

SLOVENSKI SPORT

SLOVENSKI SPORT izhaja vsak četrtek ~ Stane četrletno Din 20.— Oglasi po tarifu. ~ Uredništvo in uprava: Ljubljana, Rimska cesta 10/I ~ Račun pošt. hran. v Ljubljani št. 11913 ~ Rokopisi se ne vračajo ~ ~ ~

Leto I V Ljubljani, dne 17. decembra 1926

Št. 41

Ker je glavna sezona naših sportov končana, bo naš list do pričetka spomladanske sezone izhajal samo po potrebi in prinašal v prvi vrsti članke in informacije o zimskem sportu.

Naše zimsko-sportne naprave

Razmah zimskega sporta je kljub neugodnim vremenskim razmeram v Sloveniji velik. Če govorimo pri nas o zimskem sportu, mislimo predvsem na smučanje in drsanje. Ti dve sportni panogi sta v fizičnem kot estetskem oziru neprecenljive važnosti.

Za uspešen razvoj teh sportnih panog pa so potrebni tudi urejeni sportni prostori. V tem oziru se je v drsanju kot v smučanju napravilo letošnjo jesen velik korak naprej.

Ilirija je svoj drsalni prostor po zaslugi neumornega inž. Bloudeka modernizirala. Prostor je popolnoma niveliran, razsvetljava izpopolnjena, garderobe so razširjene, za trening in sportno drsanje je odrejen poseben prostor i. t. d., skratka, ilirjansko drsališče je popolnoma moderno urejeno in zasluži popolno priznanje.

Smučka skakalnica v Kozlovi dolini je od JZSS prevzela v oskrbo in uporabo SK Ilirija ter jo preurejuje za krajše skoke. Bo v par dnevih že popravljena in čaka samo snega in skakalcev.

Novo smučko skakalnico so te dni dogradili v Mojstrani. Po inicijativi in načrtih inž. Janša so energično zgrabili za delo, ki je rodilo uspeh. Boriti so se morali v materijelnem in tehničnem oziru z velikimi težkočami, katere so z dobro voljo in ljubeznijo do stvari uspešno premagali.

Za Mojstrančani niso marali zaostati prebivalci našega Davosa — naši Kranjskogorčani. Na tihem so se spravili na delo in savezu lakonično poročali: Skakalnica je gotova.

Kot vidimo, je tudi izven Ljubljane zanimanje za zimski sport veliko. Skakalnica v Mojstrani in Kranjski gori sta za razvoj našega smučarstva neprecenljive vrednosti. Šele sedaj bomo tudi pri nas lahko začeli misliti na organizacijo mednarodnih prireditev, kar je bilo sedaj ravno radi skakalnice iluzorno. Da so pa take prireditve v večjem obsegu za razvoj tujskega prometa velike važnosti, je jasno.

Občni zbor SK Ilirije

V sredo 15. t. m. je imela Ilirija v kolodvorski restavraciji svoj redni občni zbor. Iz poročila posameznih funkcionarjev posnemamo, da je bilo tekoče poslovno leto zelo bogato na prireditvah. V vseh ozirih se je pokazal znaten napredek.

Predsednik dr. Berce otvoril ob 20. uri zborovanje. Spominja se preminulih članov in pozove navzoče, da v znak sožalja vstanejo. Nato omenja teške čase poslovnega leta, vendar je bilanca aktivna in je klub v moralnem oziru pridobil mnogo na ugledu tudi izven Slovenije. Nato omenja proslavo 15 letnice, ki je vsled popolne harmonije med odborom in članstvom, ki je pokazalo vzorno disciplino, uspela v vsakem oziru zadovoljivo.

Iz poročila tajnika Deva je razvidno, da je SK Ilirija po svojih uspehih, po svoji delavnosti in vsestranosti ne samo prvi klub v Sloveniji, temveč tudi med prvimi v državi. Članstvo se je udeleževalo v sedmih sekcijah, ki so imele skupno 130 prireditev. Klub je dosegel 5 prvenstev, od teh 2 državna. Razpolaga s prvostopsnimi sportnimi prostori, kar najbolj dokazuje dejstvo, da se je finalna tekma za kraljevi pokal vršila na igrišču SK Ilirije. Proslava 15 letnice je bila zasnovana velikopotezno. Celokupno članstvo je v strnjениh vrstah tekmovalo za čim dostojnejšo proslavo jubileja. Javnost, časopisje in oblastva so razumevala važnost proslave in je bilo na ta način mogoče, da je končala jubilejna doba z ogromnim moralnim uspehom. Uvod proslave so tvorile zimskosportne prireditve, katerim so sledila tekmovalna vseh sportnih panog, ki jih zastopa SK Ilirija. Sodelovali so razen domačih klubov tudi vodilni klubi v državi in pa atleti iz Celovca in Gradca, kar je delo jubilejnim prireditvam mednarodnega značaja. Proslava se je harmonično zaključila z intimnim družabnim večerom v Zvezdi. Odbor upravičeno smatra proslavo 15 letnice za dolej najlepšo manifestacijo sportne misli v Sloveniji in izreka članstvu in načelstvu sekcij popolno priznanje.

Poročilo načelnika nogom. sekcije Betetta navaja, da ima sekcija 98 članov. Sekcija je izvedla 71 tekem, s končnim razmerjem golov 405 : 118. I. moštvo je nastopilo 37 krat (168 : 70) in sicer v 10 mednarodnih (32 : 22), 8 prijateljskih (39 : 13), 11 prvenstvenih (55 : 20) in 9 pokalnih tekmah (42 : 15) med temi Hašk 5 : 3, Hajduk 2 : 0. I. moštvo je dalo 10 igrancev v reprezentančne tekme LNP. Za I. mošt. je nastopalo 32 igrancev, od katerih so nastopili s posebno velikimi uspehi

Beltram, Oman, Gabe in Lado Zupančič, ki so slavili jubilej 200. tekme, dalje Pogačar, Miklavčič in dr. Tavčar 100 tekem. Odbor izreka zahvalo svojemu najboljšemu trenerju Zanklu ter igraču Hermanu, ki se je vrnil v Osiijek. Rezerva je imela 22 tekem (171 : 85), juniori pa 12 (66 : 13). Vsa ta moštva so priborila klubu več dragocenih pokalov in prvenstev tako: pokal Ljubljane, prvenstvo Slovenije za 1925-26, vodstvo v jeseni, prehodni pokal LNP, Gospodarski pokal.

Lahkeatletška sekcija (načelnik prof. Čop) šteje 110 aktivnih članov in je pokazala velikanski razmah, posebno v tehničnem in organizatoričnem oziru, kar je nemala zasluga Čop in Oblaka. Atleti SK Ilirije so postavili 5 slovenskih in 1 jugosl. rekord. Posebno so se odlikovali: Gaberšček, Režek B., Stepišnik, Gregorka, Zupan in Omerza. Poleg starejših ima sekcija mnogo nadebudnih mladih talentov tako, da se ni bati bodočnosti.

Damska sekcija (načelnik dr. Mayer) zaznamuje največji napredek od obstoja pa do danes. Priborila je prvenstvo Slovenije v hazeni in državno prvenstvo v lahki atletiki, k čemur je nemalo pripomogla velika disciplina in klubska zavednost članic. Sezona je bila zelo bogata, kar priča 31 prireditev, od katerih je bilo 23 dobljenih, 2 neodl. in 6 zgubljenih s skupnim scorem: 211 : 108. Ogromen napredek je pokazala hazenska družina, ki je med prvimi v državi. Izborna je tudi kvaliteta atletinj, ki se približuje mednarodni višini. Od državnih rekordov držijo članice SK Ilirije rekorde v krogli 5 kg in 3.628 kg, stafeta 4 × 60 ter neoficijelne rekorde na 100 m, skok v višino, disk 1.5 kg, skok v daljavo z mesta. Posebno so se odlikovale: Bernikova, Tratnikova, Špornova in sestra Jermolovi.

Smučko-sankaška sekcija (načelnik Vrančič) izkazuje živahno delovanje. Priredila je več izletov in tečaj za začetnike. Prvenstvo kluba sta si priborila ing. Janko Janša in Milči Bloudek. Klub se je udeležil 50 km tekme Skale, kjer je Joško Janša dosegel I. mesto. V državnemu prvenstvu je SK Ilirija zasedla z Joško Janšom, ing. Janko Janšom in Hinko Širceljem vsa tri prva mesta in si priborila državno prvenstvo. V tekmi dam je zasedla Milči Bloudek II. mesto. V smučskih skokih je zasedel Joža Pogačar II. mesto. Tudi pri 30 km tekmi za vojaške je dosegel Ilirijan podpor. Svetozar Cvekovič I. mesto. Članstvo je naraslo na 108 (71 gospodov, 23 dam, 9 naraščajnikov). Vzgojila se je izborna tekmovalna vrsta. Klub je odposlal 5 čla-

nov kot voditelj vojaškega tečaja, ki so vsi želi laskavo priznanje. Savez je odposlal člana Joško Janša in M. Bloudkovo na mednarodno tekmo v Zakopane, ki pa je bila odpovedana. Janša se je udeležil prvenstva Tatve in dosegel v drugi kategoriji II. mesto.

Drsalna sekcija (načelnik Jerman) ne pokaže vsled mile zime razmaha. Skupno je bilo 30 drsalnih dni. Klub si je priboril prehodni pokal dr. Fuchsa po ing. Bloudeku, II. Vodišek, III. Kavšek. V II. sen. skupini jubilejnih tekem je zmagal Betetto, II. Wisjak, III. Juvanc. Tudi v jubilejni tekmi dam je zasedla Ilirija vsa tri prva mesta (Urbančič H., Širca A., Urbančič M.). V tekmi juniorjev so zasedli Ilirijani: Avčin Fr., Bleiweis J., Dovgan D. vsa tri mesta. Klub je edini, ki goji umetni drsalni sport.

Tenis sekcija (načelnik Bleiweis), poroča g. Dev. Sekcija ima 100 članov. Sportni prostori so bili v izvrstnem stanju, kar je največja zasluga ing. Bloudka. Sekcija je izvedla 3 prireditve. Pri nacionalnem jubilejnem turnirju je klub dosegel dva I., štiri II. in šest III. mest. Klubski prvaki so postali: Bleiweis Miron, Šepetavec Talka, Bleiweis M.-Kmet, Šepetavec-Kmet in Bleiweis Marko. Prvenstvo Slovenije so si priborili: Bleiweis Miron, Florjančič Frida - Kmet.

Plavalna sekcija (načelnik dr. Kandare) je imela jako neugodno kopalno sezono. Prostor za trening je dal na razpolago LjSK, za kar mu izreka odbor zahvalo. Ing. Bloudek je pripravil skakalnico. Plavalna tekma se ni mogla vršiti vsled mrzle vode. Posebno se je odlikoval skakač Kordelič, ki je v mednarodni konkurenci na Dunaju dosegel II. in III. mesto. Istotako je priboril klubu državno prvenstvo v skokih iz 5 m deske.

Blagajniško poročilo poda blagajnik Rabič. Gospodar Rotar poroča o gospodarstvu. Inventar kluba je narasel in se je vrednost najmanj dvakratno povečala. Bilanca je vsekakor zadovoljiva. Vrednost garderobe znaša Din 16000, tenis in garderoba Din 16000, tribuna Din 46000. Klub je pridobil smuško skakalnico, kot novo sportno napravo.

V imenu revizorjev poda poročilo g. Dev in predlaga absolutorij blagajniku, kar se soglasno sprejme. Istotako se podeli soglasno absolutorij odstopajočemu odboru.

Nato so se vršile volitve in sicer na predlog g. Zupana z vzklikom. Soglasno je bil izvoljen sledeči odbor, ki je z malo izjemo prejšnji:

Preds. dr. J. Berce, I. podpr. dr. M. Senekovič, II. podpreds. J. Jerman, I. tajnik J. Deu, II. tajnik M. Šircelj, I. blag. VI. Kosec, II. blag. I. Baltesar, gospodar A. Rotar, arhivar I. Komar, zapisnikar P. Zbrizaj. Odborniki: ing. S. Bloudek, dr. M. Majcen, V. Vodišek, A. Gnidovec, gen. stab. podpuk. Lokar, F. Jerala, I. Zupančič. Načelniki sekcij: nogomet: E. Betetto, lahka atl.: prof. Čop, damska: dr. Mayer, smuško sankška: I. Tavčar, drsalna: ravn. R. Sark, tenis: puk. Bleiweis, plavalna: dr. Kandare. Rivizorji: E. Bežek, K. Pogorelec, J. Černe. Rzsodišče: prim. dr. I. Jenko, dr. J. Demšar, dr. J. Pretnar, dr. Al. Praunseis, Z. Valašek.

Pri slučajnostih se soglasno sprejme predlog zvišati dijaško in naraščajsko članarino na Din 3. Nato povdarja g. Šircelj st. v daljšem govoru o dolžnosti članstva, nadalje o hudem nasprotniku, ki se je pojavil v damski sekciji in ki utegne prekositi moški spol. Spominja se sekcije mrtvih. Nadalje stavi predlog, da naj se pošlje s strani obč. zbora zahvala Hermanu, bivšemu članu nogom. sekcije, kar se soglasno sprejme.

G. dr. Mayer primerja klub z veliko družino, kjer je treba gojiti skupnost. Po zaslugi ing. Bloud-

ka se je ustanovila plesna sekcija in priporoča posebno mlajšim članom obisk v svrhu zboljšanja družabnih form.

G. predsed. poroča nato, da se pripravlja večji lokal, v svrhu razširjenja družabnosti bo razpisan velik ping-pong turnir. Nato zaključijo lepo uspeli občni zbor z apelom na članstvo, da se zaveda svojih dolžnosti.

Gustav Ogrin:

Smuško tekmovanje in trening

Predavanje pri turistovskemu klubu »Skala«.

(Nadaljevanje.)

Pa preidimo k tehniki teka samega. Najtežji je brez dvoma tek po ravnem. Tu pride pred vsem v poštev stil. Kdor hoče resno tekmovati, to se pravi, kdor reflektira na zmago, mora na vsak način dobro obvladati dvojni in trojni korak, takozvani zwei und drei Schrit, kakor se v nemški literaturi navaja. Lepega slovenskega izraza za enkrat ne poznam, morda ga sčasoma še dobimo, zatoj oprostite dobesednim prestavam teh tehničnih izrazov. Če sem trdil, da je treba te korake dobro obvladati, sem mislil pri tem, da ni dovolj če poznam korak teoretično, tudi ne če ga znam sicer prav dobro izvesti, treba je predvsem, da mi je prešel korak takorekoč že v kri in meso, da sem si pridobil v njem že precejšnjo rutino, vzgojil stil, si ga prikrojil svoji telesni konstituciji primerno in ga lahko upotrebim, s precejšnjo vztrajnostjo t. j., da ga zamorem vporabljati, ne, da bi me telesno in duševno kolikaj utrudil. Ni moj namen vas tu občije seznaniti s temi koraki, bilo bi to tudi nesmiselno, zlasti še, če vpoštevamo, da vsebujejo vsi ti koraki vključno navidezni enostavnosti toliko fines, da jih je možno spoznavati le po dobrem vzoru na snegu in se jih priučiti z marljivim in dolgotrajnim vežbanjem, vendar bi vam jih v svrhu lažjega nadaljnjega razumevanja nekoliko natančneje obrazložil, v kolikor je to sploh mogoče. Dvojni korak, ali pravilneje trojakti korak, Dreitaktschritt, kot ga Nemci imenujejo, obstoji iz dveh drsajočih korakov (leva-desna) nakar sledi daljši smuk na obeh nogah ali smučkah pospešen s krepkim sunkom obeh palic. V drugi pozi prideta zopet dva mala koraka, sedaj pričeni seveda z desno — torej desna — leva, nato smuk, končno zopet leva — desna, smuk; desna — leva, smuk itd. Tu prideta v poštev obe nogi enakomerno. To pa ni tako pri trojnem koraku ali štiritaktnem koraku. Ta je prvemu popolnoma sličen, le, da napravimo mesto dva mala koraka tri, katerim sledi nato smuk z odgonom s palicami. Torej takole: leva-desna-leva, smuk; nato pa ne desna-leva itd., temveč zopet leva-desna-leva smuk. Na ta način kot vidite pričenjamo drčanje vedno z isto smučko in tudi drčimo z višino teže na eni smučki, kot pri običajnem smučanju, kar vam je mislim znano. Če n. pr. pričenjamo korak z levo, bomo smučali predvsem na desni, v nasprotnem slučaju pa na levi. Prednosti ima ta korak v toliko, da uporabljamo enostranski napor med tem, ko se druga stran v tem odpočije in to lahko menjamo. Nadalje je možno, da ko ga ena noga boli, da nam ena smučka bolj drči, da je katera izmed smučk ali vezav v slabšem stanju, skratka možnosti je polno, ki nas prisilijo k temu koraku. V glavnem pa bi ta korak našel svoj vzrok v tem, da je morala in to zlasti na nekoliko navzdol nagnjenem terenu torej pri hitrejši

vožnji, čas, ki ga rabimo, da prenesemo obe palici zopet naprej prekratek in je zato vsekakor potreben še tretji mali korak. V bistvu se torej oba koraka ne razlikujeta. Uporablja pa se v pretežni večini prvega. Palice je treba po vsakem smuku hitro in brez posebnih bravur prenesti naprej in jih zasaditi približno h krivnam smučk in ne bolj naprej kot trdijo nekateri, raje manj ko več. Treba pa se je zato tem energičneje odgnati in roke zadaj popolnoma stegniti nato pa zopet čim hitreje prenesti naprej. Delo rok je torej glavno in odgovarja delu zadnjih konjskih nog pri njegovem teku. Važno je, koliko zmorej roke in ne bi mi bilo treba, mislim, še posebej omeniti ter povdariti, da ni za to delo nikdar preveč vaje. Pri vseh teh korakih je treba vse posamezne gibe spojit v nekako celoto. Tek mora biti lahak, izveden z gotovo eleganco. Je to nekako zvijanje in balansiranje celega telesa, delo vseh mišic in ne samo surovo odganjanje z rokami in tek z nogami. Kdor je videl v tem teku Norvežane, se ne bo čudil njihovi rekordu, ima pa tudi pravo sliko takega smuškega teka. Osvojiti si njega tajnosti vsaj deloma je tudi ideal vsakega smučarja. V ta namen je treba žrtvovati mnogo časa in še več truda. Eno uro na dan ni preveč. Dobro, morda najbolje, je teči po ravni cesti, kjer ni nikarih smučin, kar je sicer težje pa toliko ugodnejše, ker se pri tem lahko priučimo obdržati smuč skupaj. Potrebne so tudi dolge palice. Omenil vam bi še eno vrsto teka, ki ga lahko vporabljamo na ravnini ali še bolje na nekoliko nagnjenem terenu. Slovenskega imena vam res ne morem povedati, Nemci pa ga imenujejo »Passgang«. Je to navaden korak (leva-desna), pri katerem pa si še posebej pomaga naprej z balansiranjem bokov in ramen pri čemer se tudi s palicami odganjam. Od navadnega smuškega koraka se razlikuje le v tem, da vsakokrat izpad posamezne noge ne podpiram z nasprotno palico, temveč s palico na isti strani, ter, da so koraki precej daljši. Je ta korak v gotovem terenu in pri gotovih smukih razmerah precej naraven, kar sklepam iz tega, ker sem se ga, ne da bi bil nanj opozorjen o priliki neke tekme v Planici, sam priučil. Šele pozneje sem čital o njem in njega vrlinah. Je pa važen že zato, da zamoremo enostranskemu delu mišic nuditi nekako izpremembo, morda počitek.

Sedaj pa hoja ozir. tek navzgor. Zmagovalci pri tekmah kot že rečeno so navadno oni, ki najbolje obvladajo tek po ravnem in hojo navzgor. Če kdo zamore teči navzgor, bo pridobil s tem toliko, da ga nihče še s tako dobro tehniko navzdol ne bo mogel prekositi. Velike časovne razlike Norvežanov in ostalih Evropejcev so dosežene v 90% pri teku navzgor. Dasiravno ne poznamo nikakega izrazitega koraka za tek navzgor, pride stil v tem teku morda še bolj do veljave kot pri teku po ravnem. Je polno varijant odvisnih od še številnejših faktorjev kot n. pr. terena, strmine, kakovosti snega, smučk, maž itd., celo od vsakega posameznika. Eno velja: teči kolikor zmoreš — pa ne pretiravaj, kajti če sploh kje, se uničiš v teku navzgor in potem je ves trud zaman. Navadno rabimo za tek navzgor običajni smuški korak, pa nekoliko krajši in zato hitrejši. Proti drčanju navzdol se zavarujemo in močno podpiramo s palicami. Srce in pljuča imajo tu glavno nalogo. Če hočemo zdržati, je treba vaje in zopet vaje.

Končno pa še smuk navzdol. To je pravzaprav pravo smučanje kajti le tu se uveljavi znanje in tehnika. Tek po ravnem in navzgor so pravzaprav atletske in smuške teke. Odločuje le delo pluč in vztrajnost, med tem ko pride pravo smučanje le malo v veljavo. Pozdravljati bi bilo



pri nas tekme navzdol, kjer bi se prav za prav videlo kdo zna najbolje smučati. Mislim, da je Skala kot turistijski klub bolj zainteresiran na prirejanju takih tekem kot pa n. pr. s forsiranjem kombiniranih in skalnatih tekem, tekem izrazito športnega značaja. S prirejanjem slalamskih tekem, kot se imenujejo take tekme, bi Skala člane takorekoč prisilila, da se sistematičneje bavijo s smučsko tehniko, ki je članom kot turistom v prvi vrsti potrebna. Nisem vas hotel s tem odvračati od navadnih smučskih tekem vsaj z današnjim predavanjem v prvi vrsti propagiram zanje, in zato se vrnimo raje k stvari, k tehniki smuka. Pri smuki navzdol naj velja pravilo: Čim manj padcev. Raje počasneje pa zato tem sigurneje, kot pa, da se spustim in ne vem kako se bo vse vkup končalo, če ti je sreča mila in se sam še kako zmažeš, je običajna posledica takih nepremišljenih drvenj po strmini navzdol več parov smučk, ki jih imaš kar naenkrat na razpolago, da jih ponesesh domov seveda ne skozi cilj. Tudi lahko s padcem povzročiš škodo svojemu enako mislečemu in drvečemu tovarišu, ki nič hudega sluteč pridrvi v tebe. Kaj takega pri tekmah ni redek pojav, kar vedo prav mnogi iz lastne skušnje. Lansko leto sem pri smučki tekmi na nevarnem mestu naletel kar na štiri take nesrečneže, ki so ležali tako, da sem se jim mogel umakniti le na škodo svojih smučk. Zatorej nikdar ne prenačaj temveč svojemu znanju primerne.

(Dalje prih.)

Naše priprave za bodočo olimpijado

Jugoslovanski sportniki do zadnje olimpijade niso imeli sreče v svojih pripravah za olimpijado. Morda je bila deloma kriva začetna nezaupljivost v lastne vrste in dvom o potrebi naše udeležbe na olimpijadi, deloma preveliko zaupanje v državno pomoč, ki je ni in ni bilo. Tako so se zbrala sredstva vedno v zadnjih trenutkih v nervozitetni negotovosti, kar je povzročilo, da so bile naše olimpijske vrste nezadostno in nepopolno pripravljene. Na drugi strani pa so videli naši sportniki, kako reprezentativno in sijajno so opremljene vrste drugih držav, ki so videli v načinu svoje udeležbe tudi ugled svoje države.

Izkušnje so izučile. Za prihodnjo olimpijado se je poizkusilo z novim načinom. Princip je ta-le: Sportniki sami so na olimpijadi najbolj zainteresirani. Zato je predvsem naloga savezov, da rešijo vprašanje udeležbe in financiranja; savezi morajo stalno računati z vprašanjem olimpijad ter mora tudi to vprašanje spadati v njih delokrog. Iz tega je nastala ideja, da sestavijo savezi sami svoj medsavezni odbor, ki naj vodi vse priprave za omogočenje naše udeležbe na olimpijadi. Naloga tega odbora so v glavnem denarna sredstva in izravnanje materijalnih zmožnosti posameznih savezov po principu: »Vsi sporti za vse.« V polektu so se delegati savezov sestali in ustanovili tak odbor, ki je pod energičnim vodstvom odličnega zagrebškega sportnika, tudi pri nas poznanega, dr. St. Hadži-ja. Odbor dela resno in stvarno, išče pota, ki bi omogočala zbrati dovolj denarnih sredstev iz lastnih vrst, ne oziraje se na državno podporo, ter opiraje se na izkušnje zadnjih let. Seveda se pa mora napeti vse sile, da se dobi tudi državno podporo, toda zanašati se smemo le na se.

Poravnajte naročnino!

Kakor poznamo, sta naša mednarodna delegata olimpijskega komiteja gg. pok. Gjurić in dr. Bučar. Po mednarodnih principih je mogoča udeležba posameznih sportnikov na olimpijadah le tedaj, ako izvrši prijavo mednarodni delegat dotične države. Pri nas imamo prideljen tema delegatoma nacionalni olimpijski odbor, ki ima značaj posvetovalnega organa. Vendar je po dosedanjih sestavi ta odbor precej nereden ter bi potreboval temeljite preosnove.

Vprašanje zase bo tvorila tudi letos udeležba naših gimnastov na olimpijadi. Da spada na olimpijado Jugosl. Sokol, je izven dvoma, ker je to tudi na prošli olimpijadi z dosego najvišje časti — časti olimpijanika — dokazal. Kako bo cenil svoje zmožnosti Hrvatski Sokol in Orlovski zveza, zaenkrat ni znano, tudi ne, ako imata telovadce, ki bi prišli v poštrev za tako tekmovalce. Vsekakor pa se ne sme ponoviti pred mednarodnim odborom slučaj iz zadnje olimpijade, ko se je skušalo spraviti to našo lokalno razprtijo preden, za kar je prišla tudi primerna zavrnitev, da pozna mednarodni olimpijski odbor samo države in samo najboljši tekmovalci države morejo na olimpijado, brez ozira na to, kako so opredeljeni. Mednarodna pravila zahtevajo, da organizacije ne zasledujejo nikakih političnih ali verskih ciljev, zato bi se moralo pri nas v državi postaviti princip, da morejo iti na olimpijado le tekmovalci one telovadne organizacije, ki je članica Mednarodne gimnastične federacije, ker je ta princip v vseh državah uveljavljen. Mednarodne federacije pa dovoljujejo članstvo le po eni nacionalni organizaciji, ako prav tehtni in resni momenti ne silijo k izjemi. Tisti, ki računajo na udeležbo na olimpijadi, naj si preje zasigurajo članstvo v mednarodni federaciji, ker je potrebno, da se tako sport kakor tudi telovadba gojita po mednarodnih principih organizirano. Sportni savezi se v ta vprašanja niso hoteli vmešavati, ter so prepustili rešitev o udeležbi naše gimnastike olimpijskima delegatoma odn. olimpijskemu odboru.

Prva naloga medsaveznega odbora je potegnitev vseh mest v državi k zbiranju sredstev, kajti ni Zagreb sam dolžan zbrati sredstva, temveč vsa država, kajti le ta bo zastopana na olimpijadi. V to švrho se snujejo v vseh glavnih mestih mestni odbori, ki naj skrbijo za propagando ideje olimpizma in za zbiranje potrebnih sredstev. Na vrsti je tudi Ljubljana, Maribor in Celje, kjer naj bi se taki odbori osnovali. Mnenja sem, da je baš vprašanje olimpijade ono, kjer ne sme biti običajnih klubskih nasprotstev in razprtij, kajti tu ne gre za to, da se pošlje tega ali onega, temveč za to, da se sploh omogoči poslati našo državno reprezentanco, ki jo bodo savezi sestavili. V Ljubljani ima Jugosl. Zimskosportski savez nalogo, da sestavi tak odbor. Upamo, da bodo našli vsi klubi in podsavezi razumevanje za poslovanje takega odbora, kajti s tem bodo ravno pokazali, koliko jim je olimpijada in ideja olimpizma pri srcu. V medsaveznem odboru zastopata JZSS gg. dr. Souvan in Gorec.

Drugo, važno sredstvo je zadnji sklep Mesavoda (okrajšava za Medsavezni odbor), glasom katerega pobere vsi savezi božičnico po 5 Din od vsakega verificiranega člana. Savezi so na to pristali in uspeh gotovo ne bo izostal.

Še leto dni nas loči od zimske, poldrugo leto od glavne olimpijade, tedaj bomo v Amsterdamu mogli prvič na olimpijadi pokazati, da smo tudi v Jugoslaviji pričel ceniti one, ki so prišli priboriti si v sportu ugled za svojo državo. Ako pa bodo mogli postaviti naši savezi v Stadion take tekmo-

valce, kot so jih na zadnji olimpijadi postavili gimnasti — Sokoli, tedaj si bomo svesti, da smo svojemu narodu zopet veliko koristili. In ta zavest bo plačilo za naš trud in naše delo. G.

O vplivih na športne uspehe

Dostikrat išče ta ali oni sportnik zamanj vzroke svojih neuspehov na sportnem polju. Vsi pogoji za uspešno sportno udejstvovanje so mu dobro znani. Redno življenje, resen in sistematičen trening, dovršena tehnika v dotični stroki: vse je upošteval, z vsem se je bavil, vse si je osvojil. In vendar njegov uspeh ne odgovarja njegovemu znanju in njegovi ambiciji.

Še en pojav je, katerega ne smemo omalovraževati in ki dostikrat edino vpliva na športne uspehe. Danes je znano, da doživlja vsak človek trenutke, ko se čuti močnega (in zmožnega za vsako delo, čez nekaj dni pa začne pešati, dokler ne nastopi trenutek, ko je njegova energija kar najbolj izčrpana in njegova zmožnost za delo najmanjša. Ta pojav ni slučaj, temveč je nekaj smotrnega in podvržen naravnim zakonom. Dognano je, da preteče od ene najvišje točke človeške delozmožnosti do druge 23 dni, in da se to dejstvo enakomerno ponavlja v človeškem življenju. Ob času najnižjega stanja delozmožnosti, ki traja več dni, je človek posebno podvržen različnim kvarnim vplivom, kakor n. pr. boleznim, nasprotno pa je človek na najvišji točki delozmožnosti poln energije in veselja do dela. Tudi ta stopnja traja več dni.

Seveda so se kmalu začeli zanimati za ta pojav aktivni sportniki. Ti so brž spoznali, da so temu padanju in dviganju človeške energije podvrženi tudi športni uspehi. Rezultati, doseženi na višini človeške delozmožnosti, prekašajo po efektu zdaleka rezultate, ustvarjene na najnižji stopnji delozmožnosti, ako previdno upoštevamo tudi vse druge okoliščine in vplive.

Ta pojav kajpak sportniku lahko v praksi mnogo koristi. Ako si določi sportnik krivuljo lastne delozmožnosti, potem bo natančno vedel, kdaj bo lahko več dosegel in kdaj manj. Pri večjih in važnejših tekmah bo nastopil le ob času, ko bo po tem naravnem zakonu upal na dobre uspehe.

Tudi pri treningih je važno, da sportnik pozna temeljito lastno delozmožnost. Treningi se bodo vršili v tem slučaju dosti bolj racionalno. Za vsak neuspeh bo sportnik lažje našel vzrok. Tudi ne bo preveč tratil svojih moči ob času, ko ni razpoložen, ker ve, da bo čez nekaj dni z istim naporom dosti več dosegel.

Kako se torej določi ta krivulja delozmožnosti? Čisto lahko. Ko se zjutraj zbudiš, veš prav dobro, kako se počutiš. Ako si zdrav, krepak, podjeten, duševno čil, zaznamuješ to stanje z 1. Če se boš počutil par dni za tem malo slabše, zapišeš v žepni koledarček. Pozneje tri i. t. d. To naj se nadaljuje do št. 5 ali tudi do 10, ako hočeš poznati svoje telesno in duševno stanje bolj natanko. Videl boš, da te številke vedno padajo in se dvigajo popolnoma enakomerno in smotreno. Po dveh mesecih boš dobro poznal krivuljo lastne delozmožnosti.

Pripomniti pa je potrebno, da se morajo upoštevati pri tem tudi vsi drugi morebitni vplivi. — Življenje mora biti v tem času redno, kakor je redno življenje pravega sportnika. Spanje mora biti tudi normalno. Bolečine v želodcu n. pr. lahko povzročijo, da si zjutraj, ko se prebudiš, slabše razpoložen, kakor čez dan.

Da je določitev take krivulje velike važnosti za življenje vsakega sportnika, to mora resen

sportnik kmalu uvideti. Priporočati bi bilo, da se tudi naši sportniki začno baviti s to mislijo in jo skušajo uresničiti baš v zimski sezoni, ko se marsikdo lahko nemoteno in v miru peča s samozatajevanjem.

J. Č.

Kokain

Na željo nekaterih krogov dodam k članku »Doping« še kratko pojasnilo glede ene omenjenih snovi.

V tropični južni Ameriki raste neka tam domača rastlina (Erythroxylon coca), ki jo držijo tamošnja plemena za sveto. Od pamtiveka jo je čno prebivalstvo cenilo kot nenadomestljivo užito sredstvo. — V slučaju neizogibnih naporov se pa skoraj obligatno žvečili gotovo mešanico listja te rastline ter rastlinskega pepela ali pa apna. Tej navadi so vedli pripisovati čudežne učinke. Človek naj postane bolj vesel, bolj čil, delo ga veseli, in kar se je tem plemenom posebnega povdarka vredno zdelo, je bilo dejstvo, da je žvečenje omenjene mešanice usposabljal organizem k daljšim naporom, brez občutka onemoglosti. Žejo in glad so lažje prenašali.

Kakor v mnogih drugih slučajih, je tudi tukaj posegla znanstvena medicina po tej rastlini in analizirala vsebino njenega listja. Pri tem se je našel — kokain. Kokain ima med drugim specialno lastnost, da omami končne dele onih živcev, ki prejemajo od svoje okolice gotove občutke. Da se nahajajo med temi živci tudi oni, ki vodijo občutek bolečine, je posebno zanimivo. Fenomen neobčutljivosti je takoj jasen, saj postanejo z gotovo dozo kokainiziranem organizmu omamljeni živci nedostopni za bolečino. Priđe li kokain v želodec, omami gotov del želodčnega živčevja. Pojav, da se v tem slučaju ne čuti gladi je zopet takoj jasen — saj se tu ravno oni živci, ki služijo možganom kot opozorilni »memento«, izločeni. Znaki utrujenosti mišičja — one čudne bolečine ne pridejo človeku do zavesti — saj so tudi ti živci omamljeni. Toda to še ni vse. Kokain vpliva tudi na centum živčnega sistema, na možgane. V malih dozah razburi gotov del tega neizrečno občut-

ljivega aparata — slično kofeinu (ki se nahaja v kavi in še v drugih rastlinah), istočasno pa omami druge centralne funkcije. Razburjenosti je pripisovati, da se počuti človek pač bolj čilega itd. V tej razdraženosti nastopijo tudi krči po vsej muskulaturi — slični onim pri padavici. Ta fenomen je pa še manj prijeten, recimo žalosten. — Žeja je pojav, ki nas pravočasno opozori, da primanjkuje organizmu za brezhibno delovanje, vode. Voda služi organizmu kot sredstvo za razredčenje življenju potrebnih soli. Ako se tedaj omami pojav žeje umetno s strupom, ostane le dejstvo, da deluje organizem prisiljeno pod nezdravimi pogoji naprej.

Utrujenost zdravega človeka je naravna posledica dela, za katero je edinole mir naravni lek. Javno je, da človek brez počitka ne more živeti in da kljubuje v tem oziru narava vsakemu biču. Pod vplivom strupov se pa pusti utrujenost vendar za nekaj časa premagati. Onemoglost, ki pa sledi takem eksperimentu, je neprimerno izdatnejša od običajne utrujenosti in tvori znak, da je zadobil organizem nenaravni defekt.

Kratko: V gotovi dozi kokainiziran, pri delu izmučen človek, tvori bitje, ki ne občuti svarilnih pojavov, kakor bolečine, utrujenost, žeje, gladi itd., je pa nasprotno še razburjen in vesel. (Kokainrausch.).

Kokain je splošen strup za živčevje. Le-to se pa ne pusti ločiti v življenju od ostalega organizma — in nadomestiti z novim sistemom. Ves človeški aparat trpi pod usodnimi udarci uničenega živčevja in prične propadati. Razburjenost, zmedenost, noravost, splošni krči in nezavest so znane posledice enkratnega manj ali bolj izdatnega zastrupljenja s kokainom — stalno hiranje in popolni polom posledica nastale strasti. — Pač draga cena za trenutni uspeh!

Razno

Sportno predavanje o zgodovini sporta.

ki ga je priredil S. K. Jadran v soboto 11. t. m. v salonu pri »Mraku«, je razveseljiv pojav v našem sportnem gibanju.

Predavatelj g. dr. Šarabon je posegel nazaj v šele porajajoče se človeštvo, kjer se je vodil začetek sporta v boju za obstanek. Prešel je k prvemu narodu starega veka Grkom in pozneje Rimljanom, ki so sistematično gojili sport v olimpijskih igrah. Te je podrobneje opisal z ozirom na začetek, discipline, v katerih se je tekmovalo, način tekmovalstva oziroma training tekmovalcev. Omenjal je srednji vek, kjer razven v viteških turnirjih ni sledu o sportu in prešel k Angliji, matici sedanjega, vse osvajačnega sporta. Očrtal je priprave in ustanovitve prve moderne olimpijade, ki se je vršila v Atenah. Primerjal je rezultate te prve in zadnje pariške olimpijade leta 1924. Omenjal je podrobneje boks in težko atletiko in s pozivom na čim večje udejstvovanje v sportu, ne da bi moral vsak dosegati oziroma postavljati nove rekorde, nego z ozirom na zdravje, na moč telesa in posredno na moč duše, prisotne sportnike, ker s tem bodo koristili ne samo sebi nego celemu narodu, zaključil svoje predavanje.

Predavanju je prisostvovalo nad pedeset sportnikov večina ožjih klubskih članov, prisotni pa so bili tudi člani nekaterih ostalih lj. klubov, katerih število bi moralo biti veliko večje. Prisotni so z velikim zanimanjem sledili predavatelju, ki je v poljudnem vsakomur razumljivem stilu prednašal svoj referat in mu z živahnim aplavdiranjem izrekli svojo zahvalo. S. K. Jadran priredi cikel predavanj izmed katerih je bilo to prvo. Drugo se vrši

v Akademskem domu 18. t. m. specijelno o težki atletiki z nazornim kazanjem na orodju. Tretje se vrši v početku januarja s skioptičnimi slikami in še dva o nogometnem sportu.

S. K. Jadranu gre zaslužena pohvala, da je pričel prvi izmed sportnih klubov Slovenije s sličnimi v zgodovini našega sporta povsem novim načinom propagiranja sporta, ki je za zimski čas nujno potreben in v polni meri primeren. Radi tega že v naprej priporočamo sportnikom, kot za sport zanimajoči se publiko, da poseže v čim večjem številu predavanja, posebno ker že samo ime g. predavatelja jamči za res dobre referate.

Kot izvemo pripravljata S. K. Ilirija po inicijativi inž. Bloudeka ustanovitev težkoatletске sekcije in Ping-pong družine. Prostori za to so se že začeli adaptirati in preurejati.

Službene objave

LHP (službeno).

ASK Primorje se kaznuje glasom čl. VII § 14 cpčega pravilnika JHS z dvomesečno zabrano igre od 28. novembra — do 27. jan. 1927 in globo Din 250.—, ker je ponovno nastopil z Zannerjevo.

G. Doberlet se naproša, da pošlje sodniško poročilo Ljubljana : Maribor. Ponovno se poziva g. Voglar, da pošlje sodniška poročila in takso tekem:

ISSK Maribor : Reprez. Maribora in Merkur : Ptuj.

ISSK Maribor se opozarja, da poravna dolg Din 90.— (soba hotel Štrukelj in prijavnina tekme).

SK Ptuj se ponovno opozarja, da pošlje prijavnico Din 10.— za tekme Ptuj : Merkur.

Opozarja se ASK Primorje, da vplača Din 50.— vsled neizpolnjevanja rediteljske službe, nadalje Din 10.— kot neplačano sodniško takso prijat. tekme 19. sept. Primorje : Atena.

Ponovno se pozivata TKD Atena in ASK Primorje, da pošljeta obračune prvenstvenih tekem.

Vsi klubi se opozarjajo, da poravnajo svoje obveznosti napram podsavezu, ker sicer nima jo glasovalne pravice na glavni skupščini.

Prihodnja seja se objavi v dnevnikih. —

Lastni izdelki! — Nizke cene:

Smučarske obleke
kompletne Din 800.—

Telovadne oblačilne potrebščine
in modni salon za gospode



Priporoča se cenj. sportnikom
tvrdka

Brata Capuder
preje Pero Capuder
Ljubljana, Vegova ulica štev. 2

Smučarske obleke
samo Din 780'—

iz najboljšega norveškega
blaga dobite pri tvrdki

Drago Schwab, Ljubljana

