

DODATEK TECHNICZNY

DO PRZEWODNIKA GIMNASTYCZNEGO „SOKÓŁ”

ROK XII

WARSZAWA, GRUDZIEŃ 1936 R.

Nr. 12

Zawody gimnastyczne o mistrzostwo Polski

Drugie zawody o gimnastyczne mistrzostwo Polski odbyły się w Katowicach w hali sportowej Miejskiego Ośrodka wych. fizycz. Zawody rozdzielone były na dwa dni: dnia 27-go przerobiono ćwiczenia obowiązkowe, dn. 28-go — ćwiczenia dowolne.

Zawody rozpoczęły się od przyjęcia raportu przez prezesa Związku dha Arciszewskiego, w towarzystwie sędziego głównego, naczelnika Związku dha Fazanowicza. Do zawodów stanęło 26 osób. Według Dzielnic przedstawia się to następująco:

z Dzielnicy	Krakowskiej	2	druhow i	3	druhny
„	„	Mazowieckiej	1	„	„ 3 „
„	„	Pomorskiej	1	„	„ — „
„	„	Śląskiej	8	„	„ 7 „
„	„	Wielkopolskiej	1	„	„ — „
Razem		13	druhow i	13	druhen

Poza Sokolstwem inne związki gimnastyczne nie brały udziału w zawodach.

Zainteresowanie zawodami w Katowicach było niewielkie. Pierwszego dnia było około 300 osób, drugiego — około 400 osób i to przeważnie członków Sokola. Przyniosło to nam rozczarowanie, gdyż spodziewaliśmy się na Śląsku większego zainteresowania. W ubiegłym roku w Warszawie, gdzie mówi się, że gimnastyka nikogo nie obchodzi, na zawodach było około 700 osób.

Wielka hala sportowa, ubrana pięknie flagami narodowymi, jest dobrym miejscem na odbywanie zawodów gimnastycznych. Brak jest tylko składanych trybun dla publiczności, która obecnie siedzi na ławkach, ustawionych na jednym poziomie, przez co pole widzenia jest ograniczone i zmusza publiczność do wstawania. Również należy zauważyć, że do mistrzostw lepsze są ciężkie poręcze o mniej elastycznych żerdziach, jak również solidny drążek. Organizacja zawodów dobra. Pewne niedociągnięcia w punktualności rozpoczęcia zawodów trzeba położyć na karb przyczyn, niezależnych od organizatorów, którzy włożyli dużo dobrej woli i pracy, aby było jak najlepiej.

Sędziowali druhowie i druhny z dzielnic, które wysłały zawodników, członkowie Naczelnictwa Związku. Skład komisji sędziowskiej był następujący:

Sędzia główny — naczelnik Związku dh Jan Fazanowicz;

kierownik zawodów — naczelnik dzielnicy śląskiej, dh Henryk Boryczka;

zastępca kierownika zawodów — zast. naczelnika dz. śląskiej, dh Piontek;

sędziowie: p. o. Związkowej naczelniczki, dhna S. Gołaszewska;
 naczelniczka dzielnicy wielkopolskiej, dhna S. Kasprzakówna;
 naczelniczka dzielnicy śląskiej, dhna Gawlik-Zielonkowa;
 zast. naczelnika Związku, dh Alfred Hamburger;
 zast. naczelnika Związku, dh Czesław Tan;
 naczelnik dzielnicy krakowskiej, dh Kasper Nowak;
 dh Bartniczek;
 dh Szydło;
 dh Chruszcz;
 dh Chełmicki;
 dh Majtkowski;

W komisji obliczeniowej pracowali dhowie: Czerny, Nochowicz i dhna Czuprynówna.

WYNIKI ZAWODÓW.

Druhowie.

Mistrzostwo w ćwiczeniach wolnych zdobył dh Jerzy Lewicki (Kraków I),
 v. mistrzostwo w ćwiczeniach wolnych zdobył dh Wilhelm Szlosarek (Orzegów),
 mistrzostwo w ćwiczeniach na poręczach zdobył dh Teodor Dołowy (Warszawa I),
 v. mistrzostwo w ćwiczeniach na poręczach zdobył dh Maksymilian Pradela (Siemianowice),
 mistrzostwo w ćwiczeniach na drążku zdobył dh Wilhelm Breguła (Bogucice),
 v. mistrzostwo w ćwiczeniach na drążku zdobył dh Jan Gryszka (Chorzów I),
 mistrzostwo w ćwiczeniach na kółkach zdobył dh Jerzy Lewicki (Kraków I),
 v. mistrzostwo w ćwiczeniach na kółkach zdobył dh Wilhelm Breguła (Bogucice),
 mistrzostwo w ćwiczeniach na koniu wszerz zdobył dh Teodor Dołowy (Warszawa I),
 v. mistrzostwo w ćwiczeniach na koniu wszerz zdobył dh Wilhelm Szlosarek (Orzegów),
 mistrzostwo w skokach przez konia zdobył dh Teodor Dołowy (Warszawa I),
 v. mistrzostwo w skokach przez konia zdobył dh Wilhelm Breguła (Bogucice),
 mistrzostwo w 12-boju zdobył dh Teodor Dołowy (Warszawa I) — 101,75 pkt.
 v. mistrzostwo w 12-boju zdobył dh Wilhelm Breguła (Bogucice — Śląsk) — 97,15 pkt.

Drużny.

mistrzostwo w 7-boju zdobyła dhna Marta Majowska (Brynów — Śląsk) — 64,55 pkt.

- v. mistrzostwo w 7-boju zdobyła dhna Janina Skirlińska (Kraków I) — 64,15 pkt,
 mistrzostwo w ćwiczeniach wolnych zdobyła dhna Wisława Noskiewiczówna (Waszawa IV),
 mistrzostwo w ćwiczeniach na poręczach zdobyła dhna Marta Majowska (Brynów) i dhna Matylda Osadnikówna (Załęże),
 v. mistrzostwo w ćwiczeniach na poręczach zdobyła dhna Wisława Noskiewiczówna (Warszawa IV),
 mistrzostwo w ćwiczeniach na równoważni zdobyła dhna Janina Skirlińska (Kraków I),
 v. mistrzostwo w ćwiczeniach na równoważni zdobyła dhna Marta Majowska (Brynów),
 mistrzostwo w skokach przez konia zdobyła dhna Janina Skirlińska (Kraków I),
 v. mistrzostwo w skokach przez konia zdobyła dhna Marta Majowska (Brynów),

WYNIKI POSZCZEGÓLNYCH ZAWODNIKÓW W WIELOBOJU

Druhowie.

1.	Dołowy Teodor	Warszawa I	101,75	pkt.
2.	Breguła Wilhelm	Bogucice — Śląsk	97,15	„
3.	Gryszka Jan	Chorzów I — Śląsk	95,20	„
4.	Szlosarek Wilhelm	Orzegów — Śląsk	88,35	„
5.	Pradela Maksymilian	Siemianowice — Śląsk	85,35	„
6.	Lewicki Jerzy	Kraków I	83,65	„
7.	Rost Teofil	Świętochłowice — Śląsk	82,20	„
8.	Balcarek Teodor	Bogucice — Śląsk	77,35	„
9.	Garstka Marian	Poznań I	73,80	„
10.	Bettyna Tadeusz	Bydgoszcz I	72,80	„
11.	Niesyto Eryk	Michajłowice — Śląsk	67,00	„
12.	Kuklok Zygfryd	Bogucice — Śląsk	66,80	„
13.	Petriczek Adam	Kraków I	63,25	„

Druhny.

1.	Majowska Marta	Brynów — Śląsk	64,55	„
2.	Skirlińska Janina	Kraków I	64,15	„
3.	Sierońska Klara	Świętochłowice — Śląsk	63,00	„
4.	Noskiewiczówna Wisława	Warszawa IV	61,25	„
5.	Osadnikówna Matylda	Załęże — Śląsk	60,40	„
6.	Stępińska Urszula	Kraków I	59,10	„
7.	Cichecka Alina	Warszawa IV	57,50	„
8.	Wojciechowska Julia	Dębica — Kraków	55,90	„
9.	Lubańska Henryka	Warszawa IV	55,35	„
10.	Budniewska Stefania	Świętochłowice — Śląsk	53,80	„
11.	Dziubianka Edyta	Nowy Bytom — Śląsk	51,50	„
12.	Zawadzianka Maria	Załęże — Śląsk	48,25	„
13.	Wajsówna Gertruda	Nowy Bytom — Śląsk	—	

(zawodów nie dokończyła z powodu zwichnięcia lewej ręki).

NAJLEPSZE WYNIKI NA POSZCZEGÓLNYCH PRZYRZĄDACH.

Druhowie.

Ćwiczenia wolne:

1.	Lewicki Jerzy	obowiązkowe	9,20	pkt.,	dowolne	9,20	pkt.
2.	Szlosarek Wilhelm	"	9,05	"	"	9,25	"
3.	Breguła Wilhelm	"	8,80	"	"	8,70	"
4.	Dołowy Teodor	"	7,90	"	"	9,00	"
5.	Rost Teofil	"	8,85	"	"	8,05	"

Drążek:

1.	Breguła Wilhelm	obowiązkowe	8,95	pkt.,	dowolne	8,70	pkt.
2.	Gryszka Jan	"	7,90	"	"	9,40	"
3.	Dołowy Teodor	"	8,50	"	"	8,35	"

Poręcz:

1.	Dołowy Teodor	obowiązkowe	9,10	pkt.,	dowolne	8,05	pkt.
2.	Pradela Maksymilian	"	6,60	"	"	8,30	"
3.	Breguła Wilhelm	"	5,40	"	"	9,20	"

Kółka:

1.	Lewicki Jerzy	obowiązkowe	8,65	pkt.,	dowolne	8,85	pkt.
2.	Breguła Wilhelm	"	8,60	"	"	8,20	"
3.	Rost Teofil	"	8,25	"	"	8,50	"

Koń wszerz:

1.	Dołowy Teodor	obowiązkowe	8,45	pkt.,	dowolne	8,55	pkt.
2.	Szlosarek Wilhelm	"	8,15	"	"	7,25	"
3.	Gryszka Jan	"	8,25	"	"	6,25	"

Skoki przez konia:

1.	Dołowy Teodor	obowiązkowe	9,35	pkt.,	dowolne	9,35	pkt.
2.	Breguła Wilhelm	"	8,45	"	"	9,45	"
3.	Szlosarek Wilhelm	"	9,10	"	"	8,00	"

Druhny.

Ćwiczenia wolne:

1.	Noskiewiczówna Wisława	obowiązkowe	9,60	pkt.
2.	Sierońska Klara	"	9,40	"
3.	Skirlińska Janina	"	9,15	"
4.	Cichecka Alina	"	9,15	"

Poręcz:

1.	Majowska Marta	obowiązkowe	9,30	pkt.,	dowolne	9,20	pkt.
2.	Osadnikówna Matylda	"	9,45	"	"	9,05	"
2.	Noskiewiczówna Wisława	"	9,00	"	"	8,85	"
3.	Sierońska Klara	"	9,50	"	"	8,90	"

Równoważnia:

1.	Skirlińska Janina	obowiązkowe	9,55	pkt.,	dowolne	9,00	pkt.
2.	Majowska Marta	"	8,95	"	"	9,50	"
3.	Stępińska Urszula	"	8,60	"	"	8,55	"

Skoki przez konia:

1. Skirlińska Janina	obowiązkowe 9,25 pkt., dowolne 9,40 pkt.
2. Majowska Marta	„ 9,00 „ „ 9,50 „
3. Sierońska Klara	„ 8,75 „ „ 9,70 „

Z kolei przejdziemy do omówienia zawodów.

Musimy stwierdzić, że odnośnie druhow, poziom zawodów nie był pocieszający. Szczególnie w konkurencjach obowiązkowych braki były bardzo duże.

Jako pewne usprawiedliwienie, musimy wziąć pod uwagę ogromnie trudny program ćwiczeń, które przecież czyniły trudności nawet lepiej zaawansowanym w gimnastyce, aniżeli Polacy. Mimoto trzeba zaznaczyć, że od Olimpiady minęło już 3 miesiące i można było ćwiczenia podciągnąć.

W ćwiczeniach dowolnych jest lepiej, ale nie tak, jak można było się spodziewać, po tylu obozach przedolimpijskich i włożonych wkładach pracy i środków pieniężnych.

Również niezrozumiałym jest dla nas nieobecność dobrych zawodników warszawskich: Kosmana, Pietrzykowskiego, Noskiewicza, których obecność mogła podnieść do pewnego stopnia poziom zawodów, a tym samym dać ściślejszy sąd o rzeczywistym poziomie wszystkich naszych czołowych przyrządowców.

Założymy, że nie wszyscy zawodnicy zdają sobie sprawę z tego, że mistrzostwa są nie tylko sprawdzianem dla organizacji i dla samych zawodników, ale są również obowiązkiem społecznym. W sprawy te muszą wejrzeć odpowiednie władze i uregulować to tak, aby na przyszłość do zawodów stawali wszyscy, odpowiadający poziomem i stawianym wymaganiom w mistrzostwach.

Porównując ilościowo zawody tegoroczne z zeszłorocznymi, również zauważyliśmy spadek. Do pierwszych mistrzostw stanęło 29 zawodników, obecnie tylko 13-tu. Mimo trudnego programu, liczba ta powinna być większa. Na podkreślenie zasługuje duża ilość zawodników, zgłoszonych przez Dzielnicę Śląską, wśród których obok znanego wice-mistrza Breguły wysunął się naprzód doskonały gimnastyk Gryszka.

Jak się przedstawiał stan ćwiczeń na poszczególnych zawodach? Zacniemy od ćwiczeń wolnych. Ogólnie można powiedzieć, że poziom w ćwiczeniach obowiązkowych był dość dobry, w ćwiczeniach dowolnych — dobry. W tej konkurencji widać wpływ obozów gimnastycznych. Również trzeba zaznaczyć, że zawodnicy, którzy patrzyli własnymi oczami na Olimpiadę, wynieśli stamtąd pewne nowe formy ruchu. Najlepszy był Lewicki, choć Szlosarek niewiele mu ustępował.

W skokach przez konia poziom dobry. Dołowy i Breguła pokazali tu doskonałą formę. Niektórzy zawodnicy tracili przez słaby rozbieg.

Kółka są konkurencją, w której gimnastycy nasi czują się pewnie. Poziom ogólny dość dobry i nawet trudne ćwiczenia olimpijskie nie sprawiają naszym zawodnikom dużych trudności. Za mało wytrzymali wagi i rozpiętki. Najlepszym był Lewicki, potem Breguła. Najlepsze ćwiczenie dowolne wykonał Bettyna.

Na poręczach poziom gorszy, aniżeli w trzech poprzednich konkurencjach. Dziwnym nam się to trochę wydaje, gdyż dotąd poręcze nie robiły specjalnych trudności naszym zawodnikom. Z tego, co się widzia-

to na poręczach w Katowicach, można sądzić, że jest tylko dostatecznie. Najlepszy Dołowy zdobył 17,15 pkt. Niespodziankę uczynił Pradela, który wysunął się na 2-gie miejsce, zdobywając vice-mistrzostwo na tym przyrządzie.

Jeszcze gorzej przedstawia się poziom na koniu wszerz. Na tym przyrządzie poza Dołowym, Szlosarkiem i Gryską, nie mamy nikogo do zanotowania. Tu musimy się jeszcze dużo uczyć, aby poziom nasz był odpowiedni na mistrzostwa Polski.

Najgorzej wypadły ćwiczenia obowiązkowe na drążku. Jedynie Breguła, Gryśka i Dołowy byli na odpowiednim poziomie. Znacznie lepiej wypadły ćwiczenia dowolne, gdzie pokazano kilka ładnych ćwiczeń.

W zawodach zwycięstwo odniósł zasłużenie Dołowy. Po raz drugi zawodnik ten święci swój tryumf w gimnastyce. Należy mu życzyć tylko dalszych sukcesów.

Natomiast zawody kobiece dały nam satysfakcję. Poziom zawodniczek był ogromnie wyrównany z wyjątkiem drużyny Wajsówny Gertrudy z N. Bytomia, która nie może mierzyć się z olimpijkami. Uległa ona kontuzji w pierwszym dniu zawodów i w drugim dniu już nie startowała. Drużna Budniewska i Dziubianka zapowiadają się wcale nieźle. Niespodzianką było to, że drużna Zawadzianka nie robi zupełnie postępów. Zajęła ona ostatnie miejsce, a miała większe możliwości niż wyżej wymienione zawodniczki ze Śląska, gdyż należała do pierwszego obozu przedolimpijskiego.

Śląsk postawił aż 7 zawodniczek na 13-cie, a więc więcej niż połowę, to też tytuł mistrzyni wieloboju przypadł słusznie w udziale przedstawicielce śląskiej dzielnicy, drużnie Marcie Majowskiej, ku zadowoleniu wszystkich, gdyż zawodniczka ta cieszy się ogólną sympatią. Drużna Majowska poza mistrzostwem w wieloboju zdobyła mistrzostwo na poręczach (które podzieliła z drużną Osadnikówną) i vice-mistrzostwo w skokach i równoważni. Wszystkie ćwiczenia jej były punktowane ponad 9 punktów z wyjątkiem w ćwiczeniu obowiązkowym, za którą uzyskała 8,95 pkt. Zawodniczkę tę cechuje ogromny spokój, harmonia ruchu i dobre wykończenie ćwiczeń.

Wszystkie wyżej wymienione zalety posiada wice-mistrzyni Janina Skirlińska z Krakowa, która została zwyciężona przez Majowską zaledwie różnicą 0,4 punkta. Drużna Skirlińska zdobyła też dwa mistrzostwa, a mianowicie: na równoważni i w skoku przez konia. O ile Skirlińska była obecnie w lepszej formie niż w czasie Olimpiady, o tyle drużna Klara Sierońska ze Świętochłowic (Śląsk), która w glorii wróciła z Olimpiady, nie miała swego szczęśliwego dnia podczas zawodów w Katowicach. Zdobyła ona vice-mistrzostwo w ćwiczeniach wolnych, w wieloboju zaś osiągnęła trzecie miejsce 63 punktami tj. zdobyła o 1,5 punkta mniej od mistrzyni.

Czwarte miejsce w wieloboju i mistrzostwo w ćwiczeniach wolnych uzyskała drużna Wisława Noskiewiczówna z Warszawy, a dopiero za nią znajduje się drużna Osadnikówna, co wyraża spadek tej zawodniczki, bo na Olimpiadzie wyszła lepiej. Wprawdzie od pierwszego miejsca dzieli ją tylko 4 punkty, a mimo to jest ona doleko od tytułu mistrzyni, gdyż podczas zawodów decydowały różnice dziesiętnych punkta. Drużna Osadnikówna z powodu swego młodego wieku ma duże możliwości na przyszłość. Zdobyła wraz z Majowską mistrzostwo na poręczach, co wskazuje, że tę konkurencję ma całkowicie opanowaną.

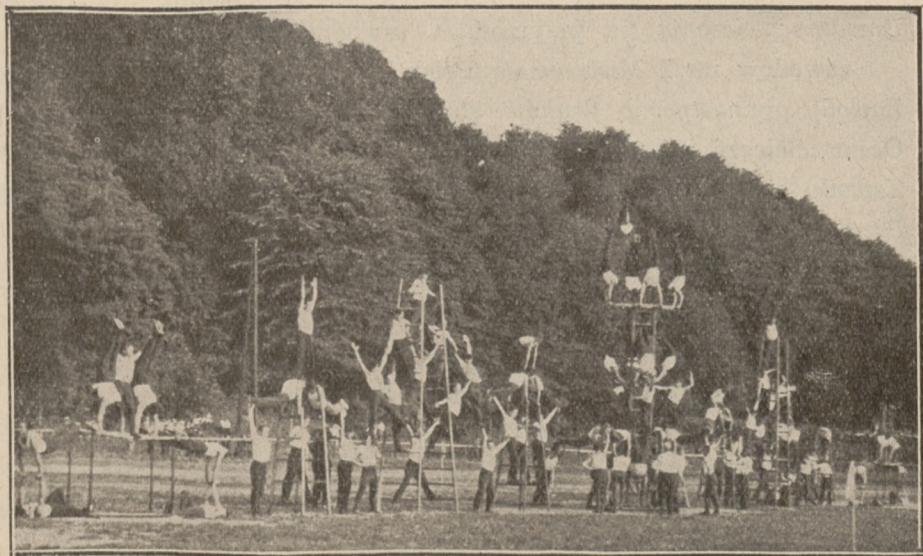
Inne konkurencje ma gorsze, a mianowicie skok i ćwiczenia wolne. W ćwiczenia wolne wkłada zbyt dużo przesady.

Druhna Stępińska bardzo podciągnęła się od ostatniego obozu, ale i dla niej ćwiczenia wolne są piętą Achillesa. Sztywność w wykonaniu, brak miękkości kobiecej wywołuje ujemne wrażenie.

Druhna Cichecka zajęła dopiero 7-me miejsce. Podczas wykonywania ćwiczenia obowiązkowego na równoważni, wykonywała je ona dwa razy i dwa razy spadła. Ocena 4,1 za ćwiczenie równoważne zepchnęła ją tak daleko. Natomiast ćwiczenie równoważne dowolne, nota bene bardzo ładne, wykonała z całym spokojem i precyzją, jak i ćwiczenie wolne. Pozostałe konkurencje ma powyżej 8-miu punktów.

Druhna Wojciechowska też spadła z równoważni i to też spowodowało jej 8-me miejsce w ogólnej punktacji. Druhna Lubańska poprawiła formę, ale pozostałe zawodniczki nie pozwoliły jej się wysunąć bliżej, niż na 9-te miejsce.

Wprawdzie w porównaniu z zeszłym rokiem mniej stanęło zawodniczek do mistrzostw, ale program był o całe niebo trudniejszy. To też nie wyciągajmy z ilości wniosku, że jest gorzej, tylko musimy stwierdzić, że jest lepiej, a będzie jeszcze lepiej, jeśli do współzawodnictwa z olimpijkami staną zawodniczki z innych także Dzielnic, a nie tylko ze Śląska.



Ze zlotu okręgowego w Cieszynie w dn. 5.VIII.36.

S P I S T R E Ś C I.

	Str.
Gołaszewska Stefania: Ćwiczenia z łukami, wykonane na Olimpiadzie w Berlinie	83
Fazanowicz Jan: Sprawozdanie z kursu przedolimpijskiego dla druhów	17
„ „ Sprawozdanie z przeglądu Dzielnicy Śląskiej	50
„ „ Zmiany w ćwiczeniach wolnych słowiańskich dla druhów	24
„ „ Rozkład zawodów związkowych	12
Kocon W.: Rozważania poolimpijskie	81
Noskiewicz Z.: Gimnastyka w Europie	19
„ „ Co Niemcy piszą o gimnastyce polskiej	93
Osiecki K.: Melodie do ćwiczeń z łukami	90
Tan Czesław, inż.: Olimpiada Gimnastyczna w Berlinie	51
Dowolne ćwiczenia na przyrządach zawodników, stojących do zawodów na I Mistrzostwa Polski	4, 21
Zawody gimnastyczne druhów starszych	7
Ocena ćwiczeń olimpijskich	1
Zawody gimnastyczne na Igrzyskach Olimpijskich	9
Przykłady ćwiczeń dla druhów	14
Sprawozdanie z 2-go obozu przedolimpijskiego	25
Lekcja pokazowa przyrządów	27
Zawody gimnastyczne Śląsk — Wielkopolska w Poznaniu	46
Ćwiczenia wolne na zawodach międzydzielnicowych:	
Śląsk — Wielkopolska w Poznaniu	35
Sokoli pokaz gimnastyczny	43
Wiosenny obóz przedolimpijski	44
Pierwszy krok gimnastyczny	48
Pokłosie olimpijskie w prasie	30
Zawody gimnastyczne o mistrzostwo Polski	95
Spis treści za rok 1936	102

