

Kiadóhivatal:

Budapest, IV. Váci-utca 1.
Aigner Lajos könyvkeres-
kedése.

Előfizetési díj:

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

Egyes szám 20 kr.

Hirdetések díja: két hasábos
petit sorért 25 kr.

HERKULES

TESTGYAKORLATI KÖZLÖNY

SZERKESZTIK

PORZSOLT JENŐ PORZSOLT KÁLMÁN

KIADJA AIGNER LAJOS.

Szerkesztőség:

Budapest, VIII. Nagykörút-
utca 13.

Kéziratokat vissza nem
küldünk.

Bérmentetlen leveleket nem
fogadunk el.

A «BALATON-EGYLET», A «BUDAPESTI KERÉKPÁR-EGYLET», A «BUDAPESTI TORNA-EGYLET», A «BUDAPESTI VASPARIPA-EGYLET
ELŐRE», A «GYŐRI CSÓNAKÁZÓ-EGYESÜLET», A «HUNNIA CSÓNAKÁZÓ-EGYESÜLET», A «MAGYAR ATHLETIKAI CLUB», AZ «Ó-BUDAI
TORNA-EGYLET», A «PANNONIA CSÓNAK-EGYLET», A «SZABADKAI TORNA-EGYLET» ÉS A «SZEGEDI TORNA-EGYLET»

HIVATALOS KÖZLÖNYE.

Versenyek és az egyleti élet.

Azt gondolnánk, hogy a sport-egyleteknél e két fogalom úgy-
szólva egyet jelent, hogy az ily egyletek élet ereje a versenyre
való készülődésekben kulminálódik. Az atletika és torna szülő
házában Angol- és Németországban a dolog így is áll, de nálunk
sok dologból arra lehet következtetni, hogy az egyleti élet a
versenyzésnek nem nevelője, de sokszor akadályozója.

A versenyt nálunk még sokan a testedzés ügyében nemcsak
szükségtelennek, de veszélyes, káros és az egyletek egyetértését,
mint az egyletek beléletét zavaró ténykedésnek tekintik. Hogy a
versenyek az általános testképzésnek, a testgyakorlatok terjedé-
sének mily emelői, talán elismerik sokan, de ezt elősegíteni mint
egyleti tagok épen nem tartják kötelességüknek.

A legtöbb egyleti tag a következőleg okoskodik:

«Nem azért vagyok bármely egyletnek tagja, hogy annak mint
egy hús és vér nélküli pusztá fogalomnak munkaveritékes rabja
is legyek. Nem azért fizetem hűségese tagdíjaimat, hogy ráadásul
ráfizessem még testi-lelki nyugodalmamat is. Ha én jól érzem
magamat valamely egyletben, ha annak fennállhatásához a rám
eső teherrésznél viselésével hűségese adozom és az ezzel cserébe
nyújtott élvezeteket attól átveszem és élek vele, akkor tökéletesen
eleget tettem úgy magamnak és az egyletnek mint az ennek
tartozó kötelességeknek. Ne mondják azt nekem, hogy az egyleti
és testedzési magasabb cél elérésére minden egyes tagnak köte-
lessége közre munkálni. Én humbugnak tartok minden olyan
«magasabb» célt, mely nem az egylet egyes tagjainak kellemes
jólétére van irányítva. Ne szóljunk semmiféle jótékony egyletek-

ről, miknek célja megkönyörülni a szenvedők sorsán és enyhí-
teni a bánkódók és nyomorgók szomorú helyzetét. Szóljunk csu-
pán oly egyletekről, melyek testedzési célból alakultak. Legyen
azon egylet neve már most torna, athleta, regatta, korcsolya, vívó
vagy kerékpár, nincs, nem lehet közöttük egy is, a mely eltekint-
hessen saját tagjainak szórakozási, játszva munkálkodási igényei
fölött».

Minden ellenvetésnek alapja rendesen az egyletek még ver-
senyző és már nem versenyző tagjai közt levő torzszalkodás szo-
kott lenni. — Magát a versenyt még nem elleneznék sokan, de
visszariadnak a sokszor felette nagy versenykiadásoktól, melyeket
nálunk ritkán fedezi a közönség pártfogása. — A versenyekre
való költségek erkölcsi megtérítését még kevés ember tekinti
a készpénznél értékesebbnek.

Én mindent tekintetbe véve, a jogos igényeket az egyleti élet
és versenyek tekintetében a következőkben látnám kielégítve.
A sport-egylet első kötelessége tagjai számára az illető testgya-
korlat tanulását és űzését lehetőleg megkönnyíteni. E téren a tagok-
nak teljesen egyenlő jogaik és kötelességeik vannak. Az egyleti
gyakorlatok közös végzése tehát az egyleti élet legfőbb, legelső
mozzanata. A kormányzat gondoskodása ennek kivételére irányul
elsősorban.

A versenyek a testgyakorlatokban soha sem képezhetnek célt,
hanem csak a sport fejlesztésére, a munkakedv erősítésére való
eszközöknek tekinthetők. Így hát az egyleti életnek csak másod-
rangú tényezői a versenyek. — Nem akarjuk ezzel semmivel
sem kisebbitni a versenyek fontosságát és csak az egyleti általá-
nos testedzéssel szemben tesszük a második helyre. Mert míg az

A «HERKULES» TÁRCZÁJA.

Kaukazusi labdajáték.*

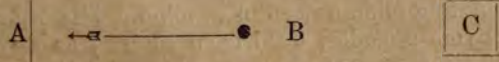
(Suttner A.)

A kaukazusi labdajáték, mely kiválóan Imerethiában s Mingre-
liában örvend nagy elterjedtségnek, minden Európában divó
labdajátéktól lényegesen különbözik. A nálunk elterjedt labda-
játékok alapját ügyes dobás, megkapás vagy visszavetés képezik.
Nem úgy a kaukazusi labdajátéknál! Ennél ugyanis már maga
a játék tárgya, a labda sem alkalmas erőteljes hajításra s annál
kevésbé a levegőben való továbbadásra; mert a súlyos, gyakran
40—50 centiméter átmérőjű golyó egyáltalán nem ruganyos; hisz
nem repülnie, de gurulnia kell.

A kaukazusi labdajátéknál e szerint nem a kar s kéz izmainak
ügyessége, de a lábak gyorsasága kívántatik meg.

A nagyterjedelmű labda csepűvel vagy gyapjuval van megtömve
s vastag s igen síma bőrrel bevonva. A játék-szabályok igen egy-
szerűek:

Ha csak tizenöt vagy húsz egyén vesz részt a játékban mind
félkörbe áll s vigyáz a pillanatra, melyben a hajító a labdát alacsony
ívben neki dobja. Magyarázatul álljon itt a következő rajz:



A-ban állanak a játékosok, **B**-ben áll a hajító, **C** a hely, hová
a labda hozandó, hogy a játék meg legyen nyerve. **B** egy, kettő,
hármát számol és veti a labdát. A kik **A**-ban állnak mind meg-
akarják kapni, tarka keverékben viaskodnak a labdáért, míg
végre egynek sikerül hatalmába keríteni. Ekkor uccszu neki,
őrült gyorsasággal a **C** menhely felé fut. A többiek utána. E
hajsza a játék legérdekesebb monumetuma. Némelyek hátulról
törekednek őt elérni, mások elébe szándékoznak kerülni. Ha egy-
nek sikerül a futót utólérni, egy gyenge mozdulat elegendő a
futónak kezéből a nagy és síma labdát kiütni s azt hatalmába
keríteni. Ha azonban a futó ügyes, a kezéből kiüttött labdát lábá-
nak egy erős lökésével messze gurítja s kezdődik újból a hajsza.

Mínt hogy azonban a többiek folyton nyomában vannak, megint
szorultságba jön s mindenféle czik-czak úttal kell üldözőit
magától távol tartani. Ha más menekülése nincs, maga ejti el a
labdát és löki lábával messzire, míg végre hosszas futkozás után
sikerül a labdát a menhelybe szállítani, hová azonban a labdát
nem gurítva, de kézben kell hozni.

Ez körülbelül a játék menete. A mingreliaiak, kik e különös
mulatságot vasárnaponként egész órákon keresztül űzik, e játékot
igen magas tökélyre vitték. Egy jó mingreliai játékos mindig és
mindenhol tudni fogja, hogy a földön levő labdát mikép lökje meg
lábával, hogy üldözőitől minél messzebbre és minél ellenkezőbb
irányba guruljon. Az ily társai által kergetett játékos különös
testtartásával és czik-czak ugrásai egészen egy nyúl benyomását
teszi ránk, melyet a kopók űzőbe vettek.

Tréfás jelenetekben és komikus közbejövetelekben e játék egy-
általán nem szűkölködik, így például, ha az üldözőbe vett labda.

* A Berlinben most keletkezett «Sport und Spiel-Zeitung» első számából.

egyleti testgyakorlatot általános célnak tekintjük, addig a versenyt csak egyesek mérkőzésének nézzük.

E felfogás túlhajtása azonban épen oly káros, mint volna a versenyeknek az egyleti életben való elsőrangú szerepe. — Igaz ugyanis, hogy a verseny egyesek mérkőzése, de ezért az egyleti és általános érdekeknek nem ellenese, sőt azokkal épen egyezik a józan középúton. Az egyletek nem versenyző tagjaitól a versenyekre kiadott pénzt a testedzési ügyek haladása, az egylet emelkedése számukra is megtéríti.

A versenyek az egyleti életben az ünnepnapok, melyeken a költségeket nem lehet a hétköznapi takarékos számításával mérlegelni. Ilyenkor nem az egyesek győzelméről, hanem az egylet jó híréről van szó.

Az egyleti jó egyetértést a versenyzők jogos igényeivel, az általános testedzést az egyesek versenyre való készülődésével kiegyeztetni egyik egyletben sem valami könnyű dolog, de legnehezebb ott, hol a magasabb testedzési célokat a tagok csak a maguk költségi és kényelmi szempontjából tekintik. Az erélyes egyleti kormányzás feladata az itt felmerülni szokott vitákat a tagok sérelme nélkül a testedzés javára dönteni el.

H. B.

A jégről.

A higgadt korcsolyázó első dolgának tartja, hogy meggyőződjék, vajjon megbirja-e, elég vastag-e már a jég. Mindenekelőtt az élvezet veszélytelenségéről, a jég erejéről kell tehát szólnunk. A nagyobb folyamokon és tavakon minden évben történnek szerencsétlenségek, melyeknek oka a jég vastagságának nem eléggé való megfigyelése.

A jég erejének megpróbálásául rendszeren köveket dobálunk rá elég helytelenül, mert ez sehogys sem biztos próba és még el is rontjuk a pályát, ha kövekkel bedobáljuk. Helyesebb egy széles deszkát tenni a jégre és ezen biztosan bemenve felválni a jeget, ha vastagsága 5–6 centiméternyi úgy biztosan rámehetünk.

Hanem még e vastagság mellett is sokra vigyázni kell a szabad jégen való korcsolyázásnál. Sok tó és folyam medrében melegforrások felett a jég nem fagy be vastagon vagy sekélyviznél a folyam csapása miatt, más helyt léket vágnak a jégre; mind az ily helyek veszélyessé válhatnak a vigyázatlanra.

A jég vastagsága azonban nem elég biztosítás a veszély ellen, mert a már 4 cm.-es jég is lehet elég erős nagyon hirtelen jött hidegben fagyva, míg az olvadó 6 cm.-es is könnyen beszakad. Nagyobb társaságok megtartására 7–8 centiméternyi jég kell, feltéve, hogy a társaság nem jár mindig egyirányban, a zene hangjait követve. Ily korcsolyázásnál legalább is 12 centiméter vastag jég nyújt csak biztosságot.

A jó korcsolyázók ideálja a természetesen mindig smaragd zöld tükörsima jég, mely csak szélcsendes kemény hideg (5–6° R.) időben képződhetik. Az ily jégtükörben még az a gyönyörűség is megvan, hogy mozdulatainkat visszatükröződve láthatjuk. Hanem a már csontkeménységű sima jég ismét nem igen kedves különösen a műkorcsolyázásra, mert a legélesebb korcsolya kellő befektetésére is nagy erő kell és csak szokás után élvezheti a legjobb korcsolyázó is.

Hanem a szabad szép jeget egy éjjeli hóesés hamar megsemmisíti s már ekkor elő áll a mesterséges jégkészítés és tisztítás szükségére.

A tisztításnál a legtöbb baj rendszeren a hóval van, de nagy gondot kell sok helyen a falevelek seprésére is fordítani, mert ha a jégen hadjuk a szél által ráfújt leveleket, ezek setét színén a nap meleg sugarai könnyebben megtörvén alattok a jeget felolvasztják. Ép ez okból nem kell megengedni a szivarvégeknek, papirosoknak jégre való hanyását.

A mesterséges jégpályák legkezdetlegesebbje úgy áll elő, ha valamely magasabb fekvésű vízből a természetszerűleg körülzárt, vagyis katlanszerű mélyedésbe eresztünk és megvárjuk míg kellő vastagságúra fagy.

De itt az a baj, hogy sok víz kell és nehéz ily helyet találni. Ezért már magát a talajt is előre el kell készíteni. Első kelléke a jégpálya-készítésnek, hogy a talaj a lehető legvízszintesebb és legsűrűbb legyen, erre nézve pedig legjobb, ha a tért beton vagy aszfalt réteggel vonjuk be, de ennek költségeit nálunk még kevés egylet bírja meg. Ezért a legajánlatosabb az agyagréteget erősen ledöngöltetni, vagy hengereztetni. Még jobb lesz a pálya, ha ez agyagréteget még ki is téglázhatjuk.

Az így elkészített tért 50 centiméternyi magasban körül falazva vizet eresztünk rá 40 cm. magasságig. Erős fagyású időben a vizet jó lesz több oldalról egyszerre beeresztetni, hogy egyenletesen fagyhasson.

Ha azonban még az a költség is nehezen volna meg, mennyi az előbbi módon való agyagozásra kell, sem elég viz az állandó víztükör képzésére, úgy ráeresztünk a körülzárt térre annyit, mennyi van és ráengedjük fagyni, persze ez vékony réteg lesz a korcsolyázásra, de elég arra, hogy az agyagréteget pótolja. Ugyanis erre eresztvén újlag vizet, ez már nem szivárog le, hanem állandó jeget ad.

Ha nagy havazások voltak, úgy is lehet jégpályát készíteni, hogy a hótel talajt vízzel öntjük le. A beömlő viz a hófelületet föl emeli, mely megürösödik s ugynevezett hójeget képez. Az ily hójég természetesen nem oly tartós és ellentállós, mint a természetes jég, de erős télen minden tekintetben kielégítő és kisebb társaságok, magánosoknak e jégpályakészítést leginkább is ajánlhatjuk olcsósága miatt.

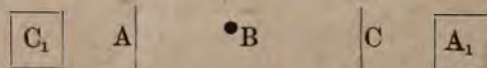
A jégpálya javítása sokkal nehezebb és fáradságosabb, mint maga a készítés. Ha a sík jeget csak a gyakori korcsolyázás rontja el, úgy helyrehozására némileg elég, ha a felhorzsolts jeget leseperjük. Erősebb felvágásnál azonban, ha a nap melege nem

tulajdonos már közel van a menhelyhez s látja, hogy üldözői közül egyik nyomában van s valószínű, hogy eléri, hirtelen a földre veti magát s míg üldözője mellette elrohan, ő felugrik s a menhelybe fut.

Az ily apró fogások fokozzák a tréfát s a nézőnek is több gyönyörűséget szereznek. Fontos azonban, hogy játék helye lágy mező talaj legyen, mert különben a multság felhorzsolts kezekkel és térdekkel végződik.

Bizonyos ünnepnapokon egész falvak hívják ki egymást labdaversenyre. Olyankor aztán egész seregek gyűlnek össze a kijelölt téren, lobogó zászlókkal vidáman énekelve.

Ily alkalmakkor a fennebb leírt játékban némi módosulás áll be, még pedig úgy, hogy a játszóknak nem egy, de két csoportba állnak össze ilyenformán:



A falu menhelye A₁-ben van; C falu C₁-ben van. B felhajtja a labdát függélyesen s a lehető leggyorsabban elillan. A két tábor most a labda után rohan s mindegyik megakarja kapni. Általános dulakodás áll be. Hogy milyen e dulakodás, elképzelhetjük, ha meggondoljuk, hogy mindegyik tábor ötven-hatvan embert számlál s ezek mind egy labda után rohannak. Azok, kik a tömkelegben legkívül állanak a mások hátára másznak s így törnek be a tömegbe. Sokáig tart, míg sok ember szétválk s az ki a labdát megfogta, áttör a sorokon. Ekkor aztán kezdődik az

üldözés. Kurjongatva, rikoltva követik a játszóknak a labda szerencsés tulajdonosát. Kik vele egy táborban vannak, mindenkép védelmére kelnek, elállják üldözőinek útját, meghajolnak, hogy az üldözők elbukjanak s a legkülönbözőkép védik társukat. Ha a labdavívó veszélyben van, a labdát odadobja egy másnak az ő táborából, ki aztán a labdával a menhely felé rohan, míg ő is üldözőbe lesz véve.

Jelenleg az ily tömeges játék csak a rendőrség jelenlétében van engedélyezve. A játszóknak a játszás napját és idejét be kell jelenteniük, minthogy a multság igen gyakran vérengzéssel végződik. A szomszédok ugyanis bizonyos régi differentiákat a játék leple alatt szoktak kiegyenliteni. Véres fejek, bezúzott szemek, szétört bordák, sőt törzsurások e játéknál azelőtt napirenden voltak, míg a rendőrség jónak látta a dologba beleavatkozni.

Egyideig a multság egészen el volt tiltva s később csak rendőri őrizet mellett lett engedélyezve.

Magam szemtanúja voltam egy jelenetnek, melyben a játszóknak, kiket a mingraliai fejedelem hívott meg nyári lakába, egy gyűlölt nemest játék közben egy körülbelül hat méter mély merőleges mélység felé szorítottak, hogy a mélységbe taszítsák. A nemes szerencsésen csak egy pár törött bordával fizette meg az élvezetet, de többé soha nem volt kedve a labdajátékhoz.

Én nálunk való meghonosításra csak a játék első nemét ajánlanám. Ennél az ember ugyanis legfőlebb egy pár bukfcet csinál s a multság mind a nézőknek, mind a játszóknak egyaránt kellemes. A gyors szaladás, a hirtelen kitérés, az ügyes fordulat stb. mind erősíti az izmokat s a tagokat simulékonyakká teszi.

olvasztja fel kissé a jégtükrét és a rá következő fagy nem teszi ismét simává, úgy a jeget öntözni kell. Az öntözéssel vigyázni kell, nehogy túlságos sok víz jöjjön a jégre, mert az 1–2 cm. vastag felső réteg már könnyen leválik vagy megreped. Ha egy fecskendezés nem elegendő, hogy a horzsolásokat, karczolásokat kiegyenesítse, a fecskendezés ismétlődő. Inkább többször ismételjük az öntözést, mint egyszerre sok vizet vezessünk a jégre.

A fecskendezéseknél vigyáznunk kell, hogy a jég-tükrön hó vagy felkarczott jég ne heverjen, minthogy ez az új rétegen egyenetlenségeket idéz elő.

Hézagok, lyukak, repedezések legcélszerűbben meleg vízzel öntetnek le, minthogy az a gyors elpárolgás következtében hamarabb egyesül a jéggel. Ha alacsony hőfokú vizet használunk a jégpálya kijávitására, igen könnyen oly jégkéreg képződik, mely a régi jégkéreggel nem áll teljes érintkezésben s így a korcsolyák táblákat vágnak ki belőle.

A korcsolyázókat legjobban bosszantja az ugynevezett hólyagos jég, melynél a légbuborékok miatt göröngyössé válik a felület. Az ily helyeken a jeget jég-késekkel vagy gyaluval előbb kikell vágni és azután beöntözve egyenlő síma jéggel vonni be. A havazások és gyors olvadásoknál előállt nagyobb egyenetlenségeket, ha már nem igen lehet helyrehozni, úgy deszkával körül kell keríteni, nehogy vigyázatlanul valaki szerencsétlenül járjon rajtuk.

A jégpályák rendben tartására a legszükségesebb eszközök a seprők és jégkések. A jég törmelék kihordására szánkákat használunk. A jégtisztítással különösen a szánkák és jéggyalúk taszításával dolgozó munkások, hogy el ne csusszanak, vas-jégtalpukat kötnek lábuk alá. A jég öntözését, ha még kézi-fecskendők sincsen igen jól végezhetjük öntöző-kannával is.

A jégpályák befedését és a szél ellen való bekerítését éppen nem tartjuk nagyon óhajtatónak. A bekerítés, illetőleg a rendes szélfúvási oldalra való falemelést még jobban kívánhatjuk, mint a fedeles pályát. Az ily elfedett pályákon a kényelem mellett nincs meg a szabad természet élvezete s főleg csak is a pálya fenntartás könnyebbége szól mellettük. Minden jobban berendezett jégpályánál szokott fűtött öltöző vagy melegedő szoba is lenni. Az ily termek hőmérsékletének soha sem szabad túl magasnak lenni, mert így a gyors légváltozás kellemetlen hűlést okozhat. Az öltöző és felkötőhelyekről a pályára való lemenetet lehetőleg karfával kell ellátni.

Mindezek és még sok kicsinyesnek látszó dolgok fontosnak revése adja meg a korcsolya pályának nemcsak multságos, de egészséges hatását is.

Előtornázási ügyek.

A nemzeti torna-egylet előtornázó tagjai minden héten egyszer (jelenleg szerdán este 8–9-ig) előtornázóórát, illetőleg értekezést tartanak. Mely alkalommal Bokkberg Ernő egyleti művezető előadása nyomán megbeszélés és tanulmány tárgyává tétetnek az előtornázási szakba vágó dolgok és oly művezetési ügyek, mik az előtornázók működését is igénylik.

Mindenesetre sok lényeges munkafeladata lehet egy előtornázóknak akár az elvi dolgoknak a gyakorlatba átültetéséről, akár a tornászszellemnek terjesztéséről, akár a tornázási helyes mód alkalmazásáról legyen szó. De mégis leglényegesebb feladata minden előtornázóknak az, hogy a keze alatt, vezetése alatt lévőknél a tornázáskor, az után, annak következtében jól érezzék magukat. Lehet szigorúan elv és tervszerűen, untatóan és szórakoztatóan egyaránt előtornázni. Itt nem csupán az elvek és helyes tervek, hanem az eljáró egyének bánásmódja is adják meg a tornázásnak azon értéket, mit dicsérnek a könyvek és éreznek azok, kik szerencsésen bele vannak vezetve vagy önként bele tudtak helyezkedni a kedvvel üztött tornázási módba.

Ha az előtornázás kellő tapintatossággal és szakértelemmel történik, akkor ez a leghatalmasabb emeltyűje az egész torna-ügynek; ha az előtornázók nem pusztán «másoló napdíjasok», hanem az ügyért lelkesülni tudó és akaró egyének óhajtanak lenni, akkor ő nekik önképessé el kell sajátítaniuk mindent, a mi szakjukba vág. Ezen szempontból előtornázórák rendezése igen fontos dolog. De — ismételjük — a tanszerű előtornázási képesség elsajátításán kívül egyébre is kell törekednie az előtornázóknak, terjesztenie kell a tornázók között alkalmazottan a tornatantételeket és műkifejezéseket; — ismertetni az egészségügyi életrendtani szabályokat a tornázással kapcsolatban, elsajátítani minél többekkel a fokozatos rendszeres tornázási és segítésnyújtási módokat, óvni a káros hatású gyakorlatoktól, mérsékelni a tehetőségén túl csapongó tornázási hevét egyeseknek, buzdítani, lelkesíteni a bátortalanokat, kiméletesen vezetni, bátorítani a gyengéket, szóval és tettel nevelni az összetartási szellemet, a jó kedélyt, az elevenséget . . . Ugy ám! Csakhogy erre nem elég

hetenként egy előtornázási tanóra rendezése. A valódi tornászszellem magukban az előtornázókban is csak úgy, csak akkor fejlődhet ki, ha ők maguk is összetartva, tevékenységüket egyébre is kiterjesztik, mint pusztán az előtornázásra. Ne szóljunk vacsora-estékről, se kávéházi összejövetelekről, se kuglizó kompániáról, mindezek nem igénylik a tornázászló kitűzését. De szóljunk *előtornázók alakításáról*, azon elvek alapján, a mely elveket éppen az előtornázók segítségével akarnak érvényre juttatni minden torna-egyletben. Elcsépelet dolog! — mondják erre különösen itt a fővárosban azok, a kik tudnak arról, hogy a nemzeti torna-egyletben évekkel ezelőtt már volt egy alapszabályokkal kiezirkalmazott előtornázókör és a mely kör csakhamar felbomlott — részvétlenség folytán. Hát igen is volt, megbukott, annak meg kellett buknia, mert ott a legelső kiindulási pont ez volt: «Status in statu» ne legyen, a következő és berekesztő pont pedig ez volt: «tanulni és vacsorákra járni». — Szerény nézetem szerint nagy tévedés azt hinni, hogy az egyleti belkormányzat gépében a legkisebb zavart is idézne elő egy oly előtornázókör létele, mely nem befelé, hanem kifelé gravitál, mely nem az egyleti rendes tornázásnak művezetésében és nem az egyletnek vagyoni, jogi és kormányzati ügyeiben fejtené ki tevékenységét, hanem oly dolgokban, miknek gyakorlásához az egylettől egyéb áldozatokat nem kíván, minthogy bizonyos időkben, bizonyos alkalmakra az egyleti gyűlésterem, könyvtár és a torna-csarnok átengedtessek. Ezerszer tapasztalt dolog az is, hogy minden tornászati szellem belefutad a korcsmai levegőbe, ha csak ott akarjuk azt életre kelteni és nevelni. Korteskedési műveletekre, közönséges dárídók tartására igen helyes dolog «betérni» valahova, de a valódi tornászszellem magya csak a tornaporondon csirázdik és a szabad ég alatt hajt lombokat.

Igen természetes dolog az, ha megbukik egy oly előtornázókör, mely nem mozcizanhat a nélkül, hogy valakinek a tyűk-szemére ne hágjon és nem teljesítheti, ha ki is mondja például azt, hogy az egylet helyiségeiben tornaünnepélyeket és verseny-tornázásokat, sőt tánczezal egybekötött estélyeket is fog rendezni. Természetes, hogy nem érez hajlandóságot a harmadik előtornázó sem arra, hogy meddő vitaestélyekre jöjjön össze különféle kérdések fölött döntendő, a mit utóvégre is nem vesz számba senki a gyakorlati életben, mert minden egyletet intéző egyén tartja magát legalább is olyan okosnak, mint egy előtornázókör. Pusztán tanulási czélból előtornázókör alkotása fölösleges, mert ilyen összejöveteleket e nélkül is rendezhetni egyszerű művezetői vagy választmányi intézkedés folytán is.

A mely egyletnek ennyi elég, legyen boldog vele, de a melyik pezsgőbb tornászéletet akar teremteni maga körül, az kísérje figyelemmel a német torna-egyletekben az előtornázók tevékenységét és próbálja legalább abban utánozni őket, a mi a legkellő-mesebb: tornászkiindulások, versenyek és ünnepélyek rendezésében. Sok dolgot, sok élvezetet nem tanácsos egyszerre felmarkolni, kicsit és keveset pedig többször kell szerezni, hogy jól érezzük magunkat. Az egyletek, mint ilyenek, kicsibe nem foghatnak, nagyba meg rendesen nem mernek gyakran. Legyen már most bárminő dolog vagy multság megvalósítása kívánatos, mindenképen könnyebben eszközölhető az, ha az igények nem csavarthatnak már kezdetben túl magasra. Azon munkától vagy mulatságtól, melyet nem az egylet, hanem egy sokkal kisebb czég, az előtornázókör szervezne, senki sem várna annyit, a mennyit bizonyosan el ne érne. Ha pedig ezen kis igényű neki indulás esetleg a legnagyobb igényeket is kielégítené, az esetben is nem volna riválisa lenni a szervező előtornázókör műve az egyleti nagy működéseknek, valamint hogy nem lehet riválisa egyik jól választott étel a másoknak, melyek együtt táplálják a testet.

Meglehet, azt mondja erre valaki: «nix dajcs! En leugrálom másodnaponként az én portiómat, lehörpentem utánna a pohár borocskámat, a többivel mitsem törődöm». No ha így van, akkor a fenti szavakkal «bika alatt kerestük a borjút». Menjünk tehát mint szelidebb fajta előtornázók csak oda és csak odáig, a hova vezetnek és a meddig a járszalag ér: az iskolaszerű tanulásig. De itt aztán ne kinozzuk az agyat a gondolatok elzárásával, kinek eszméje van, ki vele. Az eszmecsere többet tanít száz könyvnel is. E sorok írójának is van egy pár ferde és egy pár rögeszméje a tornatanítás terén. Tudva azt, hogy ezen sorokat nagyrabecsült tornatanító bajtársak is olvassák, (ha ugyan érdekesítik reá), azon nyílt kérést kockáztatja meg itt ezen sorok szerény írója, adjanak véleményt az alább fejtendő dologra: az *előtornázás módjára nézve*. Mert a tapasztalat szerint valóban annyiféle eljárás van itt is, ott is alkalmazásban, hogy talán nem csoda az, ha valaki sok évi huzamos működés után is ingatag abban, melyik módot tartsa a leghelyesebbnek.

Kisértsük meg a részletezett hozzászólást: Minden előtornázási működés 3 irányú, szóbeli, gyakorlati és segédkezési. A szóbeli

működésnél nincs nagy eltérés még az egyesek eljárási módjában sem. Mindenki elismeri annak helyességét, hogy a gyakorlatba való belekezdés előtt meg kell azt nevezni és rövid szavakkal szükség magyarázatot adni a különösebb mozgásoknak miként való teljesítéséről (péld. egy ló gyakorlatnál: felugrás térdelésbe páros lábbal és leugrás szabadon fogódzás nélkül. A leugráskor elébb ráülni a sarkakra, aztán gyors felemelkedéssel ugrani túlra le). Mindenki alkalmaz közbe-közbe folyton szóbeli utasításokat, báritást, gyengéden figyelmeztet a hibákra, dicséri az ügyességet, elismerő nyilatkozatokat ad a törekvésért, buzdít, tanít.

Elvileg szintén általában megvan állapotva mindenki a harmadszor említett *segédkezési* eljárásra nézve is. Mindenki szükségnek tartja azt, hogy előtornásznak mindig közel kell járulnia a működő tornászhoz. Eltérés mindössze csak abban van, hogy egy bizonyos gyakorlatnál czélszerűbbnek tartja az egyik az ilyen, a másik az amolyan módú segédkezést. A fő dolog — a közel járulás — megtartása mellett másodrendű dolog (habár szintén fontos) az, hogy itt vesz-e állást vagy amott az előtornász és hogy a kézcsuklónál vagy a felkarnál vagy a test más részénél fogja-e meg az illetőt. Ez másodrendű segédkezési dolog fejtegetése ez alkalommal itt mellőzve legyen, hogy áttérhessünk az előtornázási működés fontossabb részére, a gyakorlati eljárásra. Itt ennél vannak a lehető legszétágazóbb eltérések nem egyletenként, hanem az előtornázó egyénenként is. Értjük a *gyakorlatok megválasztását, összetételeit és alkalmazását*. Most ne szóljunk arról sem, minő testhordozást kedvel és sajátíthat el ez vagy amaz előtornász, majd minden gyakorlatnál. Most egyedül azzal foglalkozunk, lehetne-e egyöntetűbb eljárást hozni be általában abban, hogy ugyanazon korú és erejű egyének itt is, amott is legalább hasonló gyakorlási móddal gyakoroltatnának?

PORZSOLT LAJOS.

(Folyt. köv.)

A korcsolyázás tanulása.

(Képpel.)

Azt mondhatnánk, hogy minden kezdet nehéz, ha nem tartanák sokan ez elijesztő bevezetés nélkül is a korcsolyázás megtanulását felette nehéznek. Azonban hízélgő tétovázás nélkül nem is mondhatjuk a korcsolyázást oly könnyen eltanulhatónak sem, mint például az úszást. Hanem az első tétova lépések után a tovább haladás minden fáradtságát kárpótolja az élvezet, melyet a könnyed tovasiklás nyújt.

Könyvből valamely testgyakorlatot megtanulni nem lehetetlen, de nem oly könnyű, mint a látás és együttgyakorlás útján. Mind e mellett vannak a korcsolyázás tanulásánál olyan útbaigazító és könnyítő tanácsok, melyeknek olvasás után való megértése után maga a gyakorlat felette könnyebben megy. — A korcsolyázásnak is ezer kicsinyes fogása van, melyet csak hosszas gyakorlat után fog fel a korcsolyázó, ha előre nincs rá figyelmeztetve. Ne említsünk mást, mint a körzéseknek a felső test és lábának a kör iránya felé hajlását, mely mozdulatok nélkül a körzések a legnehezebben tanulhatók meg.

Minden gyakorlatnak meg van a maga elmélete, így a korcsolyázásnak is. És minden elmélet a gyakorlat mellett úgy szokott tekintetni, mint unalmas okoskodás az élvezetes munkáról. Nehogy soraink is ily bírálat alá jöjjenek, mi a korcsolyázás elméletét nem választjuk el (mert hisz előnyösen nem is választható el) a korcsolyázás egyes gyakorlataitól.

Általános útbaigazításul a korcsolyázni tanulónak első sorban a korcsolyák jó megválasztását ajánljuk. Tanulni legjobbak az alacsony, éles, de azért nem kivágott talpú korcsolyák. Bár helyes, ha a tanulni kezdő mindjárt az azután is használható korcsolyát köti fel, mert így nem kell újból szoknia, ha a tanulókorcsolyát levele. — A jól megválasztott korcsolya hossza a lábfejnél legfeljebb egy centiméterrel lehet csak hosszabb, de rövidebb semmiesetre se legyen. — Természetes, e méret csak a műkorcsolyázásra áll, mert a távkorcsolyázásra a lábfejnél hosszabb korcsolyák az előnyösek.

Mind a tanuláshoz, mind a későbbi korcsolyázáshoz a legaggodalmasabb gonddal vigyázzunk a korcsolyáknak lábunkhoz való erősítésére. A legtöbbszerencsétlenség a jégén a korcsolyák lecsatolódásából erednek. A szíjakkal megerősített korcsolyáknál ép így vigyázni kell, nehogy a szíjak az él alá jussanak.

A jégen való első próbálgatásokat sokan egy lábra kötött korcsolyával kezdik, gondolva, hogy így az esésektől menten jönnek bele a korcsolyázásba. Ez tévedés, mert eltekintve attól, hogy az így tanuló félszeg tartást sajátít el, a korcsolyázást lassabban és fáradtságosabban tanulja meg, mintha egyszerre két korcsolyával kezdje a tanulást.

Tehát csak bátran fel a korcsolyákkal és egyenesen, minden szárazföldi próbálgatások nélkül a jégre kell szállni. Ha segít

van, úgy ennek karján próbálgatjuk az első lépéseket. A segítő baloldaltól állva, jobb kezünket jobb kezével bal karunk alatt nyúlva érte, fogja meg, bal kezével bal kezünket tartja. Ily szoros fogással minden eséstől megvédheti a tanulót támogatója. Két oldalról való segítés nemcsak felesleges, de még hátráltatja a tanítást, mert a vezetők nem is tudhatják tanítványuknak képességét kiismerni. — A vezetés csak addig szükséges, míg az illető némileg biztosan mozog, mert a sokáig vezetett tanuló még később tanul meg, mint a hamar maga erejére hagyott.

A vezető helyettesítheti, de csak némileg a magas karú száncszék. Az ez után való korcsolyázásnál főleg arra vigyázzunk, hogy mindig közel szorítsuk magunkhoz és csak gyengén támaszkodjunk rá, mert ellenkezőleg kisíklék előlünk és mi előre bukunk.

Több vidéki helyen a korcsolyázást szeges végű bot segítségével kezdik tanulni, melyet a jégbe szúrva, tartanak egyensúlyt. Nem lehet épen rossz tanulási módnak ezt sem mondani, de mi mindezek mellett főleg a szabadon való korcsolyázás mellett vagyunk.

A korcsolyázó jobb, ha mindjárt az első lépéseknél saját erejére és ügyességére van utalva. Különösen gyermekek és férfiak mindig csak maguk lábán igyekezzenek a jégen is megállni. Az első pár nap fáradtságosabb így, de eredményesebb is, mint a támogatás mellett lehetne.

A jégre való kiállásnál a lábak ne legyenek mereven kifeszítve, hanem könnyedén meghajtván a térdben. Izmainkat főleg csak azon czélból feszítsük meg, hogy lábaink egymástól nagyon szét ne fussanak és hogy a bokában oly mereven tartsuk a lábfejet, hogy a korcsolya éle ne fusson alá. Ez esetekben történik



ugyanis legkönnyebben az esés. Az ily állásból az első lépés úgy történik, hogy egyik lábunk fejét kifelé fordítva, korcsolyánk belső élével a jégről lassan eltaszítjuk magunkat. Testünk súlya azonban az elől levő lábon nyugszik. A lökés igen kis erővel történjék és rögtön utána lábunkat a másik mellé kell hozni. Felső testünk a lökéskor kissé oldalt fordul, míg a láb előre hódzásakor ismét egyenesen áll. A felső test ez ide-oda fordítását azonban a már gyakorlott egyenes előre haladásnál le kell szoknunk. Képünk ez első lépést mutatja, ép abban a pillanatban, mikor az ellökést végző láb már a legszélső határon van egészen kinyúlva. A következő pillanatban a behajtott balláb kiegyenesedik a jobb láb mellé jöve, ez fogja az ellökést végezni. Ekkor az alak felénk hátat fordítva tűnne fel.

A lábak ezen felváltott munkájokban a jégről fel-fel emeltetnek, de nem úgy, mintha járnának. A legügyetlenebb valakit oly módon tanítani korcsolyázni, mintha a rendes földön való lépésekkel kellene a jégen is haladni. A jégen a jól tanított kezdő lábait nem fogja soha sem emelgetni, hanem csúsztatni. Később is a lábfelemelések nem a korcsolya talpán, hanem élén állva történnek. A lábak a korcsolya éleit keresik folyton, hogy az ezek után fellépő surlódás folytán pillanatra megkapaszkodhassanak.

A rendes előrehaladásnál is már arra kell a tanulót szoktatni, hogy a mint a korcsolya belső élével eltaszította magát, rögtön a másik láb külső élére nehezedjék. — Ezt azonban csak igen apró lépésekkel kell először próbálgatni, míg a bokaizmok megerősödnek a test ily hajlott állásban való fentartására. Általában minden gyakorlatban a gát első sorban az izmok fejletlenségében van, mert a korcsolyázásnál oly izmok is jönnek munkába, melyeket közönséges munka, vagy más testgyakorlat nem fejlesztett eléggé ki. Ezeknek megerősödését tehát be kell várni és nem kell lehetlenséget testünkől kívánni.

A gyorsabb előremenésben a felsőtest ép úgy előre hajol, mint a járás és futásban. De e mellett a test súlyát olyannyira soha

sem szabad előre dönteni, hogy akaratunkra rögtön fel ne tudjunk egyenesedni. A lépések nagysága eleinte jobb, ha a rendes lépéseknél kisebbek maradnak, de később kevéssel ezeknél nagyobbak is lesznek. Túlnagyok a lépések azért nem lehetnek, mert a lökésekben nem tudunk elég erőt kifejteni a nagyon hátramaradt lábbal.

A lökések lehetőleg az egész belső éllel történnek, mert minél nagyobb él kapaszkodik a jégbe, annál nagyobb a surlódás, annál könnyebben síklunk tova. Minden mozdulat inkább lehet lassú, mint az ellökés, ennek teljes erővel és gyorsasággal kell történni, hogy kellő hatása legyen. A gyors és kitartó korcsolyázásban ez a legfőbb dolog, de nem kevésbé fontos a műkorcsolyázásban is. Csak mikor valakinek már biztos ellökése és tovairamodása van, kezdhet hozzá a különösebb korcsolya-gyakorlatokhoz.

MASTER.

A nők sportjai.

(Képpel.)

Valóban különös helyzetben van az olyan férfi, ki még nem ette meg életörömeinek minden eseméjét, szemben a nők sportjával. Ha jól magába mélyed a férfi, két lángot érez lobogni, az érzékiség tüzeit és az észnek a világító fáklyáját. A szerint, a mint egyik vagy másik uralkodik a test fölött, úgy mindig más és más vélemény nyer tápot a női sport bírálatában. Ha pedig ész és szenvedély egyszerre uralják a testet, akkor minden vélemény elfogul. A rajongásnak nyilatkozata rendesen csalóka, a hideg számító ész bírálata rendesen kegyetlenül szigorú, az érzelmi lángnál melegebb ész meg sokban túlságosan elnéző gyenge kritikus. De van egy módja mégis annak, hogy miként nyerjünk tiszta és helyes bírálatot a nők sportügyeiről, ezen mód az, hogy semmit se háborgassunk, hanem írjuk fel egy papiros szeletre ezt: a nőknek nem való semmiféle sport; egy másikra meg ezt: a nőknek csak az lehet sportjuk, a mi nőiességüket meg nem támadja; egy harmadikra pedig írjuk ezt: a mi a férfinak, az lehet a nőnek is a sportja. Ezen három beírt papírkát most vessük egy kalapba, dobjuk fel a levegőbe és a melyik legelőbb a földre hull, azt válasszuk véleményünknek e tárgyban. Mert hisz főleg csak felfogás dolgának tekintjük az egészet. A három vitatkozó közül mindig annak szokott igaza lenni, a kinek több telik a szónoklati és érvelési zsákjából, vagy magyarsággal mondva: a ki jobban tud „nyelvelni”.

Mi jelenleg ne döntsük el a fenti módon se azon kérdést: kell-e és minő sport kell a nőknek. Mi helyezkedjünk most a tényleges állapotra és adjunk számot azon különös helyzetről, melybe jövünk a hazánkban nagy mérvben fejlődő női sport dolgok szemlélésekor.

Valóban forrongás félet érezünk bensőnkben akkor, ha hölgyeinket nyilvánosan lovagolni, korcsolyázni, evezni, úszni, vívni s több efféle sport dolgokban velünk férfiakkal együtt közösen működni látjuk. Nehéz számot adni magunknak arról, vajjon ez által bensőnkben leszállítjuk-e őket azon oltárról, mit számukra keblünkben a költészet, az ifjúsági ábrándok és a rajongás emeltek, vagy talán ezt lerombolva, egy még magasztosabb eszme épít

egy újabb, szebb, valószínűbb oltárt bennünk. Tény az, hogy minél önállóbban, minél nagyobb erő és ügyesség kifejtésével látjuk ténykedni hölgyeinket, annál inkább mosódnak el azon égi és angyali ideális fogalmak a velük való érintkezéseinkben és annál inkább úgy közeledünk hozzájuk, mint a saját testünkhöz hasonló hús és vérből, akarat és cselekvésekből álló közönséges földi társához.

Mily fokig fog menni ezen változása bensőnknek? Az anyagi-ság, mint minden más közéleti dologban, úgy itt is tökéletes diadalt fog-e aratni ma holnap? Vagy talán ez csak oly átmeneti korszak, melynek divatját éljük? És csakhamar be fog reá következni a reakció és újból képzeleti rózsás köddel és a női testhez tapadó ideális fogalmakkal fogják majdan tekinteni a jövő férfiai a jövőnek hölgyeit? Mindezzel mi ne sokat törődjünk, mert úgy látszik, az egész művelt világ jelenleg meghódol azon naturalistikus iránynak, a mely porba dönt minden idealizmust.

Ha tehát a nők és férfiaknak, mint ilyeneknek, egymásról fogalmaikat csak nemesítik a naturalistikus tanok, ha a nőket a határozottabb és egyenesebb gondolkozási és fellépési modor életképessebbé teszi, akkor a női sportnak is azon az úton kell haladnia tovább, a melyre már is rá lépett.

Már régóta uszálnak a nők a férfiakkal együtt egy és ugyanazon víztükrön, nemcsak az ugynevezett tengeri fürdőkhöz, hanem majd minden nagyvárosi vízmedenczéjében, (Budapestben is a Lukácsfürdőben) és mégis mindezt meg nem fúvatnak meg a trombiták Jerichó falai alatt. Már régóta nadrág pótolja a szoknyát az egyes testedzési működéseknél és mégis mint Sion hegye áll rendíthetetlenül azon hitünk, hogy társadalmi életünk nem lejtőn áll, mint sok erkölcsprédikátor hirdeti, hanem az észszerűség fensíkján. Már régóta úzik hölgyeink a férfiaknak majd mindegyik sportját és mégis megvannak a mi derék házi nők, a kiknek gondos kezei alatt most is ép úgy virul, fejlődik a gyermek, mint jól érzi magát a férj.

Vagy ha jobban tesszük, mondjuk így: dédapáink sem voltak jobbak nálunknál, pedig ők könnyebben és jobban élhettek, mint

mi, erőteljes-bbek is voltak nálunknál.

Ne tartsunk tehát attól, hogy hölgyeinknek nem válna javukra az, ha egy kissé erőteljesebb, férfiasabb sportműködést is rendszerezésen üznének. Tegyük túl magunkat azon a szokatlanságból eredő visszatetszési érzeten is, mit egyes női sportmulatságokban, versenyekben néktől látni még meg nem szoktunk. Különösen adjunk hitelt azon szakemberek határozott véleményének, a kik a női testszervezetre és női természetre alkalmasan idomított sportműködéseket egyenesen kívánatosnak, sőt szükségesnek mondják. Azon elfogult és ferde állítások ellenében pedig, mintha a női testidomokhoz nem is illő a legtöbb sportszerű viselkedés és működés, utaljunk mindenkit arra, hogy kevesebb elfogultsággal és több szép érzékkel figyelje meg a nőket sportszerű működésükben is, csakhamar rá jön arra, a mire mi, hogy a nő veszihet idealizmusából, de nyerhet életrevalóságában és ép egészségében minden sportműködéssel.

Hogy ezen állításunknak látható alakot is adjunk, ide rajzolunk egy pár alakot különféle sportműködésben.

Ezen rajz az életből van véve, benne a vívó nő, a tornázó nő,



A NŐK SPORTJAI.

a szabadban fürdő nő, a velocipédező és a korcsolyázó nő van bemutatva.

Ha ezen alakok nem mutatnák azt, mily hasznos és szép a nők sportja, az lehet a rajz hibája, de a gyakorlati életben minden egyes gyakorlat szemlélete meggyőző erről.

BOKELBERG EDE.

Testgyakorlati gyógymód.

(Tapasztalatok egy fővárosi gyógyteremben.)

Késő a takarékoság, ha már a fenekén vagyunk. Késő az egészségre ügyelni, ha már túl vagyunk rajta. Ilyenféle szólásokkal búsítanak el még jobban sok beteget. Pedig az igen nehezen gyógyul, a ki sokat búsong. Gyógyulni mindig lehet. A hol megáll az orvosi tudomány, ott még a természet mint orvos tovább működik. Nincs tehát igaza annak, a ki bárminő súlyos állapotot is végképen reménytelennek tart. Ha lehet reménységet pénzen is venni, mint például a «lutrizásnál», miért ne lehetne reménységet nyerni a dolgok természetes rendjének az ismeretéből.

Minél inkább megközelítjük ismereteinkkel a természeti dolgok benső rendjét, annál inkább hatalmunkban áll a beállható zavaroknak, betegségeknek venni, vagy beálltukkor azt eloszlatni. Ezen okból minden, az egészség fentartására célzó ismeretterjesztés közérdekű dolog, ilyen a gyógyhatású gymnastika is. Legyen itt kis feljegyzés erről, hogy eloszlassuk némelyeknek azon nézetét, mintha a nem eléggé találozó úgynevezett «svéd gyógytornázás» valóban is csak egy különleges tornázási mód lenne.

A valódi gyógyászati gymnastika nem tornászat, hanem gyógyászat. Az ép és egészséges embernek nem lehet ez mindennapi tápláléka, a beteg és gyenge egyéneknek azonban bajoktól mentő és védő eszközük. Ennek igazságáról legmeggyőzőbb magának a tannak gyakorlati alkalmazását szemlélni.

Vegyünk közelebből szemügyre ezt ott, hol azt a valódi alakjában láthatjuk. Már régidőtől fogva több helyen áll fent ilyen gyógytornászati intézet, különösen itt a fővárosban, mint a Batizfalvi és Magvassi-féle intézetek. Jelenleg a dr. Reich intézetét és az ottani gyógyeljárási módot ismertetjük, mint egyiket azon intézeteknek, a mely úgy orvostudományi, mint berendezési és kezelési szempontból tökéletesen azon alapokon áll, a melyen kellene állania minden hasonló intézetnek, hogy megfelelhessen azon igényeknek, a minőkkel van a mívelt nagyközönség minden ily intézet iránt.

Altalan tudva van, hogy a gyógyászati gymnastika háromféle működési ágra terjed ki. Egyik az u. n. «passio» módon való gyógyítás, mely alá soroltatnak a testdörzsölések, veregetések, nyomkodások, rezgetések és egyéb oly eljárások, melyeknél a beteg nem fejt ki semmi cselekvőleges működést. A másik mód az u. n. «duplicált» ellentállási működések, melyeknél a betegnek valamely olyan cselekvést kell végbe vinnie, melynek ellenében egy másik erő is működik. A harmadik eljárási mód az u. n. «activ», midőn a betegnek valamely előre megállapított gyakorlatot u. n. torna-gyakorlatot önmagában kell végeznie.

Dr. Reich intézetében szintén fel van sorolva mindhárom eljárási mód, csakkogy a főszó a két előbbinire van fektetve, a mennyiben az orvos keze azokban fejtheti ki leginkább gyógyító tevékenységét. Mindezekhez kiegészítésül járul a körtünetekhez alkalmazott orvosi tanács az étrendi és életrendi dolgokból.

Nagy körvonalakban tehát a gyógyeljárás a következő: massage, kézzel és segédeszközökkel; svéd ellentállási mozgások szintén kézzel és eszközökkel és itt amott egy-két sajátos torna-gyakorlat tornaszerekkel.

Tehát dr. Reich intézetében a közönséges torna-szereken kívül soknemű és különféle rendeltetésű eszközökkel találkozunk, melyekben okszerű eclecticismussal egyesítve vannak a jelenleg divó mozgási gyógyeszközök legjobbjai, gyümölcseiként azon sokszereű tapasztalatoknak, miket dr. Reich különösen állami ösztöndíjjal tett tanulmány útja alkalmával Svédországban főleg Stockholmban szerzett.

Nem csupán oly készülékek vannak tehát ott alkalmazásban, a mik bizonyos kóroknál szükséges ideg és izomnyújtásokra szánvák, minők a legtöbb más hason intézetek berendezését képezik, hanem olyanok is, a minők a massage körébe is bevonhatók. Ez azonban nem azt jelenti mintha e készülékek, (vagy mondjuk gépek, mert a szó legszorossabb értelmében gépek azok,) hivatvák volnának ott az orvosi kezét pótolni; mert dr. Reich hangsúlyozza legerősebben azt, hogy különösen a massagenál a legtökéletesebb eszköz a műértő emberi kéz, mely simulékonyabb, a körülmények-

hez könnyebben alkalmazható. Egyedül az orvosi ismeretek által öntudatosan vezetett emberi kéz képes kiismerni azon kóros változásokat, mik néha igen kis terjedelemben az izmok gyurmájában, az ízületek mélyében vagy az idegek lefolyásában mutatkoznak.

Ha mégis vannak eszközök, melyek arra hivatvák, hogy egyes esetekben az emberi kezét helyettesítsék működésében, úgy ez erőnk végességében rejlő szükségesség. A massage orvostól egyes kóros esetekben követelt ügyességeken kívül gyakran az is szükséges, hogy egy bizonyos működés úgy idő mint erő tartamra nézve folyton egyforma legyen, ily esetekben az orvos keze is készülékekre szorul. Ilyen értelemben fogható fel dr. Reich intézetében alkalmazásban lévő készülékeknek, gépeknek a sora.

Egyáltalán röviden bajos azt kifejteni, hogy minő gyógyhatásokat idéz elő a fentebb vázolt gyógyászati gymnastika. Ez egy egész orvosi tudomány, mely mint ilyen is több tételről, különösen az idegbántalmaknál, kénytelen hypothéziseket állítani fel. Azonban a nem orvos is önmagán szerzett tapasztalatok nyomán könnyen rájöhet arra, hogy ama működések következtében a testben határozottan érezhető benső változások állanak be. Nemcsak a nagyobb hő kisugárzásban, nemcsak ama bizonyos zsongó benső érzetekben észlelt változások történnek azonban, hanem egész sora jön elő azon hatásoknak, mikről a működés alá vett egyének agya közvetlen tudomással nem is bír, a mennyiben a gyomor és belek dűcz idegrendszerében, a szív idegtelen izmaiban, az erekben, az izmok sejtjeiben — zsábákban, hatalmas működési energiát ébreszt, de a mit a testi érzékek csak abban és akkor vesznek tudomásul, midőn az azelőtt érzett rendellenes kellemetlen tünetek elmúltak.

Az itt jelzett működések és hatásai természetéből következik már most az, hogy ott, azon testrészen, azon testszervben, a hol éppen az idegeknek vagy izmoknak túlzékony vagy bárminő rendellenes állapota van jelen, ott ezen működésekkel gyógyítani is lehet, de viszont kárt is lehet tenni. Nem a mozgások diagnózisa tehát a legfőbb, hanem a kóroknak felismerése és a mozgások megválasztása. Ezen oknál fogva igen tanácsos az, hogy még a legképzettebb tornatanár is csak azon esetben vállalkozzék a svéd gyógytornázásnak teljes mérvű (passiv, duplikált és activ) alkalmazására, ha szakértő orvos áll tanácsaival mögötte.

Mindenesetre méltassák figyelműkre a fent elmondottakat különösen azok, kik költségkimelésből vagy egyéb helyi viszonyoknál fogva olyképen alkalmaznak magukon vagy a hozzájuk tartozókon orvosi tanácsra massage-féle gyógyítási módot, hogy az orvosnak pár napi működését ellesvén, azután egy e dologban egészen járatlan laikus jó barát vagy éppen a házi cseléd folytatja rajtuk ugyanazt mindaddig, míg talán éppen ennek következtében egy újabb betegségi tünet ismét nem igényli az orvos felleptét.

Sokra kell becsülniök a gyógygymnastikát különösen azoknak, kik egyoldalú izomgyöngeség vagy egyéb okok következtében ferde növési, csontizületi vagy egyéb hasonló bajokba estek; de becsülniök kell azoknak is, kik túlmérvben kedvelik a nagy ebédeket és vacsorákat, kik ennek következtében bizonyos gyomor és bélbajoktól éppen nem mentek; becsülniök kell a gyógygymnastikát azoknak is, kik nem tudnak vagy nem szoktak rendet tartani sem az alvási idő betartásában, sem a munka helyes beosztásában, a kik t. i. e miatt bizonyos mértékben idegbetegek is.

Tehát nem találó elnevezése a valódi gyógyászati gymnastikának, ha «testgyógyászat»-nek mondjuk, mivel tényleg is például dr. Reich intézetében majd ugyanannyi az egyenes növési páciensek száma, mint a görbületekben szenvedőké. Nem találó ezen elnevezés sem, svéd gyógytornázás, mert bajosan nevezhető például tornázásnak az, ha valaki semmit sem tesz, hanem a doktor fejt ki sajátos tornaműködést a pácienst. A lényeg itt a gyógyászat, a «gymnastika» jelző szó, mely megkülönbözteti minden más gyógymódtól. De ha így van is, még is okvetlen belevág a testedzési ügybe. Mint ilyent ezen helyen figyelemre méltatni talán célszerű, annyival is inkább, mivel Svédországban sok helyen, de még Németországban is itt-amott tényleg be van hozva az éptestű egészséges egyénekre nézve is rendes testedzési módul a gyógygymnastika. Már pedig ezzel a rendes nevelési vagy néptornázást leszoríttatni nálunk engedni nagy tévedés lenne.

Végül visszatérve dr. Reich intézetére ezuttal térszűke miatt csak annyit említsünk fel, hogy helyesen nem lehet ítéletet mondani ilyen felületes ismertetés után arról, pedig érdemes lenne bővebben is ismertetni, megbirálgatni is, mivel ez intézet itt a fővárosban különösen nagy hivatást kell, hogy betöltsön és mivel ezen intézet a legerősebb bírálatot már is megállhatja.

PORZSOLT LAJOS.

Kocsmai tornász-estélyek.

Vannak sokan, kik épen semmi tornászati hasznót nem látnak abban, hogy vacsorákra esténként kocsmai összejöveteleket tartanak a tornászok; de viszont mások meg igen is sokat várnak az ilyen estélyek rendezésétől.

Kétséget sem szenvedhet, miszerint pusztán eszem-iszomra járni össze és utána féktelen dárídózásokba csapongani át épen nem egyeztethető össze a tornászszellemmel; de viszont azt sem lehet tagadni, hogy kedélyes vacsorai társas összejövetelek igenis előmozdithatják az összetartási baráti érzelmeket és mindmegannyi kellemes és hasznos estély lehet az egyénekre és a torna-ügyre nézve is.

Minden csak a kellő helyes eljárástól függ.

Hazánkban még nincs oly elterjedt népszerűségben a tornázás, mi még nem vesszük ezt úgy, mint a németek, de nálunk, itt köztünk is vannak már egyletek, miknek kebeléből sokszor mennek ki csoportok valamely közös étkezési helyre. Lássuk tehát, miként szervezkednek ezen dologban a német tornászok.

Ravenstein igen szép programmal áll elő, lássuk, miket mond:

A torna-térnek lényeges kiegészítő része a tornász-kocsmá. Hogy ez céljának megfelelően, kell, hogy ép úgy, mint a torna-tér, ügyes vezetővel és renddel birjon.

1. Az illető torna-egylet előjáró tagjai közül egy általános műveltségű, erkölcsös és vigkedélyű férfi választandó ki s nevezendő ki felügyelőnek. A ki viszont a rendes látogatók számából egy vagy több segédet választ. A felügyelő vagy helyettese mindig ott tartozik lenni a helyiségben, hogy beszédeknel, előadásoknál elnököljön s ő vezesse a tanácskozásokat.

2. A kocsmába csak az egylet tagjainak, vagy a tagok által bevezetett idegeneknek van szabad bemenetük. A még éretlenebb korú torna-tanulók számára szüleiktől vagy tanítóiktól való függési viszonyoknak megfelelőleg több-kevesebb szabadság adandó.

3. A kellő tovafejlődés és szórakozás céljából a legkülönbözőbb politikai, irodalmi, ipar- és torna-folyóiratoknak s könyvgyűjteményeknek kell a kocsmahelyiségben lenniük. Ezek fölött egy torna-ór őrödjék.

4. Ha az egylet a tornász-kocsmá költségeit nem az általános pénztárból fedezi, a számadások vezetésére külön számadóra van szükség. A kocsmá, a könyvtár- s a számla-ór kisebb kiadásokat létesíthetnek, nagyobb kiadásokban a kocsmá rendes tagjai illetékesek.

5. A tornász-kocsmá tagjainak jó és pontos kiszolgálására legcélszerűbben maga alkalmaz egyéneket. Ha ez nem volna lehetséges s a kocsmát valamely vendégfogadás kezeli, azon intézmény létesítendő, hogy a tanulók vagy szegényebb sorsú tagok, ha nem is költenek semmit, háborítlanul ülhessenek a helyiségben s a magukkal hozott ételmet fogyaszthassák, általában, hogy teljesen szabadok legyenek.

6. A tornász-kocsmá kinyitásának és bezárásának ideje pontosan meg legyen állapítva, hogy így minden tag a rendhez szokjék.

7. A tornász-kocsmá tagjai illő alkalmakkor a kör anyagi és szellemi sikereit előmozdító társas összejöveteleket, felolvasásokat rendezhetnek. Vajjon a tornászbálok is ide tartoznak-e? E kérdésre e sorok írója inkább nemmel, mint igennel felel.

Eddig Ravenstein! — Kiindulási pontnak ez is elég. Annak idején hozzá lehet szólni, most még tán korai, mert vacsorákra csak enni szoktunk járni.

Korcsolya-egylet Zala-Egerszegen.

Mint a Z. írja Egerszegen már régebben volt korcsolya-egylet, de kevésre mehetett, mivel nem volt alkalmas helyisége.

E bajon segített Unger Domonkos gyógyszerész úr, a ki rövid ott tartózkodása óta minden nemes ügy kivitele körül fáradszókát buzgalmat fejt ki s hogy módot nyujtson korcsolya-egylet alakítására, egy darab rétet vett, ott 140 méter hosszú és felső részén, valamint a közepén 25 méter széles, alsó végén pedig 10 méter széles tavat ásott. Akkora hely kétségkívül, hogy a jég-sport gyakorlására igen kényelmes. A tó vize biztosítva van az által, hogy nyugati részénél egy patakocská foly s ez magasabb fekvésű lévén — a vizet a tónak folyton szolgáltatja. Ha a tó vize a normális magasságot elérte, a keleti részén van egy nyílás, honnan a felesleges víz akadálytalanul kifolyhat. A víz mélysége 40—70 c/m közt váltakozik s így jégbetörés esetén a vízbefulladás veszélye egészen ki van zárva. A tó közepén mintegy 40 méter területen a víz mélysége 1 méter. Nyáron ugyanis a tó haltenyésztésre fog használtatni, azért lett egy része mélyebbre vésve.

A tó nyugati részén Hajmágy Gyula építész úr csinos kis csarnokot készít, ahol elég tágas helyiség fog lenni egy részt a kor-

csolyázókat nézők számára, más részt maguk a korcsolyázók részére. A csarnok építése pár nap alatt be lesz fejezve. — Maga a tó a csarnokkal együtt a legkellemesebb benyomást eszközli a szemlélőre s habár épen nem vagyunk ellenségei a napok óta állandó derült időjárásnak, mégis titokban mintegy óhajtuk, vajha a kemény fagy jéggel borítaná a tó felszínét s «Halifax»-al tova rebbenhetnénk annak tükör simaságán.

De hát szóljunk valamit az egyesület ügyéről.

Közelebb a korcsolya-egylet alakítása tárgyában értekezlet volt egybehíva az «Arany Bány» termébe, hol — szokás szerint — kevesen jelentek meg. Tartva attól, hogy újabb összehívás még kedvezőtlenebb eredményre vezet, az egybegyűltek az értekezletet — melynek vezetésére Szeghő István úr, a jegyzőkönyv vezetésére Udvardy Ignác kérték fel — megtartották, amelyen Unger Domonkos gyógyszerész úr előadta, hogy a tó az övé, az épületet Hagymágy Gyula úr állítja, akinek ő a tavat azon kikötés mellett átadja, hogy az folyton korcsolyázó helyül szolgáljon. Az épület s a tér vételára összesen mintegy 1400 forintot tesz ki és Hagymágy úr hajlandó ezen összeget 8%-ért bérbe adni, ami évi 112 ft bér lenne oly kikötéssel azonban, hogy ha a korcsolya-egylet a helyet az épülettel együtt meg akarja venni, úgy tartozik azt az egyletnek átengedni s ha az egylet részletfizetéseket tesz, a részletösszeg levonása után fennmaradó összeg után tartozik csak a 8%-os bért fizetni.

Az értekezlet azon óhajának adott kifejezést, hogy eltekintve az eddig létezett korcsolya-egylettől, egy új korcsolya-egylet alakítsák s egy öttagú bizottság választott Árvay Lajos, Boschán Gyula, Lányi Kálmán, Unger Domonkos és Udvardy Ignác urakból, amely bizottság az alakuláshoz szükséges intézkedések megtételére felkérte s egyúttal az értekezlet részéről a bizottság számára irányadóul kijelöltetik, hogy készítsen alkalmas alapszabály tervezetet, az alakuláshoz szükséges tagokat gyűjtse össze s azokat az alakuló gyűlésre hívja egybe. Az alakuló gyűlés után a tagok folytatólagos felvétele már az alapszabályok által előírt módon eszközöltetik.

Hisszük, hogy a kiküldött bizottság rövid idő alatt egybegyűl és az értekezlet óhajának megfelelően az alakulásra szükséges intézkedéseket fogantatja, hogy az alakuló közgyűlés mielőbb megtartathassék s a helyiség — eshetőleg bekövetkező időjárás alkalmával — rendeltetésének azonnal átadható legyen.

A testgyakorlatok physiológiai jelentősége.

(Folyt.)

A normális vérkeringéssel benső összeköttetésben áll a *vér vérgyűlése*, mely csak akkor egészséges, ha egyes alkotó részei helyes arányban állanak egymással. A vérnek két alkotó eleme van: egy vizenyős, fehéres s egy sűrű, nyálkás anyag. Ez utóbbi ismét két anyagra osztható: a cruorra s a vérplasmára. A cruor phosphorsavas vasból áll, kevés fehérnyével vegyülve. A vér vörössége szenes, éghető anyagnak tulajdonítható. A plasma fehérnyére, ugynevezett vérsókra, zsiradékokra s állati alkatrészekre osztható. Ez tartalmazza minden testi szervnek tulajdonképeni tápanyagát. A vértestecskéket (cruor) sejteknek tekintik, melyek a vérben szabadon úsznak s annak tulajdonképeni éltető princípiumát képezik. Rendeltetésük a nélkülözhetlen lég-anyagok befogadása s az izmok táplálása.

Mint hogy a vér az alakító élet központját képezi, természetesen a helyes vérgyűlés az életműködés egyik legfőbb feltétele. Ha a vérnek például hiányzik a tápláló anyag, mint a vas, az ember sápadtságba esik; ha hiányzik phosphorsavas mész. a csontok puhák lesznek s csontgörbülések állnak elő; ha hiányzik a fehérnye, rossz táplálkozás és erőtlenség áll be; ha túlsok a sav és a fehérnye s kevés a vas és rostanyag, görvélyes stb. betegségek jelentkeznek.

Ha az izmok kellő tevékenységben vannak, jó emésztés által, a vérhez a kellő alkatrészekkel lesznek juttatva, melyek rendes körforgás mellett a rendes vérgyűlési arányokat mutatják. Az izmok kellő művelése már a külszínben is észrevehető, a meny nyiben a tornázó arcza üde és eleven; míg az oly ember, kinek külseje bágyadt és elgyengült, rosszabb vérű, szegényebb táplálkozási anyagban és halványabb színű.

Az izommunkásság jó hatása még a rossz, használhatatlan vértestecskék kiválasztásában is nyilvánul, mi által a vér tisztítva s az egész test erősítve lesz.

Az egészségtelen alkatrészek kiválasztása a tornázás egyik leg-üdösebb eredménye. Ezeknek a testben való maradása szüli a hypochondriát s a hysteriát. A tornázás üdvös volta a bőrképzőrendszerben is nyilatkozik, a mi minden csak némileg is erős izomgyakorlat után mutatkozik.

És mind e jó hatást az izmok idézik elő sajátos szervezettel, melyen észrevehető, hogy jelentékeny rendeltetésük van. Minden összehúzódnál rövidőbbek, vastagabbak s keményebbek lesznek s a bennük gazdagon található nedvet, mint a vért, kiszorítják. A gyakorlat után a kiszorított vér természetesen visszatér az izmokba s így életerős, egészséges körforgás lesz előidézve. Magukon az izmokon a tornázás nyomai bizonyos keménységben és erőteljességben mutatkoznak, míg a henylők izmai puhák és lankadtak.

A tornázás befolyásának vizsgálása a vérkeringés menetére, a *lélegzési folyamat* megfigyelésére vezet bennünket.

A lég ismert főalkatrészei az éleny, a légény, a szénsav s a vízgőz. Az első két anyag mindig egyforma arányban van, még pedig 21 perczent az éleny és 79 perczent a légény.

A levegő élenye minden lélegzésnél a tüdő legfinomabb erecskéibe nyomul, míg a szénsav, melylyel a visszeres vér teli van, a tüdőből kionson. A lélegzés külsőleg a mellkas periódikus kitágulásában és összeszorulásában észlelhető, a mi a be s a kilélegzésnek felel meg. A lélegzésnél számtalan izmok működnek össze, melyek részint a légcsőn, részint a mellkas falain, a bordákon vannak elhelyezve.

Rendszeres izommunkásság, a milyen a tornázás, mindig mélyebb és gyorsabb lélegzést idéz elő, a mi nem csak az izmoknak kifejlődését, de a mellkas domborodását és kitágulását is előidézi. A mellkas széles alkata minden ó- és újkori orvos által kellően lőn méltányolva, mint az erős test egyik leglényegesebb kelléke.

«A tüdőnek s a szívnek ama számtalan betegségei, nevezetesen az elsőnek sorvadása, mely annyi sok embert öl meg élete tavaszán, sokszor a mellkasnak szűk voltában leli okát, minthogy a bordák nem domborodnak kifelé, hanem befelé lapulva, a tüdőnek s a szívnek nem engednek kellő helyet a kifejlődésre. A nélkül, hogy a lélegzet szorultságának mechanikai előmozdítójáról részletesebben szólnék, csak azt jegyzem meg, hogy ama rettentő betegség sokszor még kifejlődése előtt a szűk mellkason föli-merhető, mintegy előre jósolható. Ilyenkor csakis rendszeresen üzőtt tornázás mentheti meg az ember életét. Mert minthogy minden testgyakorlat gyorsabb és e.öteljesebb lélegzetvételt és vérkeringést okoz, természetesen a mellkasnak térbeli kifejlődését is előidézi, minthogy a bordákon levő izmok a bordákat is tetemesen kifelé húzzák. E célra kivált a kargyakorlatok ajánlhatók».

(Dr. Ideler.)

Ama számtalan tüdőbetegségek keletkezési oka továbbá azon körülményben is rejlik, hogy a tüdők teljes erejüket nem érték el, minél fogva a sajátos, ruganyos, szívacsos alkotásukat elveszítik, összeesnek és elfajulnak.

A félbe maradt tüdőmunkásság legközönségesebb következménye a tüdőbe özönlő vérfennakadása, miből tüdőgyulladások s hasonló bajok keletkeznek.

Itt is igazolja a közönséges tapasztalat, hogy az oly emberek-nél, kik testi gyakorlatokat űztek, egészséges és energikus munkásságra képes tüdőt találnak; míg elkényeztetett, tornát nem űző emberek azonnal valódi lélegzet-inségbe jutnak ha esetleg erősebb munkát kell végezniök.

Megjegyeztük már, hogy az önkényes akaratos izmok a *csontvázra* vannak erősítve. E körülmény annak kutatására vezet, hogy az izom-munkásság alakilag, tartásilag és helyzetileg mily befolyást gyakorol az ember csontvázára.

A csontváz adja a testnek az alakot s a támasztékot a puha részeknek. A 213 csontdarabnak egymáshoz s az egész szervezethez viszonyától függ az emberi alkat szabályossága és szépsége.

Bennünket itt nem annyira a csontváz szabályos szép alkata érdekel, mint fejlődése és erősítése a tornázást behatása alatt.

Mindenki tudja, hogy oly emberek-nél, kik kézművességet űznek, mint a lakatosok, kovácsok, favágók stb. ép oly szilárd, mint erős pl. csontvázat találunk; míg a hivatalnokok, írnokok stb. csontváza gyenge és puha. A csontok, ép úgy, mint a test többi részei, munkás és fejlődésre képes szervek, melyek táplálékukat az őket környező csontbőr-ből (periosteum) nyerik.

Physiológiai törvények szerint e táplálkozás, fejlődés és erősödés a szerint megy véghez, a milyen munkát végeznek az izmok. Minden egyes csont fejlődése a rajta tapadó izom munkásságától függ. Az anatomusok minden csontvázon feltudják ismerni, vajjon tulajdonosa izomerős vagy izomgyenge volt-e?

Torna-gyakorlat vagy fárasztó munka által kiképzett test csontjai jóval vastagabbak, nehezebbek, keményebbek, többnyire hosszabbak.

Igy hát az ember egész szervezetére, a puha húsról, mint a kemény csontokra a legüdvösebb hatással van a testgyakorlat, melynek űzése egy az egészséges és hosszú élettel.

Dr. KLOSS ntán.

Különfélék.

A kerékpár-egylet jégpályáját az «Ujvilág» helyiségében mult vasárnap nyitották meg díszes közönség jelenlétében. A számos nő közül tudósítónk a következőket jegyezte fel: Forché Románné, Daláry Sándorné, Zuschmann Jánosné, Wunsche Emilné, Grablovsky Ottilia, Kulka Zsófia (Bécsből), Varga Jolán, Hoch Emilia, Vághy Erzsike stb. stb. — Estefelől a jégről a fedett kerék-korcsolya helyiségbe mentek be a fáradhatatlan korcsolyázók, hol a nők úgy, mint a férfiak egyforma jó kedvvel gyakorolták magukat e nálunk még fiatal sportban. A mindenképen sikerült megnyitást kedélyes estebéddel zárták be.

A cambridgei egyetem 7½ mértföld futó versenyén Whately 42:17 időben érkezett be elsőnek.

Belgiában az ottani statisztikai kimutatások szerint az elmúlt szezónban kilencz cyclista meeting tartott, még pedig kettő Saint Trond-ban s egy-egy Loewen-ben, Heusy-ban, Heyst-ben, Châtelet-ben és Ostend-ben. E versenyeken összesen 110 díj került kiosztásra, ezek közül 9 külföldre vándorolt. A legjelentékenyebb eredmény ez éven M. Swéroné volt, ki a Saint-Trondban tartott szeptemberi meetingnél 2:18 idő alatt 1200 méternyi utat tett meg. Ugyane versenyenél M. Wirix érkezett be másodiknak 2:13½ idő alatt.

A párizsi cyclisták clubja, mely csak ez éven alakult e hó 16-án gyönyörű őszi napon a bajnoki cím kivívására meetinget rendezett. A verseny Neuilly közelében Saint-Jamesen tartott meg 10,000 méter hosszú pályán s Neuhaus M. lett nyertes 24:52 idő alatt. E versenyen kivált a cyclisták elegáns dress-e tűnt fel.

A londoni athlétikai club e hó 18-án tartotta a St. James Hallban vivó-estélyét, melyet birkozással, ökölvívással, «Indian club» és «Dumb bells» gyakorlatokkal kötött össze. A legkülönbébb gyakorlatokat ugrás nyitotta meg s ezt amatőrök ökölvívása követte. Ezután bajonnet, fleuret, kard, tör- és bot-versenyek következtek, melyek különösen fényesen sikerültek. A «Polytechnic gymnasium» tagjainak gyakorlatai szintén általános tetszést arattak. Feltűntek kiválóan A. C. E. Melló, nagyszerű londoni tornász erő-gyakorlatai, miket 16 font súlyú golyók, 44 font indiai buzogányok és 60 font súlyú «dumb bells»-ekkel véghez vitt. Bámulatra méltó erő-gyakorlatok, korlát- és nyújtó-műveletek, birkozások fejezték be a londoni athlétikai club tizenhatodik ünnepélyes estélyét.

Felső-Olaszországban napról-napra terjed a velocipéd sport. Csak nemrég is alakult Cadagnóban új egylet. Az ország kitűnő útjai nagyban előmozdítják e sport fejlődését, úgy, hogy ott oly recordokat érnek el, melyek versenypályákon elért eredményekkel is bátran összehasonlíthatók. Így a veronai club e hó 2-án Villafrancába és vissza, azaz harmincz kilométernyi útra versenyt rendezett. A veronai porta nuovánál összesen negyven bicylista gyűlt össze s délután 2 óra 40 perczkor indultak útnak. Az első, ki 3 óra 10 perczkor Villafrancába ért Franceschini Zsigmond volt. Öten már a Villéfranca felé való úton adták fel a versenyt. Franceschini így az első 15 kilométernyi utat egy fél óra alatt tette meg. Ez eredmény elérésében a szél is segítette, mely folyton hátába fújt. A visszafelé való úton azonban a szél hátráltatván menetét, az eredmény is csökkent. Franceschini győző maradt s az utat 1:08 alatt tette meg; Valetti 1:09 és Steiner 1:10 idő alatt. Öt érem került kiosztásra, három ezüst és két bronz.

Úszási verseny volt e hó 14-én Londonban a Hyde parkban. A Serpentine club tagja versenyeztek a «Collard» vándordíjért. A «The Serpentine» medenczében folyt le az úszási verseny s hét úszó vett részt az 55 yard handicapon. H. Moss, ki 25 másodpercznyi előnyt kapott, elsőnek érkezett a célhoz. C. Shepherd a másodiknak jött meg, a Glock harmadiknak.

A német alföldi korcsolyázó szövetség e télen Leenwardenben Friezországban nemzetközi korcsolyázó-versenyt rendez, melyen négy pénzjutalom, összesen 1200 hollandi forint értékben s egy champion-érem lesz kiosztva. A verseny idejét csak később állapítják meg, minthogy azaz időjárástól függ. A bejelentési határidő: két nappal a versenynapja előtt van. Korábbi bejelentőknek azaz előnyük van, hogy verseny idejéről direkte értesítve lesznek. A verseny napján sorsolás útján meg lesz állapítva, hogy a pályázók páronként mily sorrendben küzdjenek egymással. Ha a párok az első körutat végezték, a győzőknek ismét a sorsolás által megállapított sorrendben kell futniok s így tovább, míg a díjak el lesznek nyerve. Bejelentések dr. Salverdához Leenwardenba címzendők.

TARTALOM.

Versenyek és az egyleti élet. — A jégről. — Előtornázási ügyek (Porzolt Lajostól). — A korcsolyázás tanulása (képpel, Mastertől). — A nők sportjai (képpel, Bokelberg Edétől). — Testgyakorlati gyógy mód (Porzolt Lajostól). — Kocsmai tornász-estélyek. — Korcsolya-egylet Zala-Egerszegen. — A testgyakorlatok physiológiai jelentősége (dr. Kloss után). — Különfélék. — Tárcza: Kankazusi labdajáték. (Suttner A.-tól).

Kiadóhivatal:

Budapest, IV. Váci-utca 1.
Aigner Lajos könyvkeres-
kedése.

Előfizetési díj:

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

Egyes szám 20 kr.

Hirdetések díja: két hasáboz
petit sorért 25 kr.

HERKULES

TESTGYAKORLATI KÖZLÖNY

SZERKESZTIK

PORZSOLT JENŐ PORZSOLT KÁLMÁN

KIADJA AIGNER LAJOS.

Szerkesztőség:

Budapest, VIII. Nagykörút-
utca 13.

Kéziratokat vissza nem
küldünk.

Bérmentetlen leveleket nem
fogadunk el.

A «BALATON-EGYLET», A «BUDAPESTI KERÉKPÁR-EGYLET», A «BUDAPESTI TORNA-EGYLET», A «BUDAPESTI VASPARIPA-EGYLET
ELŐRE», A «GYÖRI CSÓNAKÁZÓ-EGYESÜLET», A «HUNNIA CSÓNAKÁZÓ-EGYESÜLET», A «MAGYAR ATHLETIKAI CLUB», AZ «Ó-BUDAI
TORNA-EGYLET», A «PANNONIA CSÓNAK-EGYLET», A «SZABADKAI TORNA-EGYLET» ÉS A «SZEGEDI TORNA-EGYLET»

HIVATALOS KÖZLÖNYE.

Az öregurak testmozgása.

Már a címmel ki akarjuk fejezni, hogy a már meglelt korú férfiak testmozgását nem tekintjük sem a sport, sem a testgyakorlatok megszokott és némileg már különös testgyakorlatokra lefoglalt szavaival jelezni. Nem azért, mert maguk az öregek által végzendő gyakorlatok sem lehetnek az ifjúság által üzőttek. E gyakorlatok különbözőségét nem az öregek tekintélye, társadalmi magasabb rangja, hanem testi állapotuk különbözősége szabja meg. Az öregek helyesen nem azért nem vesznek részt az ifjak túrge játékaiban, mert ez tekintélyüket sértené, hanem mert testi törődöttségével nem egyezik meg a játék.

Első tekintetre különösnek tűnik fel, hogy az ifjúság testgyakorlataival szemben az öregekével alig foglalkozik bármily szakör is. A gyermekek testedzésére kiterjed figyelmünk mindjárt a bölcsőn túl, míg a már élemedettek testi épségéről beszélői sem hallunk. — E mellőzésnek alapja egy a testképzés fő elvével. A testi erősítés és ügyesítés munkájának valódi eredménye a testi fejlődés idejében érhető el. A testgyakorlatoknak igazán

csak úgy van hatása, ha e természetes testi erősödés folyamatával egy időben üzetnek.

Hanem ezzel nincsen az kimondva, hogy mikor már a testi fejlődés elérte azt a fokot, melyen túl már csak a gyengülés a természetes, hogy ekkor már a testgyakorlatokra szükség sincs. Sőt szerintem itt van az az idő, mikor a természetszerű hanyatlást, a pillanatra is, de megállíthatja az észszerűen végzett testgyakorlat.

Hanem hát az a kérdés, mily testmozgás volna a legalkalmasabb a már férfikorukon túl levő öregekre, vagy a már javakorukban elgyengültekre. — Ha az öregekre biznánk egyenként, hogy válaszsák meg testgyakorlataikat, bizonyynyal mindegyik azt választaná, melyet ifjú korában üzőtt. Az pedig, ki épen egyben sem erősíti magát, vénségére sem akarná egygyel is fárasztani magát. Hanem így meg az jönne ki a dologból, hogy miután egyik-másik testgyakorlat a már gyengült szervezettel épen nem üzhető, az öregek testedzése el is maradna. A minthogy tényleg így is van. — Van ugyan mind a fővárosi két torna-egyletben, mind az atletikai klubban is * öregek csapatja, de e csapatok-

* Az atletikai klubban csak volt.

Szerk.

A «HERKULES» TÁRCZÁJA.

Tört szív, tört kar.

— Lovaskaland. —

PORZSOLT KÁLMÁNTÓL.

Sohasem tudta elfelejteni azt a bájos kis ördögöt. Mindig ott pajkoskodott körülötte — képzeletében. Mikor hideg szűk szobájában tudományos munkák fölé hajolva ült, sokszor hallani vélte a pajkos gyermekek kacagását.

Pedig régen volt már. Innen-onnan már tíz esztendeje, hogy Bartha Sándor a szegény filozopter künn nevelősködött a Szentmihályiék pusztáján.

Azóta a szegény filozopterből híres ember, egyetemi tanár lett, azt a félszeg szerénykedést, a mi az okos szegényeket jellemezni szokta, már levetkőzte és ennek helyét elfoglalta a szellemi arisztokratáknak az a könnyed méltósága, mely sokkal finomabb a született arisztokraták büszkeségénél. Külseje is előnyösen megváltozott, mert többet adott rá; torzonborz szakállát levágatta s síma arcával s fekete bajuszával még azok között is megálhatta helyét, a kiknek a külsejük mindenük.

De a kis Aranka is bizonyára nagyon megváltozott. Ha az a pajkosság és szeszélyes könnyelműség még most is megvan benne, úgy bizonyára sok férfi szívet törheti össze . . .

— Tudod-e Aranka, hogy ki lesz a vendégünk? — kérdezte egy napon az öreg Szentmihályi leányától.

— Nem bánom akárki, csak tudjon jól lovagolni és táncolni.

— No nem tudom, hogy ez a vendég efajta kívánságaidnak meg tud-e majd felelni?

— Hát ki jön?

— A régi nevelőd, Bartha Sándor.

Aranka elkacagta magát, emlékében egy régi furcsa alak ujjalt meg, kopott ruhában, torzonborz szakállal, arcán annyi komolysággal, de mégis gyöngéd szeretettel. Hányszor kicsufolta ő ezt a szegényes alakot s ez mégis minden csinyjét annyi gyöngédséggel, szeretettel és elnézéssel fogadta, hogy most, midőn rá

visszaemlékezik, úgy érezi, hogy jöttének híre nem csupán kacagó idegeit érinti, de talán mást is . . .

Mindakét részről nagy volt a meglepetés, midőn találkoztak. A nevelő ur a régi pajkos gyermekleány helyett egy veszedelmes szépségű felnőtt hajadont talált.

De még nagyobb volt Aranka meglepetése, midőn a kócos nevelő ur helyett, egy szép külsejű, tekintélyes férfit látott maga előtt.

Egyikük sem merte a régi időket a másiknak eszébe hozni; nagy elfogultság lepte meg mindkettőjüket, melyből alig tudtak megszabadulni.

Egymással alig is váltottak néhány szót, a régi bizalmas hangot egyik se merte használni s az ujat még egyik sem tudta megtalálni.

Bartha leginkább Szentmihályival beszélt s Aranka szorongva hallgatott.

E kényelmetlen helyzetnek Szentmihályi azzal vetett véget, hogy Barthának megmutatta Aranka régi tanulószobáját, mely máig is régi elrendezésében érintetlenül maradt.

Az ismert hely s a régi tárgyak levették a lidércnyomást a fiatalok lelkéről; otthon érezték magokat, mintha csak ismét nevelő és tanítvány lennének.

Az öreg Szentmihályit kihívták a szobából és ők egyedül maradtak.

— Mondja csak, hogy hívjam én magát? szólott Aranka kedves gyermekséggel. — A papa olyan sok czímét említette önnek, hogy igazán zavarban vagyok.

— Csak hívjon úgy mint régen, «Bartha urnak», vagy akár «Bartha bácsinak».

— Bácsinak? no még csak az kellene, hiszen most még fiatalabb, mint volt.

— De hiszen a három x a hátamon van már.

— Ah igen, bizony vénülünk, már én is huszonkét éves vagyok. Maga előtt nem titkolom, úgy is tudja. A papa azt akarja, hogy menjek már férjhez; mit csináljak?

— Hja, az attól függ, hogy szerelmes-e már?

— Enyje nevelő ur, ön erősen kezd czenzeálni!

ban talán egy sincs — kit joggal öreg urnak lehetne titulálni.

Az öreg urak tényleg semmiféle egyetben sem tornáznak. És én helyesnek is tartom ezt, mert az öregek testmozgásának sehogys sem felelhet meg az egyleti vezetés alatt üzött bármely testgyakorlat sem. Az öregek az egyletek porondjára nem kerültek tekintélyénél fogva, hanem testük gyengesége miatt nem mehetnek.

Mindezzel nem azt akarjuk mondani, hogy valami külön testgyakorlatot kellene az öregek számára feltalálni, hanem hogy úgy és annyira sem a tornát, sem az athletikát nem üzhetik, mint azt az ifjak az egyletekben gyakorolják.

Az öregek testmozgásául azért mégis ki kell jelölni a számos testgyakorlatok közül azokat, melyek testi és szellemi állapotuknak legjobban megfelelnek. És én itt a legjobb meggyőződésből főleg az athletika néven nevezett természetes mozgásokat ajánlom.

Az öregek testgyakorlata jóformán egynek tekinthető a gyermekekével. A még fejletlen és a már elgyengült izommunkaságra pedig legalkalmasabbak az életműködésben rendszeren előjött mozgások. Ezek pedig éppen az athletika gyakorlatai; mint a járás, futás, ugrás, emelés és dobás.

Az ugyyszólva nemzeti tornájukat imádó németeknél is a kis gyermekek tornáztatása semmi egyéb, mint athletika. Kimondják ugyanis batározottan: «a kis gyermekek tornáztatása feleljen meg az életben végzett természetes mozgásoknak». A kis gyermekeket minden szer nélkül tornáztatják maguk a németek is.

Ilyen szerek nélkül végzett tornázás, vagy athletika kell az öregeknek is. A járás és lassú futás, kisebb súlyok emelése nem fog a legelgyengültebb öregnek sem kellemetlen izomfájdalmat okozni. E természetes mozgások a mellett, hogy a higgadtabb kedélyeknek is jobban megfelelnek, mint a mesterkélt tornagyakorlatok, a testgyakorlati kedvet is nagyban fejlesztik, mert mindennapi munkánkban csakhamar észreveszszük jótékony hatásukat.

— Nagysád hozta elő.
— Eh mit nagysád! Hivjon maga is engemet úgy, mint régen, csak Arankának.

— De mit gondol; egy felnőtt szép kisasszonyt?
— Hát igazán szép vagyok? De mondja meg őszintén; olyan sokan mondják nekem, de magának elhiszen, akármit mond. Jöjjön, nézzen meg jól.

S ezzel megfogta Bartha kezét és közel huzta magához. Bartha sokáig arczába nézett a lánynak s aztán megszorítva kezét, érzéssel mondotta:

— Nagyon szép!
Aranka hirtelen kirántotta kezét Bartha kezéből s fülig elpirult.
— No várjon csak, hát maga is bókol, ezért kikap! Emlékezik rá, hogy ön nevezett el «kis ördögnek?»

És a «kis ördög» szeszélyeit és boszantásait az egykori nevelő ur ugyancsak megérezte.

Elkezdődött a régi játék, de most már veszedelmesebb alakban, mert szívek voltak a játékban. A mi az előtt pajkosság volt, most kacérság lett; a régi incselkedő kacaj most gúny volt és sebzett; a régi gyerekes csínyek veszedelmes szeszélyekké váltak; a «kis ördögből» kezdett «démon» válni.

Három hétig volt ott Bartha s ekkor már bevallotta maga előtt: most már én vagyok a tanítvány és ő a mesterem; csak a mire megtanított, veszedelmem ne legyen.

— Maga még most se tanult meg lovagolni!
— Hát tanítson meg bájos mesterem.
E szóváltás Aranka és Bartha között a mezőn folyt le lóhátról. Aranka a «bájos» szóra elfintorította arcát s durczásan odaszólt.
— Ne beszéljen olyan unalmas ostobaságokat!
Bartha ajkába harapott, de nem késett a visszavágással.
— Lehet, hogy unalmas, lehet, hogy ostobaság is, hogy mondom, de igaz és — önnek jól esik.
— Meglehet, de talán nem mindenkitől.
Bartha lóva eddig egész közel járt Arankához, e sértő cél-

Az említett testmozgások után legajánlatosabb az öregek testmozgásául az úszás és korcsolyázás. E két gyakorlatot, különösen az úszást a legtöbb idős ember is gyakorolja.

Végre is különben nem kell a testgyakorlatok közt nagyon válogatni, hanem kinek melyikhez kedve van, azt üzze. Az öregek csökönysége ellen nem akarunk küzdeni s mindenkinek kedvére hagyhatjuk a maga testmozgását, csak végezzen valamit. Az az ember, ki sokat mozog, jól eszik és alszik s ez már maga félboldogság.

VÉN ATHLETA.

Jó tanácsok a korcsolyázóknak.

(A korcsolyázók öltözetéről. — Szívarozás. — Orvosi tanácsok.)

A korcsolyázásnál a mellékes dolgok közt mindenestre legfontosabb az öltözet kérdése. Két szempontból fontos pedig, hogy miként öltözzünk; az egészség és maga a könnyed korcsolyázás tekintetéből. A két dolog közt első természetesen az egészségre nézve előnyös ruházat. De itt nehogy azt higgyék olvasóink, hogy valami tulságos melegen való öltözést ajánlanánk. A nagyon meleg ruházatban könnyen kimelegedve, még hamarabb meghűlhetünk, mint a könnyű ruhában a kellő mozgás mellett. Azért tehát sem nagyon melegen, sem tünetni akaró könnyűséggel nem kell öltözni.

A felső ruha, különösen a kabát derékban álljon jól a testhez, de szűk se legyen. Legjobb alakú kabátforma így a korcsolyázásra a jól testhez szabott matróz kabát volna, elől két sor gombbal nyakig begombolva. A szövet minőségét illetőleg mindenestre a gyapjú és szörkelmek a legmegfelelőbbek.

A nadrág alul szűk legyen, hogy a korcsolyázásban lábunk a legszabadabban mozoghasson. Sokan az alsó lábszáron a nadrágot posztó vagy bőr bokaszorítával (Gamaschen) kötik el. Nem éppen szükséges ugyan ily szorítót beszerezni, de jó azért is, mert a hideg ellen a legjobban véd.

Mind a kabát, mind a nadrág csak annyira legyen szűk és kemény posztóból készült, hogy mozdulatainkban semmi gátul se legyenek.

Alsó ruházatunkat a korcsolyázásra nincs miért melegebbel cserélni fel, mint a minővel rendszeren öltözni szoktunk. De ha változást

zásra távolabb maradt tőle. Sokáig szótlanul vágattak, Bartha akaratlanul hátrább maradt. Aranka hátrafordult:

— Hát nem bir követni? — Vagy talán meg akar szökni az elől a korbát elől?

Bartha a haragtól elvörösödve sarkantyuzta meg lovát s pár löfejjel megelőzte Arankát.

Mintegy kétszáz lépésnyire a mezőn előttük egy nagy akadály állott. Bartha még eddig soha sem ugratott akadályt, de a megsértett hiúság vakmerővé tette, neki vágatott az akadálynak.

Vagy két másodpercczel előbb ért az akadályhoz, mint Aranka, azonban oly szerencsétlenül ugratott át, hogy a tulsó oldalon lovastól együtt elbukott. Aranka gyönyörűen átröpült a gáton, midőn azonban meglátta Barthát a földön heverni, ijedt sikoltással ugrott le lováról és feléje sietett. Mire azonban odaért, Bartha már magától felkelt s balkarját a jobb kezével tartotta.

Aranka letépte nyakáról fehér kendőjét.

— Az istenért mutassa, hadd kötöm be.

Bartha hidegen elutasító mozdulattal tett.

— Köszönöm, semmi baj.

Aranka látva a neheztelést Bartha arcán, mint a rosszat tett kis gyermek hallgatagon félre huzódott. Az utat a kastélyig gyalog, némán tették meg.

Az uradalmi orvos bekötözte Bartha karját, nem volt veszélyes sérülés rajta, csak a divánra heveredett le.

Alig tette ki a lábát az orvos a szobából s alig hevert néhány perczig Bartha behunyott szemekkel, midőn halkan nyílt az ajtó s belépett Aranka.

A neszre Bartha nem nyitotta fel szemét s Aranka azt híven hogy alszik, odatérdelt a pamlaghoz és a beteg fölé hajolt. A szép arcon az aggodás és a lelkiismeretfordulás szorongása látszott. Hosszan nézte Bartha szenvedő arcát; midőn egyszerre Bartha ajkai megnyíltak és fél álomba e nevet suttozta: Aranka.

Aranka összerázkodott e szóra, arcát pir öntötte el s puha karjaival hirtelen átölelve a szenderegőt, ajkára forró csókot nyomott.

Bartha felnyitotta szemét s meglátva imádotját, sérült karjaival is szorosan magához ölelte őt s a csóknak és ölelésnek vége-hossza nem volt.

Nem fájt most már többé sem a tört szív, sem a tört kar.

akarunk tenni a nyári és téli alsó ruházatban, úgy mindenesetre jó a gyapjú kelméjű (nem szükséges épen Jägerfele) alsó ruhákat viselni télen. A korcsolyázáskori izzadások után az ily ingek a hűléstől a legjobban megvédnek.

Minden különösebb ruhadarab szükségtelen a korcsolyázásnál, mint sál, melegen bélelt mellény, bundás sapka stb. A sapkát illetőleg legfeljebb nagyobb korcsolya-kirándulásokra ajánlhatnánk. A műkorcsolyázásnál a mi éghajlatunk alatt tulságos melegek tartjuk, bár meg kell engednünk, hogy a stilszerű korcsolya ruházatnál a sapkát is szeretjük látni. Így hát, hogy minden érdeknek elég legyen téve, legjobb a korcsolyázásra a vékonyabb posztóból készült svéd sapkát használni.

A keztyűk közt legajánlatosabbak a most divatban levő kötött szőrkeztűk. A sima bőr, vagy bundás bőrkeztűk egyaránt alkalmatlanok. Nők számára persze az ily vastag kötött keztyűket hiába ajánlanánk, de a férfiak minden alkalommal legjobban használhatják.

A hidegebb korcsolya-évadban az utérmelegítőket is felvehetjük. E kis ruhadarab kezünket még melegebben tartja, mint bármily jó keztyű. A nőknél a bundás újjú kabátok helyettesíthetik ez utérmelegítőt.

A cipők a korcsolyázók öltözeténél a legfontosabbak, mert mintegy általuk erősítetik a lábhoz a korcsolya. A szíjakkal való felkötésnél még nem oly fontos a cipő, de az újabb módú korcsolyák tisztán a sarokra és cipőtalpra erősítenek fel.

Azért beszélünk csak cipőről, mert a csizmákat már alig számbavehetőleg viseljük és mert ezek a korcsolyázásra nehézségüknél fogva sem alkalmasak. Ha mégis a csizmában akarnánk korcsolyázni, ráncz nélkül feszes szárral csináltassuk, hogy a bő boka mellett a szár tartsa feszesen lábunkon a korcsolyát.

A cipőnek a lábra teljesen találni kell. A bő cipő nemcsak alkalmatlan a korcsolyázásra, de veszélyes is, mert könnyen lábunk alá engedi csuszni a korcsolya élet és elesünk. A cipőnek nem elég a lábfejre találni, hanem különösen a bokát kell szorítania. Ezért az egyedül megfelelő cipő csak az elől fűzős lehet. Az ilyen cipőt egészen lábunkhoz alkalmazhatjuk. — A fűzés elől jól lemenjen, hogy ha a cipő ki is tágul, azért lábunkhoz szoríthatassuk.

A fűzésre nézve nem helyes, mint sokan tartják, a bakancs-szerű bőrbe fűzés, mert a szíj így a lábat bevágja, hanem a rézfogasokkal kell a cipőt befűzni. A szíjat tartó rézkapcsok egymáshoz közel legyenek, de mégis annyira távol, hogy a sarok szíj két kapocs közt felköthető legyen.

A korcsolya-cipő bőrének legajánlatosabb a puha borjúbőr. A betét lehet könnyebb bőrből is. A cipő alakja lehet bármilyen, bár a Halifax-korcsolyákra nézve jobb a vágott orrú, mint a hegyes talpú, mert a talpszorító vasak a végefelé vékonyodó talpra nem találnak jól. — A cipő talpa nem szükséges, hogy tulságos vastag legyen, mert így a korcsolya magasodik vele és az egyensúlytartás mindjárt nehezebb. — A vastag talpnál a láb az egyensúlyozási érzéket is elveszti.

A cipő sarka mindenesetre alacsony legyen, úgy szólva csak arra való, hogy a korcsolyát megerősíthessük rá. A felülről lefelé keskenyedő sarkokba a Halifaxféle korcsolyák sarokszorítójának előbb helyet kell kivágni, hogy jól felerősíthető legyen. A legbiztosabb felerősítés és a legjobban találó cipő mellett is tanácsos a sarokszíjat felkötni. Ez a kis fáradság sokkal több erőlködéstől kimél meg mint gondolnánk. A bokában lábunk így sokkal kevésbé fárad és egész korcsolyázásunk biztosabb. A Jackson Haynes-féle korcsolyák, melyek a talp és sarokra állandóan erősíttetnek fel, ép ezért terjednek oly nehezen el még a legjobb korcsolyázók közt is. Mert bármily erővel fűzzük be cipőnket a szíj szorításával való biztonságot sehogysé érzük el.

A szivarozás, különösen papírszivarkák szívása a mi korcsolyázóink előtt szinte egynek tekintetik e sport igazi üzésével. Pedig e két élvezet együtt sehogysé férhet meg. Hiában szólunk általában a szivarozás ellen, hiába tejtegetnénk, hogy a testgyakorlatok rendes üzése mily szükségtelenné teszi a legmértékletesebb dohányzást is, mert eredménye vajmi kevés lenne. Hanem korcsolyázni és szivarozni mégis kevesen fognak, ha átlátják czélszerűtlen és egészségtelen voltát. A korcsolyázásban erősen működő tüdőnkbe jutva a dohányfüst, sokkal ártalmasabb lesz mint rendesen. Az erős testmozgás következtében a gyomor munkája is hatványozódik és így szükségtelen a dohányzással is elősegíteni munkáját.

A testgyakorlatoknál általában és így a korcsolyázásnál is bármily vigyázattal üzzük is, némi bajok és kellemetlenségek alig kerülhetők el. Így főleg a kisebb-nagyobb hülések csaknem napirenden vannak a korcsolyázásnál. Elkerülésükre első sorban a jó öltözet a fődolog. Mint láttuk erre nézve nem szükséges a tulságos meleg öltözet.

A korcsolyázás előtt közvetlen sem enni, sem inni nem szabad. Az étkezés után legalább egy és félórai nyugalomra van a gyomornak szüksége. Még kevésbé tanácsos tehát korcsolyázás közben étkezni. Egy kis szeszes ital is könnyen megárhathat s felhevült állapotunkban szédülés okoz. — Korcsolyázás után annál jobban esik az étkezés, de ekkor sem szabad a lehülés előtt sem enni, annál kevésbé hideget inni.

A korcsolyatérén felső kabátunkat addig ne vessük le, míg fel nem kötöttük korcsolyánkat. Az első lépések kissé gyorsak legyenek, különösen hidegebb időben, ne hogy korán átfázzunk. Ezért a tanulók, kik kevés mozgást végeznek mindjárt ne is tegyék le a téli kabátot, csak ha már érzik, hogy a testük a rendnél több meleget fejt ki. Hanem még nagyobb baj lenne, ha egészen felmelegedésig várnának a felöltő levételével, mert így még könnyebben áthűlhetnek.

Korcsolyázás közben hosszasan felöltő nélkül ne maradjunk a jégen, még kevésbé ülünk le a jégre. Még a korcsolya igazítása mellett szokásos jégre térdelések mellett is többen kellemetlen bajokat kaptak már. Ezért igen jó, ha a legkisebb korcsolyapálya mellett is van egy kis parti fedett helyiség, hol pihenni leülhet a korcsolyázó.

A korcsolyázás abban hagyása után rögtön öltözzünk fel. Sokan korcsolyázás után beszokták nyakukat melegen göngyölni. Mi ezt akkor ajánljuk, ha az illető izzadásig felhevülten hagyja abba a korcsolyázást. Különben jobb a nyakat hozzá szoktatni a szabad levegőhöz, nehogy meghűljünk.

Arra nézve, hogy valaki egészsége veszélyeztetése nélkül meddig korcsolyázhat, határozott szabályt mondani nehéz, mert itt mindenki csak maga lehet magának bírja. — Minden testgyakorlat mint izommunka, ép így a korcsolyázás is itt a testi fáradság érzete a legjobb figyelmeztető a korcsolyázás abban hagyására. Nem mondjuk ezzel azt, hogy az első bágyadtsági érzésre leoldjuk korcsolyánkat, hanem hogy mikor izmunk csak akarunk erős erőltetése mellett engedelmessé válni, mikor egész testünkben beáll a zsongó bágyadtság, ekkor már tanácsos a korcsolyázást abbahagyni. — Különben a fáradt izmokkal való tovább korcsolyázás kor történnék a legtöbb szerencsétlen esések.

Közelebbről a jégen előfordulható véletlen szerencsétlenségek kikérülésére nézve igyekezzünk néhány óvó utasítást adni.

MASTER.

A budai torna-egylet díszturnája.

(1884. december 6-án.)

A fővárosi sportkörökben néhány évvel ezelőtt a budai tornázásról alig hallott az ember valamit. Tudtuk, hogy van egylet Budán és hogy ott is tornáznak, de mint pesti embernél szokás, minden budairól félig-meddig kicsinylőleg vélekedni, úgy az ottani tornázásról sem tartottunk sokat. Ma a dolog már egészen más-képen van. Évenként egyszer-kétszer a tornázásnak valódi ünnepeit üljük Budán, a krisztinavárosi torna-csarnokban.

Hosszú időn át egyedül a «Nemzeti torna-egylet» volt az egyleti tornázás terjesztője. Most e szép kötelességben méltán vete-kedik vele a budai egylet is. — És az eredmény, mit az egylet eddig elért, valóban páratlanul szép. — Nem csak a díszturnázás sikerében látjuk mi az egylet áldásos működését hanem az egylet rendes mindennapi életében is. Lehet igen sikerült dísz-tornázást rendezni a nélkül, hogy az egylet tényleg a legjobban álljon, de a köznapok gyakorlataiból mindig igazságosabb véle-ményt alkothatunk, mint az előkészülettel csinált tornázásból.

Ez egylet gyakorló csarnokának szemlélete és most lefolyt dísz-tornája arról győzhetek meg mindenkit, hogy Budán a tornának édes hazája van, hogy Budán a tornázás oly vezetéssel, oly öntudatos szakértelemmel üzetik, milyennel kevés helyen az országban. — Az egyleti jó viszonyok és a tornázás szép virágzása minden tag kötelességszerű munkálkodása mellett főleg Jenny Antal elnök és Zsinger Mihály művezető lelkes tevékenységének eredménye. — Ha a testgyakorlati egyletekben mindenütt ily két tevékeny vezérrel volna, Magyarország sportja nem maradna hátra a külföld mellett.

A mai díszturnázásról szólva, ki kell emelni a mellékes dolgok közül különösen a nagy közönség élénk érdeklődését, melylyel a budai díszturnázás iránt évek óta viseltetik. A kis csarnok annyira megtelik nézőkkel, hogy a gyakorlatokra alig marad hely. És ha a terem még egyszer akkora volna is, nem volna elég a közönség befogadására. A mindig diszes közönség sorai-ban majd minden évben ott láthatjuk Edelsheim és Lipthay Kornél bárókat. Ma is a gyakorlatok legutolsójáig érdeklél végig nézték a díszturnát.

A katonazene hangjaira a (szép szabású) vörösiugos 47 tornász

hármaskorba állva fel, a botgyakorlatokkal nyitotta meg a díszturnát. A szabadgyakorlatok közt a legmutatósabbak egyike a botszabadgyakorlat. A botokat hármaskorba fogva meg, e három tornász mozdulata egészen oly egyszerre megy, mintha egy tornász végezné — A most bemutatott botgyakorlatok összeállítására nagy gondot fordított. Kezdődtek a két ütenyi legegyszerűbb karlendítésekkel, majd 4 ütenyes összetettekkel folytatódtak. — A kivétel kifogástalan szabatsággal történt.

A szertornázáshoz a sorakozás igen ügyesen úgy történt, hogy az előtornászok egymás háta mögé felállva, a mellettük elvonuló sorból ki-ki csapajába állt be. A csapatok a következőleg voltak beosztva:

I. csapat: lovon.	Előtornász: Zsingor Mihály.
II. „ ablakugrás.	„ Bély Mihály.
III. „ rúdugrás.	„ Brooser Mór.
IV. „ magas korláton.	„ Jenny Antal.
V. „ rézsuto: létrán	„ Fest Jenő.
VI. „ támaszfán	„ Krenedics Gyula.

A gyakorlatok minden csapatban könnyedséggel vitettek ki s a legegyszerűbb tornászok gyakorlata is jó benyomást tesz, mert a testtartás kitűnő. Itt tűnik ki Zsingornak ügyes tanítása. Az egész egyleti tornázás jellemvonásul főleg a szép, kellemes mozdulatok tűnnek fel. Az iskolatornázásban ez egyleti díszturnák a legérdekesebbek voltak mindig. A múlt években a korláton és lovon, most a nyújtón mutatták be a legkönnyebb gyakorlatoktól a legnehezebbekig fokozatos sorban a nyújtógyakorlatokat. A gyakorlatokban résztvettek: Brozer Mór, Bély Mihály, Friedl Ede, Fest Jenő, Kanyó Dávid, Jaks Frigyes, Hendel Ottó, Mozer György, Pozdech Gyula, Rónay Emil, Szügy Béla, Zsingor Mihály és Árpád stb.

Az iskolatornázásnak az is érdekét kölcsönözt, hogy az itt végzett gyakorlatok az e pont után lefolyó nyújtó tornázással együtt a versenybírálat tárgyát képezték. A versenyfeltételek szerinti iskolatornázáson kívül a versenyzők a nyújtón két-két szabadon választott gyakorlatot csináltak és 3 feladott szabadgyakorlatot.

Versenyzettek: Brozer, Mór, Mozer György, Pozdech Gyula, Szügy Béla és Zsingor Árpád. — A nyújtó-tornázásban határozottan elsőrangú érüknek bizonyultak: Brozer, Mozer és Pozdech. A három közt is kivált Mozer mind kifogástalan testtartásával, mind a legkönnyebben végzett nehéz gyakorlataival. Mozer bevezetett tökélyű tornász s haladása már csak új gyakorlatok tanulásában tűnhet ki. Brozer igen szép erőgyakorlatokat csinált és közte és Pozdech közt a második díj odaítélése nehezen volt eldönthető, Pozdech korántsem oly ügyes és erős tornász, mint Brozer, de felülmulja őt kifogástalan kellemű testtartásával. (Zsingor tanítványa.) A versenybírátság Jenny Antal, Kollár Lajos és Bély Mihály urakból alakult, ítéletével az első díjat Mozernek, a másodikat Pozdechnek adta.

A versenydíjak az ez alkalommal ez egyletben először vert ezüst érmek voltak. Az első díj az egyleti nagy és a második a kis ezüst érem volt. Üdvözljük az egyletet e haladáson, hogy a hervatag koszorúk helyett érczemléket ad győzteseinek.

Az összetett nehéz verseny-szabadgyakorlatokat a versenyzők közül kiváló szépen csak Zsingor Árpád csinálta, a többiek ezt vagy azt el-el vétették. A versenygyakorlatoknak ilyenmő összetételével, hogy t. i. a nyújtó mellett szabadgyakorlati versenygyakorlatokat is kell végezni, még foglalkozni fogunk.

A következő tornázás lovon történt rúgódesszákáról. Az érdekes összetételű szerez az egylet számos tagja tornázott, a közönség zajos tapsától kísérve.

Az utolsó gyakorlatot a verseny rúdugrás és magas súlydobás képezte. Az ugrásnál a 10 cm. magas deszka a mércéktől 2 méter 50 cm. távolban állott. A legkisebb magasság 2 méter volt.

A versenyzők a következő magasságokat ugrták át: Brozer 259 cm., Mozer 259 cm., Pozdech 274 cm., Szügy Béla 288 cm., Zsingor Árpád 295 cm. — A súlydobásnál és ugrásnál pontozatokban Zsingor Árpád 511 pontot nyerve, az első díjra az egyleti nagy ezüst érmét nyerte.

A győzteseknek a díjakat Jenny elnök meleg buzdító szavak kíséretében adta át s végül a közönségnek köszöné meg élénk érdeklődését, melylyel ügyüket kíséri.

A kissé hosszúra nyúlt tornázás után a cserhéjra asztalokat raktak s csakhamar vidám vacsorázáshoz láttak a tornászok és vendégeik. Az atletikai club, nemzeti torna-egylet és Hunnia csónakázó-egylet sok tagja vett részt a vacsorán. A pohárköszöntők sorát Jenny Antal elnök nyitotta meg, a győztesekre emelve poharát. Kollár Lajos alelnök a testvéregyletek vendégeire köszöntött. Dr. Jaks Frigyes az egyleti művezetőt, Zsingor Mihályt életé Br. Feilits Arthur Szemere Attilához szólva, az elnököt és

nejét életé. Szemere Fischer Jóskára köszöntött, Wein Manó Maurer János és Wéber Gyula honvédszázadosra köszöntött. Porzsolt Gyula Kollárra, végül Szemere azokról, kik minden testgyakorlati lakomán résztvesznek, habár egy sportot sem űznek. A mulatság késő éjféli után ért véget.

A hó-czipők.

(Képpel.)

A tél sportjában kétségkívül legnagyobb népszerűségnek örvend a korcsolyázás s lehet mondani, hogy a mérsékelt égöv alatt Felső-Olaszországtól Hollandiáig korcsolya majdnem egyenlő kedveltségnek örvend a téli mulatságok között a táncszal.

E vidékeken felül azonban, hol síma jég képződését a rendkívül nagy mértékben eső hó megakadályozza, ott a korcsolya hasznavehetetlenné válik s helyét elfoglalja a hó-czipő (vagy mint némelyek nevezik jég-czipő).

Az északi vidékeken, de különösen Norvégiában a hó czipő — mit *ski*-nek neveznek — ép úgy szolgál közlekedési eszközzel, mint sport-mulatság űzésére.

E jég-czipők 6–8 láb hosszúak, három hüvelyk szélesek s többnyire fenyőfából készülnek. Elöl kicsit szélesebbek s hajlásban végződnek. Nagyon vékony, körülbelül $\frac{1}{3}$ hüvelyknyi, közepben a legvastagabbak, hátul pedig ismét vékonyabbak.

Némely vidékeken e jég-czipőket szíjjakkal illesztik a lábhoz, de a hegyen lefelé való haladásnál az ily erősítés könnyen veszélyessé válik.

Más vidéken pedig a ski az egyik lábon rövidebb mint a másikon, a mi kivált a gyors fordulatokat könnyíti meg.

Általában azonban a skit szíj nélkül s mindkét lábon egyenlő nagyságban használják.

A ski-futás leginkább a lejtős vidékeken kellemes, ott, hol a hegy csak gyengén lejtőzött.

A ski lényeges kiegészítő része még a bot, melynek vége lapos fadarabbal van ellátva, hogy a hóban meg ne akadjon.

A ski-sport ősidők óta igen kedvelt Norvégiában, parasztok és városiak, ifjak, öregek egyaránt művelik és szeretik. Az ország különböző vidékein évente még ski-versenyeket is rendeznek, melyen egész községek szoktak résztvenni.

Az északi vidékeken tulajdonképpen kétféle hó-czipőt használnak: egy nagyobb és egy kisebb fajtát. A kisebb fajtának alakja hasonlít a reczés labdaöntőhöz; a nagyobb fajta pedig hasonló a szárkófa talpfáihoz, több láb hosszú, a hegye felkunkorodik épen úgy, mint a szárkó orra.

A kisebb hó-czipőt inkább csak a városokban szokták használni s a nagyobb fajtát hosszabb kirándulásokra, vadászatra s versenyekre.

A hegyek lejtőin örült gyorsasággal rohan lefelé a hosszú hó-czipőben a norvég vadász s mivel a megállás a lejtőn rendkívül nehéz, sőt néha teljesen lehetetlen is, nem egyszer történik nagy szerencsétlenség a hegyszakadékoknál.

De a ki nagyobb jártasságot ért el a hó-czipő használatában, az a kisebb hegyszakadékok fölött játszó könnyedséggel átröptül.

A hó-czipő-versenyek különösen Norvégiában igen gyakoriak s nagy népszerűségnek örvendenek.

A pályát lejtős hegyoldal képezi, melyet sűrű hó takar. Rendesén több száz méter hosszú, melynek befutási ideje azonban nagyban függ attól, hogy milyen fokú a hegyoldal lejtése.

Miután a testet a lejtőn önsúlya viszi lefelé, a testi erő nem játszik oly nagy szerepet itt, mint a korcsolyázásnál; de nem kevesebb ügyességre van szükség.

Legérdekesebb azonban a hó-czipő-versenyek között az akadály-verseny.

Az akadályt itt rendszeren egy mesterségesen készített hegyszakadék képezi, mely fölött a versenyzőknek át kell röpködniük.

A pálya közepén a hegyoldalba 1–2 méter mélységű szakadékot ásnak s az ügyes versenyzők több méternyi röpülven a légből kitűnő biztonsággal folytatják útjukat a cél felé.

Az akadály versenynek e nemét itt képpel is bemutatjuk. Világosan kivehető ebből, hogy e sport mily veszélyes, de egyszerűsége mind mily élvezettel is járhat.

Hazánkban e sport teljesen ismeretlen, pedig az alkalom megvolna űzéséhez. A Kárpátokban hónapokon át lehetne űzni e kitűnő sportot, mely ép oly mulattató, mint egészséges.

Előtornázási ügyek.

(Folyt. és vége.)

Említettük már, hogy ugyanazon korú és erejű egyéneket is egyik előtornász így, másik amúgy működteti, hogy egyáltalán nem egyöntetűen járnak el az előtornászok sem a gyakorlatok összeállításában, sem azok alkalmazási módjában. Midőn ezen állítást jobban körülírva fejtegetné a pár sor, hogy félreértés ne történjék, legyen előre bocsátva, hogy *képzett* előtornászokról van itt szó, a kik t. i. jól tudják azt, hogy minő gyakorlatok valók gyermekeknek, minők az ifjaknak, felnőtteknek, élteseb-
beknek, leányoknak és nőknek.

Az a szembetűnő, hogy annyi képzett kitűnő előtornász, sőt tornatanító között is oly sokféle módon szedetnek össze és alkalmaztatnak időnként az egy és ugyanazon gyakorlatok. És majd mindannyinak meg van az ő rendszere, mind tudja indokolni eljárását elvi levezetésekkel. Már most kinek van igaza? Melyik csoportnak az eljárása a leghelyesebb?

Mindenekelőtt itt van például — mondjuk név helyett — A. előtornász az ő követőivel. Neki elve: hogy minden tornaórán minden elővett szerez egyetlen egy összetett gyakorlatot fog begyakoroltatni a csapatjával, de azt aztán a lehető legnagyobb alapos-
sággal, illetőleg alap és előgyakorlataira szétbontva előbb apró részeiben, majd laza összetételekben, majd egybevonó összetételekkel, de 2—3 közben eső szünetekkel, végül utoljafelől teljesen egy huzamú összetételben. Példával mutatva be, tegyük fel, hogy a *korlát*on a kitűzött összetett gyakorlat, az u. n. «hátbölcös». A csapatban van 10 tornász, negyedóra alatt 7—8-szor jön egyre

a sor, tehát azon gyakorlatot 7—8 alapgyakorlatra szétbontva, körülbelül így jár el: 1. Felkar függésben lendülés (karok a korlátokra felfektetve, kezek előre nyúlva fogódnak). 2. Ugyanaz és az előlen dűletnél térd és törzsemelés a korlátok közé és fölé, a visszalelendülésnél lábakkal lökés föl rézsút előre és nyújtva lelendítés. 3. Ugyanazon felemelése a térdeknek és testtörzsnek, hanem a lábrugás után lábterjesztés és a karokkal a testet gyorsan feltámasztani, úgy, hogy a korlátok fölött lovagülés (terpeszlés) történjék. Ebből a visszamenet hátradőléssel a felkarokra és a lábak zárásával középre lelendülés. 4. Ugyancsak a fenti, azonban a terpeszlésből gyorsabban dőlni hátra a felkarokra és rögtön utána a térdeket is a mell felé húzni, testtörzset lehetőleg felemelni, láblökés kartámasz és ismét ülésbe vissza, ezt többször is. 5. Ugyanaz, csak hogy a lábak és a törzs emelése alkalmával a lábak mindig nyújtva legyenek, az ülésbe feltolódás és emelkedéskor a lábak szintén nyújtva üttetnek felfelé. 6. Ugyanazon mozgások, mint a 2. alattiak, csak hogy azon pillanatban, midőn a lábak lökést végeznek rézsút föl, ugyanakkor a karokkal is gyorsan fel kell tolni nyiktámaszba, a lábak pedig középre lelendülnek. 7. Ugyanaz, csak hogy nem nyiktámaszba, hanem feszítámaszba (nyújtott karral támaszba) billenni fel. 8. Feszített karral támaszban lendülni és egy előlendületnél láb és törzsemeléssel hátra dőlve leesni a felkarokra, onnét ismét felbillenni feszítámaszba, újból egy közbeeső lendület és így tovább.

Nézzük most a másik előtornászt — B.-t. Ennek meg az az elve, hogy minden következő gyakorlat legyen pendantja az előbbinek. Ha előbb lóbázási gyakorlat volt, a következő legyen helyben erőgyakorlat; ha előbb nyik-támasz vagy zsugor-függés volt, utána feszítámasz vagy feszfüggés következik; ha előbb hintázás volt, utána helyben függési gyakorlat jöjjön; ha előbb a test hátsó vagy egyik oldalán levő izmai fejtek ki, nagyobb működést utána a mellő részen és a másik oldalon levők működjenek erősebben és így tovább.

A harmadik előtornász — a C. — megint más elveknek hódol, a mennyiben ő meg egész szenvedélyvel csapong a legkülönneműbb gyakorlatok között, nála nincs egyéb rendszer, mint az, hogy mindig más, mindig új gyakorlat következzen. Mint a valódi inyencz, ki előtt dúsan terített asztal áll, bele kóstol minden darabba és le tesz minden darabot, mihelyt kissé is bele

izlett. Pedig ez nem tudatlanság, nem is szeszély, ez jól megfontolt következetes eljárás, melynek ezen hangzatos nevet adja a mestere: változatosság mindenben mindig.

A negyedik előtornász — a D. — már úgy látszik a vérpezsdítő gyors működtetésnek a barátja, ő nála még ott is lendületeket látunk, a hol szinte hihetetlennek véljük a lendület vehetőségét.

Az ötödik — E. — pedig ellenkezőleg minden gyakorlatjában méltóságteljesen lassú erőművész. Mind e kettő a mennyire eltér a kivitel módjában, annyira megegyeznek abban, hogy minden gyakorlatot háromszor ismételnék, ha lehet egyfolytában, ha nem lehet, akkor kevés változtatással külön is. És három gyakorlatnál többet soha sem vesznek egymásba fordítottakat.

A hatodik — F. — előtornász pedig azon elvből indul ki, hogy a mi nem izlik, az nem is hasznos. Tehát ha egy megkezdett gyakorlat vagy gyakorlási mód bármi csekély kellenetlenséget és kedvetlenséget idéz elő csapatja egy pár tagján, azonnal beszünteti azt és vesz elő egy egészen más neműt. Ezt teszi mindaddig, míg el nem találja társainak pillanatnyi izlését, vagy az elvonulásra megszólal a «szabadító» csemetyű.

A 7-ik, 8-ik . . . de hát minek soroljunk még egy egész csoportot elő! . . . A fentiekből is kitűnik az, hogy én, ha előtornászok, éppen nem vagyok kötve semmihez. Tetszésem szerint rángathatom elő emlékezetemből a legkülönbözőbb és legellentétebb gyakorlatokat. Ha esetleg fáradt vagyok, éppen ilyennek veszem csapatom tagjait is és csak úgy méltóságos kimért lassú mozgásokat szedek elő; ha esetleg kedélylehangoltság vesz rajtam erőt, bűnt tükrözi vissza minden gyakorlatom és szóm is; ha pedig

az erő, a pezsdült vig kedély ébred esetleg bennem éltre, akkor meg minden elővett gyakorlatom pillangó kergetés, játszi és tűrse. Igazán mindig van minden csapatban egy-két sajnálatra méltó egyén, a kik t. i. lelkiileg vagy testileg éppen az ellenkezőjét kívánnák azon gyakorlatnak, a mit az előtornásza éppen feltalált neki.

Tehát nemcsak az a baj, hogy egyik előtornász is, a másik is másként vezeti csapatját; baj az is, hogy minden előtornásznak meg van engedve, sőt meg adva van az alkalom arra, hogy tetszése szerint akár folyton egy és ugyanazon nőtáját tujhassa. Mert azt csak nem lehet gyakorlati teljes szabályozásnak ne-

vezni, ha a szerválasztás nem bizatik kényőkre kedvőkre az illető előtornászoknak. Az sem vezethet célra, ha erősen bele neveltetik minden előtornászba azon szabály, hogy le kell szoknia minden «helyes» vezetést rontó modorosságról. Szintén csak légbemarkolás lenne az is, ha sok előtornászorák rendezésével egy oly teljes vezetési módot igyekezne valaki elsajátíttatni mindenkiel, a minőnek a legegyszerűbb tételek is csak elméletileg tiszta, szép és érthető, de a gyakorlatban oly ezer meg ezer megfejtési módokba bomlól, hogy szinte lehetetlen abban egy könnyen áttekinthető rendszert kivenni.

Nem lehet, de ha lehetne sem szükséges egyetlenség képzett előtornásznak sem minden működésében könyvet és tanácsot tartani eleje. Az u. n. előtornászkártyák használata is egy nagy tévedés a képzett előtornászokkal szemben. Az előtornásznak gondolkodási szükségességét, mint alapját tökéletlenségének, nem szabad elenyésztetni azzal, hogy minden mozdulata egy másik intéző egyén czérnarángatásai szerint történék.

Szóval kívánni kell az előtornászi működésekben az általános elvek alapján kifejtett egyöntetű eljárást, de egy időben kívánni kell azt is, hogy az előtornászoknak gondolkodási és tevékenységi szabadságát ne tegyék teljesen rabjává egy más ember gondolkodásának.

Az egyöntetű eljárást mindenesetre eleinte csak az egyéni szabadság némi megszorításával lehet megközelíteni, de ezen megszorítás soha se terjedjen az előtornász akaratának teljes megbenítésével.

Történjenek eszmecserék, elvi megállapodások minden tornász n előforduló minden főbb gyakorlati csoportra és azoknak egymással való összeegyeztetésére nézve, de soha se mondassék



A HÓ-CZÍPŐK.

ki kötelező tantétel gyanánt az, hogy ezen vagy azon gyakorlást okvetlen e vagy ama gyakorlat kövesse.

Mondja ki az egyet első szakembere minden alkalomra minden előtornász számára írott táblák kimutatásában ne csak azt, hogy melyik szer után melyik másik következék, hanem azt is, hogy ez alkalommal ilyen csoportba tartozó gyakorlatok veendőek elé, a következő alkalmakra meg olyan és amolyan fajta gyakorlatok.

Minden képzett előtornász csakhamar elfogja így sajátítani a leghelyesebb eljárás módját és nem fog idegenkedni oly gyakorlási módtól sem, melyet azelőtt nem követett, de utóbb elsajátított és megkedvelt.

A leghelyesebb előtornázi módnak kifejtése tehát gyakorlati példákra kell, hogy támaszkodjék és mint ilyen, tárgyalni hasznos munkásság nemcsak szakirodalmilag, de szóbelileg és ténykedéssel is. A nemzeti torna együletben már tavaly is volt ilyen művelődési kezdeményezve az által, hogy Bokelberg együleti művezető minden csapat számára, minden előforduló szerre nézve megállapított bizonyos tág gyakorlási kört. Csak az a kár benne, hogy igen is nagy tért engedett az előtornázi önkényű működésnek. Miért ne lehetne pár szóval jobban körülírva, még inkább a helyes eljárásra léptettetni az előtornászokat, illetőleg tüzetesebben kijelölni az előveendő gyakorlatcsoportokat? Miért ne lehetne így hirtelen jobban összehozni a szétágazó eszméket? Miért ne lehetne szóbelileg és gyakorlati példákban is tisztázni a fogalmakat?

Hát bizony lehetne, de hát mi célra? Hiszen így is pompásan haladunk! A magyar ember legtöbbet tanul saját kárán és módján. E sorok írója is legtöbbet tanult azon esetekből, midőn fejével koppant néha a falnak. Az ilyen esetek mindenkivel előbb-utóbb ugyanis felfogják fedeztetni azon eljárási szabályokat is, miket soha se is hallott vagy tudott volt. Várjunk tehát, mondják sokan!

PORZSOLT LAJOS.

Tornaszerek a versenyeknél.

(Folytatás.)

A «Herkules» előző számában közölték kiegészítésül közöljük itt a nyújtón kívül még egy pár főbb tornaszerre nézve hozott véleményes határozatát a német tornaszövetség nagy választmányának. Ez alkalommal is hangsúlyozzuk azt, hogy ezen megállapodások nem csupán egy-két tornász szakférfi, hanem lehet mondani az összes német torna-egyletek véleményének a kikérésével és meghallgatásával történtek. Jóllehet ezen választmányi nyilatkozatoknak határozati erő nem valószínű, csak az fog adni, ha a legközelebbi német tornaszövetségi nagygyűlés érdemlegesen tárgyalni fogja ezen ügyet, mégis már most is kiváló fontossággal bír ez, mert benne a szakvélemények többségének kinyomatát látjuk. Ezt mi is sokra kell, hogy becsüljük, mert nálunk még a legegyszerűbb tornaszerekben is a lehető legkülönbözőbb szerkezeti módokkal találkozunk.

A mit a németek normális versenytornaszerül megállapítottak, ugyanazokat ugyanazon szerkezeti módokkal mi mint normális gyakorlási szereket vehetjük fel a felnőttek együleti tornájában. Ilyen móddal nem lesz szükségünk külön a versenytornaszerek egyöntetűvé tételéről gondoskodnunk akkor majd, ha már nálunk is oly kiterjedtségű lesz a tornázás, mint Németországban.

A korlátú nézve felvetett az a kérdés, hogy a versenytornázásnál a tornateremben vasból és hordozható szerkezettel készíthessék-e a korlát? A tornakerületek és az egyes véleményre felhívott beérkezett 67 véleménye közül 37 vaskorlátot akar, 10 a vas mellett jónak tartja a fa korlátot is, 20 egyáltalán nem akar vaskorlátot. A választmány ezek latba vetése után kimondja, hogy versenyszerű és minta-csapat tornaszerül csak vaskorlát ajánlatos, még pedig frankenthali, esetleg chemitzi módra oly szerkezettel, hogy feljebb és lejjebb, szélesebbre és keskenyebbre lehessen igazítani és elegendő súllyal bírjon arra nézve, hogy rajta mindennemű korlátugrások is végezthessenek. Megjegyzendő, hogy a vaskorlátnál is a felső két karfa fából készíthetők. Csak 5 vélemény nem kívánja, hogy a korlát helyből elmozdítható legyen, a többi mind hordozhatót ajánl.

A szabadeg alatt tartandó versenytornázásnál fele a véleményeknek hordozható korlátot ajánl, a másik fele pedig földbe ástott korlátot. A választmány véleménye ez: főkövetelmény minden korlátúnál, hogy az ne inogjék a működés alatt. Lényeges az is, hogy átalakítható legyen alacsony és magas, keskeny és széles korláttá. Ezen kívánalmaknak némileg elegendő lehet tenni azzal, ha a korlát talpfái vasból vagy nehéz kemény tölgyfából készíthetők, vagy ha földbe ásatnak a tartó oszlopok (lábak). De mivel éppen a földbe ásás törlik a legtöbbszőr rosszul és mivel a hordozható és alakját változtatható fakorlátok a legjobb szer-

kezet mellett sem állnak oly szilárdul, mint a fentebb említett vaskorlátok és mivel egy a magasságban és szélességben könnyen idomítható korlát több korlátot is pótolhat, ezen okoknál fogva még a szabadban rendezett versenytornázásokra is a fent nevezett frankenthali vaskorlát a legajánlatosabb.

A két felső korlátfának hosszúra nézve a vélemények 250 és 300 cm. közt oszlanak meg, a többség a 250 cm. mellett van. A választmány pedig tekintettel volt arra, hogy a korláton mintaszerű össztornázáskor egyszerre két egyének is kell lendületi gyakorlatokat végezni, e célra pedig 300 cm. hosszúnak kell lennie a korlátfának, tehát ezen hosszúságot állapította meg.

A korlátfának földtől magasságára nézve természetesen csak az alakjukban nem változtatható korlátok jöhetnek tekintetbe, mert amazok tetszés szerint mindig átalakíthatók. Voltak vélemények, melyek csak kétféle magasságú korlátokat óhajtanak, egy egyet mind egyforma magasat, egy másik meg ötfélet óhajt, a többség azonban háromféle magasságút kíván, u. m. 130, 140 és 150 cm. magasakat. A választmány a többség véleményét fogadja el azon esetekre, ha éppen nem lenne kéznél a fent jelzett igazítható korlát.

A korlát szélességére vagyis a korlátfának egymástól távolára nézve a többség háromfélet kíván, 7 kétfélet, 11 pedig csak egyfélet. A többség legnagyobb szélességül 50 cm-ert vesz, legkisebb szélességül pedig 42 cm-ert. A választmány véleménye szerint a korlátfák szélessége 42 és 48 közt váltakozhat.

A korlátfának alakja (átmetszetben) 43 vélemény szerint tojásdad, 23 szerint pedig gömbölyű legyen. A választmány abból indul ki, hogy 3 méter hosszú fából készíttetnek a korlátfák, szintén a tojásdad alakút ajánlja. Megjegyzi egyszersmind, hogy nem szerethetett még tapasztalatot arról, célszerű lenne-e az u. n. vaskorlátok a két felső rúdját (korlátfákat) is vasból állítani ki, de úgy véli, az nem lenne előnyös.

A korlátfák vastagságára nézve azok, kik gömbölyűt óhajtottak, leginkább 5 cm-ert jeleztek. A kik tojásdad alakú mellett voltak, azoknak majd mindegyike másként nyilatkozott. A választmány szerint a gömbölyű korlátfa 4 és fél cm. legyen, a vasból készült még vékonyabb is lehet, az ovál korlátfa pedig függőlegesen 6 és fekirányosan 4 cm. vastag legyen. Azonkívül fent kissé vastagabb és laposabb, mint alul.

A lónak hosszúra nézve a vélemények többségéhez alkalmazta a választmány is az övét és kimondja, hogy mivel a lónak hosszában való átugrását nem tanácsos veszélyessé tenni a ló igen hosszú voltával és mivel a lovon hosszában könnyebb és nehezebb gyakorlatok végzésére egyaránt alkalmasnak kell lennie a lónak, ezen okokból a 190 cm. hosszú ló a legalkalmasabb.

A ló vastagságára nézve senki sem óhajtott vastagabb lovat, mint a minőnek függőlegesen a törzsmagassága 50 cm. és fekirányban a törzsszélessége 44 cm. Csak egy egyet kíván oly lovat, melynek vastagsága a hátnál, a nyeregnél és a nyaknál is különböző vastag legyen (31, 40, 37), a többiek minden részén egyenlő vastagut óhajtanak. Fele a nyilatkozóknak a fenti 50 és 44 cm.-nél keskenyebbet óhajt. A választmány abból indult ki, hogy a lónak kellő súlyúnak kell lennie, nehogy egyes gyakorlatoknál, különösen a hosszátugrásoknál inogjon, ebből folyólag a fent jelzett méretűt fogadta el.

Ló hátának magasságát a föld felett nagy többséggel úgy kívánták, a mint a választmány megállapította, i. e. a legkisebb magasság 110 cm. és a legnagyobb magasság 170 cm.

A ló nyakának, nyergének és hátának a hossza (kizárva a kápák vastagságát) a véleménynyilvánítók többségének a nézete szerint 70 cm. legyen a nyaka, 45 cm. a nyerge és 60 cm. a háta. A többiek közül 9 szó a mellett volt, hogy a ló nyaka és háta egyenlő hosszú legyen. A választmány szintén ezen véleményben állapodott meg. Kimondotta ugyanis, hogy mivel a lovon végzendő tornagyakorlatok természetesen éppen nem kívánja meg azt, hogy a ló nyaka a szeren másként legyen formálva, mint a háta, ezen oknál fogva jobb, ha a ló háta is olyan vagy megközelítőleg olyan hosszú legyen, mint a nyaka. Tehát, ha a nyeregkápák 5 cm. el számítjuk, akkor a ló háta 68, nyerge 44, nyaka ugyancsak 68 cm. legyen.

A nyeregkápák magassága a többség nyomán 10 cm. ben állapított meg.

A ló nyaka magasabban álljon-e, vagy éppen oly magas, mint a nyerge és háta? Ezen kérdésre 41 vélemény az egyenlő magasság mellett nyilatkozott, 26 pedig úgy, hogy a nyaka 4 vagy 5 cm.-rel magasabban. A választmány irányadóul azt vette, hogy minden gyakorlatot jobbra és balra be kell tanulni; és hogy az egyik oldalon nem célszerű megnehezíteni minden gyakorlatot, míg a másik oldalon az könnyen kivihető marad az által, hogy egyik oldalon a ló magasabb. Ezen oknál fogva a lónak a földtől magassága minden részén teljesen egyenlő legyen.

A ló nyeregkapái kengyelszerűen áttörték legyenek vagy nem? Ezen kérdésre 21 igen és 46 nem volt a felelet. A választmány tekintetbe vette azt, miszerint a fent jelzett kápákon a fogás biztosabb lévén, egyes nem sikerült gyakorlatoknál az esések ellen jobban lehet azokon óvakodni, ezen oknál fogva a német torna-ünnepélyeken egyelőre mindkétféle kápákat kell készletben tartani.

(Folyt. köv.)

Különfélék.

Balaton vitorlások a tengeren. Nádasdy Ferencz, Károlyi László és Andrassy Géza grófok Young balaton hajóépítőnél 3 egészen egyforma igen keskeny mély járatú, egy árbocos racert építtetnek s maguk közt kisorsolják. Mind a három vitorlás tavasszal Fiumében, Velenczében és Triesztben fog versenyezni. Youngnál készül még Ádám Károly számára is egy yacht. A Balogh Kálmán, Gaál Ödön és Mihálovics Tivadar tulajdonát képező «Herczeg» gyökeres javítás alatt van.

Vermes Lajos a múlt héten a palicsi tó vékony jegén koresolyásván beszakadt és jég alá merült s csak hosszas vergődés után ért a partra. Kis hülésen kívül az edzett athlétának más baja nem lett.

Az aradi torna-egyesület választmánya vasárnap tartott gyűlésén elhatározta, hogy f. hó 20-án a Lyceum tornatermében díszturnázást rendez. A részletes program a meghívókkal együtt legközelebb szíjjel fog küldetni. A díszturnázás után társas estély is lesz, mely a múlt alkalommal tartott fényesen sikerült mulatság után itélve kedélyesnek ígérkezik. A tornászok mindent elkövetnek, hogy egy élvezetes estélyt nyújtsanak a közönségnek. A rendezőség már össze van állítva s serényen dolgozik, hogy a díszturnázás és társasestély minél sikerültebb legyen.

A kolozsvári jégpálya megnyílt már a sétatéri tavon. Bár az utóbbi napon az idő meglehetősen engedett s ennek következtében a jég meglágyult, mégis elég szép számmal koresolyáztak városnak mindkét nembeli kedvelői e testedző sportnak, katoná zene mellett. A Diána úszoda pályáján is sokan koresolyáznak.

A Balaton már a múlt hónap végén befagyott, a mi nagy ritkaság: a halászok a korai hideg folytán bő halfogásra számítanak. A koresolyázók bizonyonnyal örömmel értesülnek a magyar tenger befagyásán. Talán akadnak az idén a fővárosi koresolyázók közül néhányan, kik lerándulnak a Balatonra egy nagyobb koresolya utazásra.

A hat napi versenyjárás, mely múlt hó 24-étől 29-ig a londoni Royal Aquariumban véghez ment, következő eredményeket mutatott fel: G. Littlewood 405 mértföld 704 yard eredményrel győző maradt. Rowell Károly cambridgei gyalogló negyedik napján a versenynek 232 mértföldnyi eredményrel teljesen visszalépett a versenytől s ezt megfosztotta érdekétől. Visszaléptének oka az, hogy az első három napon ballábán nagy hólyagokat kapott, melyek a továbbjárást lehetetlenné tették.

A világ legkisebb tricyclistái jelenleg Coventryben Angolhonban tartózkodnak. A Midget nevű két törpe Coventryben bemeneti díj mellett látható. A D. Rudge és társa cégé miniatúr-velocipédet ajándékozott a testvérpárnak. Kerekeinek átmérője 20 hüvelyk, kormányos kerekeinek 8 hüvelyk. E szerint e gép a legkisebb tricycle, mely mindeddig ki lön állítva. A kis liliputik csakhamar elsajátították a vasparipázás ügyességét s estenkint a tricyclén lépnek a közönség elé.

Velocipéd-kirándulások. Mr. Percy A. Nix, a brixtoni velocipéd club tagja eddigi működésében igen jelentékeny eredményeket mutathat fel, melyeket következőkben adunk: október 4-én Mr. P. A. Nix az ország-úton 24 óra alatt 236 mértföldet s ugyanazon hó 26-án 180 mértföldet tett meg. Ezután október 31-én 234 mértföldnyi utat tett Nix 24 óra alatt. November 12-én ugyanő a «Facile» bicyclén nagy útra vállalkozott, Londontól Edinburghig, de csak Doncasterig jutott s így 162½ mértföldnyi utat 18 óra alatt haladt végig.

Az oxfordi egyetem «Magdalene College»-jének meetingje múlt hó 27-én a közönség s a tagok élénk részvéte mellett ment végbe. Különösen kiemelendő a nagyterjedelmű program egy pontja. W. D. Le Touche a «Pembroke College»-ből két mértföld-pályán kihívta az egyetem mind a 17 college-ét 18 futó jelentkezett, köztük A. E. Dániel, kinek La Touche 280 yard előnyt adott. A többi versenyzők is mind kaptak előre tért s mindennek daczára La Touche elsőnek érkezett a célhoz, 9:52½ idő alatt.

Greenfield Alfréd, angol boxoló, ki csak nem rég ért Amerikába a Flushingban nem rég tartatott versenyfutásban igen ügyes futónak is bizonyult; 11 másodperc alatt 100 yard utat tett meg. Greenfield John L. Sullivannal a futásban is szándékozik versenyezni, még pedig a fennirt távolságra.

Koresolya-verseny lesz Bécsben január 11-én. A feltételek következők:

- I. Megnyitási verseny. Távol 800 méter, csak egyleti tagok számára.
- II. Juniorok futása. Távol 800 méter. Nyitva amatőröknek.
- III. Nagy sík-verseny. Távol 1600 méter. Nyitva amatőröknek.
- IV. Nagy akadály-verseny. Távol 800 méter 8 akadály, nem nagyobb 60 centiméternél.

V. «Omnium» sík-verseny. Távol 800 méter. Nyitva mindenkinek.

Noremac D. György, ki arra vállalkozott, hogy 5100 mértföldet 100 nap alatt tesz meg, még mindig talpon van. A hely, hol Noremac naponként gyalogútját teszi a nev-yorki «Teditrans salon» egy kis terme. Ha Noremac ki fog tartani, útját jövő év február 26-áig teszi meg.

A csónakház vendége.

— Elbeszélés. —

BALOGH BÉLÁTÓL.

A b...i fiatalság több évvel ezelőtt csónakázó együletet alakított. Ezt a hangzatos címet adták neki: «Hungária» csónakázó egyesület. Most már annyira felvitte a dolgát a fiatal egyület, hogy két csónakházat is tart. Az egyiket a folyó partján, a másikat pedig a Boszorkányszigeten.

Az árnyas kis Boszorkánysziget most a b...i intelligentia legkedvesebb kiránduló helye. Fából készült csónakházában több ágy is van s a kirándulók gyakran éjszakára is ott künn maradnak, egy öreg halász van ott tavasztól télig, ki soha sem hagyja el a szigetet.

Mikor először vittek a boszorkányszigeti csónakházba, úgy vettem észre, hogy az öreg halász nem a legbarátságosabban fogadja a vendégsereget s különösen mérges szemeket vet az asszonyokra.

Kérdeztem valakitől ennek okát s az illető egész kis regényt mesélt el arról, hogy miért lakik az öreg halász most tavasztól télig a Boszorkányszigeten.

Mert hát csakugyan az asszonynépség az oka annak, hogy most egy halásznak éjjel nappal ott kell lenni a boszorkányszigeti csónakházban.

A történet nem épen érdektelen s nincs minden pikantéria nélkül. Mikor a serdülő lányok kimentek a partra horgászni, az öreg Dani bácsi, a «Hungária» csónakázó egyesület tiszteletbeli elnöke, el is mesélte az egészet.

A Boszorkánysziget mindig kedves helye volt a b...ieknek s a mióta csak a csónakot összetudták eszkalálni, azóta mindig ki-kirándultak oda vasárnaponként.

Mikor aztán a «Hungária» csónakázó egyesület megalakult, a Boszorkányszigeten összetűttek egy ideiglenes fakaibát, hogy meghuzzassa magát valaki a szigeten is, ha ott érne az eső. Hanem akkor még szó sem volt arról, hogy valaki ott lakjék a szigeten.

Egy szép vasárnapon nagyobb társaság tett kirándulást a Boszorkányszigetre.

Minden kirándulásnak a királynéja a szép Irén volt, az egyület akkori elnökének, az öreg Harcsa Gábornak az unokahuga.

Gyönyörű szép lány volt a kis Irén, hanem épen olyan kacér is. Apja, anyja korán elhaltak s ez férfias modorúvá tette. Sokan udvaroltak neki, de ő minden férfival csak játszott.

Ekkortájt érkezett B.-be a szép Varga Laczi törvényszéki bírónak; alig telt el egy-két hét, már rebesgették, hogy Laczi lesz a szerencsés, a ki kivallattatja a kis Irént.

A kirándulásban természetesen résztvettek ők is. Varga Laczi a jobb evezősök közé tartozott s Irén pedig kitűnő kormányos volt, könnyen összekerültek tehát a «Hattyú» bordái között.

A kirándulás célja most is a Boszorkánysziget volt s mint minden kirándulásról, erről is megirta másnap a helybeli «Times», hogy «fényesen» sikerült.

Hanem ezzel a tudósítással megjárta a b.-i «Times» — de nagyon. Korán kellően a kéziratot a nyomdába adni, az egész kirándulást szépen előre leírta a szerkesztő és kinyomatta, pedig azon a kiránduláson olyan fontos dolog történt, a miről talán még az öreg «Times» is tudomást vehetett volna. Nagy vihar tört ki, mely felkorbácsolta a b.-i folyó habjait. Tulajdonképen nem is lett volna olyan veszedelmes az a folyó, ha bele nem szolgált a csornói zsilip. Mikor ugyanis a hegyek között nagy felhőszakadás van s a csornói tó megtelik vízzel, akkor úgy zuhog alá a vizár a folyó medrében a csornói zsilipen keresztül, hogy a b.-i folyóparti kofák sátrait is mind elragadja.

A nevezett vasárnapon is bekövetkezett a folyóparti kofáknak ez a veszedelme. De még egy nagyobb veszedelem is: mikor az egész társaság a vihartól úzelve szerencsésen partra vetődött, csak akkor vették észre, hogy hiányzik a «Hattyú» s a «Hattyú»-val együtt a szép Irén és Varga Laczi...

Varga Laczi, ha gondolkozott volna, bevallotta volna magának saját örömét a fölött, hogy a társaságból a szép Irén jutott neki, kitűnően mulattak az egész délután: a kardos kis lányt minden kitelhető módon igyekezett zavarba hozni Laczi. És ez sikerült is annyira neki, hogy a lány visszatérőben a boszorkány-

szigeti kis kaibában felejtette nagy kendőjét. Már a túl parthoz közel voltak, midőn Irén észrevette veszteségét.

— Fordítsa meg a csónakot — szólott Laczi.

— De a vihar s tegnapelőtt nagy felhőszakadás volt a csornói hegyekben.

— Nem bizik karjaim erejében?

— Bízom — szólott a lány s ezzel a sziget felé fordította a csónak orrát.

Már meglehetősen sötét volt, midőn a szigetre vissza értek. Irén egyenesen beszaladt a csónakházba s Laczi utána.

A mint a félhomályban egyedül látta magát Laczi a leány nyal, hirtelen megfogta kezét.

— Hallgasson meg — rebegte.

A leány szó nélkül húzta ki kezét s ki akart sietni, de Laczi hirtelen átkarolta s ajkára egy csókot nyomott.

Mikor a csónakházból a szabadba ért Irén, ajkáról egy siko lebbent el s az utána siető férfi is megdöbbenve állott meg: a «Hattyú» eltűnt a partról s a folyó megdagadva hőmpölygött alá, tördelve a parti fák galylyait.

A lány elfeledte a csókot s csak ez egy szó hagyta el ajkát: a csornói zsilip.

Csakugyan a csornói zsilipen keresztül tört a tó meggyült vize s ez a vihar által korbácsoltatva, valóságos áradatként öntötte el B. környékét.

— Az istenért! hogy megyünk haza? — Kérdezte magától a félig megrémült leány.

— Megvárjuk, míg az ár apad s aztán átúszom.

— Az reggelig tart.

— Hát átmenjek most? — kérdezte a férfi s már indult a viznek.

— Az istenért a biztos halálba megy.

— Akkor hát itt kell maradnunk reggelig . . .

— Az lehetetlen!

— Parancsoljon velem a halálig.

A leány egy darabig gondolkozott s aztán halkan rebegte ajka: maradjunk.

A férfi oda lépett hozzá.

— Bocsásson meg.

— Hatalmában voltam, mint most is vagyok, nem tehetek ellene, ha vissza él vele.

— Jóvá teszem.

S ezzel a gunyhó elébe ment, s tüzet rakott a szabadban.

— Mit csinál?

— Tüzet rakok, hogy a partról láthassák s ne aggódjanak miattunk.

— Ez jó gondolat; bácsikám bizonyosan értünk jó, ha az ár apad.

— Addig is foglaljon helyet itt a tűz mellett, ne féljen tőlem, parancsoljon velem, mint egy rabszolgával.

A lány a csónakház eresze alá ült s a férfi tőle távolabb telepedett le s elkezdtek olyan tárgyról beszélgetni, a milyenekről csak két hatvan éves ember beszélgethet.

Az idő gyorsan fogyott, de az ár sehogy se akart fogyni. Végre a férfi ismét sajátos helyzetükre vezette a társalgást.

— Az ár nem látszik apadni, engedje meg, hogy előkészületeket tegyek a kegyed lenyugvására.

Szegény leány csak most rettent meg igazán, de tehetetlenségében egy hang sem jött ajkára.

A csónakházban volt egy outrigger, igen jó csónak volt, csak az volt a hibája, hogy a feneke ki volt ütve. Ha regattára nem is, jó lesz most ez ágyának — gondolta magában Laczi — s zsuppból, zászlókból és mindenféle talált szövetdarabokból meglehetősen puha ágyat rögtönzött vendégének.

— Készen vagyok! — jelentette Laczi — lenyugodhatik, én őrt állok reggelig ide künn.

— Köszönöm, még nem vagyok fáradt, hanem midőn megtekintette a rögtönzött ágyat, maga is elkacagta magát.

Még sokáig hallgatták a csónakház előtt a rohanó ár dőrejét, beszélgetve mindenről, csak arról nem, a mi szíveikben lakott.

— Mért nem nyugszik le? — kérdezte végre a férfi — talán fél?

— Kitől félnék? Jó éjt! — szólott a leány s befordult a csónakházba.

Laczi csak kívülről nézte, mint dől le a csónakágyba a szép leány és aztán elkezdődött a lelki harc a vágy és a becsület között. A hűvös éji szél megdermeszté tagjait, de szíve forróságától nem érzé a fagyot.

Végre felkel s lassan a csónakházba lép, a hold besüt s megvilágítja az alvó leányt, kinek kezei keblén összekulcsolvák.

Letérdel az alvó gyermek mellé s hosszan nézve, ajkával érinti

imára kulcsolt kezeit; aztán vissza megy a szabadba s lehever a hideg földre.

Midőn hajnalban felébredt Varga Laczi, magán egy takarót talált, melyről biztosan emlékezett, hogy Irén ágyára tette. Még félálomban szendergett, midőn megjelent előtte a kedves alak.

— Könnyelmű ember, ha én nem gondolok magára, tüdőgyuladást kapott volna.

— Hát felébredt?

— Ébren voltam.

— Ébren? akkor tehát ismét bocsánatot kell kérnem; de azt hittem alszik s nem fogja megtudni; de ha tegnap meghallgatott volna —

— Nem hallgatom meg most sem; — mert a mit mondani akarna, ugyis tudom — tette hozzá halkabb hangon.

Laczi némán ajkához emelte a leány kezét.

— Vigyázzon, bácsikám már jön a csónakon.

Ezóta a boszorkányszigeti csónakházban mindig van egy vén halász és vannak ágyak.

TARTALOM.

Az öregurak testmozgása (Vén athletától). — Jó tanácsok a korszolázóknak (Mastertől). — A budai torna-egylet díszturnája. — A hó-czipók (képpel). — Előturnázási ügyek. — Tornaszerek a versenyeknél. — Különfélék. — A csónakház vendége (Balogh Bélától). — Tárcza: Tört szív, tört kar (Porcsolt Kálmántól).

HIRDETÉSEK.

Schleinz Károly

Budapest, kerepesi-út 34. sz.

HILLMANN HERBERT és COOPER COENTRY vasparipa

(BICYCLE) és TRICYCKLE gyárosok magyarországi főügynöke

ajánlja dísan felszerelt

vasparipa és tricycle raktárát.

Ezen gyár készítményei szilárd szerkezetűk és esinos kiállításuk által a legnagyobb kelendőségnek örvendenek s az eddigi vasparipa találmányok közt legelső helyet foglalnak.

☛ Kivánatra árjegyzék bérmentve megküldetik. ☛

SPORT-KÖNYVEK.

Kaphatók Aigner L. könyvkereskedésében, Budapesten,
(Váci-utca 1. sz. alatt.)

Brandeiss Handbuch d. Schiess-sport geb.	3.—
Hergsell Die Fechtkunst brosch.	4.—
„ „ „ geb.	5.50
Heydebrand Handbuch d. Reitsport geb.	3.—
„ „ d. Fahrsport geb.	3.—
Meyer Handbuch d. Fischereisport geb.	3.—
Silberer Handbuch d. Rudersport geb.	3.—
Georgens Illustriertes Sport-Buch	4.80
Silberer u. Ernst Handbuch d. Bicycle-Sport geb.	3.—
Wilhelm Karl Quelle des Vergnügens	2.40

Kiadóhivatal:
Budapest, IV. Váci-utca 1.
Aigner Lajos könyvkeres-
kedése.

Előfizetési díj:

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

Egyes szám 20 kr.

Hirdetések díja: két hasáboz
petit sorért 25 kr.

HERKULES

TESTGYAKORLATI KÖZLÖNY

SZERKESZTIK

PORZSOLT JENŐ PORZSOLT KÁLMÁN

KIADJA AIGNER LAJOS.

Szerkesztőség:

Budapest, VIII. Nagykörút-
utca 13.

Kéziratokat vissza nem
küldünk.

Bérmertetlen leveleket nem
fogadunk el.

A «BALATON-EGYLET», A «BUDAPESTI KERÉKPÁR-EGYLET», A «BUDAPESTI TORNA-EGYLET», A «BUDAPESTI VASPARIPA-EGYLET
ELŐRE», A «GYÖRI CSÓNAKÁZÓ-EGYESÜLET», A «HUNNIA CSÓNAKÁZÓ-EGYESÜLET», A «MAGYAR ATHLETIKAI CLUB», AZ «Ó-BUDAI
TORNA-EGLET», A «PANNONIA CSÓNAK-EGYLET», A «SZABADKAI TORNA-EGYLET» ÉS A «SZEVEDI TORNA-EGYLET»

HIVATALOS KÖZLÖNYE.

Előszó a «Magyar labdajátékok könyvé»-hez.*

Boldogult emlékü gróf Esterházy Miksa, elődöm a «Magyar Athletikai Club» elnöki székében, a testgyakorlatok iránti érdeklődésének és áldozatkészségének többek közt azzal is kifejezést adott, hogy a magyar labdajátékok könyvének megírására 1877. tavaszán pályadíjat tűzött ki. A Londonban 1877. márczius 10-én kelt pályázati felhívásban a következőket írta:

«A labdajátékok oly fontos szakmáját képezik az athletikának, hogy rendszeres művelésük minden nap égetőbb szükséggé válik.

A tanuló ifjúságra nézve különösen kívánatos a labdajáték

* A testgyakorlati irodalom örvendetes gyarapodását a régóta várt «Magyar labdajátékok könyvé»-nek megjelenését hirdetik gróf Esterházy Mihálynak e sorai. A kiváló sportsman elmondja és ezikkében az egész könyv történetét s oly melegen ajánlja azt a közönség figyelmébe, hogy nekünk nem marad más hátra, mint köszönetet mondanunk a nemes grófnak, hogy a «Herkules-könyvtár» legelső kötetét ily meleg sorokkal vezeti a nyilvánosság elé, a mi által csak a gyakorlatok iránti kiváló érdeklődését bizonyítja s azt, hogy mily jeles módon tölti be azt a helyet, mit érdemes elődje néhai Esterházy Miksa gróf hagyott rá örökölni. Szerk.

telélesztése, mert mint egészséges mozgás, vidám s üdítő társasjáték s a kollégialis szellemet éltető gyakorlat páratlanul áll. Ezen tulajdonoknak köszöni a labda, hogy külföldi tanintézetekben mint nagyrabecsült faktor szerepel, mely az iskolai hatóságok pártolásának s a tanoncok közt osztatlan népszerűségnek örvend.

Nálunk Magyarországon is vannak labdajátékok, itt-ott még labdáz is a tanuló ifjúság, de lazán és hanyagul foly a mester-ség s az idősebb generációk matadorjai, — kik más labdaviágot ismertek — bevallják, hogy biz a méta, róta stb. végpusztulásnak kezdenek indulni.

Ennek meggátlására kívánatos, hogy a magyar labdajátékok, azok története, fajtái, szabályai egy megfelelő kézi könyvben (a szükséges ábrákkal ellátva) összefoglaltassanak, mely műnek hármass feladata leendő:

1. a magyar labdajátékoknak megmentése a kipusztulástól;
2. azok népszerűsítése;
3. a Magyar Athletikai Club ezen mű alapján a magyar labdajátékok szervezését és codificálását megkezdhetné.

A «HERKULES» TÁRCZÁJA.

Iskola és testgyakorlat.*

— A képviselőház figyelmébe. —

A képviselőház a költségvetést tárgyalja. A politika és állam-kormányzat minden kérdését, ügyét-baját szőnyegre hozzák, megbeszélik. Sőt az eddigi szokástól eltérőleg, a társadalom helyzetével is kezdenek behatóbban foglalkozni; de bármily közel fekvő legyen, azért még sem jut eszébe senkinek a testgyakorlat ügyére felhívni a ház és a kormány figyelmét. Pedig a társadalom bajait fessegetve, nem ártana erőből is megemlékezni. Távoll áll tőlünk, hogy talán sportbeszédet ohajtanánk hallani a parlamentben; mi csak azt ajánljuk képviselőink figyelmébe, hogy a közoktatásügyi miniszterium költségvetésének tárgyalásánál ne feledkezzenek meg — úgy mint eddig — teljesen a fiatalság testi neveléséről. A nevelés és oktatási ügyek megvitatása mellett jusson eszükbe, hogy a legbölcsebb oktató rendszer is félszeggé válik s eltéveszti hatását, ha pusztán a tantárgyak a gyermekek fejébe való ültetéséről gondoskodik s tulságba menve, tulterheli a fiúkat is, lányokat is. Vessék föl a kérdést, vajjon oktató rendszerünkben a testi nevelésnek miért jutott oly mostoha sors? Vajjon mi történik a tanuló ifjúság edzésére s az, ami történik, vajjon elégséges-e, megfelelő e a célnak?

Iskoláink a testgyakorlatnak egy fajtáját kultiválják s ez a tornázás. Ez népiskolánkban s középiskolánkban rendes tantárgy. A tornázásnak kétségbevonhatatlanul sok előnye van, de egyáltalán nem gyakorolja azt a jótékony hatást a gyermek egész fejlődésére, amelyet egyéb szabad-gyakorlatoktól várni lehetne. A tornázást kétségtelenül meg kell tartani a testedzés alapjául; senkinek

* Szokolay Kornél a «Budapesti Hírlap» jeles munkatársának ez érdekes cikkét a «Pesti Napló» vasárnapi számából vettük át. Urváry Lajos a «P. Napló» érdemes szerkesztője ugyanis néhány hete rendes sportrovatot nyitott lapjában s annak vezetését Szokolay Kornélra bízta. Alig van egy-két lapunk, melynél a testgyakorlatok rovatát rendszeresen vezetnék és hozzáértő író vezetné; különös dicsérrel kell tehát kiemelniünk ily viszonyok között a «P. Napló» szerkesztőjének eljárását s gratulálnunk kell választásához, mely oly férfira esett, kit lapunk is büszkán nevez munkatársának. Szerk.

sem juthat eszébe lándzsát törni a tornázás eltörlése mellett; hanem igenis ohajtható volna, hogy a tornázás által gyűjtött izomerőt vigabb, kedélyesebb, szabadabb testgyakorló multságok által használják és fejlesszék az iskolás gyermekek. Ugy hiszem, ez a leghelyesebb kifejezés arra, amit iskoláinkban meghonosítva látni szeretnénk: testgyakorló játékok. Az iskolás fiúknak és lányoknak arra kellene alkalmat nyújtani, hogy legyen idejük, helyük és módjuk ilyen játékokkal szórakozni és edzeni magukat.

Általános a panasz, hogy gyermekeink nagyon hamar megvévülnek. Nincsenek már gyermekek, így jajaigatunk. De hát én édes Istenem, hogyan is volnának; hiszen kiment a divatból gyermeknek lenni. A mamák és papák — beteges hiúságtól eltelve — nem abban lelik örömeiket, ha gyermekeik virgonczok, naivok és egészségesek, hanem azzal szeretnek dicsekedni, hogy minő okosak, komolyak, minő pompásan viselik magukat a nagyok között. Eszükbe se jut, mily káros hatást gyakorol a gyermek egész lelki életére ez a mesterséges üvegházi érlelés; ez a talaja az életunságnak és a léhaságnak. Később azután persze szomorkodnak a lesújtó eredmények fölött és keserű kifakadásokkal szidják a mai üres, romlott fiatalságot. Pedig csak olyan, amilyennek nevelték.

Mennyire más lett volna az úrfiból vagy a kisasszonyból, ha a papa meg a mama játszani küldötték volna, a helyett, hogy a társaságban parádéoztak vele? De ma már a játszás is elfajult. Mert játék alatt nem azt értem, hogy a főleciczomázott apró gavallérok és úrhölgyek egymásnak kurizálnak s a szigorú etikett szabályai között feszelegnek; ugrálni, szaladgálni, labdázni kell, — ez a gyermeknek való egészséges multság. Ne féljünk, hogy eldurvulnak, ne legyünk folytonosan a sarkukban, tulságos aggodalmaskodással. A vidor pajzánság jól áll a gyermeknek s a kiereszkedő szabadságokat annak idejében majd leszokják; csak attól függ, minő a példa és a vezetés akkor, midőn a gyermekkorból az ifjúkorba lépnek át. Azután, ha elesnek, megütik magukat, talán jól elpüfölik egymást, — mit árt az? Legalább később nem lesznek oly betegesek és finyások, mint a mai dédelgető dreszsztura mellett.

Most már természetesen az a kérdés, hogy mit tehet itt az iskola? Tényleg úgy látszik, mintha a nevelés földadatai közé tartoznának mindaz, amit elmondottunk; valósággal azonban úgy

A nyertes pályamunka díjazására 10 aranyat tüzött ki Esterházy Miksa gróf s a Magyar Athletikai Club kötelezte magát a tulajdonába menő munkának kinyomatására.

A pályázati határidőre: 1877. július elsejére hat pályamunka érkezett be s ezek kiadattak egy *Fábián József, Molnár Lajos, Perlaky Elek, Barátosi Porzsolt Gyula* és *Sárkány János Ferencz* tagokból megalakított bírálóbizottságnak.

E bizottság 1878. június 14-én terjesztette elő jelentését, mely szerint a hat pályamunka között egyet sem talált ugyan a kinyomatásra érdemesnek, de a viszonylag legjobb dolgozatnak a pályadíjat mégis kiadandónak ítélte.

E pályanyertes mű szerzője *Botka József* nevelő vala Podhraszon.

A Magyar Athletikai Club választmánya ekkor felkérte Barátosi Porzsolt Lajost, a club első arany érmének tulajdonosát, a balatonfüredi térgyaloglás győztesét, hogy a pályanyertes munka alapján írja meg a magyar labdajátékok könyvét. Porzsolt Lajos a fölszólításnak oly jeles módon felelt meg, hogy míg a pályanyertes mű csak *tizenhárom labdajátékot* foglalt magában, — ő *száztizenöt játékot* gyűjtött össze s fáradságos könyvtári bűvárlatok és vidéki beható tanulmányok után megírván a magyar labdajátékok történetét is, oly rendszeres és alapos monographiát állított össze, a minő a szakirodalomban még nem volt.

Porzsolt Lajos nagyobb munkáját, testvérbátyja Barátosi Porzsolt Gyula ministeri titkár, a Magyar Athletikai Club jelenlegi titkára, a jury megbízásából részletes fölülvizsgálat alá vevén, azt némi változtatások mellett nyomda alá rendezte s az ekként bemutatott jeles mű, a *Palocsai Horváth Emil, Barátosi Porzsolt Benő* és *Ráth Lajos* tagokkal megszáporított jury által, egyhangú dicsérettel kiadásra ajánlatott.

A pályadíjat kitűző gróf Esterházy Miksa időközben elhalálozván s különben is súlyos idők következtén a Magyar Athletikai Clubra, a kész munka évek során át kiadatlanul hevert, míg most részben a Magyar Athletikai Club anyagi támogatása

mellett, részben pedig *Abafi Aigner Lajosnak*, a Petőfitársaság tagjának áldozatkészsége folytán, az úttörő munka napvilágot lát.

Midőn a rég várt és nagy hézagot betöltő munkát ezennel a nyilvánosság elé bocsátom, boldogult emlékü elődöm, a pályadíjat kitűző néhai Esterházy Miksa gróf helyett s a «Magyar Athletikai Club» nevében őszinte köszönetet mondok a mű szerzőjének Barátosi Porzsolt Lajos úrnak, *teljesen önzetlen* munkálkodásáért s magát a munkát a legmelegebben ajánlom mindazoknak figyelmébe, kik a haza ifjúságának testi erősödését szívtükön viselik.

Budapesten, 1884. december 8-án.

GRÓF ESTERHÁZY MIHÁLY s. k.

a «Magyar Athletikai Club» a «Budapesti galamblovász-egylet», s a »Balaton-egylet» sport szakosztályának elnöke stb.

„Herkules-Könyvtár”.

E cím alatt Porzsolt Jenő és Porzsolt Kálmán szerkesztésében és Aigner Lajos kiadásában új hézagpótló vállalat indul meg, mely a «Herkules» testgyakorlati közlönyvel párhuzamosan a testedző sport, a torna, atletika, cónakázás, korcsolyázás, velocipedezés, úszás, vívás, szóval a testgyakorlatok összes nemeinek ismertetésére és terjesztésére szolgál.

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

Minden kötet külön egészet képez és külön megrendelhető.

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

Az összes eddigi magyar testgyakorlati irodalom két-három jobbjára elavult munkából állván, e vállalat régóta érzett hiányt fog pótolni. A vállalat első füzeteként meg fog jelenni:

van, hogy a szülőknek és tanítóknak itt karöltve, egymást támogatva kellene eljárniok. A testedző játékok csak társasjátékok lehetnek; az iskolai szünetek s az iskolát követő órák, mikor a gyermekek együgyűen vannak legalkalmasabbak ilyen játékokra. Azért először is jó volna berendezni az iskolai órákat, úgy, hogy például délelőtt egy szabad órát nyernénk, mialatt a gyermekek játszhatnak. Persze, ha volna hely. De az órák czélszerűtlen beosztásán kívül épen az a legnagyobb baj, hogy csak igen kevés iskola mellett van szabad tér, melyet ilyen czélra használni lehetne. Azért programunk másik pontja volna, szabad játszótereket hagyni minden ujonnan épülő iskola udvarán; ezt nem mi hozzuk először szóba, sokszor sürgették már, hogy az iskolák építésénél ne takarékoskodjanak oly bűnösen a helylyel s ne feledkezzenek meg a begyepesített tágas udvarról. Fájdalom, eddig nem volt eredménye a fölszólalásoknak; óhajtható volna tehát, hogy a képviselőházban is megسürgessék ezt a reformot.

Mikor meg volna az idő és a hely, akkor gondolhatnánk a rendszeres testgyakorló játékok bevezetésére. Itt a torna-tanítók tehetnének nagy szolgálatokat. Nekik kellene az ügyet kezükbe venniök és addig, amíg ezek a játékok a gyermekek között meg nem honosodnak, buzdíthatnák, taníthatnák őket. Apró versenyeket is rendezhetnének s kicsi jutalmakkal fokozhatnák a gyermekek kedvét és érdeklődését a testedzés iránt. Attól tartunk azonban, hogy a tornatanítók nagyrésze egyedül üdvöztető testgyakorlatnak a tornázást tartván, a testedzés egyéb könnyű játékszerű nemeit lenézik s nem tartják érdemesnek, hogy ezek terjesztésével és fejlesztésével vesződjének. Pedig tévedésök igen nagy; ezek a játékok kiegészíténék a tornázást s a gyermekek bizonyára sokkal nagyobb kedvvel tornáznának, mihelyest látnák, hogy az ilyen szórakoztató játékokkal van egybekapcsolva. Azért igen üdvösnek tartanók, ha a miniszter figyelmeztetné a tornatanítókat, hogy szívesen vennék működésüknek ilyen irányban való kiterjesztését.

A miniszteriumra azonban még egy nagy föladat várna. Pályázatot hirdethetne, vagy pedig valakinek egyenes megbízást adhatna rövid, világos kézikönyv megírására, amely a tornatanítóknak útmutatásokkal szolgálna a szóban forgó testgyakorló játékok terjesztése és meghonosítása körül. Nincsen ez alkalommal helyünk arra, hogy felsoroljuk azokat a játékokat, melyeket iskolai czélakra

legalkalmasabbaknak tartanánk; kiváló helyet köztük kétségtelenül a labdajátékoknak kellene elfoglalniok. Egész sereg veszendőbe menő magyar labdajáték van, ezeknek föllevenítése nagyon háládatos föladat volna: mint tudjuk a Magyar Athletikai Club» össze is gyűjtötte az adatokat s azután kiadta az anyagot földolgozás végett Porzsolt Lajosnak. A derék munka elkészült s most közli apránként a «Herkules» című testgyakorló közlöny. — Ha a szerző hozzá venné a legjobb angol labdajátékokat — mint a Football, Cricket stb., — úgy ebben a munkákban olyan könyvet kapnánk, a mely még a középiskolák nyolczadik osztályába járó fiataloknak is sok élvezetet és szórakozást szerző testedző játékok felől nyújtana útmutatást. Örvendetes volna tehát, ha a miniszterium lehetővé tenné ezen könyvnek megjelenését, olyan módon például, hogy az iskolák számára megrendelné. A tornatanítók azután gondoskodnának róla, hogy a könyv ne maradjon holt írás; labdakompániákat szerveznének s buzdítanák a fiúkat és a lányokat a labdázásra. Ezenkívül lehetne az alsóbb osztályok és népiskolák számára könnyű egyéb játékokat össze-szedni, a melyekben a gyermekek örömet lelhetnének s amellyel a testedzést előmozdítanák. Talán fog nyilni alkalmunk, hogy bővebben is foglalkozzunk ezzel a tárggyal.

Most csak nagyjából rámutani akartunk iskolai redszerünk azon égető hiányára, melyet a testedzés elhanyagolásában látunk. A tornázás egymagába nem elég, ezt hova-tova jobban kezdik belátni; gondoskodni kell tehát más testgyakorlatokról is. Amíg fiatalágunkat tulterhelő oktató redszerünkön gyökeresen változtatni nem lehet, legalább minden erőnkkel igyekezzünk ellensúlyozni annak káros hatását gyermekeink egészségére. A legbiztosabb czélravezető eszközt pedig a testgyakorló játékok meghonosításában látjuk és a legsürgetőbben ajánljuk képviselőink figyelmébe, hogy a közoktatási költségvetés tárgyalásakor hozzák szóba ezt a fontos ügyet. Ha sikerre nem is lehet mindjárt kilátás, legalább meg lesz törve a jég s lassankint majd meggyőződik mindenki róla, hogy a gyermekek egészségének és erőteljes fejlődésének biztosítására nincsen más mód, mint a szórakoztató testedzés felkarolása. Mit használ az, ha bármily okosak, bármily tanultak lesznek is gyermekeink, ha hiányzik belőlük az erő, egészség és derült kedély, mi nélkül soha életrevaló emberek nem lesznek belőlük.

SZOKOLAY KORNÉL.

«A MAGYAR LABDAJÁTÉKOK KÖNYVE.»

Botka József pályanyertes munkája után, a «Magyar Athletikai Club» megbízásából írta:

Porzolt Lajos.

Gróf Esterházy Mihály előszavával.

(Több képpel.)

Sajtó alatt vannak:

«A KORCSOLYÁZÁS KÉZIKÖNYVE»

és

«SPORT-ALBUM.»

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

Nincs a testgyakorlatoknak neme, a melyre a «Herkules-Könyvtár» ki ne terjeszkednék s így rövid idő alatt ez a vállalat fogja megvetni a magyar testgyakorlati irodalom alapját.

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

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

A «Herkules-Könyvtár» szerkesztősege.

A «Neptun» budapesti evezős-egylet küldöttsége Bécsben.

A «Herkules» utján már értesült a sport közönség arról, hogy Budapesten egy új evezős-egylet alakult «Neptun» név alatt. Az új egyetnek alapszabályai már a belügyministerium által megerősítették és József főhercegtől is megkaptuk az engedélyt, hogy csónakdánk a kis Margitszigeten felépíthessük. A csónakdát a szárazra egy méter magasan feltöltött pilótákra építettük, melyre nézve több vállalkozó nyújtott már be tervet, de mielőtt egyiket elfogadnánk, az egylet részéről bárman Bécsbe mentünk, hogy az ottani evezős-egyletek csónakdját és berendezését tanulmányozzuk, miután azt akarjuk, hogy a miénk is a mai viszonyoknak megfelelően legyen berendezve, hogy abban megtalálható legyen mindaz, a mi egy sportszerűleg alakított evezős-egyletnek szükséges.

Ezen alkalmából meg akartuk nézni egyszersmind a William James angol trainer és hajóépítőnél megrendelt csónakokat is.

Az egylet 6 hajót rendelt meg nála, és pedig 4 darab négy-evezős autrigged hajót és két darab pair-oar-t. Ezek közül három versenyzelőkre, három pedig trainingre és kirándulásra van szánva.

Ezenkívül egyik egyleti tag egy skiffet rendelt meg, hogy azal a bécsi bajnokságért versenyezzen.

Ezek közül már készen van két négyes hajó és az említett skiff. Mind a három kiválogatott tiszta jó cédrus fából épült a legújabb angol minta szerint s a legjobb és legczélsebb bel-szerkezettel. A skiff oly példás figyelemmel és precizitással építetett, hogy azt a legszigorubb kritikus is kifogástalannak találja. W. James-nek ez idei építményei között mindenesetre a legsikerültebb.

Miután az evezők is megérkeztek Angliából, összesen 50 darab, egy angol cégétől, tehát azokat is megtekintettük s a legnagyobb meglepéssel távoztunk W. James hajóépítő szépen berendezett műhelyéből. Innen Bogut hajóépítő műhelyébe mentünk a Donauhört csónakdjára mellett.

Nála láttunk készletben három singl scull-hajót, egy pair-oar-t 250 frt, egy skiffet 180 frt, két palánkos autrigged négyes hajót a 380 frt, egyik kormányos nélkül, egy autrigged res négyes hajót kormányossal 380 frt s még több félig elkészült hajókat, melyek mind új szerkezetűek és ajánlhatók bármelyik hazai egyletnek.

Bogutól átmentünk a «Donauhört» bécsi hajós-egylet csónakdjára, mely Nussdorffban a nagy Dunaág és a csatorna összefolyásánál a partra van építve. Már az épület külső része is kellemes benyomást idézett elő. Ez egy kőből épült egyemeletes

ház, igen csinos toronnyal, a honn-n Bécs városára s a Dunára gyönyörű kilátás nyílik.

Földszint vannak elhelyezve a hajók kettős sorban egyik a másik fölött és pedig két-két karfára fektetve. Sorra néztünk minden hajót és azok belső berendezését s mondhatom meglepett, hogy csakis egy rowlockos hajót láttunk, míg a többiek — pedig van legalább 30 hajójuk — mind res hajók vagy ugyanolyan keskeny palánkos hajók.

Az első emeleten van az ültöző, a hol minden egyes tagnak külön tágas szekrénye van. A szekrények fölött köröskörül vászlókkal van beagatva a fal különböző egyletektől. Az ültözőből nyílik egy társalgó terem elegans berendezéssel. A falak tele képekkel, a melyek között látni amerikai, angol és német egyletek evezőseit csapatokként lefénképezve, egyes, pair-oar, négyes és nyolczas csapatokban.

A társalgóból nyílik még egy terem, a hol a trai írózó csapatok laknak, elkülönítve a többiektől. Miután itt mindent megnéztünk, a Duna partján elsetáltunk a «Lia» első bécsi hajós-egylethez, mely szintén a Duna partján a szárazra van építve a gázgyár szomszédságában. Magas árboczon zászló lengve jelzi az egylet helyiségét.

A Lia csónakdjája szintén emeletes. Az első emeleten az ültöző, társalgó és a trainirozó csapat termei, földszint pedig a csónakok négy sorjában egyik a másik fölött vannak elhelyezve.

Itt is csak egy rowlockos hajót találtunk, de annál több verseny- és training-hajót. Van ott az amerikai papirhajótól kezdve angol-, német- és osztrák-gyártmány. Mondhatni, majdnem minden második hajó más hajóépítőtől való. Különösen dicsérik a német gyártmány közül a Leux-ét mint palánkos hajót és a versenyhajókra nézve pedig a Clasper gyártmányát Angliából.

A Liánál láttunk legtöbb hajót, csak skiff van vagy 7 darab. A szorosan versenyzelőkre szolgáló hajók egészen külön helyiségben vannak elhelyezve; ott láttunk négy négyest, egy nyolczast, két pair oar res hajót és három skiffet, mind a legjobb állapotban. És daczára ezen gazdag hajóállomálynak, a mint hallottuk, a jövő tavaszi versenyre két négyes és egy nyolczas hajót rendeltek meg Angliából Claspertől.

Ugyanitt láttuk a legújabb akú angol lapátokat is, melyeket most kaptak próbára Aylingtől. Ezek az által különböznek a többiektől, hogy a kanál vége keskeny és közepe a legszélesebb, mely által evezés alkalmával nem szórja a lapát a vizet s mégis ugyanannyi vizet fog, mint a többi.

Másnap, f. hó 8-án reggel Langennersdorffba mentünk ki a «Pirat» hajós-egyletet meglátogatni. Közvetlen a gőzhajóállomásnál rostélykerítéssel körülvett kert közepén fekszik egy sveici stýlben készült faépület, a Dunára nyíló erkélylyel. Ez a Piratok csónakdjája.

Mondhatom, a Piratok csónakdjája és annak berendezése legjobb és legmaradandóbb benyomást idézett elő bennünk. Minden arra mutat, hogy ügyes és tapasztalt kezek által vezetetik. Itt találtuk a legnagyobb rendet és tisztaságot. A Duna partján egy nagy fehér árboczon az egyleti zászló leng.

A csónakda szintén egy emeletes, földszint kettős sorban vannak elhelyezve a csónakok. Az emeleten az első terem, a Szalon, szépen butorozva és számos sportképpel díszítve. A szalonból nyílik az ültöző, a hol minden egyes tagnak ágya van, akár csak az ember kaszányában volna, mert a «Piratok» nyáron kint laknak és egyszersmind nyári lakásnak is használják csónakdjukat. Egy másik épületben vannak a versenyhajók és pedig egy nyolczas és 4 négyes res hajó, kettő kormányossal és kettő a nélkül, továbbá egy res pair-oar és egy skiff.

A kerthelyiségben láttunk elhelyezve mindenféle tornaszert, melyek egy teljesen felszerelt tornacsarnokban láthatók; nyújtót, hintát, korlátot, ugrót, sujjókat stb.; árnyas fák alatt asztalokat, lóczákat, akár egy szép nyári lakásban.

Ezen kívül a szomszédságukban levő szállodában két szobából álló lakásuk van, a hol a versenycsapat szokott lakni nyáron, télen pedig itt jönnek össze minden vasárnap s innen gyalogkirándulásokat tesznek, vagy korcsolyáznak egy mesterséges úton készült tavon.

Ha az ember azt tekinti, hogy Bécsből vasuton háromnegyed órányira van s még gyalog is tíz perczig kell menni, míg az ember a Piratok csónakdjához jut, csodálkozni kell, hogy még télen is minden vasárnap, majdnem teljes számban megjelennek és úgy élnek, mintha egy családot képeznének. Ebből magyarázható meg azután az, hogy daczára annak, miszerint oly kevesen vannak — összesen 30-an — s mégis oly szép eredményt tudnak felmutatni.

Miután a Piratoknál megebédeltünk, a déli vonattal visszamentünk Bécsbe. Végül megjegyzem, hogy mindenütt a legszív-

lyesebben fogadtak és a legnagyobb készséggel mutattak meg és magyaráztak meg mindent.

Megelégedve távoztunk el a vizionlátás reményében, mert a tavasszal a «Neptun» egylet okvetlenül fog startolni a bécsi regattán s ha mindazt, a mit láttunk és tapasztaltunk, nálunk is érvényesíteni fogjuk s ugyanolyan összetartással és szorgalommal gyakoroljuk magunkat — a mire eddig biztos kilátásunk van — biztosan remélhetjük a «Neptun»-egylet fölvirágzását. — Ugy is legyen!

MÉSZÁROS FERENCZ.

A korcsolyázás alapgyakorlatai.

(Képpel.)

Ha csak annyi ambíciónk van a korcsolyázás tanulásaiban, hogy biztosan tudjunk a jégen tovasiklani és kitérni a szembejövők elől, úgy hamar elérhetjük célunkat. Maga az előre való korcsolyázás alig pár napi próbálgatás után már könnyen fog menni, mely után már csak a kanyarodás, fordulás és megállás van hátra, hogy elmondhassuk: tudok korcsolyázni.

Az előre való korcsolyázásból a jobbra vagy balra való kanyarodást eleinte csak lassú menetben próbáljuk. Egynehány gyenge lökés után mindkét lábunkat egymás mellé leteszszük a jégre és felső testünkkel arra az oldalra dőlünk, merre kanyarodni akarunk. Ha a fordulatot gyorsabb sikamlásban végezzük, úgy azt a lábunkat, merre kanyarodunk, kissé térdben behajlítva erősen a jégre nyomjuk s korcsolyánk külső élére dőlünk. — E fordulatban felső testünk nem csak a kanyarodási oldal felé dől, de a derékban arra is fordul. Ez által a fordulat könnyebb is és kellemesebb a szemnek.

A kanyarodást e most említett módon nagy rohamban még sem lehet kivinni, mert ha mindkét lábunk éri a jeget, a kor-



csolya éle nem vághat eléggé a jégbe és mi elvágódunk. Ily nagy rohamnál tehát a korcsolya külső élére erővel neki fektüdvé, a külső lábat felemeljük és csak akkor teszszük megint előre a belső élére, ha a forduló oldalon levő lábunk már nem megy ivben. Ez előre lépésnél a külső oldalon levő korcsolyánk belső élével taníthatjuk főleg magunkat a forduló körvonalba. Az első próbálgatások alkalmával a külső lábbal nem lépünk befelé eléje a belsőnek, csak melléje hozzuk a korcsolyát. De ha már elég biztosan tudunk a korcsolya külső élére dőlni s egy lábon rövid ideig körvonalban haladni, úgy ez idő alatt a külső lábat hirtelen ellökve, a belső elé teszszük és rádőlünk a belső élére, ezután a belsőt emeljük fel és teszszük előre. E módon nemcsak megfordulni, de egész kört képezni is lehet. Sőt, mint majd látni fogjuk, a műkorcsolyázás kétféle köre e közönséges gyakorlat útján tanulható meg legkönnyebben.

A hátrafelé korcsolyázásnál a fő dolog, hogy lábaink a jégről ne emelkedjenek fel. A kezdő gyakorlatai egy cseppet sem lesznek szépek, mert már a kiállítás is rút. Ugy kell ugyanis a jégre állnunk, hogy a korcsolya hegyei befelé álljanak, mert az eltasztás a korcsolya belső élével történik. A belső élével a jégre tesztett láb eltasztván testünket, másik lábunkon egy külső kört írunk le. Ezután a lábunkat fektetjük a jégre és tasztjuk magunkat el. A felső testünk, lábunk mozgását pontosan követi, a mint jobb lábunkkal ellökjük magunkat, testünk súlya a balra nehezedik s fordítva.

E gyakorlatok elején lábaink a lökéseknel nagyon széjjel állnak egymástól és a lökést végző láb hátramarad. Csak sok gyakorlat adja meg a hátrafelé korcsolyázásnak kellemes hatású mozdulatait, melynél a felső test nem inog ide s tova és a lábak közel egymáshoz maradnak.

A hátrafelé korcsolyázás tanulásánál a segítő nem oldalt, hanem a tanulóval szemközt áll, ennek két kezét fogva. A tanuló felső testtel kissé előre hajolva segítője karjára támaszkodik, hogy lábai a szokatlan mozgásokat könnyebben végezhesék. A segítő azonban vigyázzon, hogy tanítványa karjára támaszkodva ne a korcsolya hegyén álljon, hanem az egész élen. Csak a már gyakorlott korcsolyázó fogja a hátrafelé menésben a korcsolya hátsó részét annyira felemelni, hogy félig a korcsolya hegyén fut tova.

A hátrafelé menésnél a már gyakorlott korcsolyázó lábai szorosán egymás mellett maradnak, csak hol egyik, hol másik marad hátra az ellökést végezni. Még szebb és már a műgyakorlatokhoz tartozik, ha mindig csak egyik láb marad elől. Ilyenkor nagyobb köröket írva le, erősen neki kell a korcsolyákat fektetni, egyik lábon a külső, másikon a belső élén tartva magunkat.

A hátrafelé korcsolyázást is ép úgy lehet körben végezni, mint az előre való menést és ép úgy lehet jobbra és balra hátrafelé is kanyarodni. A kanyarodásnál megvárjuk, míg pár lökessel lendületet kaptunk és ekkor egymás mellé hozva lábainkat, arra az oldalra dőlünk és fordulunk felső testünkkel, merre kanyarodni akarunk. Mindkét lábunk a jégen van és egyik külső, másik belső kört ír le, a szerint, a mint a korcsolyánknak a külső vagy a belső éle éri a jeget.

A körbenfutást hátrafelé ép oly módon végezzük, mint előre, t. i. arra a korcsolyára dőlünk testünkkel, merrefelé haladni akarunk s a másik korcsolya belső élével tasztjuk magunkat el. A kezdők a körfutásnál mindig ugyanazon lábbal tasztják el magukat s így mindig egyik lábuk van alól. A már gyakorlottabb korcsolyázó azonban hátralép a lökés után és az előbb hátul levő korcsolya külső élével tasztja el magát. Az ily utánlépéseknél korcsolyánk sarka kissé a levegőben van s felső testünkkel befelé és előre hajlunk. De a hátrafutásnál lehet az ellökő láb elől is. Az előre lépésnél, a lökést végző láb egész közel jó a másik lábhoz és csak apró lépésekkel haladunk hátra. Még szebb, de egyszersmind nehezebb is e körfutás, ha egy lépésnél elől, másnál hátul tasztjuk magunkat, vagyis előre és hátra lépéssel haladunk körbe.

A megállás a régi korcsolyákkal csak annyiban állott, hogy a korcsolya hegyét felemeltük és a sarkot a jégbe vágtuk. A mostani hátul is hajlott korcsolyáknál az ily megállás nem lehetséges, hanem félig kanyarodással, félig a korcsolya egész élének a jégre fektetésével történik. Ugyanis, ha balra kanyarodunk, úgy a jobb korcsolyánk belső élét nyújtott lábbal a jégre feszítjük. — Biztosabb és gyors menésnél előnyösebb a megállás, ha kanyarodás közben testünk háromnegyed fordulatot végezve, egyik lábunkat a jégről kissé felemelve teszszük újból le.

Az előbbeni gyakorlatokban már meg vannak a műkorcsolyázás elemei is. Ugyanis a körzések már a kanyarodásoknál előjönnek, csak hogy mindkét lábunk a jégen van. Azután lépésekkel való teljes körbenfutásoknál meg már a lábakat is felemeljük néha és e gyakorlatok útján tanuljuk is a körzéseket.

Képeink egyikén (jobbtelel) a legszokottabb külső előre körzést láthatjuk. A korcsolya külső élére dőlve felső testünkkel a körzés iránya felé hajlunk. Lábainkat az ellökés után lassan előre viszszük. Képünkön a gyakorlat a körzés közepén látható.

Az ennél még könnyebb befelé előre körzést látjuk a másik képen. Itt a korcsolya belső élére dőlve lábunk az eltasztás után is hátul marad egész a körzés befejeztéig. Felső testünkkel befelé előre hajlunk.

E két körzés már maga is igen mutatós műgyakorlat, különösen szép tartással végezve.

Maros-Vásárhelyi sport-egylet alakulása.

M.-Vásárhely, 1884. decz. 8 án.

Tisztelt Szerkesztő ur! Városunkban a testgyakorlatok ügye már évek óta méltó pártolásban részesül. Tornázunk, vívunk lelkesen, de a nélkül, hogy a tornakör néven ismert társaság egyletté alakult volna. E tekintetben városunk más városokkal szemben dicseretes kivételt képez: ugyanis, míg máshol van ugyan torna-egylet, de éppen nem tornáznak, addig nálunk egylet nélkül is virágzik a vívás, tornázás és tekézés.

Nem vagyunk olyan pedánsak, hogy egyedüli testedzésül csak a tornát választanánk, sőt gondoskodunk, hogy nyáron az inkább mulatságnak, mint testgyakorlatnak tekinthető kuglizást is üzhezzük. Erre nézve külön nyári torna- és kuglihelyünk van. Téli időben a vívás és tornázást gyakoroljuk 3—3 órán hetenkint.

A tagok száma már eddig is annyira biztató, hogy a most

alakult egyesület jövője minden szívet igér. Persze, hogy legszámszerűbben vannak a kuglizók, 99-en. A torna-osztályban 26-an, a vívásiban 24-en vannak. De e tagok száma nemcsak a papíron ennyi, hanem a porondon is; ezek mind tényleg működők.

Buzgó, fáradthatatlan elnökünk *Szentkereszti Zsigmond* báró nem elégszik azonban meg fáradozásának még e szép eredményével sem, hanem azon munkálkodik, hogy az egyesület egy kényelmes céllövési helyiségnek is birtokába juthasson. Hiszszük, hogy fáradozásának csakhamar meg lesz az eredménye.

Az egyesületi tisztikar a következőképp alakult meg:

Elnök: báró Szentkereszti Zsigmond.

II. od. elnök: Fekete Gábor, kir. táblai bíró.

Titkár: Sándor Béla, kir. táblai fogalmazó.

II. od. titkár: Jakab Rudolf, törvénysz. bíró.

Pénztárnok: Jakabos Vilmos, kir. táblai s. fogalmazó.

Kugli-osztály felügyelő: Ziegler Emil, kir. t. bíró.

Vívó-osztály felügyelő: Tompa Gyula körjegyző.

Torna-osztály felügyelő: Tauszig Hugó, a keresk. bank titkára.

Művezető: Chevassut Ferencz.

Minden tagja a választott tisztikarnak garancia arra nézve, hogy az egyesület virágozni fog. Az igazi testedzési hatáskör, a művezetés is megtámasztja lelkes emberét s hiszszük, hogy kezei alatt az egészséges és mulatságos testedzések minden faja terjedni fog.

Tisztelt szerkesztő ur lapja útján szeretném, ha minél nagyobb körben terjedne el az ily vegyes testgyakorlati egyesület életrevalóságának híre, hogy így hazánkban minél több ily életrevaló egyesület alakuljon, mint a maros-vásárhelyi.

Ezért remélem, hogy soraim a sportérdeket lelkesen pártoló «Herkules» előtt nem lesznek hiábavalók.* X.

* Lapunk és a sportközönség nevében köszönet az örömhírek szíves közléséért. Kérjük az új egyesület minden mozzanatának tudósítását, lapunk kész örömmel közöl minden egyesületi és magán testedzési hírt. Szerk.

Az athléták háziviadala.

1884. december 13-án.

Minden nagyobb előkészület nélkül, ugyszólva rögtönözve rendezte az athletikai club ez évi házivarsenyét Nemzeti lovardai helyiségében. De a rögtönözés miben sem tűnt ki. A versenyek és gyakorlatok egyforma tetszésben részesültek a majd ezerre menő díszes közönség előtt. A gyönyörű hölgy közönség névsorára lapunk kerete kicsiny s így csak a férfiközönségből jegyezzük fel a notabilitásokat. Ott voltak a verseny teljes lefolyásáig: Edelsheim báró főhadparancsnok fiával, gróf Bethlen Gergely képviselő, gróf Nádasdy Ferencz fiával, Almásy Kálmán, Esterházy Miklós gróf, Károlyi László és István grófok, Palavichinyi Ede őrgrof, Blaskovich Elemér, Hoitsy Pál képviselő, Arany László, Tivcl gróf és még igen számosan.

A közönség a gyakorlatok kezdete előtt már megtöltte a nézőtér. Hét órakor a katonai-zene üzenére vonultak ki változatos színes ingeikkel körülbelül 70—80-an az athléták, köztük a budai és nemzeti torna-egyesület tagjai. — A felvonulás kigyó- és csiga-vonalban történt, nem oly szabatosan, mint a fegyelmezettett tornászoknál látjuk, de athlétákhoz képest elég jól. Igen impozáns volt, mikor egyenes sorban futva szemben a közönséggel, hirtelen megállott a hosszú sor.

A szer- és athlétagyakorlatok a következők voltak: Nyújtó, vezető Zsinger Mihály, Gerelydobás, vezető Koller Károly, Rohamdeszka, vezető Porzsolt Béni, Korlát, vezető Porzsolt Jenő. A gyakorlatok közt főleg a nyújtó tornázás lepte meg a közönséget, egy csapatban lévén a főváros három egyesületének számos kitűnő tornásza. Itt tornáztak Arnold Róbert, Brozer Mór, Körber Károly, Pozdech Gyula, Zsinger Mihály és Árpád, Friedl Ede, Vermes Lajos, Mindsz nty Gyula, Szögy Béla stb. — A gyakorlatokat az is élénkíté, hogy a csapatokból át-át mentek a tagok a szomszéd szíre is tornázni. A közönség számos gyakorlatnál zajosan tapsolt.

A verseny-nyújtó tornázás következett most, melyben részt vehettek a club és a budai torna-egyesület tagjai. A helyszínen neveztek: Brozer Mór, Friedl Ede, Pozdech Gyula, Szögy Béla,

Zsinger Árpád és Vermes Lajos. — Verseny bírák voltak Jenny Antal elnök, Porzsolt Jenő és Zsinger Mihály. A verseny-feltételek a következők voltak: Minden versenyző háromszor megyle a nyújtóra és végez bármily összetett tetszésszerű gyakorlatot. A bírósági tagok egyet jelölnek ki győztesnek, eltérő vélemények esetén az elnök szava dönt. A versenyzők nagyság szerint végezték gyakorlatukat. Mindnyájan a legszebb tartással és ügyességgel tornáznak, de a valódi küzdelem csak Brozer, Vermes és Friedl közt volt. A bíróság egyhangulag Brozernek ítélte az egyesület ezüst érmét. Brozer gyakorlataiban több erő mint ügyesség nyilvánul. Vermes összetett gyakorlataival lepett meg.

A kard- és tör-vívás egyaránt Bittó Aurél győzelmével végződött. A kard-vívás tisztelet díját, egy szép kardot, Vermes Lajos ajánlá fel.

A 100 yardos kezdők versenyére kiálltak: Agoraszto Miklós, Kiszely Árpád és Gyula és Szirmay István. A verseny a csarnokban egyszeri oda és vissza futásban állott. A falhoz csaknem mind egyszerre értek, de visszafelé Kiszely Gyula mindjárt kivált és könnyen győzve első lett. Kiszely futása gyors és mint látszik nem fárasztja. A tavaszra elvárjuk a nagy versenyeken is. A bíróság ezen és a következő versenyekre a következőképp alakult meg: Versenybíró: Dessewffy Arisztid, bírósági tagok: Palocsai Horváth Emil, Lisznai Tihamér és Porzsolt Jenő.

A súlyemelésben számosan vettek részt. (Nem volt verseny.) Különösen szépen emeltek: Vermes Lajos, Pálffy Tihamér, Körber Károly, Arnold Róbert, Dicsőfy Kálmán, Mindszenty Gyula, Nagy Lajos, Székely Á. stb. A legnagyobb súly 1 mázsa 8 font volt, a legkisebb 50 font.

A körülbelül egy negyed angol mértföldes gátversenyben (12 sörény) részt vettek: Sándor Ákos, Szirmay István, Zalka Zsigmond és Székely Ádám. Első lett Sándor Ákos könnyű szerel.

A magas ugrási versenyben részt vettek: Farkas János, (legnagyobb ugrása 1 méter 42 cm.), Rémi Róbert (legnagyobb ugrása 142 cm.), Sándor Ákos (legnagyobb ugrása 156 cm.), Nagy Lajos (legnagyobb ugrása 156 cm.), Zalka Zsigmond (legnagyobb ugrása 170 cm.), Székely Ádám (legnagyobb ugrása 170 cm.) és Vermes Lajos, ki 177 cm. ugrásával győztes maradt. Ez eredmény csak közép jószágúnak vehető, de Vermes szép tartásáért is megérdemelte a közönség zajos tapsát.

A körülbelül fél angol mértföldes síkversenyben győztes lett Székely György, könnyen jöve be elsőnek.

Nagyon érdekes volt az akadályverseny is, melynél egy rohamdeszkát is át kellett szaladni. Ennél több komikus esés is történt. Első lett Dáni Vilmos könnyű szerrel.

A svájci birkózásban Dicsőfy Kálmán és Nagy Lajos hiában küzdöttek egymással, nem bírták földhöz vágni egymást. Dicsőfy támadt rendszeren.

A magas rudugrás gyönyörű eredménnyel végződött. Zsinger Árpád 3 méter 2 cm. magasat ugrott. A versenyzők a következő magasságokat ugrották át: Rémy Róbert 248 cm., Vermes Lajos 280 cm., Pozdech Gyula 288 cm., Szögy Béla 296 cm., Zsinger Árpád 302 cm.

A «Herkules» által képen is bemutatott «ikrek versenye» általános derűtséget keltett. Az igen erős küzdelemből Benedek Gyula és Székely György kerültek ki győzteseknek.

Az érdekes viadalt kötélhúzás fejezte be, melyben a közönség közül is számosan vettek részt, arra az oldalra állva, hol a győnébbek voltak. A több mint száz ember kezében végre is a vas-tag, de régi kötél elszakadt s az ennek következtében történt komikus esések csattanós jó végét képezték a versenynek.

Az értékes és szebb, a tagok által felajánlott díjakat Dessewffy Arisztid versenybíró osztotta ki a győzteseknek, különösen megköszönve a budai torna-egyesület tagjainak szíves közreműködését.

A sikerült versenyről a tagok az «Arany-sas» termébe gyűltek társas vacsorára, hol komoly és vidám beszélgetések közt késő éjjelen túlig együtt voltak az athléták és a torna- és velociped-egyesület tagjai.



A KETTŐS KADÉT-UGRÁS. (BOKELBERG EDE RAJZA.)

A kettős kadét-ugrás.

(Bokelberg Ede rajzával.)

Méltó nevet kapott a képzőnkön Bokelberg Ede csinos rajzában bemutatott korcsolya-gyakorlat. Kell ugyanis hozzá ifjú hűv, bátorság, erő és ügyesség, mely tulajdonságokat mind bírnia kell egy valódi kadétnek.

A gyakorlat könnyebben megérthető, ha először egyedül végezve írjuk le. A már gyakorlott korcsolyázónak csak ennyit kell mondanunk, hogy a kadét ugrás a jobb (vagy bal) külső előre való körzésből az átugrás a bal (vagy jobb) külső hátrafelé körzésbe.

— De e gyakorlat így egyszerre csak későbbben fog menni, először azt kell jól tudni, hogy az előre való külső körből ugyanazon láb belső hátra körzésébe tudjunk átmenni, ez az úgynevezett hármas.

Ezután már könnyebb a test súlyát a másik korc olya külső élére fektetnünk. Ezt eleinte minden ugrás nélkül simán végezzük, arra törekedve, hogy a belső hátrafelé körzés minél kisebb legyen és hogy minél könnyebben dőljünk át a másik korcsolya külső éére. Csak ha már így simán átdőlünk egyik lábról a másikra, lehet a hármas-t ugorva csinálni, t. i. a belső hátrafelé kör helyett lábunkat elruga a jégről, egyszerre átdőlünk a hátsó külső körbe.

Az egyes kadét-ugrás után a másikat is hirtelen utána csinálhatjuk, ha a hátrafelé körzésből ismét a másik láb külső előre körzésébe megyünk és ebből ismét vissza ugrunk a másik lábra. Ha már e gyakorlat is könnyen végeztetik, úgy összeállhat két korcsolyázó a képzőnkön látható fogással. Egyik míg az ugrásban van, addig a másik a hármas-t végezi. A jégen álló az ugrónak tordulását gyenge kézrántással is segíti.

Igen jó, ha az ugrások jobbra és balra egyformán betanultatnak, mert különben egy irányban végezve könnyen szédít.

Különfélék.

A fővárosi korcsolyázóknak az utóbbi napok lanyha időjárása sok bosszúságot okozott. A múlt hetek erős hidege ugyan befagyasztá mind a városi kerületi, mind az Orczi-kerti tavat, de valóban jó jég csak három nap volt. Mikorra pedig a „Budapesti korcsolya-egylet” megnyitotta volna pályáját, az idő újra engedett. De dacára a nappali olvadásnak mind a lígati, a (belső jégén), mind az Orczi-kerti tavon csaknem megszokás nélkül korcsolyáztak.

A kolozsvári korcsolyázó egylet múlt vasárnap tartotta közgyűlését, melyet elnök Gyarmathy Miklós nyitott meg és kijelentette, hogy sokoldalú elfoglaltatása miatt az elnöki tisztről határozottan lemond és kéri más elnököt beválasztani; ezen nyilatkozatot a közgyűlés sajnálattal vette tudomásul s részére 12 évi buzgó és lankadatlan működéséért jegyzőkönyvi köszönetet szavazott. Vizi Endre pénztárnok a múlt évi számadások alól a kiküldött vizsgáló bizottság jelentése folytán felmentett eddigi működéséért szintén jegyzőkönyvi köszönet szavaztatott. A költség előirányzat 1885-re 2000 forinttal fogadtatott el. Ezek után megajánlották a választások, melyek szerint dr. Jenei Viktor elnök, Girsik János alelnök és Vizi Endre pénztárnokká választottak; választmányi tagok lettek: Gyarmathy Miklós, dr. Óváry Kelemen, dr. Bornemisza Károly, Vizi Árpád, Molnár Ede és Eck Pál; a régi tagok közül megmaradtak: Salamon Sándor titkárnak, dr. Szombathelyi József gazdának, Retegi Miklós, Macskásy Pál, Árkosy Gyula, Pataki Sándor, dr. Farkas Géza és Velits Lajos választmányi tagoknak. Végre közgyűlés az új elnökséget és választmányt életre oszlott el. Az egyleti tagok jogai és kötelezései a következők: Az egylet tagja csak az lehet, kit a választmány az egyleti tagok sorába felvesz; a felvételt csakis valamelyik választmányi tag ajánlatára történhetik; a belépni szándékozó nevét a pénztárnál levő Nyilvánkönyvbe bejegyezi és ugyanoda az ajánló választmányi tag is bejegyeztetik. A tagsági díjak a következők: Egy rendes tag tagsági díja egy évre 4 forint. Két személyből álló család 7 forint, három személyből álló 9 forint és a család 4-ik, 5-ik, stb. tagjaiért személyenként 2 forint fizet. Egy rendkívüli tag tagsági díja 5 forint. A helybeli egyetem polgárai 4 forint fizetnek. A rendes tagok azok, kik három évre kötelezik magukat; ezeknél egy forint beíratási díj is fizetendő, de csak egyszer és csak a család fő személye után.

Az aradi korcsolya-egylet f. évi december hó 8-án tartandó közgyűlését. Parecz György elnök megnyitván a gyűlést, az igazgatósági évi jelentés felolvastatott, mely szerint az egylet pénztári álladéka a következő: az 1882/83. évről 189 forint 57 o. é., 1883/84. évi összes bevétel 2214 forint 77 kr. o. é.; 1883/84. évi összes kiadás 2017 forint 98 kr. o. é., marad 1884/85. évre 196 forint 79 kr. o. é. Ezzel az elnök a tiszttartó és választmány nevében lemond és Steinitzer Károly korelnök vezetésével az egylet 1884—85. évi tiszttartó és választmánya a következőleg alakult meg. Elnök: Parecz György. Igazgatók: Boros Vida és Tedeshi Viktor. Ügyész: Müller Károly. Pénztárnok: Keresztes Mihály. Titkár: dr. Páris Lajos. Választmány: Steinitzer Károly, dr. Múlek Lajos, dr. Institoris István, dr. Kabdebó János, dr. Marschall Lajos, Aknay Andor, Tenner József, Oláh Elemér, Moess

Károly, Dániel Endre, Probst Mihály, Zikó János. Számvizsgálók: Elnök: dr. Vertán Oszkár. Tagok: dr. Steinitzer Pál és Ottenberg Tivadar, Parecz György újra elfoglalván az elnöki széket — a saját s a tiszttartó nevében köszönetet mond az újból nyilvánult bizalomért s egyszersmind a részjegyek évenként szokásos kisorsolását elrendeli. Kihúztak a következő számú részjegyek: 62, 138, 95, 17, 2, 14, 187, 24, 200 és 15. Ezen részjegyekre esedékes összegek az egylet pénztárából tulajdonosaik részére a mennyiben 1885. évi február hó 10-ig jelentkeznek, kiutalványoztatott, ezen határidő elmulasztásával azonban a nem jelentkező részjegyekre esedékes összegek az egylet javára adományozottnak tekintetnek.

A csikszeredai korcsolya-egyesület már megkezdte működését. A jégpálya készen áll a közönség használatára. A jég elkészítése ezuttal annyira sikerült, hogy idáig egy évben sem volt oly sima tükörjég, mint ezuttal.

A soborsini lövészegylet Szájbéli Norbert elnök kezdeményezés folytán múlt hó végén táncmulatságot rendezett a szegény gyermekek javára.

Az orosházi korcsolyázó egylet ma egy hete délután 3 órakor tartotta a casino termében közgyűlését, melyben Székács István elnök ur constatálván a gyűlés határozat képességét, azt megnyitja, s felolvassa az egylet múlt évi életéről kitűnő praecizitással összeállított elnöki jelentést, melynek öröndetes tudomásul vétele után a maga és tisztársai nevében lemondván, a gyűlést új tiszttviselők választására hívja fel. A jelen volt tagok egyhangulag a régieket választván meg, egyéb tárgy nem léteben a gyűlés az elnök élettelésével szétoszlott.

A kolozsvári atletikai clubban a vívó estéken mozgalms élet van, a múlt héten mulatságos váríviást rendeztek. A butorokból alakított vár körül heves harc képződött, melyet még élénkebbé tettek a szünetek alatti kihívások. A vár védelmében részt vettek: br. Kemény Árpád, Páska Zoltán, Benke K., Kuszko J., a támadásban pedig: br. Bánffy Kázmér, Gál Simon, Lázár Emil, Kővári Ernő, Kővári Arthur, Nagy Zoltán, Orelli Zoltán. A vívást Kővári Mihály vívótanár vezette. Általában minden nézőre a jól sikerült vívások a legkellemesebb hatást tették s részünkről is csak gratulálni tudunk a vívók kitartásához és a jeles tanár buzgalmahoz, melylyel a testedzés mulatságos oldalát is felkarolja. A rendezett váríviást Kővári tanár eszméje és abból áll, hogy a vívók padokból a terem közepén zárt négyszögöt formálnak, s e négyszög alkotta várat az erősebb vívók közül négy védi belülről. Kivülről a körülményekhez képest, tíz-tizenhat vívó felváltva ostromolja a bennlevőket mindaddig, míg mind a négy megszu rva nincs. Ezzel a vár megvédésére az ostromlók közül újabb négy küldetik be. A viadal addig tart, míg a hős fiúk egyenként mind „elhullanak.”

Korcsolyázó-klub alakult Keszthelyen Farkas Miklós gimn. tanár elnöklete alatt. A klub gyönyörű jégpályáját a Balatonon e hó 7-én nyitotta meg.

A kolozsvári torna-vívó-egylet folyó évi december hó 21-én, azaz: vasárnap délelőtt 11 órakor, a városi közgyűlés termében rendkívüli közgyűlést tart, melyre a részjegy birtokos urak tisztelettel meghívotnak. Tárgy: tizenhárom darab 100 frtos részjegyek kisorsolása. Páli Sándor elnök. Mórész István titkár.

A nemzeti torna-egylet e hó 20-én tartja meg szokásos disztornázását. A részvételre a tagok közül már eddig is számosan kötelezték magukat. Az összegyakorlatok utolsó próbája 18-án este 7 $\frac{1}{2}$ —8 $\frac{1}{2}$ órakor tartatik meg.

A szabadkai torna-egyesület ez évi utolsó viadalversenyét e hó 6-án, saját teli helyiségében tartotta meg. E sportünnepély zártkörű viadal volt, melyre a meghívottak oly nagy számban jelentek meg, hogy az egyleti helyiség egészen megtelt. A változatos műsor a következő volt: I. Iskola vívás. Vezette Izcsecszku Leo egyli. vívómester. A gyakorlatok bemutatásánál a szép testtartásra és a nagy figyelemre fordíták a főszűt. II. Súlyemelés és ugrás. Versenyeztek: Milhoffer Lajos, Persina Alfréd, Fellegi Antal és Schreier Géza. Persina Alfréd győzött 17 erőponttal, Fellegi Antal jó második 16 erőponttal III. Kézűtők vívóversenye. A párok sorshuzás útján állítottak össze a következő sorrendben: Izcsecszku Leo Sztójkovics Emillel, Schreier Géza Fellegi Antallal, Zászló Mózes Biró Károlylyal, Lázár János Janiga Jánossal, és Persina Alfréd Freund J.-vel. Többszűri mérkűzés után Fellegi Antal (3: 6) vívta ki az elnökséget. IV. Haladók versenye. Szűrás megengedve. Résztvettek: Biró Károly, Fellegi Antal Schreyer Géza, Sztójkovics Emil, Persina Alfréd és Kirner Dezső. Gyűtzes lett Kirner Dezső. Az utóbbi küzdelemben említést érdemel Biró Károly szép, szabatos hosszú testvágásaival. A versenyeket magánmérkűzések és kihívások követték. Feltűnést keltett Sztójkovics Emillek gyűtzelme Kirner Dezső fölűt. V. Ökűlvívás. Résztvettek: Lázár János, Janiga János, Biró Károly. Az utóbbi gyűtzes.

A Balaton mélysége Füredtűl Siófokig. Füredűt oldalán a Balatont 10 méter belűt távolságban a gűzhajó állomástűl egész Siófokig a mult hűnapban, midűn utoljára ment a gűzhajű, megmérték hat helyen s igen szomorű tapasztalatra jűtöttak. Az eredmény a kűvetkűzű volt: I-sű mérésűn 3 m. 82 cm., II-ikűn 3 m. 93 cm., III-ikűn 3 m. 80 cm., IV-ikűn 3 m. 53 cm., V-ikűn 3 m. 5 cm. és a VI-ik mérésűn 1 m. 50 cm. mely a Balaton. Ebbűl láthatű, hogy mily kárára van a Balatonnak a Sióf csapolása! Az orszűg e bűszkeségűnek apadását a halászok után első sorban mindenesetre a sport barátjai fájlatűtűk.

Korcsolya-pályák Budán. A korcsolyázű sport nagy lendűletnek indűlt Budán is. Mostantűl kezdve ugyanis két rendszeresen ápolat korcsolya-pályája van. Ezek egyikét a „Budapestű tornáegyletű” érdemes elűkű Jenny Antal készűttette az attila-utczai tornacsarnok telkűn (Krisztina-város, Attila-utca 62. sz.); ez mestersűges jégpálya, melynűl a jég fecskendezés által állűttatván elű, be nem szakadhat s korábban is

befagy, mint a mély tavak. E pályán már több év óta kocsolyázott Buda intelligenciája s a kedvező időjárás folytán már az idén is megkezdtek rajta a kocsolyázást. — Buda második jégpályáját a derék «Első kerületi polgári kör» tartja fenn, melynek mint körlevelében hirdeti, sikerült az u. n. dr. Christen-féle téglagyári telepen levő tavat, mely a Zugligetbe közlekedő közúti vaspálya mellett, a szt János-kórház és a városmajor közt fekszik, a fővárosi közmunkák tanácsától, mint ez idő szerinti tulajdonos hatóságtól, jégpálya céljára megszereznie. Fekvésénél fogva e tó más vízmedencékénél korábbi és tartósabb jégképződéssel bírva, a kocsolyázók pedig a léghuzam ellen is védve lévén, igen előnyös és alkalmas jégpályául kínálkozik; hogy a látogató-közönségnek a jégpályán való tartózkodást egyébként is minél kényelmesebb és kellemesebb tegye a kör, nyugott egy díszes csarnokot építtetett, mely egy tágas nézőteremből, továbbá a szükséges mellék helyiségekből, u. m. előtérből, ruhatárból, női piperéből, valamint buffetből állván, nagyobb mérvű igényeknek is megfelelni képes. Másrészt gondoskodva van arról, hogy a jégpályán a kocsolyázásban szakszerű oktatás adathassék, mely célra Petzke Lajos kocsolyamester naponta reggeli 8 órától délutáni 5 óráig a közönség szolgálatára áll. A kocsolyázást már itt is megkezdették s a jegyek, melyek árai — mint már említettük — a körtagok és ezek családtagjai részére 1 frt 50 krban, a Duna jobbpartján levő társasegyletek tagjai, valamint a közös hadseregbeli és m. kir. honvéd-tisztek úgy mint ezek családtagjai részére 3 frtban, idegen személyek részére pedig 4 frtban állapították meg, naponta délutáni 4 és 7 óra között egyelőre az alagut melletti körhelyiségben (I. kerület Attila-utca 58 sz.) kaphatók.

A «debreczeni kocsolyázó egyesület» alakuló közgyűlését megtartotta. Az előterjesztett évi jelentésből közöljük, hogy az egyesület múlt évi élete 49 napig tartott. Ezen idő alatt egy megnyitási, egy kivilágítási ünnepély rendeztetett. A verseny nagymérvű olvadás miatt nem volt megtartható. Katonazene hatszor alkalmaztatott. Volt az egyesületnek 37 rendes és 87 foglalkozó tagja, ezek között 41 nő. Kiadás 835 frt 57 kr. Bevétel 1120 frt 88 kr, melyből a kiadás levonása után 286 frt 61 kr, mutatkozik évi haszonként. Van az egyesületnek: vagyona 1. Fel-szerelésekben 1005 frt 90 kr. 2. Készpénzben 1616 frt 51 kr, összesen 2623 frt 41 kr. A jelentés további részében, a közúti vasut kivezetése, a villanyvilágítás alkalmazása és kellő számú kölesönözhető kocsolyák, díszes szánok beszerzése, szertár kibővítése, kocsolya felcsatoló helyiségek kiépítése ajánlatba hozott. Ezek létesítése iránt a választmány utasítottván: a megejtett tisztújítás folyamán elnökké Ferenczi Lajos, alelnökké Boczkó Sámuel, titkárrá Kovács Gábor, ügyvédül Des Combes Henrik, pénztárnokul Kövy Lajos, választmányi tagokul Simonffy Emil, Leszkay Ferenc, Komlóssy Arthur, Rikl Antal, Dalmy László, Szalay József, Orosz Endre, Komlóssy Dezső, Lánckzy Sándor, Nagy Sándor, br. Schnell Rezső, Fischer Lipót, póttagokul Lőkös Gyula, Bay Gábor, Gyűgyey József és Tóth István megválasztottak.

Szarvason a főgymnázium torna tanárának kezdeményezése folytán kocsolya egyesület alakult, melynek tagjait beiratkozni lehet Maly Lajos VIII. osztályú tanulóval. Tagsági-díj családonként 1 frt, személyenként 50 kr, tanulóknak 30 kr. Az aláírás csak a jelen évről kötelező. A kör állandó jégpályája a Maczolapoban van most is, mint eddig, s ott a jégcsész háza előtt egy zászló áll jel gyanánt. Pénztári maradvány a múlt évről a kamatokkal együtt 16 frt, és 33 kr, mely nov. 24-én a helybeli takarékpénztárból kivétel. — A jég nov. 23 óta gondozva van. Ha minden tornatanító oly lelkesen venné a sport-ügyeket mint a szarvasi, bizony fellendülne országsgazerte minden testgyakorlat.

A kétkerekű velocipédn a legjobb a profissionátus eredmények ez idejéig az 1/4 angol mértföldtől az 50 mértföldnyi távolságokban a következők: 1/4 mértföld 0:0:41, Philipps Leicester 1880. július. 1/2 mértföld 1:20 3/4 mrtf. 1:59 1/2, 1 mrtf. 2:40 1/2, Howell Leicester 1883. augusztus. 1 1/4 mrtf. 3:30 1/2, F. Cooper Cambridge 1879. május. 1 1/2 mrtf. 4:15 1/2, 1 3/4 mrtf. 4:57 1/2, 2 mrtf. 5:36 1/2, J. Keen Cambridge 1879. május. 3 mrtf. 8:39, 4 mrtf. 11:39, F. Lees Leicester 1884. augusztus, 5 mrtf. 14:28, R. Howell Wolverhampton 1883. október. 6 mrtf. 17:34, 7 mrtf. 20:30, 8 mrtf. 23:29, 9 mrtf. 26:28, 10 mrtf. 29:20, F. Lees Leicester 1884. augusztus. 11 mrtf. 32:19, 12 mrtf. 35:17, 13 mrtf. 38:14, 14 mrtf. 41:16, 15 mrtf. 44:12, 16 mrtf. 47:10, 17 mrtf. 50:06, 18 mrtf. 52:56, 19 mrtf. 55:47, 20 mrtf. 58:34, F. Lees Leicester 1883. augusztus. 25 mrtf. 1:17:20 1/2, T. Battensby Leicester 1884. augusztus. 30 mrtf. 1:33:20, 35 mrtf. 1:50:24, F. Lees Leicester 1884. július. 40 mrtf. 2:10:14, 45 mrtf. 2:28:58, T. Battensby Leicester 1884. július. 50 mrtf. 2:47:20, F. Wood Leicester 1884. július.

A párizsi «Cercle de l'Aviron» múlt hó 16-án vasárnapon handicap evező versenyt rendezett, melyen hat skiffista vett részt. A kiindulási hely Asnièresben volt a club csónakházában. Célpontnak az Argenteuili híd volt kiszemelve, mely a kiinduló ponttól körülbelül tizenhárom kilométernyire van. Idősb M. Mac Henry tiz. ifj. Mac Henry, Harvey és Schrattnér öt-öt, Echard két perczet kapott előre. Utolsónak indult meg Lein, még pedig délelőtt 6 perczel 11 óra után. S mégis ő érkezett meg elsőnek s pedig 12 óra és 7 perczkor. Egy negyed perczel később érkezett be Echard másodiknak 12 óra 12 perczkor Harvey jött meg, utána nyomban ifj. Mac Henry csak 3 másodperczel később, 12 óra és 16 perczkor Schrattnér érkezett be utolsónak, minthogy id. Mac Henry a versenytől visszalépett.

A «Hanhattan athletikai club» múlt hó 4-én saját telkén versenyfutást rendezett s alkalommal Myers és Ford között 100 yardos matschjött létre. Myersnek a versenyfutás előtt lábán kelése volt, de dacára ennek vállalkozott a matschra. Erős ellenszél mellett ment végbe a matsch: Myers mindjárt ügyesebb futónak bizonyult: alig tett meg 25 róf utat, már is

1 1/2 röffel megelőzte Fordot. Ford azonban összeszedte teljes erejét s 50 rőfnyi úton már csak fél röffel állt Myers mögött. 25 rőfnyire a célzótól már csak 2 lábbal állt Myers után. Az út ez utolsó része jelentékeny gyorsasággal tétetett meg, de Fordnak még sem sikerült Myerst elérni. A győző ideje 10 1/2 másodperczet tett s ha lábának állapotát s az időjárást tekintetbe vesszük, ez igen szép eredménynek mondható.

TARTALOM.

Előszó a «Magyar labdajátékok könyvé»-hez (gróf Esterházy Mihálytól). — «Herkules-Könyvtár». — A «Neptun» budapesti evezős-egylet küldöttsége Bécsben (Mészáros Ferencztől). — A kocsolyázás alapgyakorlati (képpel). — Maros-Vásárhelyi sport-egylet alakulása (X-től). — Az athléták házi viadala. — A kettős kadét-ugrás (képpel). — Különfélék. — Tárcza: Iskola és testgyakorlat (Szokolay Kornéltól).

HIRDETÉSEK.

HERKULES

TESTGYAKORLATI KÖZLÖNY.

A «Balaton-egylet», «Budapesti kerékpár-egylet», «Budapesti vasparipa-egylet» «Előre», «Budapesti torna-egylet», «Győri csónakázó-egylet», «Magyar athletikai club», «Ó-budai torna-egylet», «Pannónia csónakázó-egylet», «Szabadkai torna-egylet», «Szegedi torna-egylet»
— stb. stb. hivatalos közlönye. —

SZERKESZTIK:

PORZSOLT JENŐ — PORZSOLT KÁLMÁN

KIADÓHIVATAL:

AIGNER LAJOS KÖNYVKERESKEDÉSE

Budapest, váci-utca 1.

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

Az a vezérszerep, melyet e lap vetélytárs nélkül játszik a testgyakorlatok terén, szerkesztőinek ismert neve, munkatársainak fényes névsora, eddig megjelent számai ak rendkívül gazdag és változatos tartalma, a napisajtó példátlan egyhangú meleg elismerése s az ország legelső egyleteinek körüli csoportosulása teljesen fölöslegessé teszik a «Herkules» dicséretét.

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

Aigner Lajos könyvkereskedése.

(Budapest, IV. Váci-utca 1. sz.)

Abafi L. Mikes Kelemen	60 kr.
" Tréfás népdalok	40 kr.
" Szerelmi népdalok	40 kr.
" Gücséji népdalok	40 kr.
Porzsolt Kálmán: Szerencsétlen furulyások. Elbeszélések.	1 frt 40 kr.
" Párbaj. Színmű 1 felv. (A nemzeti színházban adatott 1881-ben)	40 kr.
Czakó Zsigmond: Leona	20 kr.
Mayer F.: Czuczor élete és költészete	20 kr.
Rényi R. Petrarca mint hazafi, tudós és költő	20 kr.
Ányos Pál költeményei	40 kr.
Balázs Sándor. Vig elbeszélések 1 frt 50 kr., kötte	2 frt 50 kr.
Endrődi Sándor költeményei 2 frt, kötte	3 " — "
Jókai Mór. Észak honából. Muszka rajzok. 1 frt 20 kr., kötte	2 " — "
2 frt, diszkötésben	2 " — "

SZERENCSETLEN FURULYÁSOK.

ELBESZÉLÉSEK.

IRTA

PORZSOLT KÁLMÁN.

Budapest, 1883. Grimm Gusztáv könyvkereskedése.

Ára 1 frt 40 kr.

TARTALMA:

A szerelmes szeszélyes. — Pünkösdi rózsza. — A becsület bolondja.
— A tanácsos ur pártfogása.

KAZINCZY FERENCZ MŰVEI.

Magyarázó jegyzetekkel

kiadja

ABAFI LAJOS.

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

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

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

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

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

Egy-egy füzet ára 20 kr.

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

Aigner Lajos
kiadóhivatala.

Schleinz Károly

Budapest, kerepesi-út 34. sz.

HILLMANN HERBERT és COOPER COENTRY vasparipa

(BICYCLE) és TRICYCKLE gyárosok magyarországi főügynöke

ajánlja dűsan felszerelt

vasparipa és tricycle raktárát.

Ezen gyár készítményei szilárd szerkezetűk és csinos kiállításuk által a legnagyobb kelendőségnek örvendenek s az eddigi vasparipa találmányok közt legelső helyet foglalnak.

 Kivánatra árjegyzék bérmentve megküldetik. 

SPORT-KÖNYVEK.

Kaphatók Aigner L. könyvkereskedésében, Budapesten,
(Váci-utca 1. sz. alatt.)

Brandeiss Handbuch d. Schiess-sport geb.	3.—
Hergsell Die Fechtkunst brosch.	4.—
« « « geb.	5.50
Heydebrand Handbuch d. Reitsport geb.	3.—
« « d. Fahrsport geb.	3.—
Meyer Handbuch d. Fischereisport geb.	3.—
Silberer Handbuch d. Rudersport geb.	3.—
Georgens Illustriertes Sport-Buch	4.80
Silberer u. Ernst Handbuch d. Bicycle-Sport geb.	3.—
Wilhelm Karl Quelle des Vergnügens	2.40

A PÁRBAJ.

Szinmű egy felvonásban.

IRTA

PORZSOLT KÁLMÁN.

Budapest 1881. Pfeiffer Ferdinánd kiadása.

Ára 40 kr.

Először adatott a Nemzeti színházban 1881. márcziusában.

SÁROSY GYULA ÖSSZES MŰVEI.

Életrajzi bevezetéssel és jegyzetekkel

kiadja

ABAFI LAJOS.

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

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

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

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

Egy-egy füzet ára 20 kr.

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

Aigner Lajos
kiadóhivatala.

Kiadóhivatal:

Budapest, IV. Váci-utca 1.
Aigner Lajos könyvkeres-
kedése.

Előfizetési díj:

Negyedévre 2 frt.
Félévre 4 frt.
Egész évre 8 frt.
Egyes szám 20 kr.
Hirdetések díja: két hasábos
petit sorért 25 kr.

HERKULES

TESTGYAKORLATI KÖZLÖNY

SZERKESZTIK

PORZSOLT JENŐ PORZSOLT KÁLMÁN

KIADJA AIGNER LAJOS.

Szerkesztőség:

Budapest, VIII. Nagykörút-
utca 13.

Kéziratokat vissza nem
küldünk.

Bérmentetlen leveleket nem
fogadunk el.

A «BALATON-EGYLET», A «BUDAPESTI KERÉKPÁR-EGYLET», A «BUDAPESTI TORNA-EGYLET», A «BUDAPESTI VASPARIPA-EGYLET
ELŐRE», A «GYÖRI CSÓNAKÁZÓ-EGYESÜLET», A «HUNNIA CSÓNAKÁZÓ-EGYESÜLET», A «MAGYAR ATHLETIKAI CLUB», AZ «Ó-BUDAI
TORNA-EGLET», A «PANNONIA CSÓNAK-EGYLET», A «SZABADKAI TORNA-EGYLET» ÉS A «SZEGEDI TORNA-EGYLET»

HIVATALOS KÖZLÖNYE.

A vallás- és közoktatásügyi m. kir. minister

TREFORT AGOSTON ö nagyméltósága

Magyarország összes tankerületi kir. főigazgatóihoz és kir. tanfelügyelőihez a következő iratot intézte:
47020. szám.

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

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

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

Budapest, 1884. december hó 17-én.

TREFORT s. k.

Trefort és a testgyakorlatok.

A legnagyobb kitüntetés, mely szaklapot érhet Magyarországon, jutott lapunk osztályrészeül: Magyarország kulturájának vezére emelte föl szavát érdekében.

A ministeri elismerés meleg hangja mellett eltűnni érezzük háromnegyedévi nehéz munkánk minden fáradságát s ennek helyét csak a hála és az a buzgalom foglalja el, hogy a megkezdett irányban töretlen erélylyel haladjunk tovább.

Mert — ezt minden szerénységgel nélkül büszke önérzettel mondhatjuk el — a kultusminister elismerése a legmagasabb és mindenestre *legilletékesebb szentesítése annak az iránynak, melyet e lap fennállása óta követ.*

Ez az irány, a magyar nemzet testi erősödését tűzve zászlajára, a magyar nemzeti testgyakorlat terjesztésére törekszik s e cél elérésére minden erejével igyekszik barátságos egyetértésben összetartani az ország összes testgyakorló egyleteit.

Ezt az irányt, ezt a törekvést, ezt a célt szentesítette a minister!

És ez a szentesítés nekünk útmutató parancsul fog szolgálni a jövőre nézve, hogy az okszerű és magyaros testi nevelés tanait ezentúl is terjeszszük, a különböző testgyakorlatok üzésébe rendszert öntsünk s a testgyakorló társaságok munkásságát ellenőrizve, igyekezzünk közöttük azt az egyetértést létrehozni, mely ma még hiányzik.

Nagyon csalódik azonban, a ki a minister tényében csak e lap kitüntetését látja, — sokkal többet jelent az: jelenti a minister érdeklődését a testgyakorlatok

iránt, jelenti, hogy Magyarország kultusministere figyelemmel kíséri a nemzet ifjúságának testi nevelését, figyelemmel kíséri a külföldön és a hazában föltűnt testgyakorlati módokat s ezek között kiszabja az irányt, a melyet követni kell.

A ki figyelemmel kísérte Trefort évtizedekre kinyúló tevékenységét a haza érdekében, az láthatta, hogy mint törekedett ő a magyar nemzetet a közművelődésben európai színvonalra emelni s ugyanakkor megtartani magyar nemzetiségében.

Trefortnak ez az öntudatos politikája nyilvánul minden intézkedésében; európai műveltség és magyar nemzetiség: az ő jelszava.

Ez a kettős cél érvényesül középiskolai törvényében; ezt hangsúlyozta mindig, midőn a magyar képzőművészetről volt szó; ezért teremtette meg Budapest a mesteriskolát, hogy európai színvonalra emelkedett festészetünket magyarrá is tegye; ezt hangsúlyozta most legújabbán is, midőn a magyar művészi ipar érdekében indított országos mozgalmat.

Magyarország kulturájának voltak Trefort előtt is harczosai, de ezt a kulturát Trefort tette magyarrá; mert ő belátta, hogy nem áldás, hanem átok a nemzetre az a kultúra, mely megfosztja őt nemzetiségétől s hogy egy nemzet vérebe soha sem is megy az a kultúra, mely idegen marad.

Trefortnak ez a magas röptű, széles látkörű, hazafias szellemű nemzeti politikája midőn érvényesült a közművelődés minden ágában, nyilatkoznia kellett a közoktatás ama részében is, melynek feladatait a testgyakorlatok oldják meg; — és nyilatkozott is számtalanszor s legutoljára éppen most e lapra való vonatkozással.

A minister ő excellentiájának ily magasabb szempontból kiinduló intézkedésénél tehát nem tolakodhatunk mi a sajtó egyszerű napszámosai a minister elé, hogy köszönetünket elrebegjük a szerény munkálkodásunk iránt tanusított kegyes érdeklődéséért; hanem — mint az ország legelőkelőbb testgyakorló egyleteinek megválasztott hivatalos képviselői a sajtóban — följogosítva érezhetjük magunkat arra, hogy ezen testgyakorló egyletek nevében mondjunk hálás köszönetet e testgyakorlatok iránt legujabban is tanusított nemes érdeklődéséért!

PORZSOLT KÁLMAN.

Iskolai tornázás.

Nemcsak hazánkban, hanem Németországban is sok vidéken az u. n. «iskola-tornázást» alig különböztetik meg az u. n. «néptornázástól». Ez azonban, míg amott nem mondható nagy bajnak, nálunk ez igen is annak mondható, mert nálunk a néptornázás igen sok helyen átcsapong a látványossági térre. Már pedig minél inkább behozzuk az iskolai növendékek közé a «mutatványos» tornázást, annál inkább távolítjuk el őket az iskolától. Valóban meg kell ütköznie a lelkiismeretes tanítónak azon, ha iskolánövendékét látni kénytelen, miként igyekszik egész hévvel elsajátítani a nagyoktól és a cirkusi akrobatáktól a kézenjárást, saltokat, óriás köröket és többféle műtornagyakorlatokat. De hát mit tegyen a gyermeke szerencsétlenségétől tartó szülő és a mélyre látó nevelő akkor, midőn itt is ott is elsőrendű torna-szakfőiskolát lát, a kik magok állnak oda a gyermek csoport elére és buzdítják őket ama gyakorlatokra. A kit nem illet, az ne vegye magára, de ha kellend, nevekkel bizonyítható be, hogy sokan hazánkban egyáltalán nem úgy értelmezik az iskolatornázást, a mint kell e helyes testedzési és neveléstani szempontból.

Ha már az egyletek tagjai között a mutatványos gyakorlatokért koszorúkat osztogatnak, ha a felnőttek hűségét és tüntetési vágyát a végsőig fokozzák is tapsokkal és dicsőítésekkel, ugyanezeknek háttérbe kell szorítva lenniük az iskola növendékeivel szemben. Egy rejtett eszű egyén a legnagyobb dicsőítés fokán is mérsékelni tudja magát az indulatnak esztelen kicapongási vágya ellenében. A férfi életbűselete üres buboréknak veszi a szenvedély hevében szerzett dicsőségeket. De a gyermeknek korlátolt esze

rabja marad azon képzelgéseknek, melyekbe a kitüntetések bele ringatták. Ha megéltenezzük a gyermeket, midőn az I. emeletről talpra ugrik, azzal üszköt dobunk az ő agyába, mely kinozza kísérti őt folyton a II. emeletről való leugrásra. A nagyon fel-dicsért tettek a gyermek egész lelkiületét betöltik; tömjénezés jás-sanként egész lényét átídomitják, naponta többet törül le az iskolai nevelés által belé oltott szép tulajdonságokból. Elbizakodottság, irigység, gyűlölet, váltja fel az imént létezett szerény és örömteli barátságos érzeteket. Mindezt pedig megteremtí azon tornatanító, a ki növendékeivel nem az iskolai „nevelési” tornászatot üzeti, hanem a tágabb értelmű „néptornázást” vagy éppen a „mutatványos” tornázást. Ez így nem maradhat. Gyermekünk lelkéből nem szabad kiűzni hagyni a gyermeki jót érzeteket. Nem szabad az indulatok nagymérvű felélesztésével azok teljes uralmának martalékul vetni gyenge gyermekeinket.

Tornázzanak gyermekeink minél többet, de ezen tornájuk alatt tanulják meg egymást szeretni, egymásban megszokni a különféle vágyak és akaratok kereszteződésének sima kiegyenlítését. Ver-nyezzenek egymással, az ügyesebbeknek adassék tér a fejlődésre és a gyengébbeknek az utánzással való haladásra. Hanem csatangolásnak és mutatványos műgyakorlatoknak nincs helye az iskola-tornázásban. A néptornázásban elhanyagolt játékoknak, rendgyakorlatoknak és tömegben vezérszóra menő szer-tornázásnak kell kiadni az iskolatornázás főanyagját.

A nép- vagy egyleti tornázásnak nagy terjedelmű gyakorlat-halmazából az iskola-tornázásban elejtendő mindaz, a mely a gyermeki kedélyhez nem alkalmas, vagy a melynél a fegyelmetartás bajosabb vagy a mely sajátosságánál fogva is féktelenkedésre és torzsalkodásra ad alkalmat. Szóval az iskola-tornázásnak módja is, anyaga is más legyen, mint az egyleti tornázásé vagy éppen a mutatványos műtornázásé. És lehetőleg oly tanító legyen az iskola-növendékek tornatanítója, a ki nemcsak tanítani, de játszani is tud. Azon tornatér, hol a gyermeki élénksége a ritító vesszője alatt ásitózik, ép oly rossz, mint az, hol a vígság ríkoltozásban és dulakodásban féktelenkedik.

PORZSOLT LAJOS.

Szerencsétlenségek kikerülése a jégen.

E cím alatt szólni akarunk a korcsolyázásnál előfordulni szokott kisebb kellemetlenségek és bajok kikerüléséről is, általában azon sokszor kiesínyesnek látszó egészségtani szabályokról és korcsolyázási szokásokról, melyeknek betartása adja csak meg a korcsolyázásnak veszélytelen testedző hatását.

A «HERKULES» TÁRCZÁJA.

A kardokról.

Nem a vívás gyakorlásánál használt ugynevezett *pótkardokról* (Spadon), hanem általában a fegyverül használt kiélesített valódi kardokról óhajtók néhány érdekes följegyzést közölni. Azonban a mi nálunk is általában használt keskeny pengéjű, tompa élű, kissé görbe vi-kardok (pótkardok) iránt érdeklődőknek sem szükséges általában tájékozva lenniük a valódi kardok jó és rossz tulajdonságai iránt, mert hiszen általán minden elsőrendű vívó-teremben hangsúlyozva van az, hogy mindenki csak olyan vívási módokat és fogásokat kedveljen meg és tegyen sajátjává, a minőket az éles valódi karddal is alkalmazásba lehet venni.

A kard mint fegyver több századon át nyert tapasztalatok után jelenleg majd minden harczoló művelt nemzetnél olyan mód-dal és olyan alakban készítették, a minő nálunk is tényleg a katonaságnál használatban van. Azonban az így tömegben ezer meg ezer számban készített kardoknak szoros értelemben vett jó minőségét éppen a gyors eljárású gyári készítés miatt kétségbe kell vonni. A minthogy az ily használatban levő kardok tényleg csak igen kis részben állják ki azon próbákat, a melyek annak kitűnő voltát bizonyítanák. Már pedig semmi sem csüggeszti el annyira a harczoló egyént, mint az, ha fegyvere jószágában nem bízhatik, ha t. i. azon sejtelem gyötri a küzdelemnek minden válságos pillanatában, hogy fegyvere hirtelen hasznavehetlenné válhatik.

Nem lehet tehát eléggé komolyan figyelmeztetni minden kard-tulajdonost arra, hogy kardjának jó minőségére tekintsen első sorban és csak aztán a csinoságára. Senki sem tudhatja azt, különösen a katonapályán lévők vagy oda juthatók, hogy nem éppen kardjuk jó vagy rossz minősége dönti-e el valamely pillanat-ban egész életsorsukat.

De hát minő a jó kard?

Mindenesetre az olyan kard a jó, a mely a legelősebb vágásra

is el nem törik, ki nem csorbul és könnyen kezelhető. Ezen jó sajátosságok a kard anyagában és készítési módjában vannak. Lehet egy kard jó, a nélkül, hogy damaskusi aczélből lenne készíttve. Lehet jó, ha nem is bír éppen szigorúan a katonai kardok alakjával. Lehet jó a kard, ha valamivel súlyosabb vagy könnyebb, egyik mint a másik. Jó anyag és jó készítés a fő.

A jó kard pengéjének anyaga nem tisztá aczélből készül, mert az aczél szemeses alkatánál és törékenysége miatt fogva nem alkalmas erre. De vasból sem, mert a rostos lágy és hajlékony vas magában még kaszának sem igen jó. Többféle érczek vegyületeiből sem készíthető jó kard. A vasnak és az aczélnek vegyítéséből állítható elő az olyan kardpenge, a mely elegendő keménységgel bír arra, hogy lágyabb testeket átszúrjon; és viszont bír annyi lágyassággal is, hogy érczre vagy keményebb tárgyakra ütve, el nem törik, ki nem csorbul. Hogy az aczél és vas minő arányban vegyítették és minő izítás és kovácsozás folytán alakították át kardpengévé, azt minden egyes kész kardon hozzávetőleg meg lehet állapítani gyakorlatilag. De ha nem is tudná valaki a kardpenge hajlékonyságából, ruganyosságából, élének ellentállási képességéből, pengéséből vagy vegytani eljárásáról az anyag milyenséget magának megmagyarázni; még azon esetben is könnyű szerrel meggyőződhetik mindenki arról, hogy jó anyagból jól van-e készíttve kardjának pengéje.

Egy kardnak használhatósága, jósága tünik ki, ha annak teljes hosszában sehol nem láthatók rajta rovátkok, repedések, szálkásodás, csiszolt foltok, tisztos gödröcskék. Jó a penge, ha azt meg lehet hajlítani (hegyét deszkába szúrva), 25–30 ctm. ívszélességben mindkét lapja felő és ha a gyors elboacsátás után ismét felveszi előbbeni alakját. A jó kardél nem kap csorbát, ha erősen sújtunk egy vas tárgyra vele. A jó kardpenge nem törik el, bárminő erősen csapjunk is lapjával az asztalra vagy egy kemény fatuskóra. A jó kardél elmetszi a feldobott selymekendőt, egyenesen átmetszi a kötélcsomót vagy a több rétt összehajtogatott szőrszövetet. Ennyi kívánni valót bevalthat minden jó kard, még ha soha se is látta Törökországot, Perzsiát, Chinát vagy Indiát.

(Vége köv.)

A legtöbb baj a jégen a beszakadáskor szokott előfordulni. Már említettük, hogy mily módon próbáljuk meg a jég erejét és hogy mily vastagságú jég bírhat meg. De bármily sokoldalú utasítást és óvást hangoztatnánk is, a beszakadásokat azért meg nem szüntethetjük; mindig lesznek oly vakmerően könnyelműek, kiket veszélybe sodor a meggondolatlanság. — Ha már valaki azonban oly helyre jut, hogy repedni kezd alatta a jég, csak arra vigyázzon, hogy önuralmát, hideg vérének el ne veszítse. Hallgassa figyelemmel, hogy a jég merre harsog, ott a hol átment, vagy előtte repedezik-e. Ha csak lehet mindig gyors kanyarodással visszafelé menjünk. Hanem semmi esetre se adjunk magunknak erős lökessel lendületet, mert mindkét lábunkkal mintegy felugorva a repedező jégről, még könnyebben beszakítjuk.

Ha nagy lendületünk van, úgy a repedező jégtájról minden lökés nélkül igyekezzünk letérni, ha ez nem sikerülne s a'attunk mintegy hajlik, stüpped a jég úgy fektüdjünk le hosszában a jégre, lehet, hogy így még megbír, testünk súlya több helyre nehezedvén.

A beszakadás kétféle módon szokott történni, vagy nagyobb különvált táblák közzé esünk, vagy a vékony jég apró darabokba törve csak kis helyen szakad be. Az első esetben a jégtáblák közül egy vagy több élére állva nyit helyet a vízbe, ilyenkor a táblák élet, szélét igyekezzünk megfogni s hirtelen felhúzzuk magunkat rá, nehogy a víz alá merülve felettünk bezárja a menekvést. Hanem arra is kell vigyázni, nehogy magunkra fordítsuk a jégtáblát, mert megeshetik, hogy a tábla megfordul és mi alá jutunk. Ezért amint a tábla élet megfogtuk karunkkal, erősen belekapaszkodva rádölni igyekezzünk.

Ha a jég nagyon vékony s darabokra törik alattunk, úgy karjainkat oldalról szétvetve igyekezzünk magunkat feltartani. Ha karjaink alatt is betörne a jég, úgy nincs más mód, mint lábalással (viztaposással) tarani fel magunkat míg segély nem jó, vagy míg így a partig nem törjük fel a jeget. Erdélyben egyik mezősségi tapon egy jó barátom ily módon több mint 20 méternyire törte karjával fel a jeget s lábalt előre míg elérte a földet. Ha lélekjelenlétét és bizalmát elveszti, ott vész el, magányosan levén, távol minden úttól és emberi lakástól.

A jég alá merüléskor sem szabad kétségbe esnünk, mert a menekülésre még ekkor is van lehetőség, csak eszünket el ne veszítjük. Állóvízhez, különösen, ha nagy jégtáblák nem zárták el a léket, ismét könnyen felszöri jöhetünk karjainkkal keresve a nyílást.

Mind e dolgok írása és olvasássa bizony egy kissé lehüti vérünket, mert már igen közel van a legrosszabbhoz, de így is van jól, mert legalább mindenkor eszünkben van, hogy a legvidább mulatság is gyászszá válhatik a meggondolatlan könnyelműség útján.

De magán a kemény jégmezőn is számtalan szerencsétlenség történné, ha csak gyermekes könnyelműség vezetne a síkos talajon. Hanem a kis gyermekek és meglettek előtt egyformán megvan a jégnek bizonyos tekintélye, hogy az első lépéseket némi aggályos komolysággal tesszük meg. Erezzük, hogy nem a biztos földön állunk, izmaikat és akaratunkat egyaránt megerőtletjük az esések félelméből. A jég alá kerülés mellett igaz, hogy elenyészik az esések veszélyessége, de azért nem kis bajok és szerencsétlenségek származhatnak a síkos talaj nem elég respektálásából.

Az esések kikerülhetésére nézve a legjobb óvás csak az lehet, mely a lassú fokozatos tanulást és sohasem heveskedő gyakorlást tanácsolja. — A korcsolyázás tanulását úgy vehetjük, mint egy új járást. Ez pedig nem mehet egyszerre. Lábunk és egész testünk izmainak egy új és szokatlan mozgást kell megtanulni s ehhez idő kell. A korcsolyázás tanulása nem is nehéz, nem is veszélyes, ha fokozatosan tanuljuk. A legtöbb esés a nehezebb gyakorlatokat korán próbálókra éri.

A legnagyobb vigyázat és higgadság mellett is fordulnak azonban elő esések a jégen, melyeknek veszélyessége éppen nem lesz nagy, ha ugyiszlva, megtanuljuk, hogy miként kell esni. A fő, hogy ha már esőfélben vagyunk, ne igyekezzük magas lábemelésekkel fentartani az egyensúlyt, mert így az esés még súlyosabbá válik. Meg kell tanulni a kezdő és már gyakorlott korcsolyázónak is, hogy esésében szépen üljön le.

A kezeket a hátrafelé esésnél egyáltalában nem, vagy csak a testtel egyszerre kell a jégre tenni. Ekkor is vigyázni kell, nehogy reá essünk. — A leülésnél felső testünkkel ne dőlünk hátra, mert így fejünket is a jéghez üthetjük.

Az előre esésnél igen sokan a könyökkel dőlnek a jégre, félvén kezeiket esni. Pedig veszélyessége az esésnek így nagyobb, mert a könyökre esve a felkarcsont a vállban könnyen kifecskszik, ezen izületben jöhetve létre legkönnyebben a ficzomodás. A kezekre esve, a test esését nem tisztán a csontok, hanem az izmok is segítik feltartani. A kéztőben és az ujjaknál előjöh

ugyan kisebb nagyobb inrándulás, de ez nem oly baj, mint a ficzam. Az oldalra esésnél lehetőleg igyekezzünk mindkét kezünket letenni a jégre.

A lábakat esés közben nehogy egymással keresztbe tegyük, mert így jöhet elő a csonttörés legkönnyebben. A nehezebb műkorcsolyázási gyakorlatokban egyik láb a másikat keresztve az erősen is könnyen így maradhat, ha rögtön nem gondolunk a beállható bajra és nem nyújtjuk ki lábainkat.

Nagyobb és veszélyesebb esések történnek a jégen, ha a korcsolyázók egymásba ütközve esnek le. Ilyenkor egymásra esve, a korcsolyák éle és hegye is megsebezheti a leestetteket. Nagyon kell tehát vigyázni a jégpályákon mind az előre, mind különösen a hátra korcsolyázásnál, nehogy egymásba ütdődjünk. Ezért helyes, ha táblákon figyelmeztetik a korcsolyázókat, hogy mily irányban kell haladni, jobbra vagy balra történik-e a kitérés és elhagyás.

A budapesti korcsolya-egylet igen okszerűen a tanuló és már képzett korcsolyázók számára külön helyet jelöl ki s így sok kellemetlen összütközést előz meg. Az is szokásban van már ez egyleti pályán, különösen két-három éve, hogy a pálya szélén körben futnak a távkorcsolyázók s egy irányban körözök, míg a műgyakorlatokat tanulók számára a középtér szabadon van hagyva.

A nagyobb korcsolya kirándulásoknál, de ép úgy a farszto műkorcsolyázásnál is mindig csukott szájjal az orrunkon keresztül lélegzeljünk. A hideg levegő egyszeri beszívása tüdőhűlést okozhat.

Szólnunk kell még a ritkábban történő fagyásokról is. A gyors és melegítő mozgás mellett ugyan nem igen fázik meg testünk, de a nagy hidegben fülünket megcsipetheti a fagyás. Vigyázunk kell tehát mindjárt az első kellemetlen csipésre is, melyet fülünkben érzünk és jól meg kell dörzsölni. Ha pedig már szinte érzéketlenné és merevvé lett fülünk, úgy kevés hóval, vagy jégtörmelékkel dörzsöljük be és azután kezünkkel, vagy egy ruhával addig dörzsöljük míg felmelegszik. Semmi esetre se menjünk azonban meleg szobába, azt gondolva, hogy ott minden baj elmúlik, mert a fülnek testünk melegétől kell felmelegedni.

Mindezen óvások mellett is bekövetkezett bajoknál, különösen az eséseknél lehetőleg hamar orvos után nézzünk. Az inrándulások és ficzamoknál keletkezett fájdalmat hidegburogatással igyekezzünk csillapítani, első dolgunk levén a sérültet szobába vinni. A ruhát és cipőt a fájdalom nagyobbítása nélkül kell eltávolítani a sérült helyről, illetőleg lementseni. — A beszállításkor vigyázni kell, hogy a ficzamodott vagy eltört testrészt lehetőleg nyugodt fekvő helyzetben legyen.

Orvosi helyrehozási próbálgatásokat semmi esetre sem szabad megengedni. A vízbeesésnél a legszokottabb és legotrombább dolog a vízbeesett lábánál fogva felfüggeszteni. E helyett a tetszhalottat hasra kell fektetni, úgy, hogy a fej alább álljon s hányásra ingereljük.

Mind e kellemetlenségek felsorolása ne szegje kedvünket a korcsolyázásban, hanem csak vigyázatra ösztökéljen. Az előre látó higgadt sportembert a veszély kerüli.

BOD LAJOS.

Tornász-gúla.

(Képpel.)

A «Herkules» egyik előbbi (35.) számában bemutattuk képen a katonák «ostroló piramidját», jelenleg a tornászok gúlái közül a körgulát tünteti fel rajzunk. Ez alkalommal felhívjuk tornászaink figyelmét az ilyen működésekre, de egyszer mind óva intjük is őket, nehogy mutatványos túlkapaszkodással ártsanak önmaguknak is, meg a testedzés nemes ügyének is.

Ellenezni a legpuritánabb gondolkodású tornász sem fogja az olynemű gúla képzéseket, miknél megfelelő erő alkalmazása mellett a veszélyesség egy könnyen be nem állhat és a melyeknél nem annyira az akrobaták erejével történik tüntetés, mint inkább a csoportozatok szépészeti alakításával, valamint az emelési és kitartási erők összetett előtűntetésével gyönyörködtetnek.

Határozottan el kell itélni azonban athléta- és tornatérien egyáltalán az oly piramida-képzéseket, melyek a működők tehetségét a végső határhoz közel szorítják. El kell itélni az ilyeneket azoknál fogva is, a mely okból a cirkuszi eredményeket csak a cirkusokban szeretjük megtapsolni. Hiszen szép cél a testi erő és ügyességben való minél nagyobb tökéletesbbülés, de talán helyesebben ezelt alárendelni amaz elsőbrendű kíváncsolomnak, hogy ép-ségben, erőben és nemes lelki tulajdonságokban koczkázat nélkül gyarapodjunk. Egyetlen tornász vagy athléta sem lelkesülhet tehát az olyan-féle piramida gyakorlatokért, minőket például Schwind rajzai mutatnak (Münchener Bilderbogen Nro 251—252); de viszont mindenki gyönyörét lelheti azoknak gyakorlásában vagy

szemlélésében, minők általában szokások minden jól vezetett testgyakorló társulatban.

Ki kell mondanunk tehát, hogy gúla-alakításokban csakis kifejlett és gyakorlott ügyes egyének vehetnek részt. A különféle csoportozatok közül pedig első sorban azokat ajánlhatni, melyeknél az emelendő teher megvan osztva akár az egyének között, akár az egyének és valamely tartó tárgy (fal, kötél, rúd vagy létra) között.

A főbb gulacsoportozatok a következők: *oszlop* (csúcs) *pyramid* az, melynél egy egyén képezi az alapot állva, térdelve vagy fekve és fölé helyezkedik egy vagy több más egyén különféle helyzetel. Az e fajú gulákból a torna- és athleta-tereken csak az egy egyén emelése (I. emelet) gyakoroltatik szabadon, a több egyén emelése pedig egy lelogó kötél vagy földbe szúrt rúd igénybevételével vagy legalább fal mellett történik.

A *sík-gúla* (fal-gúla) csoportba azon alakzatok tartoznak, melyeknek kiterjedésük egy vonalba esik, alapot több egyén képez. Sík gúla fejlődik több oszlop guláknak egyesülése által is, ha az egyének egymás mellé vagy mögé egyes vonalba állva összefogódnak. Különösen kedvelt alakzat az, midőn egy vagy két létra függélyes felállításával, abba fogódzva, jobbra és balra kiterjeszkedve tizen, huszan is csoportosulnak a legkülönbözőbb elhelyezkedéssel.

A *kör-gulák* csoportjába tartozik kétpünk is. De ezen bemutatottnál könnyebb kivitelű kör-gulák is vannak. Így például két egyén szemközt vállfogással áll, mindegyik nyakába ül egy-egy a kik lábaikat a szemközt állónak honalja alá feszítik, testökkel pedig hátradőlnek vízszintes fekvő helyzetig. Ezalatt a tartó két egyén körben lépked (u. n. tányér-gúla). Ugyanezt végezheti 6—8 egyén is, csak hogy ekkor a négy emelő egyén szébb húzódik. Szépet mutat az is, ha a 4, illetőleg 8-an (vagy többen) körgulát vállra állással képeznek és a körből szétnyitódnak vállfogással sík-gulává és ismét vissza kanyarodnak. A két emeletes körgulák szintén gyakoroltatnak egyleteinkben, földbe szúrt rúd segítségével a 3 emletesek is, azonban mindig oly alakítással, hogy a fent levőknek súlyát lent többen tartják. Ha a fentlevőknek biztonságára nincs semmi eszköz alkalmazva, akkor jobb ha a gúla nem alakittatik magasra illetőleg nyakba ülnek a I. emeleten levők és csak egy vagy legfeljebb két egyén küszik föl amazok vállaira.

Mindenesetre ajánlatos, hogy a magas gulák képzésénél több vigyázó és segédkező egyén legyen jelen és hogy ne tekintessék ezen testedzési gyakorlás tisztán mutatványos működésnek, mert az élő súly emelése és kitartása nagyon is életrevaló gyakorlat, ép úgy, mint a vas súlyoké.

EGY TORNATANÁR.



TORNÁSZ-GÚLA.

Athletika.

Végig néztem a budapesti atletikai club versenyét. E nemes játék, melyet rövid selyem ujjaskákban, hatalmas izomzatú meztelen karokkal, térdén felül érő szűk nadrágokban, könnyű sarukkal és meztelen térdekkel játsztak végig a kör tagjai, néhány gondolatot ébresztett bennem.

Satnya test: satnya erkölcsök. Nem az individuumról beszélek, mert a társadalom pszichikus és fiziológiai törvényeit nem lehet az egyénről leszámaztatni. Hanem beszélek az átlagról, a tömegről, a nép összességéről. Marathon síkjait nem szibariták lepték el, hanem az olympiai testedző játékokban megizmosodott ifjak. Metznél, Wörthnél és Páris alatt nem a karneválok fülledt légkörében elpuhult nép győzött, hanem cheruszki Hermannak őseréjű

germánjai, kiknél e század első felében Jahn divatossá tette a tornát s kiket a Burschenschaftok hozzá szoktattak a vashoz és a vérhez.

Ma a föld első népe az angol. Nyelvének fejlettsége, szépirodalmának nemes bája, tudományának tartalma, festészete, ipara, földmívelése, kereskedelme, parlamentje szóval a kulturának és hatalomnak minden tényezője nála van legjobban és legegészségesebben kifejlődve. Meg kell nézni iskolázását, hol a testképző játékidő épen olyan fontos szerepet játszik, mint a leckeidő. Meg kell nézni, hogy minő nemzeti ünnep a cambridgei vagy oxfordi csónakverseny. Meg kell nézni a kriket-játékot, az ősemberek e durva és bárdolatlan öröme. Nálunk még a csöndes ferblinek sem jut akkora szerep, mint ott a nehéz botoknak és még nehezebb fagolyóknak. Valósággal nemzeti színt adtak e testedző játéknak. Kriké talaj nélkül az angol nem képzel parkot és polgárnak és főurnak nincsen bevégezve egy husvét vagy pünkösdnapi családi ünnepe, ha nem szolgált jól az idő egy pár krikét partihoz. Ha nincsen ki a játékosok száma, kiegészítik magukat Anglia kiskirályai, ő lordságaik, a kocsissal, az inassal, a darabonttal s a jó ütést ezeknél épen úgy méltányolják, mint egymás között.

Aztán a box is valami. Nem is ember, legyen úr vagy szolga, gyáros vagy munkás, a ki ökleivel nem tud alkalmasan bánni. Mindez megnövelte a csontot s megerősítette az izmokat. A gubernánt nevelés nem finomította nyavalygóssá sem a férfiakat, sem a nőket.

Igy szokás egy népet erkölcsökben, tudományban és hata'omban nagygyá növelni. Ezért viszi az angol ember mindenüvé (l maga magát — mint azt Teleki Sándor szellemesen megjegyezte. Más nép alkalmazkodik. Párisban franczia, Münchenben bajor, Bécsben osztrák, Florenzben olasz. Az angol mindenütt angol-öltözetben, szokásokban, nyelvben és modorban. A Jungfrau tetején, a nápolyi muzeumban, a hortobágyi pusztán — mindig csak angol. Meg van győződve, hogy úgy van jól, a hogy ő csinálja és szentül hiszi, hogy a gondviselésnek nagy hálával tartozik, a miért ő angolnak született. Mikor kis földjén már nem fért el, Amerikába ment és birodalmat alapított, Indiába ment és birodalmat alapított, Ausztráliába ment és birodalmat alapított; megfogja alapítani Afrikában is. Iparával dominálja a szárazföldet, hajóival dominálja a tengert, ismereteivel dominálja az Oczeán fenekéhez tapadt moszatot és azenithnek minden csillagképletét. Gyomra jól emészt, lába nem fárad, karja izmos, feje tiszta. Testének satnyasága nem korlátozza akaraterejét, lelkének félénksége nem zavarja meg e onceptióiban.

Az atletikai club versenyén valóban felséges ifjúság gyűlt össze. Épek mint egy eszeremakk, edzettek mint egy katona, hajlékonyok mint az aczél. Kevesen vagyunk, rokonok nélkül egyedül állunk a nagy fajok közé ékelve. Olyan ifjúságra van tehát szükségünk, mint a minőt e versenyben láttam. Az ötven fontos golyókat dobálták mint az almát s a száz fontos vasrúdat félkézzel nyújtották fel a levegőbe. A hol ilyen ifjúság van, ott a népnek van nemes aspirációja, az egyénnek van eszménye, a tömegnek van véleménye és az országnak van közakarata.

Nálunk az athletika el van hanyagolva. E tekintetben csak a főúri osztály nevelése van helyes kerékvágásban. Ők lovagolnak, vadásznak, vívnak; ereikben a vér egészségesen lüktet s nem ijednek meg árnyékuktól. Hanem a nép — falun — szomorú képet nyújt. A jóra való játékok veszendőben vannak; labda, kótya, csűrök, pereszlen, birkozás, lányok cziczefutása, farkas-bárany játéka — — mind mind leszorultak a templom előtti térről s helyettük a «civilizáció» a kocsmá előtti padokra csalogatta a vásárnapi népet cigarettázni, kártyázni, kurázsira inni, nyelvelni és ländlerist táncolni. Meg jóra való verekedés is csak elvétve történik; megálanak a piszkolódásnál és megelégszenek a járás-bíró ítéletével.

A középosztály nevelése még rosszabb. Az irodai órákban szívja a papírhalmaz dohos levegőjét, aztan egy ital sör rosz levegőben; kalabriász, tarokk, dominó, sakk a kávéház még rosszabb levegőjében — másnap dacapo. Olykor kaviárnak egy bécsi operette s izgalomnak egy házasságtörő francia dráma. Az öregebbje, csúzzal, aranyérrel és gyomorkattarussal tesz egy-egy hivatalos sétát, az ifjak még ennyit sem. Alig számba vehető kivétel a korcsolyázás. Az idegzet nem ruganyos, az izmok petyhüdtek, a vérnek nincsen pezsgése. Ezzel együtt hiába keresem lelkük szárnyalását is. Aléltan mászkálnak unott pályájukon, mint hideg tavasszal a szabóbogarak. Életüknek nincsen valódi gyönyöre, multjokban nincsenek szebb napok. Vegetálnak mint a sápadt pinczenövény. Testüknek nincsen elensége, lelküknek nincsen függetlensége.

Dicséret azoknak, kik az athletikát kezdeményezték. Tegyük divatossá. Ne lankadjanak. Rosszul neveltársadalmunkat ki kell ragadni a tespedésből; e törekvésnek minden vonalon nyilvánulni kell és e vonalok között kiváló rangot foglal a testképzés.

BARTHA MIKLÓS.
orsz. kép.

A «Nemzeti torna-egylet» díszturnája.

(1884. december 20-án.)

Méltóbb szavakkal nem vezethetjük be sorainkat, mint melyekkel Hegedüs Sándor elnök nyitotta meg a sikerült díszturnázást. A tornázás — mint kifejezőbb s lelkeesebb szavakkal mondá, — nemcsak az egyes ember erejét és ügyességet neveli, de kihat a nemzet harczképességére ép úgy, mint erkölcsi rugékonyságára. A rendszeres tornázás amint a testi rendes életre szorít, az erkölcsös életnek alapját veti meg, nemcsak egyéni kötelesség tehát, hanem nemzeti hivatás. Az egylet e mai ünnepélyével e hivatásszerű munkásságáról ad számot a nagy közönség előtt. A sorrend pontjai közt ott található a verseny is, de nem úgy mint az egyéni hiúság kielégítésére felvett külön gyakorlat, hanem mint a férfias erő és ügyesség próbája, mint okszerű ösztönzés a testi erősítésre és mint a legalkalmasabb mód a nagy közönségnek bemutatni az elért eredményeket.

Az elnök lelkes szavai után a nagyszámú közönség zajos éljenzésben tört ki. Ugyancsak hangos éljenzéssel fogadták József főherczeg fiait László és József főherczegeket, kik a gyakorlatok megkezdése előtt Nyáry Béla báró és Holdházy apátkanonok vezetése mellett a magasabb emelvényen foglaltak helyet. A közönség közt láttuk Jókai Mórt, Stoecek Józsefet, Szalay Imrét, Hegedüs Sándort, Kun Gyulát, Vámosy Mihályt, Popovichot, a Tököli intézet igazgatóját, dr. Vecsey Istvánt, dr. Szontágh Ábrahámot és a tornágynek még sok jeles barátját.

Mielőtt a tornázás leírásához kezdenénk, elismerőleg meg kell emlékeznünk a tornatér izléses teldiszítéséről. Az ablakok párkánya és az emelvény mögötti fal piros szövettel bevonva, minden ablakközben csinos czimerek függtek. A fedélzetről több mint száz tarka lobogó lógott le. Igen csinos két csoport régi fegyverdíz volt a fő dísz az emelvény feletti falnak. A meglepő teremdíszítést Rumbold Bernát maga is tornász és régi jóhírű regattista végezte.

A szabadgyakorlatokhoz a 80—90 tornász öt oszlopba osztva gyors mozdulatokkal állott fel. A jól betanult gyakorlatokat Bokelberg Ernő egyleti művezető vezérelte, tiszta erélyes hanghordozással. Minden gyakorlat a kettősen beosztott sorokban ellenkező mozdulatokkal végeztetvén, gyönyörű hullámzatos mozgásban tüntette fel a nagy tömeget. Különösen meglepő látványt nyújtott a roham-állásoldalt egyidőben páros karlökés oldalt. Kevésbé használt és igen csinos a következő gyakorlat is: rohamállás oldalt negyedfordulattal, egyidőben jobb karvágás előre rézsút fel s bal kar hátra a derékra (2 üteny). Ez és a többi gyakorlat egyenlő szabotossággal volt vezérelve és kivive. Szép képet nyújtott az oszlop felállításból kettős sorban a kigyóvonulás és vissza az oldalsorba. A szerygyakorlatokban tünt kilégjobban az egyleti helyes oktatás. Minden csapat előtornászba büszke lehet csapatjára. Tényleg vannak még gyenge tornászok is, de ez mindig lesz, hanem tanulatlanul ügyetlent egyet sem láttunk.

A működő tornászok, kik rendszeren 12 csapatban tornáznak, a következő 6 csapatban működtek: I. csapat: Korlátón. Előtornász: Oberolly János. II. csapat: Lovon. Előtornász: Szafka Manó. III. csapat: Korlátón. Előtornász: Maurer János. IV. csapat: gyűrűhintán. Előtornász: Kampis Lajos. V. csapat: bakon. Előtornász: Porzsolt Lajos. VI. csapat: mászópóznán. Előtornász: Keresztessy Sándor.

A szertornázásnál az volt csak a baj, hogy rövid ideig tartott, alig több mint 8 perczig. Igaz, hogy még sok pont várt bevégezésre, de a nagy mint a szakközség kellemetlenül volt meglepve a szerek elhordásával.

Hanem hamar kárpótolva letünk a most következő szuronyvivással. A husz tapuskás tornász Bokelberg vezetése alatt alig hat szori gyakorlás után oly ügyességgel végezte a gyalogsági szuronyvivást, mely méltán lepte meg a közönséget. Különösen plasztikus mozdulatokat mutat a védés. E szuronyvívás részletesebb ismertetését közelebb hozva, most csak a jó sikert regisztráljuk. A párok küzdelmét különös kedvvel nézték a kis főherczegek.

Nem lehet eléggé méltányolni, hogy az egylet díszturnáin más-más szeren bemutatja a növendékek tanítását is. Ugyanis a nemzeti tornaegylet tanítóitól nyer a fővárosi iskolák számos ifja tornaoktatást s így nagyon érdekes dolog látni ez oktatás módját és eredményét is. Az mintegy mintául is szolgálhat a növendékek tornáztatására. És az eredmény és a mód, melylyel ezt elérték és bemutatják, valóban mintaszerű. A 24 növendékek a református és evangélikus gimnázium és a belvárosi reáliskolák jobb tornászaiából telt ki. Az egyletben ezek oktatását Keresztessy Sándor, Maurer János és Szafka Manó egyleti tanítók vezetik. A most Keresztessy által vezérelt gyakorlatok szabatos kivitelét a közönség tapsa és a szakértők általános elismerése mellett lettek bemutatva. Most a szer, a vidéken még kevésbé is ismert kápástámfa, jobban mondva négyes ló volt. Egy puha fából készült hosszú gerenda rendes emelhető 4 lábón, 4 pár kápával. E szer az iskola tornázásban, hol t. i. többen egyszerre vezérlésre végez a gyakorlatot, igen kitűnően alkalmazható.

A most négyenkint végzett gyakorlatokban a lovon végezni szokott szebb gyakorlatok számát láttuk sok fiúnál a legügyesebb tartással vize ki. Minden vezérhangra mint a kerécsapás ment a gyakorlat. A gyakorlatok vezérlésében Keresztessy nemcsak a fokozatosságra s e mellett a változatosságra volt tekintet-



JÉG-VELOCIPÉD.

tel, hanem úgy vezérelte a gyakorlatokat, hogy a szemnek is tetszetős képet adjon a négyszeres gyakorlat. Így például a tomporátugrást kettő balra, kettő jobbra végezte. Végül fel kell említenünk a tanulóknak nyugodt megnyerő fellépéseket, mely ép oly távol volt a negéyzett térfasságtól, mint a gyerekes helytelen ségtől. Jókat többször elismerőleg szolt az ifjak gyakorlatairól.

A verseny magasugrás a kötélmászással volt egybekötve. Versenyeztek Kajlinger Mihály, Földváry Tibor, Herczeg Zsigmond és Vermes Lajos. A kötélmászásban Kajlinger, Vermes és Herczeg egyenlő idő alatt értek fel a tetőzetig. A verseny a magasugrásban dőlt el, Kajlinger 165 cm. magassággal győztes maradván. Kajlinger ugrása a legszabályosabb, nyújtott lábbal csapja fel magát, a páczán túl remekül homorit, leugrása tökéletes, futása, különösen az utolsó pár lépés igen gyors. A többi versenyző a következő magasságokat ugrotta át: Földváry 160 cm., Vermes 155 cm., Herczeg 145 cm. Az ugrást a 120 cm. magasságban kezdték. Mindenik versenyző ugrása szép és erőteljes. Hanem Vermes most sokkal rosszabb eredményt ért el, mint számos előbbi ugrásainál. Földvári lepkekönyű ugrását a közönség sokszor megtapsolta. Futamat alig véve ugrk, könnyen, de kevés homorítással. Földváry különben szenvedélyes sport ember; jó velocipédész és Magyarországnak jelenleg talán legjobb műkorcsolyázója.

A szabad tornázás a nyújtón ismét, mint rendesen, fénypontja volt az ünnepnek. A legnehezebb gyakorlatokat oly szabályos szép módon láttuk végezni, hogy a tapsolást akár abba se kellett hagyni. Volt itt mérleg, kiugrás, forgás, kelep, óriás forgás s minden szépgyakorlat, a mennyit csak elgondolhatunk. A számos és mindig rendben váltakozó tornászok közül a következőket jegyezhetjük fel: Arnold Róbert, Bély Mihály, Bokelberg Ede, Keresztessy Béla, Körber Ferencz, Kampis Lajos, Kajlinger Mihály, Kler István, Kossuth Péter, Maurer János, Mindszenty György, Oherolly János, Reiniczter Géza, Szafka Manó, Vermes Lajos stb. stb.

A versenybirkózásnál Weissenstein Braunnal küzdött. Az előbbi alacsony, szélesvállú, izmos és már gyakorlott birkózó, Braun magas hasonlókép erős, de sokkal gyakorlatlanabb ellenfelénél, kinek győzelme bár fáradszt küzdelem után, de előre látható volt. A másik pár Körber és Králik küzdelme számos összecsapás után sem vezetett eredményre, mennyiben egyik sem tudta a másikat földhöz vágni. És ép ez eset miatt nem kellett volna Weissensteint addig győztesnek nyilvánítani, míg e pár közül egyik nem marad győztes, vagy míg W. mindkettő felett nem győz. Mert így most a közönség, mely nem tudja, hogy W. jobb birkózó a más kettőnél elégedetlenül vette a verseny befejeztet. Hisz könnyen megeshetik, mondhatja bárki, hogy ez egymáson győzedelmeskedni nem tudó két birkózó mindegyike leverte volna Weissensteint, ki most velök mint holtverseny küzdőivel meg sem is mérközve győztes maradt. — A birkózás szabad fogással vivott, ugynevezett francia módon.

A rugódeszkáról való lóugrásokban számosan vettek részt s gyorsan változó ugrásaikkal a szép ünnepet méltó módon zárták be. A kanyarulatú átugrások és a tigris ugrások különösen szépek voltak. Különösen feltűntek hibátlan szép tartásaikkal és kellő homorításokkal: Keresztessy Béla, Kajlinger Mihály, Vermes Lajos, Arnold Róbert és Szafka Manó.

Az ünnep befejeztével dr. Vecsey alelnök és versenybíró megköszönve az ifju főhercegek és a nagy közönség érdeklődését felkérte a főhercegeket, hogy a győzteseknek tegyék azzal is emlékeztetésebbé e napot s értékesebbé a győzelmi emlékeiket, hogy ezeket fenségeik nyujtsák át. A főhercegek kezeiből Kajlinger első díjjal koszorút, Földváry második díjjal hasonlóan azt, Weissensten egy kis ezüst serleget nyert. A birkózásra is két díj volt kitűzve, de egyik nem adatott ki. A díjak kiosztása után a távozó főhercegeket a közönség sajósan eljenzé.

A tornászok nagyobb része csakhamar a vívóteremben terített asztalokhoz telepedett, azon jó érzésben, hogy magának élvezetet, másnak pénzt szerzett. Az ünnep ugyanis a „Tornatanítói Nyugdíjalap” javára rendeztetett s mint hisszük a valóban jótékony célra szép összeg gyűlt be.

A vidám vacsorázás közben neki indult a komoly és vig pohárköszöntés, melyeknek sorát Hegedűs Sándor nyitotta meg, meleg szavakkal éltetve a győzteseket. Szilágyi Lajos az elnököt Hegedűst köszönti fel, kinek az egyet oly sokat köszönhet. Dr. Bernáth Béla a tornatanítókra, dr. Vecsey humorosan König Géza pénztárosra köszönt. Popovics igazgató igen ügyes beszédben a festi óriások mellett a szellem óriására Jókaira emeli poharát: Szilágyi J. a jó vacsora rendezőt Kun Gyulát és Krajcsóvic Lajost élteti. Bokelberg Ernő a jövő kiállítás díszorna sikerülté kocztant. Dr. Vecsey a vendégekre, dr. Dirner Gusztáv dr. Szontághra az egyet egyik legrégebb és ma is legtevékenyebb tagjára köszönt.

Dr. Szontágh az ifju tornászokat élteti. Felköszöntötték még a titkárt dr. Bernáthot kétszer is s az előtornászokat. — A vidám társaság csak éjtelután osztozott szét.

P. F.

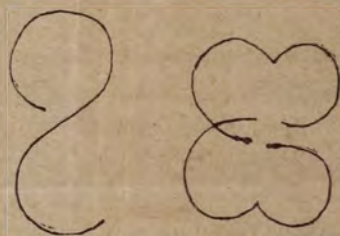
A műkorcsolyázásról.

(Képekkel.)

A míg csak mint közlekedési módot űzték a korcsolyázást, míg a munkából nem lett sport, addig csak a távolkorcsolyázásról lehet szó. A nagy tavak, csatornák és az északi tenger vidékein télen a hajókázást a korcsolyázás váltja fel. De a nagyrészen életfentartásból korcsolyázók mellett e vidékeken is igen számosan a korcsolyázást már csak mint testgyakorlatot, mint sportot ismerik. Az ily korcsolyázóknál már a távolkorcsolyázás mellett a műkorcsolyázás is fejlődni kezd.

A műkorcsolyázásban már nem az a fő, hogy ki mennyire és milyen gyorsan tud haladni, hanem hogy a korcsolyával minden végezhető gyakorlatokat ki mily ügyesen tud végezni. E korcsolya gyakorlatokra már nem kell nagy jégmező, csak egy kis darab síma jég. Ezért is főleg a mesterséges városi jégpályákon gyakorolják.

Szemben a távolkorcsolyázással, mint mesterséggel, a műkorcsolyázást, mint művészetet tekinthetjük. De függetlenül ettől is, mint a tánczot kellemes mozgásaiban megközelítő testgyakorlat, ha nincs is művészi tartalma, közönségesen joggal nevezhetjük művészi korcsolyázásnak. Az erő, ügyesség, a leleményesség és gyors felfogás talán egy testgyakorlatban sem nyilvánulnak oly kellemes alakban, mint a korcsolyázásnál. A szép természetű, hajlékony ügyes mozgású korcsolyázónak gyakorlatai valódi gőnyörrel hatnak a szemlélőre. — Ezek már nem tisztán erő mutatványok, sem nem kötött mozgású torna-gyakorlatok, hanem a korcsolyázó kedélyhangulatát is kifejező kellemes mozdulatok, melyeknek mérlegelésére nemcsak szakképzettség, de szépérzék is kell.



A műkorcsolyázásnak úgyszólván már tudománya van különféle rendszerekkel. Ki van dolgozva elmélete és gyakorlata majd minden mivel nemzet nyelvén, csak magyarul nem volt eddig egy füzetecske sem írva a korcsolyázásról. — Pedig kevés testgyakorlatot lehet annyira könnyű és képek után tanulni, mint a korcsolyázás alapgyakorlatait. Ha valaki a műkorcsolyázás alapgyakorlatait, a körzéseket és fordulatokat tudja a leirt vagy lerajzolt gyakorlatokat a legkönnyebben betanulhatja. Még a körzések tanulásánál is pótolhatják világos magyarázatok és ábrák a gyakorlatok kivitelének szemlélését.

Igyekezni fogunk sorainkban oly bő magyarázattal szolgálni a korcsolyázni tanulóknak, hogy a teljesen magára utalt korcsolyázó is elsajátíthassa a műkorcsolyázást.

A műkorcsolyázás alapja, a körzés, úgy jó létre, hogy az egyik korcsolya külső vagy belső élére dőlve másik lábunkat felemeljük a jégről. Lehet ugyan mindkét korcsolya ellentétes élein is körözni, de ez már nehezebb gyakorlat. — A legtöbb fáradságot a korcsolya élen való egyensúlyozás vesz igénybe. Itt a legjobb gyakorlat, ha egyik korcsolyánkat élével a jégre fektetve, másikkal apró lökésekkel körbe taszítjuk magunkat, mindig a kör iránya felé fordítván felső testünket. Ha az egyik láb a bokában már fáradt, úgy a másikra dőlünk. — Lassanként mindig tovább és tovább haladjunk körbe lökés után a szabadon levő lábbal az egyensúlyt tartva és a körzést szabályozva.

A körzéseknél a felső test a derékban csak gyengén hajlik meg, de erősen fordul; vagyis nem közeledik sem előre, sem oldalt, sem hátra a földhöz, hanem csak jobbra és balra fordul. — Vannak kik az ily testtartást merevnek találják, de mi határozottan előnyösebbnek és szebbnek találjuk, mint a hajlongó testhordozást.

A lábak és az egész test tartása a különböző köröknél sokban változik és általánosságban még csak azt jegyezzük meg, hogy minden mozdulatunk inkább nyugodt méltóságos, mint heves, hóbortos legyen.

A körzések elnevezésén könnyű eligazodni. Van ugyanis előre és hátrafelé körzés, mind a korcsolya belső, mind a korcsolya külső élen. Ez egy lábon végezve négy kör. A körzést végző

láb megjelölésével így neveztetnek el a műkorcsolyázás körei:

1. jobb lábbal a korcsolya belső élére dőlve előre való körzés. E körzést röviden így jelölhetjük: *j. b. e.* (jobb-belső-előre).
2. Jobb lábbal külső kör előre (*j. k. e.*).
3. Jobb belső kör hátra (*j. b. h.*).
4. Jobb külső kör hátra (*j. k. h.*).

E négy körzés ugyanilyen sorrendben a bal lábon végezve, következőleg jelezhető: 1. Bal belső előre (*b. b. e.*).

2. Bal külső előre (*b. k. e.*).
3. Bal belső hátra (*b. b. h.*).
4. Bal külső hátra (*b. k. h.*).

E körök ilyenforma rövidített megjelölése igen szükséges, mert így a legösszetettebb műgyakorlatokat is kis helyen le lehet írni és maguknak a gyakorlatoknak észbetartása is könnyebb. Megszokták még az egyik körből a másikba fordulattal való átmenetet is jelölni, de ez nem épen szükséges.

A négyféle körzés közt a legkönnyebben tanulható az előre és hátra való befelé körzés. Itt az esés is könnyen kikerülhető, mert a körzéseknél a merre a test dől, arra esünk legkönnyebben; a belső köröknél azonban az esést könnyen megátolhatjuk, ha belül levő lábunkat is leteesszük a jégre. Ezért tehát eltérőleg több korcsolyakönyvtől a belső körökkel kezdjük útmutatásunkat.

A belső köröket sokan még ma is egyáltalában nem tartják szépeknek és tényleg a külső körökkel plasztikai tökélyben nem is vetekedhetnek. Sőt rossz tartással végezve, határozottan rút képet is adnak. — Sokat ront a belső körök jó hírén az is, hogy minden kezdő korcsolyázó legkönnyebben ezt végezhetve, nagyon sok rútabbnál rútabb bemutatásban részesül. Pedig szép tartással végezve, ha nem is mulja felül kellemességében a külső köröket, de megközelíti.

Az előre való befelé körzést már az első korcsolyalépéseknél próbálgatjuk. A test súlya a jégen álló lábon belül a körbe, illetőleg a kúpba esik. A körzéseknél ugyanis a test, egy kúp felületét írja be, mely kúpnak alapját a jégen mozgó láb által leírt kör képezi. A belső körzésnél a test súlypontja és a szabadon levő láb e kúp burkon belül esnek és így minden egyensúlyvesztésnél letehetjük lábunkat az esés felé a jégre.

Minden körzésnél az első dolog, hogy a korcsolya élére dőlünk. A belső körzéseknél ez élre fekvés is könnyebb, mint a külsőknél, mert a bokában lábunk kifelé kevesebbet hajlik, mint befelé és így a korcsolya éle nem fut oly könnyen alá.

A testtartás a körzéseknél ép oly fontos, mint a korcsolya élére való dőlés. A belső körzésekben a testtartás nemcsak a gyakorlat könnyítése miatt fontos, hanem mert csak a helyes tartás mellett vehető be a műkorcsolyázásba különösen az egész belső kör. — Megjegyezzük, hogy a körzések leírását csak a jobb lábra adjuk, így rövidebben érünk célra.

A jobb belső előre körzésnél a felső test befelé dől és a derékban balra fordul. A fej hátra ba'ra néz, de nem le a lábakra. A bal kar a derék fordulatával hátra feszül, míg a jobb befelé jó. A legszebb, ha a karok nyugodtan lefelé lógnak s nem lóbáltanak id: s tova. A bal láb ne álljon el messze a jobbtól, hanem mellette nyújtva hátra feszüljön.

E befelé előre való körzést eleinte csak félkörökben végezzük, majd mindkét lábbal egész köröket csinálva a nyolczas alakot írjuk le. Magában e gyakorlat sem sokat mutat, de jól be kell gyakorolni, hogy a későbbi összetetteleknél, hol a belső körök sokszor előjönnek, ne akadjunk fel miatta.

Jég-velocipéd.

(Képpel.)

Az emberiség általános előhaladásában a testgyakorlatok eszközei is részt vettek s ma már nem csak hogy sokkal tökéletesebbek ezek, mint csak pár évtizeddel ezelőtt is, hanem sokkal több testgyakorlati eszközünk is van.

Az új találmányok a testedző sport terén évről-évre szaporodnak s bár kétségtelen, hogy ezek között sok akad, mely igen sok költségbe kerül, de a testedzést vajmi kevésbé mozdítja elő, — mindazáltal a találmányok legtöbbje hasznavehetőnek és célravezetőnek bizonyul.

Az ily találmányok közé tartozik kétségtelenül a *jég-velocipéd*, melyet sikerült rajzban is bemutatnunk.

Télen ugyanis a közönséges velocipéddel nem igen lehet a hóval takart s megfagyott utakon haladni, egy élelmes amerikai fölfedezett tehát egy oly velocipédet, melylyel hófedte utakon és sima jégen is teljes biztonsággal lehet haladni.

Ez az élelmes amerikai *Bray B. James* volt Wewerleyben (New-York államban), ki pár évvel ezelőtt nyert szabadalmat most bemutatott jégvelocipédjére.

Ez a jégvelocipéd tulajdonképpen *velocipéd*ből és *számból* áll; a velocipédnek csak nagy kereke van meg a jégvelocipédnél s e

kerék szolgál a gép hajtására, míg a négy talpból álló szán a gép tartására szolgál.

Az egész gép aczélból van, lehetőleg erős és könnyű.

A velocipédkeréken apró fogak vannak, melyek a hajtásnál a jég sima tükrebe vágódván, lehetségessé teszik az előre-haladást.

A mint ebből is látható, az egész gépnek igen egyszerű szerkezete van s gyakorlati céljának könnyen megfelel.

Természetes, hogy ezzel a jég-velocipéddel nem lehet azt a gyorsaságot kifejteni, a mit a közönséges velocipéddel; mert a surlódás itt sokkal nagyobb, hanem a sima jégen még nagyobb gyorsasággal lehet haladni, mint a korcsolyával.

Hazánkban e gép még eddig teljesen ismeretlen, de oly egyszerű szerkezettel bír, hogy bármely képzetesebb műlakatos is elkészítheti.

Nagyobb kirándulásokat is lehet vele tenni jól gondozott utakon, ha ezeket sűrű hó takarja, de igazi használati helye a tavak sima jégtükrére, melyeken a legérdekesebb jégvelocipéd-versenyek rendezhetők.

Előfizetési felhívás

a

HERKULES

TESTGYAKORLATI KÖZLÖNY.

A «Balaton-egylet», «Budapesti kerékpár-egylet», «Budapesti vasparipa-egylet» «Előre», «Budapesti torna-egylet», «Győri csónakázó-egylet», «Magyar athletikai club», «Ó-budai torna-egylet», «Pannónia csónakázó-egylet», «Szabadkai torna-egylet», «Szegedi torna-egylet»

stb. hivatalos közlönye.

II. évfolyamára.

SZERKESZTIK:

PORZSOLT JENŐ — PORZSOLT KÁLMÁN

KIADÓHIVATAL:

AIGNER LAJOS KÖNYVKERESKEDÉSE

Budapest, váci-utca 1.

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

Az a vezérszerep, melyet e lap vetélytárs nélkül játszik a testgyakorlatok terén, szerkesztőinek ismert neve, munkatársainak fényes névsora, eddig megjelent számai ak rendkívül gazdag és változatos tartalma, a napisajtó példátlan egyhangú meleg elismerése s az ország legelső egyleteinek körüle csoportosulása teljesen fölöslegessé teszik a «Herkules» dicséretét.

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

Különfélék.

Bartha Miklós orsz. képviselő, a kolozsvári «Ellenzék» jeles szerkesztője, a «Magyar Athletikai Club» legutóbbi házi viadala alkalmával érdekes cikket írt lapjában az athletikáról, melyet a «Herkules» mai számában közlünk s felhívjuk rá olvasóink figyelmét. Ugyanez alkalommal az «Egyetértés» is vezércikket közöl az athletikáról, melyet jövő számunkban fogunk bemutatni.

Sport-bálok. A fővárosi fiatal sportsmanek az idén is rendeznek sportbálokat, melyek kétségkívül a legfényesebbek lesznek az összes táncmulatságok között. A «Magyar athletikai club» javára rendezendő Athleta-bál 1885 febr. 9-ikén lesz a «Vigadó» termeiben; az igen előkelő rendező-bizottság élén Teleki József gróf áll s a bálanya ifj. gróf Almásy Kálmáné lesz. — A nagyobb részt «hunnisták» által rendezendő «Regatta bál» szintén februárban lesz a Vigadóban. — Ó-Budán minden farsangon a «Torna-bál» szokott a legsikerültebb lenni s kétségkívül az lesz idén is.

Az aradi korcsolya-egylet választmánya vasárnap ülést tartván — elhatározta, hogy az egyleti bált ez idén megtartja és pedig január 30-án.

A békés-csabai korcsolyázó-egylet szombaton táncmulatságot rendezett a csabai színházban. Előkelő közönség volt jelen.

Versenypálya az országos kiállításon. Mint értesülünk, az orsz. kiállítási bizottság elhatározta, hogy a kiállítás területén versenypályát készített a testgyakorló egyletek számára. Eddigél a «Nemzeti tornaegylet» és a «Budapesti vasparipá-egylet», «Előre» jelentkeztek versenyek tartására, de óhajtható volna, hogy a többi testgyakorló-egylet se maradjon hátra.

A vívás Aradon egyre terjed; mint örömmel értesülünk, az aradi vívó-club tagjai folytonosan szaporodnak s az órák igen kedélyesen folynak le. A vívó-club híhetőleg nagyobb arányokat fog ölteni.

Úszó-verseny Párizsban. A «Société Française de Natation» e hó 9-én érdekes úszó-versenyeket rendezett, melyekben számos úszó-, torna- és mentő-társulat küldöttei vettek részt. Nagy közönség nézte a versenyeket s számos hölgy is volt jelen. A legérdekesebb versenyekben a következők nyertek első díjat: a 140 méteres úszásban Rondeaux 2 p. 51 mp. alatt; a búvár-versenyben Caillat, ki 71 másodpercig volt a víz alatt s 21 másodpercczel tovább mint a második díj nyert. A kitartó versenyben is Rondeaux nyert. Januárban női úszó-versenyt rendez a társaság.

Sagan hercegnő vitorlás yachtja a «Bulldog» a napokban indult el Párizsból Marseillébe, honnan Nizzába fog vitorlázni.

A korcsolyázás Kolozsvarott. A kolozsvári korcsolyázó-egylet elhatározta, hogy a tél folytán több korcsolyaversenyt és egy esetet is fog rendezni. Az első verseny kedvező idő esetén karácson másodnapján lesz. Versenyek a következők lesznek: 1. Repülőverseny. 2. Gyermek verseny tiz évesekig. 3. Nők verseny. 4. Fiatalok verseny tizenévesekig. 5. Művészi verseny és 6. Akadályverseny. A nők versenyénél nem mint eddig a gyors futás fog határozni, hanem az, hogy ki tud jobban és szebben korcsolyázni; a nők is mint a művészi versenyénél, a tó nagy körüldjén versenyeznek s tetszés szerint akár magánosan akár párosával; ezen versenyre két díj van kitűzve. Ugyanazon választmányi ülésben kimondatott, hogy a tő-nagyítás és főleg az építtetés ügye haladéktalanul felveendő és e célból az elnök dr. Jenei Viktor vezetése alatt báró Bornemisza Károly, Velits Lajos és Vizi Endre személyében bizottság küldetett ki azon utasítással, hogy a legközelebbi választmányi ülésben adjanak javaslatot és tegyenek előterjesztést arra nézve, hogy mit és miként kellene tenni a nyáron kiviendő építkezésre nézve? Ezen határozatot, részünkről is nagyon pártoljuk s örvendünk, hogy az új választmány különösen az építtetés ügyében már idejekorán intézkedik, mert ily tekintélyes, népszerű és naponként gyarapodó egylettől méltán várhatjuk, hogy a közönség kényelmére gond fordíttassék. Végre megemlítjük, hogy decz. 24. 26. és 28-án a katonazenekar fog játszani.

A kolozsvári torna-vívó-egylet tizenhárom darab 100 frtos részjegy kisorsolása végett a városi közgyűlési nagy teremben rendkívüli közgyűlést tartott vasárnap.

A bécsi korcsolya-ünnepély, melyet évenként a «Wiener Eislaufverein» szokott rendezni, január 12-ikén fog megtartatni. Az ünnepélyben, melynek érdekes programja már megjelent, az egylet 120 tagja fog részt venni.

Fussbal-verseny. A cambridgei és oxfordi egyetemek hallgatói között folyó hó 10-ikén folyt le a fussballjáték-verseny, mely Oxford győzelmével végződött. E testedző játékban a két egyetem ifjusága 1873 óta most tizenkettedszer mérkőzött össze.

3 éves leány a velocipéden. Berlinben egy May Villion nevű három éves kis leányka mutatja jelenleg ügyességét, melylyel a kétkerekű velocipéden jár. A csoda-gyermek 1881. okt. 5-ikén született Philadelphiában s egy éves és tizenegy hónapos volt, midőn a chicagói Olympic-theaterben először velocipédezett! Azóta Amerika legtöbb városában produkálta magát s az ó-világban is jár harmadszor jár. Berlini szereplése után bejárja Németország több városait.

D

az

Felhívás versenyfutásra. Grant James, ki közelebb az amerikai versenyfutó athléták között három angol mértföldet a legkisebb idő (15 p. 10 $\frac{1}{2}$ mp.) alatt futott be, ki hívta az összes amerikai athlétákat egy három mérföldes versenyre s fogadásul 250 dollárt ajánlott föl. Eddigél még senki sem fogadta el a kihívást.

Versenyyalogló és velocipédező között Denverben érdekes verseny folyt le közelebb; Jones A. S. bycicleista és O'Leary Dániel a híres gyalogló versenyeztek, az előbbi kétkerekű velocipédjén, az utóbbi pedig gyalog. A versenyföltételek szerint a gyaloglónak 3 $\frac{3}{4}$ angol mértföldet, a velocipédezőnek pedig 10 angol mértföldet kellett megtennie s a gyalogló maradt a győztes, mert mialatt O'Leary a maga 3 $\frac{3}{4}$ mérföldjét 38 p. 37 mp. alatt bejárta, addig Jonesnek még $\frac{3}{4}$ mérföld hiányzott a megteendő 10 mértföldből.

Nincs többé holt-verseny! A turini velocipéd-egylet sajátos határozatot hozott, mely hivatva van nagy forradalmat előidézni a sportkörökben. Eltörölte ugyanis a holt-versenyt s kimondotta, hogy minden alkalommal, midőn két versenyző egyszerre ér a célhoz, győztesnek az deklaráltatik, a melyik a pálya külső körén haladt!

O'Leary Dániel a régi híres angol távgyalogló, kinek ezelőtt 8—10 évvel aratott győzelmeiről néhai gróf Esterházy Miksa annak idején sokat írt magyar lapokba, ismét hallat magáról. Most Dél-Amerikában gyalogolgat s mint hírlik közelebb meg akar mérkőzni az újabb nemzedék kitűnő athlétáival: Edwards, Vaghan s az éltesebb Westonnal.

TARTALOM.

Trefort és a testgyakorlatok (Porzsolt Kálmántól). — Iskolai tornázás (Porzsolt Lajostól). — Szreccsétlenségek kikertülése a jégen (Bod Lajostól). Tornász-gúla (képpel, egy tornatanártól). — Athletika (Bartha Miklóstól). — A «Nemzeti torna-egylet» disztornája (P. J.-től). — A műkorcsolyázásról (képekkel). — Jég-velocipéd (képpel). — Előfizetési felhívás. — Különfélék. — Tárcza: A kardokról.

HERKULES-KÖNYVTÁR.

Szerkesztik: PORZSOLT JENŐ és PORZSOLT KÁLMÁN.

Kiadja: AIGNER LAJOS KÖNYVKERESKEDÉSE.

E cím alatt új házagpótló vállalat indult meg, mely a «Herkules» testgyakorlati közlönnnyel párhuzamosan a testedző sport, a torna, atletika, csónakázás, korcsolyázás, velocipédezés, úszás, vívás, szóval a testgyakorlatok összes neveinek ismertetésére és terjesztésére szolgál.

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

Minden kötet külön egészet képez és külön megrendelhető.

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

Az összes eddigi magyar testgyakorlati irodalom két-három jobbára elavult munkából állván, e vállalat régóta érzett hiányt fog pótolni. A vállalat első füzeteként e munka jelent meg.

Sajtó alatt vannak:

«A KORCSOLYÁZÁS KÉZIKÖNYVE.»

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

Nincs a testgyakorlatoknak neve, a melyre a «Herkules-Könyvtár» ki ne terjeszkednék s így rövid idő alatt ez a vállalat fogja megvetni a magyar testgyakorlati irodalom alapját.

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

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

A «Herkules-Könyvtár» szerkesztősége.

Kiadóhivatal:

Budapest, IV. Váci-utca 1.
Aigner Lajos könyvkeres-
kedése.

Előfizetési díj:

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

Egyes szám 20 kr.

Hirdetések díja: két hasáboz
petit sorért 25 kr.

HERKULES

TESTGYAKORLATI KÖZLÖNY

SZERKESZTIK

PORZSOLT JENŐ PORZSOLT KÁLMÁN

KIADJA AIGNER LAJOS.

Szerkesztőség:

Budapest, VIII. Nagykörút-
utca 13.

Kéziratokat vissza nem
küldünk.

Bérmertetlen leveleket nem
fogadunk el.

A «BALATON-EGYLET», A «BUDAPESTI KERÉKPÁR-EGYLET», A «BUDAPESTI TORNA-EGYLET», A «BUDAPESTI VASPARIPA-EGYLET
ELŐRE», A «GYŐRI CSÓNAKÁZÓ-EGYESÜLET», A «HUNNIA CSÓNAKÁZÓ-EGYESÜLET», A «MAGYAR ATHLETIKAI CLUB», A «NEPTUN
BUDAPESTI EVEZŐS-EGYLET», AZ «Ó-BUDAI TORNA-EGYLET», A «PANNONIA CSÓNAK-EGYLET», A «SOPRONI KORCSOLYÁZÓ-EGYLET»,
A «SZABADKAI TORNA-EGYLET», A «SZARVASI KORCSOLYÁZÓ KÖR» ÉS A «SZEDEDI TORNA-EGYLET»

HIVATALOS KÖZLÖNYE.

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

Szerkesztőségünkhöz e hét folyamán a következő
hivatalos iratok érkeztek:

A «Herkules» tekintetes szerkesztőségének
Budapesten.

A «Soproni korcsolyázó-egylet» hivatalos közlönyül vá-
lasztja a «Herkules»-t, meg lévén győződve, hogy egy-
letünk működéséről szóló jelentéseknek tért fognak
engedni becses lapjokban.

Maradtam stb.

Sopron, 1884. decz. 20.

Dr. Kania József,

a «Soproni korcsolyázó-egylet» elnöke.

A «Herkules» tek. szerkesztőségének
Budapesten.

Van szerencsém becses tudomásukra hozni, hogy
a «Neptun» budapesti evezős-egylet» f. hó 11-én tartott

választmányi ülésében a «Herkules»-t hivatalos közlö-
nyévé választotta, remélve, miszerint e választást elfogad-
ják és egyletünket érdeklő tőlünk származó közlemé-
nyeknek időközönként becses lapjukban helyt adnak.

Kiváló tisztelettel

Budapest, 1884. decz. 20.

Nérey Ödön,
id. titkár.

A «Herkules» tekintetes szerkesztőségének
Budapesten.

A «Szarvasi korcsolyázó kör» hivatalos közlönyéül
választván a «Herkules»-t, kérem szerény körünk szá-
mára becses lapjok támogatását.

Maradok stb.

Szarvas, 1884. decz. 23.

Oláh Miklós,

főgymn. tornatanár,
a «Szarvasi korcsolyázó-kör» igazgatója.

A «HERKULES» TÁRCZÁJA.

A kardokról.

(Folyt. és vége.)

Különben manapság már hiába keresnők Damaskusban is a
régén kihalt műkardkovácsokat. Hasztalan mennénk nyomaik
után Indiába is. Az ugynevezett damaskusi kardacélvas készi-
tésének titka már ott is rejtély, Európában is csak félig sikerült
utánzatok készülnek. Pedig voltaképen a damaskusi kardpengét
is az aczél- és vas-vegyületek teszi azzá, a mi. Mondják, hogy a
damaskusi kardpengével vasat lehet szétvagdalni, egész karikába
hajlítható, a legerőteljesebben lehet lapjával egy fa derekára
ütni a nélkül, hogy eltörne, az ütésre harangsengést ad, sőt az
élével a legkeményebb tárgyra való legerősebb ütésekor is az él
inkább önmagába egyenköztüleg visszahúzódik, mintsem megtom-
pulna vagy kicsorbulna. Annyi tény, hogy a damaskusi kard-
pengét még mai nap is igen nagyra becsülik és sajátos ismer-
tető jele a fenti tulajdonságain kívül az is, hogy rajta mindenütt
cizfra vonalak, rajzok láthatók. Ezen vonalak azonban ha meg
is szakadnak itt amott, de soha sem keresztezik át egymást és
egymáshoz fekvésükből ki lehet venni a vasnak és aczélnek
sajátos vegyületsét. Hogy ezen vonalak pusztán vas- és aczél-
vegyületek, ebben úgy győződhetni meg, ha a kardlapot kis
helyen higanyoldattal kenjük be. Ekkor t. i. minden oly vonal
vagy pont, mely más érzékből van, a higany által megtámadtatik
és megaranyozva marad vissza. A damaskusi kardnak eredeti
formája és súlya azonban nem oly alkalmas a könnyed vívásra,
mint a jelenleg általán használt kardoké.

Hogy minő hosszú legyen egy jó kard, erre nézve a 85 cmt.
hosszú kardpenge látszik a legalkalmasabbnak arra, hogy általa
ellentelünket kellő távolságban maradásra kényszeríthessük és
viszont véle a leghatásosabb vágásokat végezhessek.

Hogy minő széles legyen a kardpenge, erre nézve nem szük-
séges egy bizonyos meghatározott szélesség mellett maradni, mert
a figyelem a kard súlypontjának hollétére és egyáltalán a kard-
penge súlyára és alakjára fordítandó. Lehet egy bizonyos súlyú
kard egy erőteljes karra nézve igen alkalmas, de ugyanaz egy
gyenge karra hátrányos is. Soha sem lehet jó az a kard, mely-
nek súlypontja akár a kardhegyhez esik közel, akár a marko-
latba esik. A kard két oldallapján is leginkább azért van hosz-
zában vájulatszerű bemélyedés, hogy a kívánt hosszúság mellett
annak súlya kisebbbítették. Czélszerű tehát, ha mindenki saját
karja erejéhez mért súlyú karddal bír, természetesen arra is
tekintettel kell lenni, hogy egy túl könnyű kard szemben egy
túlsúlyú karddal (illetőleg erősebb karú egyénnel) bizonyos hát-
ránnyal jár a védekezés dolgában.

Az egyenes kardok egyáltalán nem lehetnek oly czélszerűek,
mint a némileg görbültek. Mert az egyenes karddal mindig na-
gyobb erő kívántatik arra, hogy oly mélyen bevághassuk kardunk
élét valamely testbe, mint a görbe karddal. Viszont meg a tul-
ságosan hátra hajlitott görbe karddal nem lehet oly biztonsá-
gal vágni egy bizonyos irányban. Leghatásosabb az olyan vágás,
mely az ellentálló tárgynak érintési pillanatában csekély eltérés-
sel irányt változtat. Ilyen vágási mód pedig csak görbe kard-
dal eszközölhető. Tehát a jó kardnak kevés hátrahajlással kell
birnia.

A mi a kardmarkolatot illeti, arra nézve a markolati kereszt-
vas magában még nem nyújt elegendő védelmet a kéznek, viszont
meg a túl széles kardkosár nem enged elegendő szabad mozgást
a kézcsuklónak. Leghelyesebb az, ha a kardmarkolatnak u. n.
kosara csak keskeny, keresztvasa ovál és egy darabot képez a
kosárral, a tulajdonképi markolatrészt fája szintén ovál és hosz-
zában zsinórral átfont bőrral bevont.

A kardról szólva, fel kell említeni a már használatból kime-
pallost és a túlgörbe rövid kardot, a szabályát is, mert ezek a
átidomulásból keletkeztek a jelenlegi kardalakok. A külör

Uj év.

Elérkezett a nagyhangú ígéretek ideje, ütik a reklám nagy dobját mindenfelé az előfizetők csöditésére. Csak talán egyedül mi vagyunk abban a szerencsés helyzetben, hogy e fáradság alól fölmentve érezhetjük magunkat.

Mi nem *ígérünk* az új évben semmit, mert mi az ó-évben is *tettünk* eleget.

Mi nem dicsérjük magunkat; mert minket mások dicsérnek.

A kik ismerik a magyar irodalmat, azok tudják, hogy olyan lap, mint a mienk, soha sem volt ez előtt; bár régóta lett volna rá szükség; — tehát úttörő munkát végeztünk.

Hogy miként végeztük ezt a munkát, azt ítéljék meg lapunk eddigi folyamából.

Negyven száma fekszik a «Herkules»-nek a közönség előtt, ezekből megítélhető az irány, melyet a szerkesztőség követ.

De e mellett versenydíjak kitűzésével, ünnepélyrendezéssel s külön testgyakorlati munkák kiadásával is szolgálta a szerkesztőség a testgyakorlatok ügyét és szolgálni fogja ezután is.

Midőn az ország összes előkelő testgyakorló egyletei lapunk köré csoportosulnak, midőn a napi sajtó egyhangú dicsérettel szól rólunk s midőn maga Trefort Ágoston ő excellenciája kel pártunkra s tekintélye egész súlyával szól érdekünkben; — akkor mi nem üthetjük a reklám nagy dobját, hanem csak annyit mondhatunk, hogy igyekezni fogunk e nagy kitüntetések kiérdemelési s lapunkat minél tökéletesebbé tenni, a mihez tisztelettel kérjük a művelt magyar közönség támogatását.

alakú pallosok között legkedveltebb és használtabb volt a két élű egyenes és széles pengéjű súlyosabb kardnemű pallos, melynek hossza a 80 és 120 centiméter között, szélessége pedig 5 és 7 cmt. közt váltakozott és tompa hegyben végződött. Ilyenféle pallos volt a történeti nevezetességű *Atilla kardja* is, melyet hódító hadjárata elején egy pásztorfiú a szántásban talált és nyújtott át Atillának és a melyet mint szerencsés jelt kincs gyanánt őriztek, míg végre 1071-ben Merseburgi Lupold birtokába került. Lupold pedig egy fogadásos versenyfutásban lováról lebukván, az Atilla kardja testébe hatolt és életét oltá ki. Ezen időtől fogva az Atilla kardja hollétét senki sem tudja.

A két élű, hosszú és széles pengéjű, tompahegyű pallos az idők multán mindinkább könnyebb és keskenyebb alakúra készítettett. A középkori lovagjátékokban a lovagok küzdő kardjai is ilyenek voltak.

Az egy élű súlyosabb pallosok csak azon időben voltak használatban (14. századtól), midőn a harczolók testeiket acél sodrony-ígekkel és nehéz vértzetekkel fedték el. Különösen a magyarok, lengyelek és törökök inkább használták az egy élű pallosokat. Azonban már Mátyás király magyar huszárai (1458.) oly pallosokat nyertek, mik súlyban és alakban is igen eltértek más nemzetekétől. Egyáltalán a magyarok görbe kardja csakhamar leszorította a pallosnak harczban való használatát.

Réges régi időkől fogva használatban voltak hazánkban a keleti módon készült széles, rövid pengéjű, erősen görbült kardok, u. n. szablyák. Nem is ment ki a használatból ez a két élű pallosok idejében sem. A magyar könnyű huszárok kardja is utóbb épen nem volt pallosszerű. Általában a régi török kardhoz hasonlító magyar szablya volt legnagyobb időn át a magyaroknak a kardfegyvere; míg a két élű, egyenes, súlyos pallos utóbb csak mint ékesség hordoztatott, vagy mint szertartásos eszköz használtatott fogadalmak, eskük tételénél, talán azért, mert a marlatnak keresztvasa némi keresztalakot mutatott és így vallásos aény is volt benne.

Előfizetési felhívás

a

„HERKULES”

TESTGYAKORLATI KÖZLÖNY

a «Balaton-egylet», «Budapesti kerékpár-egylet», «Budapesti vasparipa-egylet» «Előre», «Budapesti torna-egylet», «Győri csónakázó-egylet», «Hunnia csónakázó-egylet», «Magyar athletikai club», «Neptun budapesti evezős-egylet», «Ó-budai torna-egylet», «Pannonia csónakázó-egylet», «Soproni korcsolyázó-egylet», «Szabadkai torna-egylet», «Szarvasi korcsolyázó kör», «Szegedi torna-egylet» hivatalos közlönye

MÁSODIK ÉVFOLYAMÁRA.

Az egyetlen magyar illusztrált testgyakorlati közlöny megjelenik minden héten egy sűrűn nyomtatott nagy íven, több szép képpel. Közül az összes testgyakorlatok köréből oly cikkeket, melyekből a teljesen laikus olvasó is elsajátíthatja az illető testgyakorlatot s a testgyakorlati oktatással foglalkozó szakember is hasznos utmutatást nyer. A mi csak a testgyakorlatok terén Magyarországon vagy a külföldön történik, arról megbízható és gyors tudósítást ad. A cikkeket érdekes hazai és külföldi képekkel teszi változatosabbá s a testgyakorlatok terén kitűnt férfiak arcképeit közli. Koronkint a sportvilágból vett apróbb mulattató elbeszéléseket és tárczákat is közöl. Szóval a lap minden száma a testgyakorlatok összes nemeit érdekes módon igyekszik ismertetni, megkedveltetni és terjesztetni. Ezenkívül a szerkesztőség versenydíjak kitűzésével, ünnepélyek rendezésével s felolvasások tartásával tesz szolgálatot a testgyakorlat ügyének s e munkásságában a szerkesztőséget az ország legjelesebb sportmanjei s legkitűnőbb tornászai támogatják.

Az a vezérszerep, melyet e lap vetélytárs nélkül játszik a testgyakorlatok terén, szerkesztőinek ismert neve, munkatársainak fényes névsora, eddig megjelent számai ak rendkívül gazdag és változatos tartalma, a napisajtó példáján egyhangú meleg elismerése, az ország legelső egyleteinek körüli csoportosulása s a vallás- és közoktatási m. kir. miniszter ő excellenciájának ajánlása teljesen fölüllegessé teszik a «Herkules» dicséretét. Tisztelettel kérem tehát a művelt magyar közönséget, hogy támogatásával azon igen tetemes áldozatokat — melyeket szerkesztőség és kiadóhivatal egyaránt hoz a testgyakorlatok ügyének — kisebbiteni kegyeskedjék.

Az előfizetési ár: negyedévre 2 frt, félévre 4 frt, egész évre 8 frt.

A pallosszerű kardnak legutóbbi használatban levő alakját a német, u. n. *Schläger*ekben láthatjuk. A német tanuló ifjuság által napjainkban is a vi ó-iskolákban használt egyenes kardok (*Schläger*) pengéje 95 cmt. hosszú, 3 cmt. széles. Hosszának háromnegyed részéig terjedő és egyenletesen vékonyodó háttal bír és két élű hegyben végződik. Markolata bőrral bevont fából van. Markolati keresztvassal és kosárral és az előbbi alatt még félgömb alakú csészével is bír.

Hogy mennyire becsülték hajdanában a kardokat, megítélhetjük abból is, hogy voltak kardok, melyekért annak idején 1000—5000 forintot is megadtak; a közönségesebbekért is el kellett 100 forint körül fizetni, ha t. i. jó kardról volt szó, nem pedig ékszerekről, mik a kard markolaton vagy hüvelyén voltak. Hogy minő mesterséges és fáradságos készítési móddal éltek a régi fegyverkovácsok, azon példákban is láthatjuk, mit a könyvekben feljegyezve találunk; így például, egy földbirtokos 240 font vasat vásárolt össze, ezt addig tisztogatták salakjaitól hevítés és gyúrás által, míg csak annyi tiszta vas maradt vissza, a mennyiből épen egy kardot lehetett csak már kovácsolni. Némely helyeken meg a kardnak való vasat földbe ásták és mindaddig ott hevertették, míg vastag rozsdakéreg nem képződött rajta és csak azután készítették kardot azon vasnak benső tömör részéből.

Mily másként vagyunk most a kardokkal. Kardunk csak ékesség vagy surrogatum. Legfeljebb akkor törődünk kardunk jószágával, ha háború vagy egy párbaj küszöbén állunk. Mivel pedig mind e kettőre az életben tán csak egyszer vagy akkor sincs kilátásunk, hadd függjön hát békében a fogason az éles jó kard. Viaskodjunk csak spadonnal, pótkarddal; hiszen a pót ezüstkanállal is ép oly jóízűen lehet enni, mint a valódival.

SZEGHEŐ GÉZA.

Az előfizetési pénzt kérem hozzám (Aigner L. könyvkereskedő e, Budapest, vaczi-utca 1.) legczélszerűbben postautalványon beküldeni.

Mutatványszámmal mindenkor szívesen szolgálók.

Kiváló tisztelettel

Aigner Lajos
a «Herkules» kiadója.

A vallás- és közoktatásügyi m. kir. minister Trefort Ágoston ő nagyméltósága Magyarország összes tankerületi kir. főigazgatóihoz és kir. tanfelügyelőihez a következő iratot intézte:

47020. szám

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

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

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

Budapest, 1884. december hó 17-én.

Trefort s. k.

Athleták.

A magyar athletikai club versenyeket tartott, melyeken bemutatták a tagok ügyességüket. Volt alkalmunk látni ezeket a versenyeket s konstatálni az eredményt, mely e téren néhány esztendő óta nagyon szembeszökő.

A magyar ifjúság, különösen pedig a középosztály fiatalabb nemzedéke egy idő óta oly érdeklődést tanúsít a testedző sport iránt, mely igen sok tekintetben megnyugvására szolgál annak is, a ki politikai szempontból itéli meg az egészséget s nem hagyja tekintet nélkül azokat a vonatkozásokat sem, melyekkel a fiatal-ság ilyenmő kedvtelése a nemzeti életre birnak. Őszintén bevallva, néhány esztendő előtt, midőn e tekintetben az első lépéseket láttuk, féltünk tőle, hogy magyar szalmaláng lesz ez is, vet egy erősebb lobot, azután kialuszik s nem marad utána semmi egyéb, mint egy csomó pörnye, hamú és korom. A következés meggyőző az ellenkezőről. A fiatal-ág, mely feladatául tűzte ki gyakorolni magát a testedző játékokban, az edzett test legelső tulajdonságáról már is bizonyosságot tett: a kitartásról. S már ez magában is sok, nagyon is sok.

Nem lehet félreismerni azt a szoros összefüggést, melyben a testi és szellemi tulajdonságok egymással állanak. S ha már fontos az is, nemzeti szempontból, hogy az ifjúság ép testű, ügyes, kitartó legyen, ktszeresen fontosá válik ez akkor, ha meggondoljuk, hogy a lélek és szellem paedagógiája is nem sikertelenül appellál sokszor a gimnasztikára és a testedzésre.

Mi a magyar athletikától nem várjuk, hogy affele fontos politikai missziót teljesítsen, minőt p. o. Németországon a torna-egyletek célhoz juttattak, melyek melegágyai voltak a nagy német egység eszméjének s melyek egyszer itt, másszor amott tartott évi gyűléseikkel élénkké tették azt az érzetet, hogy minden német, bármely tartományban legyen is fia, egy és ugyanazon nagy nemzethez tartozik. Hanem várjuk igen is azt, hogy egészségesebbé, épebbé, edzettebbé és kitartóbbá tegye a generációt.

A civilizáció sokat ront az emberen, kivált testileg. A nagy városokban való lakás kizökkenti az embert természetes viszonyai közül. Csak az, a ki a természetben lakik, a gazda és a falusi, pusztai lakók egy része tarthatja meg eredeti összeköttetéseit a levegővel, a vízzel s minden elementummal. Az mozog annyit, a mennyit szervezete megkíván, tür hideget és meleget egyaránt, táplálkozik úgy, a hogy a test működése szükségeli, dolgozik, foglalkoztatja összhangzatosan szervei, egyiket sem túlságosan a másik rovására s egyáltalában úgy él, a hogy az évezredek behatása alatt kifejlődött és tökélesült emberi testnek megfelel. A városi lakót foglalkozása, hivatása és körülményei erre képtelenné teszik. Leginkább agya működik. A többi szervek regenerálnak, a fej elcsenevész s mint a statisztika, igen elijesztő számokban bizonyítja, a városi családok ennek következtében kihaluak. Alig van nagy város, mely felmutathatna oly családokat, kik ott néhány század óta állndóan laknak.

A város lakójának nagy szüksége van rá, hogy legyen valami

surrogatuma, mely őt kárpótolja a szabad mozgásért s a természettől elszakadt voltáért. Erre a legjobb szolgálatok egyikét teszi az athletika.

A közegészségnek egyik nevezetes faktora, az orvos legügyesebb asszisztense.

Nálunk ezenkívül van egy szociális feladata is.

Az athletikai sportot kedvelő ifjúság legnagyobb részben a középosztályhoz tartozik. Ezt az osztályt annyit korholják, annyit kárhoztatják ép a legujabb időben Leélte és lejártá magát, ezt kiáltják ellenségei. Szinte jól esik látni, hogy testileg is ép s nem szándékozik azt az örömet csinálni ellenségeinek, hogy elpusztuljon.

Dr. HOITSY PÁL.

orsz. képviselő.

A műkorcsolyázás alapgyakorlatai.

(Képekkel.)

A hátrafelé való befelé körzésnek kevesebb plasztikai hatása van, mint a külsőnek, de a műkorcsolyázásban azért nem kevésbé fontos. Már a kiállítás e körzéshez is rú, t. i. lábaink hegyét befelé fordítva lökjük el magunkat a korcsolya belső élével. A jobb vállat hátra kell feszíteni. Bal lábunk hátra keresztbe áll a jobbal.

A legszebbek a műkorcsolyázásban a kifelé való körzések; erő és ügyesség a legkellemesebb alakban ezeknél nyilvánulnak. Sok ideig ezek mellett a belső körzések nem is igen gyakoroltattak.

A kifelé való előre körzésnél a test súlya a korcsolya külső élére nehezedik. A jobb körzés kezdeténél lábunkat térdben kissé hajlítva, a bal korcsolya belső élével taszítjuk el magunkat, de már ezelőtt felső testünkkel a körzés irányára felé fordulunk. Jobb vállunkat karunkkal hátra feszítjük és fejünket is hátra jobbra fordítjuk. Minden körzésnél, de főleg a külsőkénél a felső testtartása igen sokat segít a gyakorlat kivívásában. E testfordítást azonban meg kell tartani az egész körzés alatt, sőt mindig jobban a körzés irányára felé kell fordulni.

Az egyik lábbal a körzést befejezve, a másikra átdűléskor előbb az imént körző láb előre jó a korcsolya belső élére és eleinte egy kis befelé körzést is végez, míg ellöki magát. Az áthajlást simán úgy fogjuk csak végezhetni, ha a felső test már az ellökés előtt áthajlik a másik körzés irányára felé. A mint az egyik láb a körzést elvégezte, a másik láb közvetlen mellette tételessé a jégre. A lábakat soha sem szabad nagyon szét tartani egymástól, ép ily rú a szabadon levő lábat magasra felemelni a körzésben.

A hátrafelé való külső körzést a legszebb, de legnehezebbnek is tekinthetjük. Tanulására nézve előnyös, de nem okvetlen szükséges a hátrafelé korcsolyázás. Első dolog itt is, hogy a bokában a láb hozzászokkjék a testet a korcsolya élen tartani. A test hasonlóan az előbbi körzésekhez a körzés irányára felé fordul. A jobb körzésnél a bal váll hátrafelezül és az arc s balra hátra néz. A mint a bal lábbal ellökjük magunkat, felső testünkkel rögtön hátra dőlünk a körzési irányba, bal lábunkat is hátra befelé tartva. Az egész testtartás olyannak tűnik fel, mintha az ember erőltetve hátra tekintene a vidéket nézni.

Az egyik láb elvégezvén a körzést, mielőtt a másikba dőlünk, e láb egy kis belső kört csinál. Minél gyakorlottabb a korcsolyázó, annál rövidebb e kör s végre egészen elmarad.

A műkorcsolyázásnak a körzésekénél még nehezebb része az egyes körökből a másikba való átmenet. Maga az egész műkorcsolyázás nem áll egyébből mint a körzések váltakozásából és a forgásokból. (Pirouettek)

Az egyik körből a másikba való átmenet ugyanazon lábbal végezve különböző alakot rajzol le a jégre, mely alakok után nevezzük el magát a gyakorlatot. Így például a korcsolya külső éléről a belsőre való átmenetnél egy kigyózó vonal jó létre.

A kigyóvonálnál a körzések az ellenkező korcsolya éleken, de egy azon irányban előre vagy hátra történnek. Négyféleképpen állhat előre, hátra, befelé vagy kifelé körzéssel kezdjük a gyakorlatot.

A legkönnyebb, ha a külső előre körzéssel kezdjük és a belső előre körzésbe hajolunk. A gyakorlat elején a külső körben bal lábunk hátul van mint rendesen, de ha már egy félkört elvégeztünk, lábunkat előre hozzuk és egyidőben a jobb lábbal a belső testünk az áthajlaskor befelé fordul és a befelé körzésnél leirt tartást vesz fel.

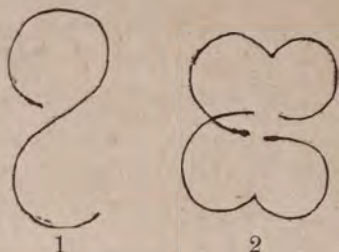
Ha a belső kört teljesen bevégezzük, úgy jó létre az 1-ső ábrán bemutatott alak. E gyakorlat magában is igen mutatós, különösen nagy körben végezve, de legtöbbször a társas korcsolya gyakorlatoknál fordul elő.

Lehet a kigyóvonalat kezdeni a befelé előre körzéssel és a

külső körrel végezni. Az átmenetnél a külső körbe az előbb az élváltásnál elől volt láb nagyon gyorsan hátra rántatik.

A kigyóvonal hátrafelé körzésekké is kivihető. Itt a külső körrel kezdve a gyakorlat igen könnyű s az első próbára már menni fog csak a köröknél leírt testtartást vegyük fel.

A műkorcsolyázásnak a kigyóvonalnál még használtabb alakja az ugynevezett hármas, mely olyan két egyenlő irányban (jobbra vagy balra) végzett körzésből áll elő, melynek egyike előre, másika hátra felé végeztetik, egyik a belső, másik a külső élen végeztetik. A második körbe egy felfordulattal meggyünk át.



A hármas négyféleképp írathatik a jégre és elnevezése a kezdő négy körtől jó. Van tehát külső és belső előre, külső és belső hátrafelé kezdett hármas.

A legkönnyebb a külső előre való körzésből a belső hátrafelé körzésbe jönni. Ez a hármas a leghasználtabb is. Kivitelét egy fél külső előre való körzésnél kezdjük és mikor át akarunk a hátrafelé körzésbe menni, bal vállunkat jobbra rántva s bal lábunkkal is lendületet adunk magunknak. A korcsolya elejét az átmenetnél kissé felemeljük s csak akkor állunk ismét teljesen erre, ha már a bal átesapott a belső körbe. E korcsolya élváltása némi ugrással, vagy erősebb lendülettel végezve, sokkal könnyebben végezhető.

Második ábránkban két hármas van feltüntetve, mint mikor mindkét lábunkkal visszük ki. Az alak a következő körzésekből áll elő: jobb-külső előre, jobb-belső hátra, bal-külső előre, bal-belső hátra. A belső körök a hármasok második körrei rendesen kisebbek az elsőknél s így még jobban megközelítik a hármas alakot.

A hármasok végzésénél a gyorsabb vállrántásnál nehezen kerülhető el a karok izléstelen kapdosása, de ha gondunk van rá, hogy lábainkkal és a felső test-kellő mozdulataival segítsük elő a gyakorlatot s ne karjaink lobálásával, úgy csakhamar megszokjuk az elegáns nyugodt karhordozást.

A korcsolya élen való körzések magukban bármily szépek legyenek is, külön-külön végezve egyhangú változatlan testmozgásuk miatt még nem elégségesek a műkorcsolyázáshoz. Az egyik körből való átmenet a másikba a körváltások kapcsolak egybe a különféle körzéseket műkorcsolya gyakorlatokká. A körzések iránya, a test plasztikus tartása ez alapszabályok által tűnik fel a legváltozatosabb alakzatokban.

De már maguk ez alapszabályok is magunkban véve némileg műgyakorlatoknak vehetők, mert a körzések és fordulatok összetételéből állanak.

Az előbb a «kigyóvonalat» és kevésbé a «hármas» előállítását fejtegetve, ez utóbbiról még fel kell jegyeznünk a belső a hátsó körökből való képzését.

A belső előre való körzésből a hármas képzéséhez át kell dőlnünk a hátsó külső körbe. A fordulatnál a korcsolya hegyét kissé felemeljük és felső testünkkel balra fordulunk, bal lábunkat hátra feszítve a külső hátrafelé körzés testtartását vesszük fel. E hármas gyakorlása különösen azoknak ajánlatos, kik még hátrafelé nem tudnak jól körözni, mert a belső körben lendületet kapva a hátsóból könnyebben dőlnek át, mint az egyenes hátrafelé haladásból.

A hátsó külső körből az előre befelé körzésbe az átmenetnél a szabadon levő láb erős csapással segít, a felső test gyors balra fordulásakor. A fordulat könnyebben tanulható, ha a hátsó kört teljesen bevégezzük és csak gyenge lendülettel próbáljuk az első gyakorlatot.

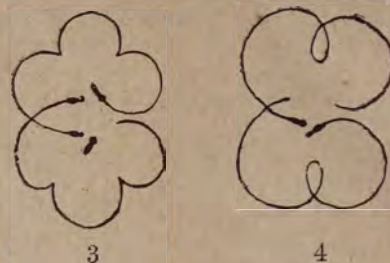
A belső hátrafelé körzésből a külső előre való körzésbe az átmenet szinte a korcsolya hegyének felemelése és a felső test kellő fordításával történik. A láb előre jó és a derék kifelé jobbra fordul.

A hármasokat, ha felváltva jobb és bal lábbal végezzük, lehet előre haladni és csak a második kört félig kel bevégezni.

A duplahármas már a nehezebb műgyakorlatokhoz tartozik egyrészt azért, mert két hármas összetétele és másrészt ép ezért több erő kell a kivitelhez. Ugyanis ez alakot egyszeri ellökéssel ugyanegy lábbal írjuk le. A dupla hármas főismertető jele, hogy a három közül az első és utolsó kör mindig ugyanaz.

Négyféle dupla hármas van a négy alapkörzés után. Ábránk

(3 sz.) a jobb külső előre körzéssel kezdetűt tünteti fel. A gyakorlat két első köre a rendes hármas, kezdve j. k. e. folytatva j. b. h. felé körrel. E körből újra a j. k. e. való körbe kell ismét átmenni. Ez sem lesz nehéz, ha erős lendületünk van, mert ezt a hármas is tudjuk már. A testtartás ugyanaz mi az egyszerű hármasnál csak a lábtartásra vigyázzunk főleg. Az első körnél a szabadon levő láb hátul marad s csak a befelé körzésnél jó előre, míg a külsőbe való átmenetnél ismét hátra jó.



A másik három duplahármas a következő körzésekből áll: 1. belső előre, külső hátra és belső előre. 2. külső hátra, belső előre és külső hátra. Ez a duplahármas még a legkönnyebb 3. belső hátra, külső előre és belső hátra.

Mind a duplahármasok kivitelét csak akkor próbáljuk, ha már az egyszerű hármasok mindenikét jól begyakoroltuk. Különösen az erős lendületvételre és a könnyű átmenetekre kell vigyázni. A gyakorlatokban eleinte nehéz lesz a nyugodt testtartást elsajátítani s különösen a második fordulatnál a könnyed karhordozást. Minden körzésnél azonban főleg a felső testtel igyekezzünk lendületet adni az ellökés után s ne a kar és láb lóbálásokkal.

A hurokvonal a műkorcsolyázás legnehezebb alapszabályok; úgy áll elő, hogy két egyforma kört végezzünk egy lábbal és egy élen, de közben egy teljes fordulatot csinálunk. Ez egész fordulat kivitelét a duplahármasból olyképen igyekezzünk megtanulni, hogy a középső kör helyett minél kisebb ívet írunk le és rögtön átdőlünk ismét az első körbe. Eleinte a középső kör helyett egy egyenes vonal irodik le a jégre két kör közé, majd e vonal a gyakorlat által mindinkább rövidül s végre a rajzunkon (4 sz. ábra) látható hosszukás hurokvonal áll elő.

A hurokvonal tehát két egyforma körzésből áll, összekötve egy helyben történő egész fordulattal. Maga a hurok alakja megközelítheti a körét is, de így kevesebb erővel végezhetjük a második körzést.

A hurokvonalat a négy alapkörzés mindenikével leírhatjuk. A külső előre körzéssel előállt alakot mutatja rajzunk (4 sz.) A jobb külső kör közepén jobb vállunkat hátrafeszítjük és lábunkkal erős lendülettel egy félfordulatot csinálunk. Most felső testünkkel ismét áthajlunk a külső körbe és a korcsolya külső élére dőlünk. Ábránk ugyanezt a gyakorlatot a ballábon végezve is feltünteti. Általában rajzban mint írásban ki akarjuk fejezni, hogy minden gyakorlatot mindkét lábbal egyformán begyakoroljunk, mert e nélkül nagyon kevés összetett gyakorlatot csinálhatunk.

A jobb belső előre körzésből a hurokvonal képzésénél a bal váll erősen hátrafeszül, a felső test előre hajol és a bal láb erős lendülettel hátracsapva a félfordulatot adja meg. Majd ismét előre jöve új lendületet ad és a sarokra állott jobb lábat elől keresztezi.

A hátrafelé kifelé körzésnél a hurokvonal képzésénél a testsúly a korcsolya első részén nyugszik, nehogy a nehéz gyakorlatnál hátra essünk.

Legkönnyebb a hurokvonalat a belső hátrafelé körzésből kivinni. A testtartás a belső körnél kellő legyen, a testsúly a korcsolya elején nyugodjék.

A hurokvonal képzésére a nagyon hajlott pengéjű korcsolyák a legjobbak, de csak a tanuláskor használjunk ilyen, ezután ismét visszatérhetünk a rendes hajlású korcsolyákhoz.

VAMOS GÉZA.

Korcsolya-körzések párjával.

(Képpel.)

A korcsolyázás elterjedését és egyszersmind tökéletesedését is nagyrészen annak tulajdoníthatjuk, hogy társaságban űzzük. — Még a legegyszerűbb előre való korcsolyázás is mulatságosabb, ha párjával, vagy társaságban végezzük.

De a gyakorlatok így nemcsak mulatságosak, de tanulmányosak is. A korcsolyázás mint minden testgyakorlat látás és utánzás után a legkönnyebben tanulható.

A korcsolyakörzések legtöbbje párjával végezve igen szép képet nyújt. Képünk az előre és hátrafelé külsőkörben menő párt tünteti fel. A vállfogással való körzésnél könnyebb, ha a párok kézfogással állanak össze. A korcsolyázók ily fogással egymást támogathatják, a nélkül, hogy könnyen kirántanak egymást az egyensúlyból.

A köröket így összefogózza nem kell félig sem kivinni, csak kis ívekben haladni. — A gyakorlatban így könnyebben lehet az egyforma gyors mozdulatokat szép testtartással végezni. Minden mozdulatnak egyszerre kell történni. Ezért jobb is eleinte, ha az egyik hangosan számlálja a végzendő mozdulatokat, hogy egyszerre lökjék el magukat s egyszerre emeljék fel a lábukat.

Az ily páros korcsolyázásnál a lábakat bátorosabban emelhetjük, mert egymásra támaszkodhatunk s így a körzések tanulására is igen jó, ha így összeállunk.



Egyszerűbb páros korcsolyakörzések azok, melyeknél a párok szabadon végezik a megállapított körzéseket. Ilyen, ha a külső előre körzést, két korcsolyázó egymás mellett állva ellenkező oldalra kezdi csinálni. Állhat a két vagy több korcsolyázó egymás háta mögé is és így az ellenoldali körzésekkel kigyózó vonalat képeznek.

A párok ily ellentétes körzésénél, az összejövésnél kézfogással válnak el és jönnek össze. Ha többen állnak össze, úgy két sort képezve, a körzést egymással szembe kezdik, egyszerre menve szét és jöve egybe.

BOKELBERG EDE.

Népiünnepek és testgyakorló ünnepélyek.

Midőn valamely nép jellemének, külön faji típusának s egyéb kiváló sajátosságainak fölismeréséről van szó, rendszeren azon hagyományossá vált állítással találkozunk, hogy a népjellem s mind e sajátosságok semmi másban nem nyilatkoznak oly határozott vonásokban s oly szembeszökő leplezetlenséggel, mint a népiünnepekben, mulatságok- és szokásokban. A példák idézése ez állítás támogatására természetesen seregestül áll az illetők rendelkezésére. Így olvassuk a többek közt, hogy míg a régi perzsák és zsidók népiünnepeiket a legderültebb napfényes időben tartották s azokat pazar díszítményekkel halmozták el, melyekből a koszoruk, virágok s illatszerek nem hiányozhattak; az irókézek, muscogulgok s chartasok csak borus, zivataros időben szerettek ünnepelni s szerették, ha a szél üvöltése, a megáradt hegyi patakok zugása ünnepi lakomáik vad zajába vegyült. Az athenaei gyöngéd, szellemes hölgyek irtózva fordultak el a színpadtól, ha azon valamely tragikai jelenetben az alvilági istenek rút alakjai megjelentek; ellenben a római nők a halálra sebzett gladiátorok sikoltását élvezettel hallgatták s halálos vonaglásait gyönyörködve nézték. — A dahomei királyságban s Otahaitiben, a jóságos Oberae királynő idejében, minden népiünnep dísz-záradékát egy-egy ember ünnepies meggyilkoltatása képezte stb.

De bármennyi példát hozzanak is fel a fennebbi állítás támogatására s bármennyi szellemes és találó következtetéseket vonjanak is le azokból: ez út még sem bizonyult eléggé biztosnak arra, hogy a népek valódi jellemét a maga eredetiségében s tisztaságában megismerhessük. A népek jellege, mint az egyes embereké a legmegfoghatatlanabb ellentételekből van alkotva, a

fénynek s árnyéknak a legesodálatosabb, a legbonyolultabb keveréke az. — Gyakran a legkülönbözőbb jellemű népeknél ugyanazon szokásokat, ünnepi mulatságok stb. találjuk s a nélkül, hogy azokat egymástól elsajátították volna. Így például a birkozás, versenyfutás általában a testgyakorlatoknak egyik vagy másik neme minden népmulatságban megtalálható. A tűz is, mint az elemek közt leghatalmasabb s legragyogóbb, minden népiünnepen kiválóan szerepel. A chinaiak és egyiptomiak, mint takarékos és rendszerető népek, a más népeknél szokásos mindenféle rendetlen kivilágítások helyett, legelőször használtak lámpákat népiünnepeiken s ők is hozták divatba a lámpásos ünnepeket. S ki fejlhetné meg annak az okát, hogy a fátylatánczot a Carolina szigeteken ép úgy tánczolják, mint valamely európai földrészen? Ki merne aztán az effélékből fajrokosságra vagy testvérnépi jellemvonásokra következtetni?

Igy a temetési ünnepek is fővonásaikban, majd minden népnél hasonlítanak egymáshoz. Habár a gyász színeire nézve néhol eltérnek is egymástól, — habár némely arab, massageta s canadai néptörzsek halottjaikat temetetlen hagyják: mégis bátran állithatjuk, hogy minden nép egyforma kegyelettel viseltetik halottjai iránt s veszteségük fölött érzett fájdalomnak egyaránt kifejezést szoktak adni. A cyprus, az örökzöld vagy a thuja minden temetésnél gyászjelvényül szerepel s a büszke Rómától kezdve a legigénytelenebb otahaiti-i faluig a temetéseknél ott találjuk a halottsírátó asszonyokat.

Az egyiptomiaknak, kik a holttesteket mumiákká balzsamozták; a rómaiaknak, kik azokat hamuvá égették, vagy azon délsziget-lakóknak, kik halottjaikat magas fák tetejére tették föl kiszáritás végett: egy és ugyanazon céljuk volt, hogy t. i. kedveseik után kegyeletes maradványt birjanak.

Plinius szerint a földbe temetés, legrégebb módja volt a halottak eltakarításnak; a máglyán égetést csak akkor kezdték el, mikor a vad ellenség még a földbe temetett halottakat is kiásta s tetemeiket szétszórta. A római írónak ez a véleménye csodálatosan összevág az izlandi történetírókéval s így e tárgyban Rómában és Skandináviában ugyanazon okot s okozatot észlelhetjük.

Sok, első tekintetre rendkívülinek látszó ellentét, ha a körülményeket jól fontolóra vesszük, elveszti rendkívüli jelentőségét. Párisban vagy Londonban, pl. bizonyára igen neveltséges szokásnak tartják azt, hogy a kínai udvarnál fényes nappal tartanak a tűzijátékok. De ha valamely böles mandarint kérdőre vesszük e különös szokás miatt, az ekkép fejtené meg e különösséget: «Hajdan az udvari ünnepek éjjelkor végződtek s azok záradékául tartattak a tűzijátékok s így természetesen igen helyes időre estek; de most, miután a mi tatárfajú császáraink az udvari ünnepek kezdetét reggeli két órára tették át, azok ép délben érnek véget, azonban a czeremóniák szokásai miatt meg nem változtathatván, — mert ez nálunk képtelen dolog — a tűzijátékok sora nappali időre esik. Ha tehát Confucius törvényeit s mennyei birodalmunkat fenekestül felforgatni nem akarjuk, kénytelenek vagyunk a tűzijátékokban fényes nappal gyönyörködni». S ha bizonyos szokások eredetét szorgosan kutatónk, ily csattanós okokra, nem csupán a mennyei birodalomban bukannánk.

Egyes népiünnepeken gyakran a legfelöltebb nyomait találjuk, már többé nem létező s rég eltűnt erkölcsi s politikai állapotoknak. Mi közülük van például a barbár bikaviadaloknak a komoly spanyol s a békés természetű portugál nép erkölcsiéhez? Az embereknek e vad harcza az állatok ellen barbár törzsek unalom-üzéseül szolgált valaha, kik a látványos mulatságok szükségét érezve s nem bírva még a mi elfinomult izlésünkkel s hajlamainkkal, apró szerelmi cselszövények s magasabb tragikai érzelmek iránt nem lévén fogékonyak — csak a vadászat s harcias küzdelem izgató képeit hozták színre. De azért, hogy ily mulatságoktól angyönyörködtek, nem következtethetjük, hogy vad, emberietlen természettel bírtak. A jámbor német császár II. Henrik s felesége a szent Kunigunda igen jól mulattak azon, ha a czirkuszban valamely mézzel bekent testű gladiatorknak élet-halál harczt kellett vívnia megtámadói ellen. S midőn szent Poppo erősen kikelt az ily vad látványosságok ellen, melyek — úgy mond — a kereszténység szellemével ellenkeznek, a jámbor császár be is szüntette azokat. (L. Acta Sanctorum.)

E durva mulatságok után divatba szoktak jönni a finomabb lovagjátékok. Ezek eredete legbiztosabban nyomozható a skandináv s germán néptörzseknél. «A góthok — írja Izidor, az illető korszak krónikása — ügyesen tudják dobni a lándzsát s jól forgatják a kardot; mulatságaikon egész harcias jeleneteket adnak elő.» Az Edda istenei mind gyors paripákon lovagolnak s harcias játékokkal mulatnak. Az izlandi történetírók, a skandináv hősök neveltetéséről írva, mind elősorolják azokat a fegyvergyakorlatokat, melyek később a középkor lovagjainál divatoztak; megemlítik a fogadástételeket s azon szokást is, hogy a harcias küzdelem nevében, kegyelt hölgyeik neveit hangoztatták. E szerint a har-

czias mulatságok már sokkal előbb léteztek, mint a midőn már tornák s lovagjátékok neve alatt ismerjük azokat. Mint ilyeneket, egy XII. századbeli író — Otto Fresingensis — említi legelőször.

A tornák vagyis lovagjátékok a XVI. század végével, egész Európában kimentek a divatból, főleg a miatt, hogy egy 1552-ben tartott torna alkalmával II. Henrik francia király életét veszítette. A svédek az újabb korban is megkísérték a lovagjátékok divatba hozását, de az erkölcsi miveltés mai iránya mellett s szemben az újabb hadviselési móddal, a korábbi érdekeltséget nem bírták többé felébreszteni. Mióta ágyuink vannak, nincsenek többé Rolandok s a jelenkor Amadisai nem forognak azon veszélyben, hogy szívök választottja a mókák s szaracénok ellen harcra küldje őket. Korunknak kimagasló varázsfegyvere az arany s a mi lovagjaink Arthur király gazdagon terített asztala helyett inkább csak a játékasztalokat keresik föl.

Az utánzás, mint általában mindenben, úgy a népi ünnepekben is az erőltettség bélyegét viseli magán s mint ilyen, az elfogulatlan szemlélő bizonyára nevetségesnek fog találni. A görögök s rómaiak népi ünnepeiről, szokásairól s játékaikról roppant foliánsokat írtak már össze s azok századok óta közkézen forognak; mi természetesebb tehát, mint hogy az oly gyűlékony fantáziájú nép, mint a francia, a nagy forradalom izgató hatása alatt, nem állhatott ellen a csábításnak, hogy a klasszikus ókor e dicső népeinek ünnepeit, szokásait, játékait utánozza. Ez utánzási mánia, e lázas korszakban, a legsekélyebb dolgokra s tárgyakra is kiterjedt. A nagy köztársaság ünnepeinek pathetikus lármája «a hamvaiból feltámadott dicső görög nép» a sansculotteok — kábitó, vad zaja a felvilággra kihatott. *Matie Brun*, ki «*Mélanges scientifiques et littéraires*» című művében a népi ünnepekről terjedelmes tanulmányt közöl, írja, hogy színről-színre látni óhajtván e hírheft olimpiai játékokat, a hamvaiból új életre kelt Hellászt. Párisba utazott s az ott időzése alatt átélte emlékezetes napok benyomásait következőleg adja elő:

Mint elfogulatlan néző, közelről szemléltem e nevezetes nemzeti ünnepeket; szerencsém volt néhány szalmából font trón, több fából csinált királyi pálcza s egy csomó papiroskorona ünnepies elégetésén jelen lenni. Láttam az új Hellász dicső népét, a mint bérkocsikba ülve a Mars mezejére kikocsizott, hogy ott egy rög-tönzött faalkotványt, mit Bastillének neveztek el, megostromoljon; láttam, hogy egy tűzijáték alkalmával a despotizmus s fanatizmus torzalkait olajjal leöntötték, de a melyek a közbejött omló zápor védelme alatt a szabadság hatalmasan szított tüzeinek dacosan ellenálltak; láttam a Szajján angol hadihajók elsüllyesztését s Gibraltár erődei porba omlását; láttam egy fructidor 18-ki ünnepen minden képzelhető köztársasági erényt vászonra festve pompázni; láttam eleven isteneket s ördögöket, ámbar az előbbieknem az égből, de mintha az operaház lomtárából szálltak volna le a földre, az utóbbiakon azonban meglátszott, hogy kitűnő élő példányok után ábrázoltattak; láttam egy lapos mellű Cerest a földművelésnek szentelt ünnepen s egy Bacchust, ki szomjazván, egy kurta korcsmába hasztalan tért be egy ital borra, mert azt hitelbe kérte; egy árnyas Merkurt, ki szárnyaival is csak lassan haladhatott, mert kegyetlenül sántított; egy Apollót borostyánkorszor helyett cserfalevéllal fején, — szóval az egész Olympust nadragban s nadragtalanul s háromszínű szalagokkal feltarkázva, a mint a Cybele temploma felé tolongtak, egy porfelhőn keresztül vergődve, a melyben nem arany színű s még kevésbé ámbrózia illatu volt. — És ekkor meggyőződtem: mily nagy különbség van a szabad természet mesterkéletlen gyermekeinek egyszerű ünnepei s az afféle, meserségesen beöltani szándékolt erkölcsök s szokások torz alkításai közt, melyeknek nemzeti vagy népi ünnepekké nyilvánítása nem egyéb mint az eredeti, romlatlan népszellelem profanációja.

HANVAY ISTVÁN.

A közönség köréből.*

Tisztelt Szerkesztő úr!

Van szerencsém felkérni, hogy az alábbi soroknak becses lapjában helyet engedni szíveskedjék.

A «Nemzeti hajós-egylet» történeti tömeges kilépés által támadt animosítás egy köztem és a nevezett egylet választmánya között fennforgott ügyet tendenciósusan oly világosításban igyekszik feltüntetni, mely engem arra kényszerít, hogy már ez okból is a tényállást a kezeim között levő bizonyítékok alapján t. sporttársaim tájékoztására a következőkben nyilvánosságra hozzam.

Ugyanis f. é. július hó 7-én a «Nemzeti hajós-egylet» kis Margitszigeten levő főkesonakdjából a «Lepke» nevű skiff-ben gyakorló evezésre indultam, velem együtt indult három tagtársam a «Mahagon» nevű double-scul-hajóban.

A sziget alsó csucsának megkerülésénél evezőim egyike az outrigger rowlockjából kipattant — valószínűleg a kapcsolóspeczke nem volt kellően bedugva — és ennek következtében skiffem elvesztvén egyik oldalán támaszát, felborult. A «Mahagon» ezt észrevévén, segítségemre visszafordult és egyidőben érkezett közlembbe a kis csónakda két szolgálja az átkelő nagy csónakkal. A mig a «Mahagon» az elúszóban levő evezőlapátot kihalászta, addig én a két szolgálja segítségével a skiffet a nagy ladikba sértetlenül elhelyeztem. A szigethez visszatérve, a midőn a skiffet a szárazra kiemelnők, az egyik szolgálja megbotlott és elestében a skiffet oldalán betörte. Ezen tényállásról a helyszínén az ö-szes jelenlevőkkel azonnal jegyzőkönyv véttetett fel, melyet jelentésem kíséretében a Nemzeti hajós-egylet választmányának azonnal megküldtem, másolatot tartván róla — úgy látszik ezen eset következtében — f. é. július 20-án, tehát az esemény után 2 héttel a kis csónakdában oly értelmű rendeletet függesztett ki, hogy «a szolgálja segítségbe vétele mellett történetű kárkért, a tagok felelősek». Ezen rendelet kibocsátása előtt ugyanis általános szokás volt a hajókat a szolgáljaival vízre vitetni, hiszen különben nem lehetett volna egyes tagoknak evezni, mert egymaga be sem szállhat a skiffbe és egymaga a vízre se viheti a nélkül, hogy a hajót komolyan ne veszélyeztetné.

Az eltörött skiff csakhamar helyreállítván, a tagok által rendszeren használtatott nemcsak rövid gyakorlati, — de hosszabb kirándulási evezésre is.

Mindazon által, hogy eszerint semmi nagyobb és lényegesebb baja a skiffnek nem esett, engem a választmány f. é. augusztus 22-én hozott határozata értelmében «javítási költség és értékvesztés» czímen 70 forint kártérítésben marasztalt el!

Ezen határozatot nemcsak azért, mert a kérdéses eset előtt nem volt kimondva ama messzemenő elv, hogy a tagok a szolgálja munkájáért is felelősek, — hanem annyi-an is találtam reám nézve sérelmesnek, amennyiben mint ezen egylet, még akkorában választmányi tagja, nagyon jól tudtam, hogy eredetileg azelőtt egy évvel ujjonnan 150 forintért vásárolt skiff több rendbeli hiányokban és fogyatkozásokban szenvedett és különösen versenyzélokra egyáltalán alkalmatlan volt, sőt a hajó hátulján már megérkeztek nagyobb rep-dés találatot. E miatt reclamáló levelezés is folyt az egylet választmánya és a hajóépítő között.

Rendes körülmények között barátságos úton, esetleg közgyűlés elé vitel által igyekeztem volna ezen súlyos bírság színe etével bíró határozatot megváltoztatni; ámde kilépésem ezen egyletből, még a hajó eltörése előtt általam elhatározott tény volt és ezt többi kilépő tagtársaimmal szemben vállalt kötelezettségem miatt szeptember havában megvalósítanom kellett; ez által nem remélhettem, hogy a választmányt híven követő közgyűlés, mely szeptember utolsó napjaiban tartott meg, az irányomban elkövetett eljárását megváltoztatandja és ez birt arra, hogy egyszerű megtagadás által bírói eljárást provokáljak, ezt annyival is inkább, mert mint volt választmányi tagok tudomásom volt arról, hogy makacsodó vagy nem fizető tagokat perelni szokták ezen egyletben.

A «Nemzeti hajós-egylet» választmánya ezzel szemben f. é. október 29-én tartott ülésében azt mondta ki, hogy:

«az egylet vagyonában habár közvetve is előidézett kárnak megtérítését általában oly természetű kötelezettségnek tekintik, mely alól *gentleman* egyleti tag magát ki nem vonhatja; dr. Hauszer Adorján úrnak ez ügybeni eljárása felett azonban — miután Hauszer úr az egylet tagja lenni megszűnt — napi rendre tér».

A kérdéses követelés további érvényesítését illetőleg a választmány kimondja, hogy ezen követelést a fennforgó körülmények között bírói úton érvényesíteni nem kívánja.

Erről nekem felszólításomra — nagy későn — jegyzőkönyvi kivonat kézbesítvén, nem elégedhettem meg ezen se hideg, se meleg határozattal, mely látszólag a választmány álláspontjának jogosultságát akarja bizonyítani, azonban belőle a consequentiát levonni — nem tartja kívánatosnak, hanem egy pénzbeli tartozást mintegy *moralis* kötelezettséggé kíván változtatni és ezáltal a személyes «rancune» g. anúját ébreszté bennem. Hogy erről bizonyosságot szerezzek indítatva érezt-m magamat f. é. december 3-án a «Nemzeti hajós-egylet» választmányához egy átiratot intézni, melyben kitérő válasz kizárásával felhívom a választmányt következőkre:

1. vagy érvényesítse állítólagos jogos követelését rendes perúton,
2. vagy nyilatkoztassa ki, hogy fennebb szösz szerint közölt jegyzőkönyvi határozata által sérteni akarta vagy sem; ellenkező esetben kénytelen leszek ellenük bírói felhívási pert a miatt indítani, hogy engem állítólagos követeléseik hangoztatásával, — melyeknek, ha jogosak, meg tudok felelni — ne zaklathassanak.

Annnyival is inkább követelhettem azt, hogy eldöntessék, vajlon joga volt-e választmánynak engem 70 frtig bírságotolni, mert sem az alapszabályok, sem a rendszabályok értékvesztéséről említést nem tesznek, ellenben bírságok csak 1—10 frtig terjedhetnek.

* E rovat alatt közölttekért a beküldőt illeti a felelőség.

(16 §.) Nem hagyhatom megjelezés nélkül azt, hogy *értékesítés* egyáltalában csak szakértői és érdektelen szemle útján állapítható meg.

Fennebbi felszólításom tárgyalásába a választmány jó bölcsen be nem bocsátkozott, hanem azon kitérő választ adta, hogy:

«az ügy f. é. október 29-én kelt választmányi határozattal, melynek folytán a kérdéses követelés *tényleg töröltetett* is — az egyletre nézve már végleges befejezést nyert».

Ebből azt kell következtetnem, hogy a «Nemzeti hajós-egylet» választmánya követelésének jogtalanságát átlátva, kényszer helyzetéből menekülendő jobbnak látta fenti nyilatkozatával az ügyet részéről elejteni és a felhívási pernek ekkép elejét venni.

E szerint feltételezem, hogy a mennyiben ezen követelésnek leírása által ezt megszüntette, úgy sértési szándéka nem volt, — mert különben direct felhívásomra nem átalotta volna ezt kifejezni — valamint az állítólagos követelést fennállónak maga sem tartja, mert egyleti vagyont elajándékozni nincs jogosítva. — Hogy pedig a harmadik alternatíva, azaz a behajthatatlanság sem forog fenn, annak igazolásául ezennel a kérdéses 70 frtot a jövő 1885. évi regattán rendezendő magyarországi junior race skiff-verseny díjra felajánlom és ezen összeg felett a rendezőbizottság akármikor rendelkezhetik.

Budapest 1884. december 21-én.

Kiváló tisztelettel
Dr. HAUSZER ADORJÁN.

(E nyilatkozat mult számunkból térszúke miatt maradt ki. Szerk.)

Különfélék.

Azon tisztelt olvasóinkat, kiknek előfizetésük lejárt, fölkérjük az előfizetés megújítására.

Az előfizetési ár: 3 óra 2 frt, 6 óra 4 frt, 12 óra 8 frt.

Az előfizetési pénz legcélszerűbben posta-utalványon küldhető Aigner Lajos könyvkereskedésébe (Budapest, IV. váci-utca 1.)

Az 1884-iki évfolyamból még néhány teljes példányt szolgálat a kiadóhivatal 6 frtjával

A közoktatásügyi miniszter XIII. jelentése érdekes és világos áttekintést nyújt egy évi kulturális haladásunkról. A jelentés adatai kétségbevonhatatlanul bizonyítják, hogy közoktatásunk minden ága nagyban emelkedett 1883-ban is. Iskoláink ép úgy szaporodtak, mint tanulóink, kiknek összes száma 1.808.669. — A közoktatás testgyakorlati ága is sokat emelkedett az okleveles tornatanítók szaporodása folytán.

Dr. Hoitsy Pál orsz. képviselő, kiváló jeles írónk igen érdekes cikket irt a testgyakorlatokról «Athléták» címmel az «Egyetértés»-ben, melyet mai számunkban közlünk. A kitűnő természettudós cikkére föl hívjuk olvasóink figyelmét.

Korcsolyázás Uj-Tátrafüreden. Dr. Szontágh Miklós uj-tátrafüredi gyógyintézetének vendégei a tél beálltával szintén elkezdtek a korcsolya-sport üzését. A gyógyintézet közelében lévő kis tó néma tükrén naponta előkelő társaság korcsolyázik és szánkázik; ott vannak többek közt Markos Györgyné, Gyulai Margit, Szontágh Miklós-né, Szávostz Alfonsné, dr. Pekár, Szávostz Alton, Zmertich Ödön, Grosz ügyvéd stb. Az idő igen kedvez a téli sport üzésének s a betegeknek ép oly javára válik a korcsolyázás, mint az egészségeseknek.

Az aradi korcsolyázó-egylet által 1885. január hó 31-én megtartandó bál rendező-bizottsága következőkép alakult meg: elnök: Tedeschi Viktor; pénztárnok: Keresztes Mihály; tagok: Aknay Andor, Dániel Endre, Kövér István, Leopold Zsigmond, Lukács István, Oláh Elemér, Simon Akos, Tenner József és ifj. Urbányi János.

A kolozsvári torna-vívó-egylet vasárnapi rendkívüli közgyűlésén a következő 13 rész-egy szám sorsoltatott ki, u. m.: 170 (gr. Mikó Imre); 345 (Kónya Rudolf); 224 (Keresztes Pál); 44 (Weisz Mór); 48 (gr. Bethlen Gábor); 70 (Tautfer Ferencz); 20 (Keresztes Pál); 355 (id. Hintz György); 245 (Dobál Izsák); 312 (Tamási Péter); 371 (Tamási Sándor); 116 (Folly Mihály); 21 (Csulak Dánielné). A kihuzott számokkal ellátott részjegyek 1885. évi márczius hó 1-én, az egyleti pénztár által, egyenként 100 frttal be fognak váltatni. Móricz István, titkár.

Sport-bálok. Az *athleta-bál* bizottsága erősen buzgólkodik a bál sikere érdekében, mert nem bizza el magát a régi renomméban, bármily jó is legyen az. A lady patroness ifj. gr. Almássy

Kálmáné a rendezőséggel karöltve szintén buzgólkodik, hogy a bál minél szebben sikerüljön. Az igen díszes meghívó-kártyák most készülnek. A bál február 9-én lesz a Redoute termeiben. A bizottság irodájában (Bécsi-utca, Budapest szálloda) minden irányban szívesen szolgálnak felvilágosítással. — A február 3-án tartandó *regatta-bál* bizottsága következőkép alakult meg: elnök Lisznyay Damo Tihámér, jegyző dr. Piday Béla, pénztárnok Csuka Lajos, ellenőr Halászy Jenő. Bizottsági tagok: Asboth Jenő, ifj. Adám Károly, Adám Géza, dr. Boncz Ödön, Bonyhád János, Brencsán Géza, Csabay Béla, Cserny Lajos, Csete Kálmán, Csizik Béla, Csorba Ferencz, dr. Décey István, Dussóczky Károly, Ehn Kálmán, F. Farkas László, báró Feilitzsch Arthur, Filser Károly, Fischer József, Fogarasy Mihály, Forster Kálmán, Földváry József, Gerenday József, Göncz Árpád, Grill Richárd, Gyöngyössy Zoltán, Hellebronth Kálmán, ifj. Jókai Mór, Kiticsán Zsiga, Kossuth Frigyes, dr. Kosztka Emil, Kubik Béla, Külley Elemér, Latinovics Géza, dr. Lisznyai Elemér, dr. Machleid Gyula, Magyerevics Ljubomir, Nagy Livius, Németh László, Pachmann József, Payr Vilmos, dr. Pap Mór, Pálffy Lajos, Pálffy Viktor, dr. Pásztélyi Jenő, Pilaszanovits Mátyás, Piukovits József, Planer Gyula, br. Podmaniczky Bandi, br. Pongrácz Vince, Posfay Sándor, dr. Ragályi Lajos, dr. Szabó József, Szabó Sándor, Samassa Tivadar, Saxlebner Árpád, dr. Schulek Géza, Szemere Attila, Sándor Lajos, Stehlo Róbert, Totth Miksa, Tömöry Kálmán, dr. Töry Gusztáv, dr. Turnovszky Jenő, dr. Vass Tamás, ifj. Várady Gábor, Weninger Vincze, Weninger László. — A *székesfehérvári korcsolya-egylet* bálját január 31-én tartja meg. A helyiség iránt még nem állapodott meg a rendezőbizottság. Ha a színházi részvénytársaság mérsékelt díj mellett átengedi a színház helyiségét, — úgy itt — s ellenkező esetben a «Magyar király» szálló termeiben tartják meg a bált.

Uj csónakázó-egylet alakult Drezdában, mely 1885. január elsejével lép a nyilvánosság elé.

Regatta-verseny-szabályok. A «Wiener Regatta-Verein» uj versenyszabályokat alkotott, melyek az angol szabályoktól részben eltérve, a specialis bécsi viszonyoknak teljesen megfelelnek.

Egy csónakház regénye. A budapesti regattista világban régóta közbeszéd tárgyat képezte egy igen kényes természetű ügy, a melyről mi még akkor sem vettünk lapunkban tudomást, midőn már a napilapokba is belekerült a — járásbíró-sági tárgyalások alapján. Most azonban az ügy véglegesen eldőlt s mi sem zárkozhatunk el a tény fölemlítése elől. Röviden közöljük tehát a regény utolsó fejezetét, a melyből az egész teljesen megérthető. Az ügyet a napokban tárgyalta a kir. tábla II. büntető tanácsa Horváth Döme elnöke alatt. Ormay Károly táblai bíró, mint az ügy referense, kimerítő jelentést tett az I—IV. kerületi büntető járásbíró-ság előtt kiderített tényálladékról. Felolvastatott indokolással együtt az elsőfoku bíró-ság ítélete, melynek értelmében *Aczél* (Rohacsek) *Károly* a nemzeti hajós-egylet öltözőjében elkövetett lopás miatt két havi fogházra és hivatalvesztésre ítéltetett, az *Aczél* által rágalmozással vádolt *Jankovich* István és ifj. *Adám Károly* egyesületi tagok, valamint *Piva Ferencz* egyleti szolgál pedig fölmentettek. Felolvastatott továbbá az ítélet ellen Győrffy Gyula ügyvéd által benyújtott föllebbezés, a királyi tábla által elrendelt pótvizsgálat eredménye és az ujalagos ítélet, mely az elsővel teljesen megegyezik. A föllebbezés indokolása kiemeli, hogy oly fiatal ember, kit a földhitelintézetnél és a tankerületi igazgatóságnál derék, jóra való tisztviselőnek ismertek, nem képs arra, hogy két forint elorzásával egész jövőjét megsemmisítse. Hangsúlyozva van a föllebbezésben a tanuvallo-mások által is igazolt ellenséges viszony, mely *Aczél* Károly és az egyesület több tagja közt fennállott. Hivatkozik továbbá Lutter Nándor főigazgatónak a pótvizsgálaton esküvel erősített ama vallomására, mely szerint *Aczél* Károly a 2 frt eltolvajlását megelőző vasárnapon, mikor szintén követtek el lopást a csónakházban nem is lehetett ott, mert egész délelőtt a tankerületi igazgatóság helyiségében dolgozott. Hosszabb tanácskozás után Horváth Döme tanácselnök kihirdette a kir. tábla ítéletét. E szerint az elsőbíró-sági ítélet ama része, mely *Jankovich*eknek a rágalmozás vádjá alól való fölmentését tartalmazza, helyben hagyatott, mert habár a választmányi gyűlésen való önbíráskodásuk rosszalando, állásuknál fogva és az egyesület jó hírneve érdekében ugy-zólva kényszerültek panaszt tenni. Az *Aczél* elítélé-ét tartalmazó részt ellenben a kir. tábla teljesen megváltoztatta és *Aczél* a lopás vádjá alól fölmentette, mivel *Jankovich* és ifj. *Adám Károly* vallomásai, mint a kik egy személyben vádlottak, vádók, tanúk, sőt a választmányi gyűlésen *Aczél* bírái voltak, nem fogadhatók el adatszede bizonyítékoknak; hasonlókép *Piva Ferencz* egyleti szolgál vallo-mása, ki egyik félhez alárendeltségi viszonyban és ennek következtében talán erkölcsi kényszer alatt áll, valamint Szilvási

segéd-szolga vallomása sem fogadhatók el bizonyítékoknak, az utóbbi különösen azért, mivel ellenmondásban van két más kifogástalan tanuval és mivel eleinte épen ő volt az, kit a lopással gyanúsítottak.

A londoni német torna-egylet ünnepélye. A londoni «Deutsche Turnverein» e hó 10. és 11-ikén tartotta második nagy torna-ünnepélyét saját tornacsarnokában. Az első nap programja főként vívásból állt, bot- és vitor vívásból s ezek után távol és magas ugrás volt. A tulajdonképeni torna-szerekre, bakra, lóra s korlátra csak a második napon került a sor, de a közönség, mint londoni lapok jelentik, a szertornázás iránt sokkal kevesebb érdeklődést tanúsított, mint a birkózási verseny iránt.

Olasz velocipéd-szövetség. Az olasz velocipéd-egyletek még csak most fognak szövetséggé egyesülni; az alakuló gyűlés januárban lesz.

Paripa és «Vasparipa». Érdekes statisztikai kimutatást állítottak össze az angolok a legjobb velocipédisták és a legjobb ügözőlovak által kifejtett gyorsaságról. Kiténik e statisztikából, hogy kisebb távolságra a ló előnyben, de nagyobb távolságot velocipéden gyorsabban meg lehet tenni, mint lóháton. A legjobb angol eredményeket összehasonlítva 10 mértföldig a következő számadatokat adja:

Angl. mértf. Velocipédező	p.	mp.	Ügöző ló	p.	mp.
1 Sellers	2	: 39	Maud S.	2	: 09 ¹ / ₄
2 Englisch	5	: 32	Monroe Chief	4	: 46
3 Hillier	8	: 32	Huntress	7	: 21 ¹ / ₄
4 Hillier	11	: 24	Trustsee	11	: 06
5 Hiller	14	: 38	Lady Mack	11	: 30
10 English	29	: 19 ² / ₅	Controller	27	: 23 ¹ / ₄

Az összehasonlítás 12—15—50—100 mértföldnél a velocipéd javára dől el, a mint azt a következő számadatok bizonyítják:

Angl. mértf. Velocipédező	p.	mp.	Ügöző ló	p.	mp.
12 English	35	: 15	Top Gallant	38	: 00
15 English	44	: 29 ³ / ₅	Girder	47	: 20
50 Falconor	2	: 43 : 58 ³ / ₅	Ariel	3	: 53 : 40 ¹ / ₈
100 Waller	5	: 51 : 07	Conqueror	8	: 55 : 53

Egy angol athléta futásai. A híres angol amateur champion futó, Walter Goodall George hazájából Ausztráliába költözik, mely alkalommal az angol lapok közlik életrajzát, s győzelmének sorozatát. George a legjelesebb athléták egyike 1858. szept. 9-én született a Wilt grófságban Calneban; igen erős testalkatú fiatal ember, 1:82 méter magas és 71³/₄ kilogrammot nyom. Ugy kisebb mint nagyobb távolságokra számtalanszor győzött, s bár 660—1000 öl távolságokra rendezett versenyekben elért eredményeit, az amerikai Myers E. L. 1880—81—82-ben felülmulta, — 1736. yard 11 angol mértföldig terjedő távolságoknál oly eredményeket ért el, melyeket mindaddig nem multak felül e világon. — George futási eredményeit az angol lapok összeállítása után a következő táblázati kimutatásban közöljük:

660 y. 1 percz 26¹/₄ m. percz, 700 y. 1 p. 31²/₅ m. percz, 800 y. 1 p. 45¹/₂ m. percz, Newyorkban, 1882. nov. 4. 880 y. 1 p. 57 m. percz (Newyork 1882. nov. 4. Holtverseny Myerssel) 1000 y. 2 percz 16¹/₅ m. mp. (Birmingham. 1882. aug. 5.) 1173¹/₅ y. 2 p. 45 m. percz 1320 y. 3 p. 8²/₃ m. percz (London, 1882. jun. 3.) 1760 y. 4 p. 18¹/₅ m. percz, (Birmingham, 1884. jun. 21.)

2000 5 : 10²/₅ m. mértföld 1¹/₄ mf 5 : 44, 1¹/₂ mf 6 : 57³/₅, 3000 öl 7 : 58²/₅, (London 1882. jul. 20.) 1³/₄ mf 8 : 08¹/₂, 2 mf 9 : 17²/₅, (London, 1884. ápr. 26. két mértföldes handicap). 2¹/₄ mf 10 : 51, 2¹/₂ mf 12 : 06, 2³/₄ mf 13 : 22¹/₅, 3 mf 14 : 39, 3¹/₄ mf 15 : 54, 3¹/₂ mf 17 : 10, 3³/₄ mf 18 : 26¹/₅, 4 mf 19 : 39¹/₅, (London 1884. máj. 17. Négy mértföldes handicap). 5 mf 25 : 07³/₅, 6 mf 20 : 22, 7 mf 35 : 37²/₅, 8 mf 40 : 57³/₅, (London 1884. jul. 28.) 9. mf 46 : 12, 10 mf 51 : 20, (London 1884. ápr. 7.) Ezekon kívül George 1884. július 28-kán egy 12 mértföldes handicap versenyben 1 óra alatt 11 angol mértföld alatt 932 ölet s 9 hüvelyket futott be. S még számtalan akadályversenyben is győzött.

Irodalom.

Uj német sportlap indult meg Berlinben. «Deutsche Sport- und Spiel-Zeitung» a címe: hetenkint egyszer jelenik meg, több képet is tartalmaz s eddig megjelent két száma változatos tartalommal bír. Első számából egy cikket át is vettünk mult számunkba s mutatóvány-számmal az érdeklődőknek Budapestén Aigner Lajos könyvkereskedése is szívesen szolgál.

A «Figyelő» irodalomtörténeti közlöny, — melyet Abafi Aigner Lajos szerkeszt — legújabb száma következő tartalommal jelent meg: Fogarasi Pap József, az első protestans tanár a pesti egyetemen. (Koncz Józseftől).

— Fábrián Gábor életrajza. (Kulesár Endréttől). — Révai «Planum»-a. (Csaplár Benedektől). — Édes Gergely és fia János. (Abafi Lajostól). — Zách esete a magyar drámairodalomban (Vándory Rezsőtől). — Adalékok Czittingerhez. (Fábó Andrásról). — Jósika Miklós levelei Szemere Miklóshoz. (Abafi Lajostól). — Irodalomtörténeti repertorium. (Id. Szinnyi Józseftől). — A «Figyelő» előfizetési ára félévre 4 frt.

«Ahoi!» — ez a címe egy német havi folyóiratnak, mely a vízi sport s különösen a vitorlázás ismertetését tűzte feladatául s melynek mutatóvány-száma közelebb jelent meg Berlinben Glasenapp szerkesztésében. Előfizetési ára negyedévre 5 márka. Első száma január közepén jelenik meg.

A «Herkules-könyvtár»-t az összes fővárosi hírlapok a legmelegebb pártfogásukba vették, hangsúlyozták a magyar testgyakorlati irodalom nagy szegénységét s a művelt közönségnek ajánlották egyhangulag a nagy hízagot betölti új vállalatot, a miért a lapok szerkesztősegi fogadják ez úton őszinte köszönetünket.

TARTALOM.

Uj év. — Athleták (dr. Hoitsy Páltól). — A műkoresolyázás alapgyakorlati (képekkel, Vámos Gézáttól). — Koresolya-körzések párjával (képpel, Bokelberg Edéttől). — Népiünnepok és testgyakorló ünnepélyek (Hanvay Istvántól). — A közönség köréből (dr. Hauszer Adorjántól). — Különfélék. — Irodalom. — Tárca: A kardokról (Szegeheő Gézáttól).

SZERKESZTŐI ÜZENETEK.

V. K. Budapest. A kérdéses távolságban tudunkkal a legjobb eredmény hazánkban 54 és háromnegyed percz. L. a «Herkules» 20-ik számát. — I. S. Duna-Szekcső. A jövő számban elkezdjük már. — F. K. Budapest. Az előbbi számból és ebből is a már régi szedés kiszorította.

HIRDETÉS.

HERKULES-KÖNYVTÁR.

Szerkesztik: PORZSOLT JENŐ és PORZSOLT KÁLMÁN.

Kiadja: AIGNER LAJOS KÖNYVKERESKEDÉSE.

E cím alatt új hízagpótló vállalat indult meg, mely a «Herkules» testgyakorlati közlönyvel párhuzamosan a testedző sport, a torna, athletika, csónakázás, koresolyázás, velocipédezés, úszás, vívás, szóval a testgyakorlatok összes nemeinek ismertetésére és terjesztésére szolgál.

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

Minden kötet külön egészet képez és külön megrendelhető.

E kötetek nélkülözhetetlen segédkönyvül szolgálhatnak egy a tornatanárjelölteknek, tornatanároknak, sportgyereki művezetőknek, mint megbecsülhetetlen kézikönyvül szolgálhatnak a sportmaneknek, tornászoknak, műkedvelőknek és teljesen laikusoknak, kik a «Herkules-Könyvtár» egyes kötetei segítségével a testgyakorlatok összes nemeit elsajátíthatják.

Az összes eddigi magyar testgyakorlati irodalom két-három jobbára elavult munkából állván, e vállalat régóta érzett hiányt fog pótolni. A vállalat első füzeteként «A magyar labdajátékok könyve» jelent meg.

Sajtó alatt van:

«A KORCSOLYÁZÁS KÉZIKÖNYVE»

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

Nincs a testgyakorlatoknak neme, a melyre a «Herkules-Könyvtár» ki ne terjeszkednék s így rövid idő alatt ez a vállalat fogja megvetni a magyar testgyakorlati irodalom alapját.

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

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

A «Herkules-Könyvtár» szerkesztősege.