyes.,  
Budapesti Torna-Club,  
Beregszászi Korcsolyázó-Egylet,  
Bpesti hegyvidéki Turista-Egyl.,  
Budapesti Torna-Egylet,  
Délvidéki Kerékpár-Egylet,  
Debreczeni Korcsolyázó-Egylet,  
Debreczeni Torna-Egylet,  
Fővárosi Vivó-Club,  
Érsekújv. Vivó- s Torna-Egyes.,  
Győri Csónakázó-Egyesület,  
Gyöngyösi Korcsolyázó-Egylet,  
Kassai Korcsolyázó-Egylet,  
Kassai Tornázó- és Vivó-Egylet,  
Kolozsvári Athletikai Club

Kolozsvári Korcsolyázó-Egylet,  
Körmendi Athletikai Club,  
Kunsztrártoni Cson.-Korcs.-Egyl.,  
Lévai Torna- és Vivó-Egylet,  
Lőcsei Korcsolyázó-Egylet,  
Lőcsei Vivó- és Torna-Egyesület,  
Magy. Testgyakorlók Köre,  
Márm.-szigeti ifj. Torna-Egylet,  
Magyar Uszók-Egylet,  
Maros-Vásárhelyi Torna-Egylet,  
Magyar-Óvári Torna- s Vivó-Egyl.,  
Maros-Vásárhelyi Kerékpár-Egyl.,  
Maros-Vásárhelyi Korcs.-Egylet,  
N.-Bányai Torna- és Korcs.-Egyl.,  
Nagy-Enyedi Korcsolyázó-Egylet,  
Nagy-Kanizsai Torna-Egylet,  
Nagy-Kállói Korcsolyázó-Egylet,

Nemzeti Hajós-Egylet,  
Neptun Bpesti Evező-Egylet,  
Ó-Becsei Kerékpár-Egyesület,  
Ó-Budai Torna-Egylet,  
Pécsi Athletikai Club,  
Pápai Korcsolya-Egylet,  
Pozsonyi Torna-Egylet,  
Privigyei Korcs.-Egylet,  
Rimaszombati Korcs.-Egylet,  
Quarnero Csónakázó-Egylet,  
Sátoraljai helyi Korcs.-Egylet,  
Selmeczi Akad. Athleta Club,  
Soproni Korcsolyázó-Egylet,  
Soproni av. főgymn. testgy. Köre,  
Sportkedvelők Köre,  
Szabadkai Sport-Egylet,  
Szabadkai Torna-Egylet,

Szarvasi Korcsolyázó-Kör,  
Szatmár-Németi Torna- s Vivóegy.,  
Szegedi Csónakázó-Egylet,  
Szegedi Korcsolyázó-Egylet,  
Szegedi Torna-Egylet,  
Székely-Udvarhelyi Korcs.-Egylet,  
Székestéhevári Korcs.-Egylet,  
Szegedi Kerékpár-Egyesület,  
Szászvárosi Athletikai-Club,  
Szolnoki Korcsolyázó-Egylet,  
Temesvári Korcsolyázó-Egylet,  
Torontáli Korcs.- és Hajós-Egylet,  
Torontáli Athletikai Club,  
Tordai Korcsolyázó-Egylet,  
Ujvidéki Kerékpár-Egyesület,  
Veszprémi Torna-Egyesület,  
Zsombolyai Athletikai-Club

## HIVATALOS KÖZLÖNYE.

## Az ifjusági sportkörök szövetsége.

A fővárosi iskolák sportbizottságának alakuló gyűlésén Stankovits Szilárd azon reményének adott kifejezést, hogy a fővárosi iskolák egyöntetűen szervezendő sportkörei megvethetik alapját az ország összes középiskolai sportkörei szövetségének, mitől a tanulósnak áldáshozó öntevékenysége fog származni.

Stankovitsnak eme szavaihoz még hozzátehetjük, hogy a csakugyan sürgős egyöntetű munkálkodáson kívül főleg azért van az ifjusági sportkörök szövetségére, mert már eddig teljesen ellentétes munkálkodásokat tapasztalhatunk a csaknem egy utcában levő iskolák között. Egy helyen a sportkör jóformán az előtornász órát helyettesíti, a másik iskolában meg tisztán csak az atletikai, labdarugó versenyekre készíti elő a versenyzőket. Holott a sport nem versenyt jelent, hanem szórakoztató, kedvvel üzött testgyakorlatot. Mi, akik először hangoztattuk az ily körök alakulásának szükségét, mindig arra gondoltunk, hogy e módon talán minden tanulót megnyerünk a testgyakorlatok valamelyikének. Nem az ügyes jeleskedők érvényesülését kell a sportnak elősegíteni, de a félszeg, a tornában ügyetlen, a leggyengébb elemet kell a sportkörökben munkába fogni.

Azt várjuk tehát, hogy holmi ifjusági athleta láz helyett az ifjusági körök tanárelnöki vezetés mellett minden tanuló szórakoztató és edző egyletei legyenek, hol ne mindig a versenyrendezésről, a rekordokról beszéljen a szerepelni vágyó erősebb sereg, hanem a gyengébb többség uralkodjék.

A szabadtéri gyakorlatok nevet azért használjuk mindig több kedvvel a sport és atletika helyett, mert a fő cél az, hogy minden tanuló mentől több időt töltsön a természetes mozgásokkal a szabadban. Ha tehát a sportkör meg akar felelni feladatának, úgy mindenekelőtt a tömegek mozgására fordít gondot és nem a pár versenyzőre.

Ha tehát az ifjusági sportkörök szövetségétől valami jó eredményt várunk, az csakis abból a munkájából származhatik, mely egyöntetűen kijelöli a módokat a tömeges gyakorlathoz, mondjuk a tömeges sportolásra, a versenycél nélküli atletizálásra.

Az is szükséges, hogy az ifjusági játék és athleta versenyek egyöntetű szabályok szerint folyjanak le. az is okos dolog lesz, ha szövetségi nagy versenyek rendeztetnek, de nem ezek a fő és fontos dolgok, hanem a szabadban való mozgásoknak az ifjuság lelkébe való palántálása. Tradícióvá kell, hogy váljon a

szabadtéri testgyakorlat nálunk is, mint vált az angoloknál. Az angol, amerikai, svéd nem azért ver le versenyeken, mert versenyez, hanem mert náluk nemzeti szokás a szabadtéri mozgás. A sportkörök alapszabályai, melyeket eddig láttunk, csaknem mind igen okosan az előbb fejtegetett elvek alapján készültek nevelőre valló kezekben. Ugyde az értelmes tanári munkát a hiuságos versenyre váró szájasabb tanulói elem megsemmisíti, mert az iskolákban ez az uralkodó. Azt kellene tehát keresztül vinni, hogy a sportköröknek minden tanuló a tagja legyen. A beírásakor minden tanuló a beírási pénzzel egyidőben fizesse le a csekély összegben megállapítandó sportkörtagsági díjat. Azután a gyakorlatok a gyengébb tömegre való tekintettel állapitassanak meg.

A sportkörtársaságokat nem szükséges osztályok szerint egybe állítani, hanem a kedvelt sportok szerint. Például az uszó, korcsolyázó csapat osztálykülönbség szerint állítandók egybe.

Eddig versenyrendezési irányban működtek sportkörök. Itt az ideje, hogy valami egyöntetű vezetés az ifjúságot helyes irányba terelje. Azért örömmel üdvözljük a fővárosi iskolák sportbizottságát, mely legalább a fővárosi iskolákban, hisszük helyes elvek alapján megtöri a versenyzési irányt és a szabadtéri gyakorlatokat a maguk edző és szórakoztató voltuknál fogva általánosabbá teszi.

Mi voltunk és vagyunk a leglelkesebb hivei az ifjúsági versenyeknek, mi voltunk az athletikának az iskolába palántálásánál az első munkások, de a verseny mindenféle testnevelésnél csak egyik eszköze az általános, tömeges testi erősödésnek. Tehát az ifjúsági sportkörökben is a verseny csak maradjon hátra az általános sportolás mellett.

## Az új testnevelési rendszer kialakulásáról.

Talán egy kérdés sem érdekli a tanítói kart napjainkban oly mértékben, mint az iskolai testnevelés reformja. A testnevelés, mint az ifjúság nevelésének egyik jelentős tényezője, alig egy évtizede csak, hogy az érdekeltek fokozott figyelmét felkeltette s elmondhatjuk, hogy sem külföldön, sem pedig nálunk soha

oly lázasan, mint most, nem foglalkoztak ama kérdés megoldásával, hogy miként lehetne az iskolai testnevelést okos, praktikus és könnyen kezelhető rendszerbe foglalni. Kartársaim, akik 15—20 évvel ezelőtt, vagy még előbb végezték a középiskolákat, még élénken emlékeznek azokra az unalmas tornaórákra, amelyek a poros rosszul szellőzött tornatermekben lefolytak s amelyek nagy mértékben hozzájárultak ahhoz, hogy számtalan generáció egész életére megundorodott a tornától. Az unalmas, minden egészségi alapot nélkülöző, a fejlődő szervezetnek meg nem felelő, sokszor akrobatai ügyességet követelő tornarendszer idézte elő, hogy az iskolákból kikerülő ifjúság a testgyakorlatok becsülését nem vitte magával az életbe, mert hiszen már az iskolában sem szerette. Bámulatos, hogy a tornatanároknak és a tornászat eszméjét propagáló egyéb tényezőknek több mint egy negyedszázadon keresztül folytatott munkája sem tudta a tornát a magyar társadalommal és közvéleménnyel megkedveltetni. Viszont azok a testgyakorlati ágak, amelyek a szabadban üzhetők s amelyeket természetes testmozgásoknak nevezhetünk, még a hivatalos körök ellenzése daczára is páratlan fejlődésnek indultak s a tornával szemben nagy népszerűségnek örvendenek. E sportágak az athletika és a football. A hivatalos tornász-körök és azoknak az egész országban működő funkcionáriusai, a tornatanárok, (tisztelet a kivételnek,) mindent elkövettek e két sportág terjedésének meggátolására. Az előbbire ráfozták, hogy tönkretesz a szervezetet, a másokra pedig, hogy durvaságra nevel. Az athletika is, mint minden testi vagy akár szellemi munka, ha a szervezet erősségéhez mérten tulzáshá vitétik, ártalmas, de megfelelően adagolva, a legjobb test és jellemképző eszköz. Ami a durvaság vádját illeti, erre az a felelet, hogy minden játék durvaságra vezet, ha nincs a játékosokban fegyelmező erő. De legyen, neveljük az ifjúságot arra, hogy magát a legváltásosabb helyzetekben is tudja fegyelmezni s a sportszerű játékoknál is arra törekedjen, hogy az ügyességével, gyakoroltságával és szívósságával győzzön, ne pedig a durvasággal. És még ha volna egy kis igazság e vádban, ez teljesen eltöri a nagy egészségi haszonnal szemben, ami a football nyomában járt. Ne felejtjük el, hogy ha van testgyakorlati ág, amivel az ifjúságot végre ki tudtuk ragadni a zárt helyiségekből és megkedveltette vele a szabad levegőt, akkor ez a football; és ha van sport, amely nagy, óriási sportközönséget nevelt, akkor ez megint a football. Ezeket az óriási előnyöket nem lehet lekicsinyelni.

Az ifjúsági testnevelés irányítóit azonban nem elégíthette ki az utóbbi időben kialakult helyzet, amely a német tornát teljesen megfosztotta az uralmától és minden előnyt a szabadtéri sportoknak és a játéknak juttatott. A mi éghajlati viszonyaink mellett télen a tanulók testgyakorlataikat zárt helyiségben, a tornateremben végezhetik. Ebben az évszakban a szabadtér

sportok, leszámítva a 25—35 nap korcsolyázási napot, szünetelnek. Nem lehetett tehát a csarnoki tornát mellőzni, már csak azért sem, mert erre a tömegnevelés szempontjaiból is szükséges volt.

Amikor a német tornával szemben az ellenszenv az egész világon már a tetőfokra hágott és magát a tornászás intézményét a megsemmisüléssel fenyegette, jelent meg egy új, nagyszerű tornarendszer, amely egyszerre helyreállította a harmóniát a testnevelési ágak között. A svéd Ling Péternek köszönhetjük e kitűnő módszert s a svédeké az érdem, hogy ez oly gyorsan elterjedt az egész világon.

A svéd tornarendszer főelőnye, hogy a testet és annak minden részét arányosan fejleszti, szem előtt tartja a főszerveknek (tüdő, szív) fejlődését és gyakorlatainál meg van a határozott fokozat. A rendszer mozgásai bonczani és élettani ismeretekre alapszanak, elvei az orvosi tudományban gyökeredzenek és az így az egészségtan szabályaival megegyeznek. Tömegnevelésre, ennél fogva iskolai nevelésre rendkívül alkalmas, mert a gyakorlatok egyszerre vagy nagy csoportokban végezhetők, minél fogva könnyen javíthatók és ellenőrizhetők.

De a svéd rendszer sem tökéletes; hibája, hogy hosszú időn keresztül folytatva, unalmassá válik, benne szórakoztató elem vajmi kevés. Fűszerezni, összekötni kell tehát oly testmozgással, amely üdit és örömet okoz. Ilyen a játék. A vágy és szeretet, amit a gyermek a játék iránt érez, ugyszólván vele születik. Ebben tehát ő szórakozást, és határtalan örömet talál. Már a tornateremben vegyük tehát elő a játékokat, amiket csak lehet s amint az időjárás engedi, menjünk az udvarra és a játszótérre.

A 10 éven aluli gyermekeknek a tornán kívül sokat kell játszani. A 10 éven felüliek már megkezdhetik a sportszerű játékokat, de nem versenyszerűleg; továbbá az atletikai gyakorlatokat, kellően adagolva, mértékkel és sohasem a tréningelvek alapján.

Torna, játék és atletika e három testgyakorlati ág legyen tehát az iskolai testnevelés főanyaga. Hogy ezekből mennyit és mikor vegyünk elő, azt az időszak, a tanulók életkora és az iskolai viszonyok határozzák meg.

A változatosságot még fokozhatjuk azért, hogy télen alkalmat adunk a tanulók a téli sportokra (korcsolyázás, szánkózás, ski), a melegebb hónapokban pedig az uszásra, a kirándulásokra és a szervezett, felügyelet mellett vezetett cserkészetre.

Az iskolai testnevelésnek ily módon való vezetése azonban nagy szaktudást, lelkesedést és széleskörű ismereteket kíván a tanítótól, amelyet csak úgy szerezhet meg, ha a testnevelési irodalom segítségével magát állandóan tovább képi és minél több tanfolyamon vesz részt.

Egy pálya sincs a világon, amely annyi türelmet és ideális gondolkozást követel, mint a tanítói. A tanító

veti el a magot és gondozza az emberpalántát, de fáradságának dicsőségét más élvezi. Így lesz ez a testnevelés terén is. Addig nem fognak a nemzetközi versenyeken ifjaink az elsők közt lenni, amíg iskolai testnevelésünket modern alapokra nem fektetjük, amíg az egész hazai testnevelés az iskola talajában nem ver gyökeret.

Az olimpiai bizottság és a magyar amatőr sportemberek fogják Budapesten az 1920. évben az olimpiai versenyeket rendezni, de ha arra az időre sikerül egy új és erőteljes generációt nevelni, és vele dicsőséget szerezni a magyar névnek, az az iskolai testnevelési tanárok érdeme lesz, mint ahogy a német-francia háborút is a német iskolamesterek döntötték el, a németek javára.

*Dr. Gerencsér László.*

## Testnevelés a veszprémi kegyes tanítórend főgimnáziumában.\*)

*Tornaverseny.* A helyi tornaverseny június hó 21-én délután folyt le. A Himnus eléneklése után az ifjuság összsabadgyakorlatokat mutatott be, majd megkezdődött maga a verseny a következő műsorral:

I., II. és III. osztály 100 méteres síkfutás; II. és III. osztály távolugrás; III. osztály sulyzó- és IV. osztály botgyakorlatok; V. és VI. osztály díszcsapata karfagyakorlat és magasugrás rohamdeszkáról; sulydobás és kötélhuzás; végül a VI. és VII. osztály között football-mérkőzés.

A következő legjobb tornászok diszoklevelet és dr. Óvári Ferencz országgyűlési képviselő ur e célra juttatott adományából 10—10 K-t nyertek: I. osztály Mizsur Zoltán, II. osztály Elbert Iván, III. osztály Gyurkovics György, IV. osztály Dobner Ferencz, V. osztály Stammer Ambrus, VI. osztály Ligeti Lajos, VII. osztály Grimplini Adolf, VIII. osztály Valasek Ernő. Ugyancsak diszoklevéllel lettek kitüntetve még: Sady Sándor I., Nagy II., Fogthü Miklós III., Wildenauer László IV., Kozarits György V., Világi László VI. és Lenner Károly VII. oszt. tanulók.

Az ifjuság katonai kiképzése, a fegyverekkel való bánásmód begyakorlása s a lövésben való készség utján történt. A kiképzésben a VII. osztályból 32, a VIII. osztályból 29 tanuló vett részt. A kiképzés ideje a téli hónapokban is minden szombat 3—5-ig volt. A zászlóaljparancsnokság a kiképzés figyelemmel kísérésevel Fogthü Miklós századost, az oktatás vezetésével Györötskey György hadnagyot bízta meg. Továbbá az oktatótiszt rendelkezésére bocsátotta a szükséges altiszteket is. A katonai kiképzés idejére külön fegyelmi

\*) Laczkó Dezső igazgató által szerkesztett értesítő nyomán ismertetjük az iskolai testnevelést. A tornát az intézetben Szeiberling Mátyás tanítja szép eredménnyel már 38 éve.

szabályok nem állapították meg, hanem a fennálló iskolai törvények maradtak érvényben; e célból az intézet részéről a kiképzés idejében az igazgató és a tornatanár gyakorolták a felügyeletet.

A kiképzést elméleti oktatás előzte meg az 1895. mintájú ismétlő-puska szerkezetéről és kezeléséről. A gyutacs-lövés a főgimnázium tornatermében, az élesztőténnyel való lövés pedig a honvédség elemi lövöldéjén történt.

A kiképzés céljaira a honvédelmi miniszter 1 drb 1895. mintájú, 4 drb 1893. és 28 drb 1890. mintájú fegyvert utalt ki intézetünk számára, továbbá megfelelő gyutacs- és élesztőtényt, a lövéshez szükséges fegyvert pedig a helybeli zászlóaljparancsnokság időről-időre engedte át tanulóink számára.

A puska megismertetése és annak miként való jókarbantartása után begyakoroltattak az egyszerűbb katonai test- és rendgyakorlatok, a fegyver-, töltés-, tüzelési fogások, harcban való magatartás, hírszerző és kémiszolgálat, tábori őrszolgálat, ezen keretben főcél volt az elméleti és gyakorlati kiképzés a célbalövésben, emellett a katonás megjelenés, a helyes és biztos fegyverkezelés. Ezenkívül az ifjúsággal rokonszenvet keltő modorban megismertetett nagy vonásokban a haderő szervezete és annak hasznos tevékenysége a nép testi, szellemi és erkölcsi nevelésére.

Az oktatótiszték fáradságot nem kímélve, a cél iránt való igaz lelkesedéssel végezték nehéz feladatukat; fáradságuk nem is maradt meddő, mert párosulva az ifjúság buzgalmaival, törekvéseivel és kitartásával, valóban szép eredményt teremt.

A kiképzést május hó 17-én délután tartott cél-lövőverseny fejezte be, mely a kath. főgimn. és a helybeli állami felsőkereskedelmi iskola katonai kiképzésben részesült ifjúsága közt folyt le. A verseny a Kiskuti völgyben felszerelt katonai lövőtérren ment végbe Hunkár Dénes főispán, Wéber Ede m. kir. honvédezredes, államparancsnok, az intézeti igazgatók, tanárok és előkelő közönség jelenlétében. Fogthűy Miklós honvédszázados felügyeletével és Györötskey György honvédhadnagy vezetésével. Ez alkalommal számos értékes dísztárgy tüzetett ki azok megjutalmazására, akik legtöbb találategységet mutattak fel: A dísztárgyakat, amelyek a főispán, a tisztikar s a közönség áldozatkészségéből szerezettek be, Szélessy Dánielné urasszony osztotta ki.

A főgimn. növendékei közül nyertesek voltak: Balassa Kálmán, Valasek Ernő, Gutay Géza, Pécsy Jenő, Hirschfeld Jenő, Kovács Sándor, Havas Jakab, Kovács Imre, Ravasz István, Czingráber Alajos és Rausch Antal VIII. osztályú, továbbá Bognár Vincze, Schuszter Andor, Bella Péter, Gaál Zoltán, Scherer János, Schreiner György, Kronpacher Géza, Nagy Károly, Lenner Károly, Ivanich Antal, Fix János, Lakner Aladár, Auerhammer József és Demjén József VII. osztályú tanulók.

Ezek közül a honvédelmi miniszter által a legjobbak közt való kiosztás céljából küldött érmekből ezüstérmét nyert Balassa Kálmán VIII. o. t., bronzérmét pedig Bognár Vincze, Schuszter Andor, Bella Péter VII., Valasek Ernő, Gutay Géza és Pécsy Jenő VIII. o. t.

Hunkár Dénes főispán buzdító zárószavai után Laczkó Dezső gimn. igazgató köszönetet mondott az illetékes tényezőknek az ifjúság katonai kiképzéséért.

**Egészségügy.** A tanintézeti ifjúság 1912/13. évi egészségügyi állapotán elég sok kifogásolni valót találunk, dacára annak, hogy a környék éghajlati viszonyai általában kedvezők, nagyobb szélsőségektől mentesek. Előnyére írható Veszprémnek az is, hogy vízvezeték szolgáltatta, elsőrendű forrásvizet használhat. De már az a körülmény, hogy a város egyes részeinek a le nem csatornázott szennyvizektől szinte állandóan nyirkos talaja, nemkülönben a tulnyomóan földszintes és számos helyen beépített s a levegő vízpáratartalmának minden számottevő emelkedésénél át- meg át- nedvesedő lakásfalak is a ragályos nyavalyák kinálkozó tényezői, — könnyen érthetővé teszi előttünk azt a jelenséget, hogy a város területén a fertőző betegségeket, ha fellépnek, csak nagy erőfeszítéssel lehet megfékezni. Az egyszer megtelepedett ragálytényésznek nagyban kedvez még a számos zegzugos utca és lakáskörnyék feltűnő tisztátalansága. Nem egy helyen lehet látni apró gyermekeket a szűk utcában végigkanyargó nyílt csatornák sarában kotorászni — szülői felügyelet mellett! — Vagy a várost szegő Séd-vizében lubiczkolni, holott az a városon át rothadó anyagokkal telített iszaptömegeken folydogál. A nyári fürdést e miazmás folyadékban még a bomló szerves anyagokat termelő ipartelepek közvetlen szomszédságában is elnézik!

Ezen kedvezőtlen viszonyokkal szemben, szinte vigasztalólag hat az a tapasztalat, hogy a fellépő fertőző betegségekről — mint a múlt ősszel uralkodott kanyaró, vörheny és difteritiszről is — rendszerint beigazolódik, hogy ezek nem a város területén állandóan lappangó ragályok, hanem, hogy azokat a Balaton-felvidéktől távoleső vidékekről hurczolták be.

Városunkban e betegségek (kanyaró, vörheny) a múlt ősszel már a szórványos jellegben is tulemelkedő méreteket öltöttek, annyira, hogy december közepétől az összes tanintézeteket több hétre be kellett zárni. Szórványos jellegük megmaradt egész tavaszon át. Szerencse, hogy lefolyásuk állandóan enyhének bizonyult. A gimnáziumi ifjúság közt az intézet gondos és többszörös fertőtlenítése dacára is — 10 kanyaró, 22 vörheny és 2 difteritisz eset fordult elő.

Javulást e téren csak a hatósági higiénikus intézkedések szigorú keresztülhajtásától, a tisztaságszeretet meggyökeresedésétől, de főleg a rég óhajtott városi csatornázás keresztülvitelétől lehet várni.

## A testi nevelés mint népjóléti intézmény.

Irta: *Karafiáth Márius dr.*, Barsvármegye tb. főorvosa.

Alkoholizmus, tuberkulózis, vérbaj, ez a hármasszövetség veszélyezteti nagyhatalmi súlyával századunk közegészségét. Az orvosi tudomány összes patikaszereit tehetetlenül állana vele szemben, ha egy újabb tudomány, a szociológia nem jött volna segítségére. Ez az új tudomány végre helyes utra terelte azokat a törekvéseket, melyek eleddig hasztalan irányultak ennek a három főbajnak a garázdálkodása ellen. Rátért a bajmegelőzés módjára és több hatásos eszköze közé fölvetve a testi nevelést is

Elfogultak volnánk, ha el nem ismernők, hogy a németek jutottak először annak tudatára, hogy milyen fontos szerepe lehet a testi nevelésnek a szociálhigiénában. Korunkban a népjólét s a népművelés fejlesztésére, a népnevelés helyes irányítására sok eszme merült fel, sok jó tanács hangzott el, de vajmi kevésnek volt gyakorlati értéke, mert már kezdettől fogva magukban rejtették a mulandóság csiráját. A németeket természetükkel járó mély lélektani érzékük vezette rá arra a népjóléti eszközre, amely, mint a népszellemnek megfelelő, jó eredményt engedett reményleni. Ez az eszköz a játék.

Tagadhatatlan, hogy a németek angol példa nyomán jutottak annak tudatára, hogy a játékot, mint népművelő és nemzetgazdasági tényezőt értékesíteni lehetne. Ott látták Angliában, mint önzönlik a nép a szerda és szombatnap délutánokon, a műhelyek és gyárak zárta után a játszóterekre. Láttuk, mint szerez ott a munkásnép testet és lelket felfrissítő vidám szórakozással új erőt a holnapi kenyérkereső munkához. Számító ésszel felismerték azt a sok hasznot, melyet az az ártatlan, nemes szórakozás az egyénnek, a családnak és az egész nemzetnek hozhat. És ime megindult az egész mozgalom Németországban, mely feladatává tette a játékkedv mennél tágabb körökben való fejlesztését, a szabadtéri vagy sportjátéknak az iskolából a nép rétegeibe való átültetését.

A németek mozgalmukba rendszert vittek bele; mindent kikutató, mindennek végére járó tudományos pedánságukkal kerestek és találtak utat-módot arra, hogy törhetetlen, kitartó munka után ma már önelégülten nézhezék több évtizedes fáradozásuk szép eredményét. Már tetemes azoknak a német városoknak a száma, melyeknek lakossága a szabad ünnep- és vasárnapi délutánokat inkább a városon kívül fekvő játszótereken tölti, mint a dohos korcsmában. Tudok városokat, ahol a női házcseléd is inkább a játszótéren keresi szórakozását. Üde levegőben, egészséges testmozgással, semhogy a fülledt levegőjü utca közvetét taposná óráhosszat, léha társasággal töltve idejét.

Németországban nem elégedtek meg azzal, hogy a városok lakóit, a gyári és egyéb iparos munkásokat belevonják a játékéletbe, ezt még a gazdasági munkásokra, a földmives népre is ki akarják terjeszteni.

Azokon az évente összeülő kongresszusokon, melyeket a játék terjesztése, illetőleg a testi nevelés fejlesztése érdekében felváltva más-más városokban tartanak, egész tudományos pontossággal hányják-vetik meg mindazt, amit céljuk elérésére tenniök kell és lehet.

A játékkedv fejlesztése az első föltétel, melyre ők — a cél szemmeltartásával — nagy gondot fordítanak. Első sorban tehát az iskolai ifjuságba igyekeznek azt beoltani és ezt az igyekezetüket most már a polgári iskolát elhagyott, valamint az ismétlő-, iparos- és kereskedőtanoncz-iskolák ifjuságára is kiterjesztik. Hogy ez a nemes és bölcs igyekezet meddő ne maradjon, évente több játéktanfolyamot rendeznek tanítók és tanítónők számára. Ezek a játékkurzusok már vagy 32 éve folynak és azért az 1912. években mégis még mindig 231 férfi és 233 nő vett részt. A kurzusok 6—12 naposak és a résztvevők azokon kizárólag a testi nevelés elméleti tárgyaiban és a játékgyakorlatbnn nyernek kiképzést, illetőleg oktatást.

Igy tehát természetes, hogy Németországban ma már az iskolák legnagyobb részének szakképzett játékvezetője van, aki — legyen az férfi vagy nő — egyaránt át van hatva annak meggyőződéses tudatától, hogy amikor tanítványait a játszótérre viszi, ott hazafias munkát végez.

Mert ott nagyon jól tudják, hogy az a szabadtéri játék, ha a gyermek és ifju korához mérten okosan alkalmazzák, jelentékeny pedagógus eszköz. Tudják, hogy az nemcsak a tüdőt, a szívet, az izmot erősíti és fejleszti, hanem az akaratot, az önbizalmat, a szociális érzést is felkelti az ifjuban, a jellemének alakulását üdvösen befolyásolja és — legyen szabad banális szóval élnem — még az eszét is tisztítja.

A német ifju, akár végigjárja a középiskolákat, akár csak az elemi osztályokat, ma már katonáskodásig mindig részesülhet testi nevelésben, sőt még katonáskodása idején idején is üzheti a sportot, mert azt a hadseregbe is bevitték.

Az a német ifju tehát, akit a játék és sport nagy nevelő hatásának tudatától áthatott tanító buzgósága lelkesített, midőn az életbe lép magával hozza a játékkedvet is. Az ő példája vonz és így öntudatlanul maga is a népjólét propagandájának apostolává válik.

Népjólét, mi az? Testi és lelki épség, az azzal járó munkabírás, munkakedv és az ezek érvényesülését jutalmazó anyagi és erkölcsi megelégedettség.

Az ugynevezett „kulturnépek“ egyik legkonokabb átka az alkoholizmus. Nem kell fejtegetnem annak erkölcs-, egészség- és vagyonrontó vesztes befolyását, hiszen ismerik azt világszerte. Amerikában, Európában

hatalmas egyesületek alakultak az alkoholizmus leküzdésére. A németnek, mely közel 30 éve működik, 30.000-nél több tagja van. De mindannak a tudományos tapasztalatnak és intelemnek ellenére, melyet ezek az egyesületek és az orvosok az emberiség ezen leghatalmasabb és leggonoszabb átka ellenében a köztudatba juttatnak, még mindig nem vált általánossá, közkinccsé ama veszedelem nagyságának tudata, melylyel az alkoholizmus a népjólétet, az államok szilárd-ságát aláássa.

Fel kell tehát minden gyakorlati eszközt használni, mely ennek a veszedelemnek gátat vethet; nem szabad tehát a testi nevelést sem megvetni, midőn az alkoholizmus elleni harcra fegyvert öltünk.

(Folytatjuk.)

## Iskolák, főiskolák.

**Fővárosi iskolai sportbizottságot** alakított Déry Ferencz közoktatásügyi tanácsos, hogy a felsőkereskedelmi iskolák és fővárosi reáliskolák testnevelési ügyeinek a szabadtéri gyakorlatokra vonatkozólag legyen egy egységes irányító szerve. A bizottság első gyűlését 21-én tartotta a városházán Sztankovits Szilárd tanácsjegyző elnöke alatt. A gyűlésen résztvettek az iskolák igazgatói és tornatanárai és pár jeles sportember. Az elnök hosszabb beszédben fejtegette a bizottság feladatát az iskolai játékok, szabadtéri gyakorlatok, versenyek rendezése, játékterek berendezése terén. Egységessé kell tenni az iskolák sportolását, ezért szükség van jól kidolgozott, az iskolai életbe illő szabályokra, a labdarugást illetőleg még fegyelmi szabályokra is. Óhajtja, hogy a főváros iskoláiban alakítandó ifjusági sportkörök is kidolgozandó alapszabályok szerint egységesen szerveztessenek. A gyűlésen megjelentek csaknem mindenike hozzászólott a bizottság ezutáni teendőihez. Sok szép és üdvös eszmét vettek fel. Az elnök a teendőket úgy véli legkönnyebben megvalósíthatóknak, hogy a mindjárt megalakított labdarugó és atletikai bizottságok veszik át a rövid időn belül megalkotandó szabályok elkészítésének feladatát. Az athléta-bizottság megbízott még az ifjusági sportkörök alapszabályainak kidolgozásával. Mikor a két bizottság a munkálatokat elvégezte, össze fog ülni ismét a nagy bizottság. A bizottságnak ügyeit a központból Sztankovits Szilárd és Gerencsér László intézik. Sok jó reménnyel tekinthetünk a bizottság munkája elé, mert az iskolai testnevelésnek két olyan barátja kezében összpontosul a munkálatok sok ága, kiknek széleskörű elméleti és gyakorlati ismerete, nagy munkabírása és energiája már eddig is sokat lendített a fővárosi iskolák testnevelésén.

## Ahletika, torna, vivás.

**A NTE jubileuma.** A Nemzeti Torna Egylet, amelynek alakulásához és öt évtizedes működéséhez fűződik a magyar iskolai ék társadalmi testgyakorlás megalapozása és kifejlesztése, december hó 14-én ünnepli 50 éves fennállását. Ez az 50 év egy mozaikszem a magyar kultúra fejlődésében. A testi nevelés, amelynek létjogosultságát ma már minden kétséget kizárólag hirdetjük, a Nemzeti Torna Egyletben látott először napvilágot Magyarországon. Ugy az iskolai, mint az egyesületi testgyakorlás innen indult hódító útjára, hogy 50 év múlva meghódítva, ha nem is az egész magyar nemzetet, de legalább is annak intelligens osztályát, beilleszkedjék a magyar nemzet kulturális intézményei közé. A hihetetlen társadalmi közöny, amellyel még intelligenciánk is viseltetett a testnevelés iránt, a NTE kitartó, hatalmas propagatív működésén engedett fel elsősorban. A jubileumi ünnepség főrésze december 14-én lesz, amely nap délelőttjén 11 órakor ünnepi diszközgyűlés lesz az egylet hatalmas csarnokában, délután 5 órakor pedig disztorna, amelyre meghívják a kormányt, a fővárost, a szövetségeket és az összes társegyesületeket.

**Sport-bizottság Páris községtanácsában.** Páris város községtanácsa élénk tanubizonyságát adta a sport iránti szeretetének, érdeklődésének és elismerésének. Ugyanis, mint Párisból jelentik, a községtanács kebelében egy külön sport-bizottságot, egy sportalbizottságot alakított, amelynek különösen konsultatív szerepe lesz a sporthoz tartozó ügyek terén. Ez a bizottság állandó érintkezést fog fenntartani a különböző sportegyesületekkel. A bizottság az összes sportügyekben, mint egyedüli informatív szerv fog eljárni és minthogy a sportbizottságban csupa aktív sportsman ül, egészen bizonyos, hogy a párisi községtanács sport-bizottságának működése a sport terén nagy előnyöket fog jelenteni.

## Irodalom.

**Tanítók Naptára.** Bárczy István elnök és Székely László főtitkár lelkes felhívást bocsátottak ki a Tanítók Naptára érdekében. A Magyar Tanítók Eötvös-alapja ugyanis, mely közel 40 éves fennállása óta másfélmillió koronát meghaladó összeggel segítette támogatásra szoruló tanítókat, ezek özvegyeit és árváit, egy újabb intézménnyel óhajtja gyarapítani alkotásai számát: a két főiskolai fiuinternátus mellett leányotthont állít a tanítók azon leánygyermekéi részére, akik közép- vagy főiskolákon folytatják tanulmányaikat. Jövedelmi forrásainak szaporítása céljából egy naptár kiadását is

elhatározták, mely Tanítók Naptára címén most indult első útjára.

A Tanítók Naptára kiadására a jónevű Franklin-Társulat vállalkozott. Maga az a tény, hogy ily előkelő cég vállalta a kiadással járó nehézségeket, elég bizonyíték arra, hogy a Tanítók Naptára oly kiállításban jelent meg, mely a magyar tanítóóság kényes izlését is kielégíti.

A Tanítók Naptára első évfolyama gazdag tartalmával és magas színvonalon álló cikkeivel kiválóan érdemes minden magyar tanító pártfogására.

A Tanítók Naptára cikkiróli: Ábrányi Emil, Benedek Elek, Bodonyi Nándor, Déri Ferencz dr., Emhő Gyula, Gerencsér István dr., Gockler Lajos dr., Háros Antal, Horváth Károly dr., Imre Sándor dr. Ispánovits Sándor, Józsa Mihály, Kapy Rezső, Karafiáth Márius dr.,

Nagy Lajos, Nagy Zsigmond dr., Neményi Imre dr., Pósa Lajos, Rákos István, Sváb Gyula, Szegő Arnold, Székely Károly, Tuba Károly.

A Tanítók Naptára a szokásos naptári közleményeken kívül felöleli a tanítók lelkét foglalkoztató majdnem összes kérdéseket. Emellett magában foglalja az Eötvös-alap évi jelentését és az egyesületre vonatkozó összes tudnivalókat.

A Tanítók Naptára közli az óvónők, elemi és gazdasági iskolai tanítók illetményeire vonatkozó legújabb törvényes rendelkezéseket.

A Tanítók Naptára ismerteti a természetrajz tanításának legújabb irányát elméletben és gyakorlatban. A gyakorlati tanítások a szöveg közé nyomtatott képekkel utörők e téren.

A Tanítók Naptára bemutatja írásban és képen

## Magyar királyi államvasutak.

A vonatok <b>indulása</b> Budapest nyugoti p. u.-ról. Érvényes 1913 október hó 1-től.				A vonatok <b>érkezése</b> Budapest nyugoti p. u.-ra. Érvényes 1913 október hó 1-től.															
vonat- szám	óra	perc	vonat neme	hová	vonat- szám	óra	perc	vonat neme	honnan										
<b>Délelőtt</b>				<b>Délután</b>				<b>Délelőtt</b>				<b>Délután</b>							
154	5 00		szv.	Vác	164	12 05		szv.	Rákospalota-Újpest	151	5 05		szv.	Dunakeszi-Alag	165	12 50		szv.	Rákospalota-Újpest
152	5 15		"	Rákospalota-Újpest	714	12 15		"	Szeged	721	5 15		"	Cegléd	137	1 20		"	Nagymaros
122	5 25		"	Ersekújvár	1404	12 20		gyv.	Zsolna, Berlin	723	5 35		"	Vecsés	703	1 25		gyv.	Bukarest, Bázias
718	5 40		"	Szeged, Szolnok	138	12 25		szv.	Nagymaros	725	5 45		"	Monor	167	1 45		szv.	Rákospalota-Újpest
4102	6 00		"	Esztergom	4106	12 30		"	Esztergom	4103	5 50		"	Esztergom	505	1 50		gyv.	Tóvis, Kolozsvár, Szatmár-Németi,
6 02	6 30		"	Lajosmizse, Kecskemét	188	1 00		"	Rákospalota-Újpest	138	5 55		"	Nagymaros					
156	6 35		"	Rákospalota-Újpest	4140 <sup>1)</sup>	1 05		tvbz.	Piliscsaba	6701	6 00		"	Szolnok, Cegléd, Ócsa	103	2 00		"	Paris, Wien
102	6 50		k. ost. exprv.	Wien, Paris, Ostende	168	1 30		szv.	Dunakeszi-Alag	901 <sup>1)</sup>	6 10		k. ost. exprv.	Konstantinápoly, Belgrad	4111	2 08		szv.	Esztergom
510	7 00		gyv.	Szeged, Stanislan	4108	1 50		"	Esztergom	701 <sup>2)</sup>	6 10		"	Konstantinápoly, Bukarest	171	3 00		"	Rákospalota-Újpest
1402	7 05		"	Zsolna, Berlin	106	2 00		gyv.	Wien, Paris	153	6 25		szv.	Rákospalota-Újpest	6503	3 40		"	Kecskemét, Lajosmizse
104	7 55		"	Nagyszombat, Wien	126	2 10		szv.	Párkány-Nána	6507	6 30		szv.	Lajosmizse	173	3 50		"	Rákospalota-Újpest
158	8 00		szv.	Dunakeszi-Alag	170	2 15		"	Rákospalota-Újpest	135	6 35		"	Vác	139	4 10		"	Temesvár-Józsefváros
708	8 25		gyv.	Orsova, Bázias	4110	2 20		"	Szatmár-Németi, Brassó	1407	6 40		"	Berlin, Zsolna	4113	5 05		"	Nagymaros
712	8 40		szv.	Bázias, Karánsebes	506	2 25		gyv.	Galánta	503	6 50		gyv.	Marosvásárhely	175	5 15		"	Esztergom
134	8 45		"	Nagymaros	108	2 30		"	Wien	4105	7 10		szv.	Esztergom	121	5 55		"	Rákospalota-Újpest
4104	9 05		"	Esztergom	120	2 35		szv.	Bukarest, Bázias	709	7 15		"	Bukarest, Bázias	115	6 10		"	Ersekújvár
114	9 15		"	Wien, Berlin	704	2 40		gyv.	Cegléd, Szolnok	155	7 20		"	Rákospalota-Újpest	1403	6 20		gyv.	Wien, Berlin
160	9 45		"	Rákospalota-Újpest	6710	2 45		szv.	Cegléd, Szolnok	125	7 25		"	Párkány-Nána	177	6 30		szv.	Rákospalota-Újpest
162	11 00		"	Rákospalota-Újpest	6508	2 50		"	Lajosmizse, Kecskemét	727	7 30		"	Cegléd	707	6 35		gyv.	Orsova, Bázias
6504	11 10		"	Lajosmizse, Kecskemét	172	3 10		"	Rákospalota-Újpest	501	7 35		gyv.	Bukarest, Kolozsvár, Máramarosziget	105	6 40		"	Wien
116	12 00		"	Wien	140	3 55		"	Nagymaros	157	7 40		szv.	Vác	107	7 10		"	Wien
					174	4 10		"	Rákospalota-Újpest	129	8 45		"	Nagymaros	711	7 45		szv.	Bázias, Temesvár
					716	4 30		"	Szeged	6501	7 50		"	Kecskemét, Lajosmizse	179	8 00		"	Rákospalota-Újpest
					110	5 15		gyv.	Wien	127	7 55		"	Párkány-Nána	731	8 05		"	Vecsés
					142	5 20		szv.	Nagymaros	113	8 10		"	Paris, Wien	4117 <sup>3)</sup>	8 15		"	Piliscsaba
					176	5 50		"	Rákospalota-Újpest	4107	8 15		"	Esztergom	143	8 20		"	Nagymaros
					128	6 00		"	Párkány-Nána	719	8 40		"	Kiskútfőlegyháza	131	8 55		"	Párkány-Nána
					722	6 10		"	Vecsés	129	8 45		"	Nagymaros	109	9 05		gyv.	Wien
					144	6 15		"	Nagymaros	159	9 10		"	Dunakeszi-Alag	6505	9 30		szv.	Kecskemét, Lajosmizse
					724	6 20		"	Monor, Ócsa	705	9 25		gyv.	Szeged	181	9 35		"	Dunakeszi-Alag
					4114	6 40		"	Esztergom	1401	9 40		"	Berlin, Zsolna, Pozsony	509	9 40		gyv.	Szeged, Stanislan
					726	6 45		"	Cegléd, Szolnok	4109	9 55		szv.	Esztergom	1405	9 45		"	Berlin, Zsolna
					1406	6 50		gyv.	Pozsony, Zsolna, Berlin	161	10 30		"	Rákospalota-Újpest	4115	10 00		szv.	Esztergom
					130	6 55		szv.	Párkány-Nána	715	10 45		"	Szeged	145	10 25		"	Vác
					726 <sup>2)</sup>	7 00		"	Cegléd	119	11 25		"	Galánta	6513	10 30		"	Ócsa
					178	7 15		"	Rákospalota-Újpest	163	12 00		"	Rákospalota-Újpest	117	10 35		"	Wien
					724	7 35		"	Cegléd						117	11 00		"	Temesvár, Bázias
					6508	7 40		"	Lajosmizse						101	11 05		k. ost. exprv.	London, Ostende, Paris, Wien
					132	7 55		"	Vác						185	11 25		szv.	Dunakeszi-Alag
					710	8 05		"	Bukarest, Bázias										
					182	8 20		"	Dunakeszi-Alag										
					1408	8 40		"	Zsolna, Berlin										
					118	9 30		"	Wien, Paris										
					502	9 35		gyv.	Bukarest, Stanislan										
					184	10 00		szv.	Dunakeszi-Alag										
					706	10 15		gyv.	Szeged, Bázias, Bukarest										
					504	10 50		"	Marosvásárhely										
					720	10 55		szv.	Kiskútfőlegyháza										
					4116	11 10		"	Esztergom										
					902 <sup>3)</sup>	11 30		k. ost. exprv.	Belgrad, Konstantinápoly										
					146	11 35		szv.	Vác										
					702 <sup>4)</sup>	11 45		k. ost. exprv.	Bukarest, Konstantinápoly										
A vonatok <b>indulása</b> Buda-Császárfürdőről.										A vonatok <b>érkezése</b> Budapest-Császárfürdőbe.									
4002	5 55		szv.	Esztergom	4006	12 15		szv.	Esztergom	4001	5 30		szv.	Dorog	4011	2 10		szv.	Esztergom
4004	8 54		"	Esztergom	4040 <sup>1)</sup>	12 57		"	Piliscsaba	4005	7 16		"	Esztergom	4013	5 20		"	Esztergom
					4010	2 11		"	Esztergom	4007	8 20		"	Esztergom	4017 <sup>2)</sup>	8 21		"	Piliscsaba
					4012	6 20		"	Dorog	4009	10 04		"	Esztergom	4015	10 07		"	Esztergom
					4016	11 03		"	Esztergom										

1) Vasár- és ünnepnapokon bezárólag november 10-ig közlekedik.  
 2) Vasár- és ünnepnap előtti hétköznapokon közlekedik.  
 3) Minden kedden, esütörtökön, pénteken és vasárnapon közlekedik.  
 4) Minden hétfőn, szerdán és szombaton közlekedik.

1) Érkezik minden kedden, szerdán, pénteken és vasárnapon.  
 2) Érkezik minden hétfőn, esütörtökön és szombaton.  
 3) Vasár- és ünnepnapokon bezárólag november 10-ig közlekedik.

a főváros és a vidék legujabb iskolaépítkezései irányát.

A Tanítók Naptára utmutatást ad a fővárosba fölránduló vidéki iskoláknak az utazási kedvezmény, olcsó elszállásolás, étkezés, látóvalók stb. stb. felől.

A Tanítók Naptára utbaigazítást nyújt a közoktatási hatóságok, iskolák, orsz. tanítóegyesületek és egyéb a tanítókat érdeklő intézményekről; közli a hazai tanügyi lapok jegyzékét, a legujabb hazai és külföldi népszámlálási és más statisztikai adatokat.

A Tanítók Naptára külön mellékletül adja Péterfy Sándornak, az Eötvös-alap megteremtőjének legutolsó igen sikerült arcképét, mely keretbe foglalva, díszűl szolgálhat bármely tanítói lakásnak.

A Tanítók Naptára 12 ivnyi terjedelme mellett is csekély 1 koronába kerül, mely összegből 50% az Eötvös-alapot illeti.

Aki a Tanítók Naptárát egyenesen a kiadónál, vagy az Eötvös-alap közvetítésével rendeli meg, 50 fillérrel járul hozzá a Budapestben felállítandó Péterfy Sándor leány-otthon alapításához és a Péterfy-síremlék költségeihez.

A Tanítók Naptára ára 1 korona.

Megrendelhető a Franklin-Társulatnál, Budapest, IV., Egyetem-utca 4.

Az összeg előleges beküldése ellenében bérmentve szállítatik.

A naptár több tartalmu cikkben, a legielesebb írótól, érdekesen foglalkozik a testneveléssel. Így Gerencsér László dr. az új testnevelési rendszerről, Karafiáth Márius dr. a testnevelésről, mint népjólét; intézményről értekezik. E két cikket lapunkban is közöljük.

## Magyar királyi államvasutak.

A vonatok indulása Bpest kel. p. u.-ról. Érv. 1913 október 1-től.					A vonatok érkezése Bpest kel. p. u.-ra. Érv. 1913 október 1-től.											
vonat-szám	óra	percz	vonat-neme	hová	vonat-szám	óra	percz	vonat-neme	hová							
<b>Delelőtt</b>					<b>Délután</b>											
1110	5 40		szv.	Balatonfüred,	612	12 20	szv.	Arad, Tövis, M.-Sziget	339	5 10	vv.	Berlin, Ruttka	323	12 10	szv.	Gödöllő
310	5 40		szv.	Tapolca	914	12 20	"	Ujvidék, Sarajevo	645	5 20	tvsz.	Debreczen, N.-Várad	611	12 30	"	Bukarest, Arad
302	6 15		gyv.	Hatvan	314	12 30	"	Hatvan	309	5 30	szv.	Hatvan	301	12 50	gyv.	Berlin, Ruttka
22	6 30		szv.	Ruttka, Berlin	10	12 30	"	Szombathely, Wien	1905	5 30	"	Eszék, Tapolca	908	1 00	"	Konstantinápoly,
8	6 40		"	Pécs	1008	12 45	"	Fiume, Róma, Eszék	609	5 45	"	Brassó, Arad	401	1 05	"	Belgrad
1502	6 45		gyv.	Wien, Graz, Sopron	1504	1 20	gyv.	Kassa, Poprád-Felka	909	5 45	"	Sofia, Bród, Belgrad	7	1 20	szv.	Lemberg, Kassa
1512	6 55		szv.	Kassa, Csorba, Bártfa	316	1 25	szv.	Gödöllő	19	5 55	"	Torbágy	601	1 25	gyv.	Wien, Sopron,
1002	7 00		gyv.	Kassa, Csorba	1304	1 40	gyv.	Fehring, Graz	813	6 00	"	Pécel	1201	1 30	"	Bukarest, Arad
602	7 05		"	Fiume, Torino, Róma,	404	2 00	"	Sátoraljuhely,	17	6 05	"	Komárom	1901	1 40	"	Sarajevo, Bród,
906	7 10		"	Pécs, Vinkoveze	4	2 05	"	Lemberg, Kassa	1707	6 15	"	Stanislan, M.-Sziget	1	1 40	"	Belgrad
1302	7 20		"	Arad, Brassó	604	2 10	"	Wien, Paris	11	6 25	"	Wien	1901	1 55	"	London, Páris, Wien
402	7 25		"	Belgrad, Sofia,	916	2 15	szv.	Arad, Bukarest	1505	6 30	gyv.	Lemberg, Poprád-	325	2 10	szv.	Eszék, Pécs
312	7 30		szv.	Sarajevo	304	2 20	gyv.	Kiskörös	513a)	6 40	szv.	Felka, Kassa	1501	2 20	gyv.	Hatvan
908	7 45		"	Fehring, Graz, Triest	318	2 25	szv.	Ruttka, Berlin	407	6 50	"	Nagyvárad	1301	2 25	"	Poprád-Felka, Kassa
608	7 50		"	Stryj, Przemysl.	320	2 30	"	Hatvan	1007	6 50	"	Lemberg, Stryj, Kassa	919	2 40	szv.	Graz, Fehring,
406	8 10		szv.	Lemberg	26	2 30	"	Pécel	1003	7 00	gyv.	Fiume, Zágráb	23a	3 00	"	Kunszentmiklós-Tass
512	8 20		"	Gödöllő	518	2 40	"	Bicske	315	7 05	szv.	Róma, Triest, Fiume	521	8 10	"	Bicske
1906	8 25		"	Belgrad, Sofia,	1202	2 45	gyv.	Szolnok	517a	7 25	"	Gödöllő	327	4 20	"	Nagykátá
306	8 35		"	Vinkoveze	1902	2 55	"	Szabadka, Sarajevo	317	7 30	"	B Brassó, Kolozsvár	329	5 25	"	Tapolca,
1706	8 55		"	Arad, Brassó, Bukarest	1016	3 30	szv.	Kunszentmiklós-Tass	319	7 40	"	Kunszentmiklós-Tass	511a)	6 00	"	Balatonfüred
22a	9 10		gyv.	Munkacs, Lawoecne	904	3 20	"	Belgrad, Konstantin.	21	7 45	"	Gödöllő	15	6 20	"	Pécel
1503a)	9 35		gyv.	Kolozsvár, Brassó	1016	3 30	szv.	Paks	1309	8 00	"	Gödöllő	1507b)	6 25	gyv.	Gödöllő
918	10 00		szv.	Eszék, Bród	18	4 25	"	Konárom	911	8 10	"	Győr	3	6 35	"	Szolnok
516	10 05		"	Ruttka, Berlin	322	4 25	"	Gödöllő	1513	8 15	"	Graz, Fehring	1705	7 00	szv.	Buk-rest, Debreczen
1112	10 45		"	Msziget, Stanislaw	606	5 00	gyv.	Arad, Bukarest,	1015	8 20	"	Sarajevo, Belgrad	907	7 20	"	Bruck-Királyhida
24	11 55		"	Wico, Sopron	410	5 10	szv.	M.-Sziget	519	8 35	"	Bártfa, Csorba, Kassa	607	7 25	"	Poprád-Felka, Kassa
				Bicske	6	5 15	gyv.	Lawoecne, Lemberg	321	8 45	"	Hatvan	421	7 35	vv.	Wien, Graz
				Kassa, Poprád-Felka	324	5 20	szv.	Győr, Sopron,	13	9 20	"	Győr	305	7 45	szv.	Stanislan, M.-Sziget
				Kunszentmiklós, Tass	522	5 40	"	Szombathely, Wien	1005a)	9 35	gyv.	Berlin, Ruttka	405	8 20	"	Sofia, Belgrad
				Nagykátá	308	5 55	"	Gödöllő	913	9 55	szv.	Fiume, Tapolca	9	8 45	"	Bukarest, Arad
				Balat néi ed,	920	6 05	"	Nagykátá, Szolnok	5	10 05	gyv.	Szabadka	25	7 50	"	Szerencs
				Tapolca	1004	8 15	gyv.	Győr	409	10 20	szv.	Bruck-Királyhida,	1109	8 05	"	Berlin, Ruttka
				Bicske	326	6 25	"	Hatvan	23b)	10 45	"	Szombathely, Sopron	1009	8 15	"	Bicske
					328	6 40	"	Bicske	605	11 30	gyv.	Miskolcz	405	8 20	"	Tapolca,
					28	6 45	"	Kunszentmiklós-Tass				Cannes, Nizza, Bicske	9	8 45	"	Balatonfüred
					920a	6 55	"	Nagykátá, Szolnok				Nagyvárad,	1511	8 50	"	Fiume, Bród
					524a)	7 10	"	Győr				Debreczen, Arad	27	9 00	"	Lawoecne, M.-Sziget
					16	7 20	"	Hatvan					331	9 10	"	Wien, Graz
					1006b)	7 40	gyv.	Fiume, Nizza, Cannes					1907	9 10	"	Csorbá, Kassa
					1708	7 45	szv.	M.-Sziget, Stanislaw					603	9 20	gyv.	Bicske
					1514	8 00	"	Kassa, Csorba, Bártfa					29b)	9 28	szv.	Pécel
					910	8 05	"	Belgrad, Sarajevo					303	9 35	gyv.	Brassó, Arad,
					1908	8 30	"	Pécs, Bród					1001	9 35	"	Triest, Torbágy
					334	8 40	"	Gödöllő					915	9 45	szv.	Berlin, Ruttka
					526b)	9 00	"	Szolnok					403	9 55	gyv.	Róma, Fiume, Pécs
					1308	9 15	"	Győr, Graz					905	10 00	"	Kiskörös
					610	9 30	"	Arad, Brassó					1303	10 10	"	Lemberg, Przemysl
					1506	10 00	gyv.	Kassa, Csorba, Bártfa					333	10 25	szv.	Sofia, Belgrad
					336	10 05	szv.	Pécel					525	10 35	"	Graz, Triest
					1010	10 25	"	Fiume, Tapolca					1503	10 45	gyv.	Gödöllő
					408	10 25	"	Kassa, Csorba,								Segesvár, Kolozsvár
					12	10 55	"	Lemberg								Bártfa, Csorba, Kassa
					338	11 10	vv.	Szombathely, Wien								
					912	11 15	szv.	Ruttka, Poprád-Felka								
					614	11 25	"	Bród, Belgrad, Sofia								
					423	11 35	vv.	Arad, Debreczen								
					14a	11 55	szv.	Miskolcz, Kassa								
								Bicske								
<b>A vonatok indulása</b>					<b>A vonatok érkezése</b>											
Budapest-Józsefvárosról.					Budapest-Józsefvárosra.											
Délután.					Dél előtt.											
303b)	7 00		szv.	Gödöllő	515b)	4 40		szv.	Szolnok							
					517	5 00		"	Nagykátá							
					811b)	5 50		"	Gödöllő							
					917	6 17		"	Kunszentmiklós-Tass							