

Jõulunumber

EESTI SPORDI-LEHT

N^o 45

22. 12. 1931.

Tolmetus ja tallitus
Tallinn, Uus tñn. 24
Telefon 444-28 Postkast 70

Jlmub teisipäeviti

Hind 15 senti

12. aastakäik
Tallimise hind:
aastas 6 krooni, kuus 60 senti

Rõõmsaid Jõulupühhi!



Õnnerikast uut aastat!

Sportlaskond peab aitama kergendada raskuste kandmist.

Möödunud on jälle aasta. Päävad on üksteise järele vajunud aja merre, et kunagi mitte enam tagasi tulla. Pühitseme jälle talvepühi ja sammume vastu uuele aastale. Vahel üldiselt on meeleolud tänava mitte nii lootusrikkad ja võimsad kui eelmistel aastavahetustel. Elame ju raske majandusliku surutise all, millist koormat peab kandma kogu maailm ja kus ka meie peame oma osa ohvrina tooma.

Möödunud aasta oli meie kodumaa spordiliikumises küllaldaselt edukas. Võime tagasi vaadata korralikkude saavutuste ja võitude nimekirjale; kuid oleme rohkemgi edenenud kui seda näitab rekordite, võitude tabelid. Oleme suutnud endaga kaasa tõmmata laiemaid hulki, võita uusi sõpru liikumisele. Seda edu pole võimalik mõista tabelitega. Seda saab ainult tunda ja teada. Kuid see on suure väärtusega ning see peab tähisena järgmise aasta peale tegutsemiseks jõudu ja hoogu kahekordistama.

Ees seisab tähtis aasta. Järjekordsete olümpia mängude aasta.

Kuigi võistlused on kaugel ookeani taga ja sinna pääsemine raske võib mõni üksik sportlane, kelle võimed tõesti tippsaavutuseni küünnivad, teost. suuri kulusid nõudva võistluse retke. Kuid huvi olümpia mängude vastu ei tohi sellepärast väiksem olla kui harilikult, ikkagi peame jälgima neid suursündmusi, mis korduvad iga nelja aasta tagant. Kui 1936. a. järgmised mängud peetakse meie mandril, arvatavasti Berliinis, siis on osavõtmine märksa kergem ja selleks võimalused suuremad. Kui Los Angeles peab olema meie kontrollpunktiks, et võimalik oleks öelda kas suudame ka Berliinis läbi lüüa ja midagi kätte saada. Kui oleme praegu nõrgad ja pole suutnud sammu pidada teiste maailma rahvastega, siis eeloleva suve võistlused näitavad, mis alal oleme viga teinud, kus on meie nõrgad kohad ja mis teed peame käima võimete tõstmiseks, et olla paremad ja võistlusvõimelisemad 1936. a.

Nii seisame siis kontrollpunkti

ees, peame sooritama koduse eksami ja läbi tegema enda hindamise.

Peame aga ka jätkama senist tööd. Peame viima enda ideed laiematesse ringidesse, võitma juure uusi poolehoidjaid, sportlasi ning nende toetajaid.

Kuigi see praegusel raskel majanduslikul aastal pole kerge ülesanne, peame sellega toime saama. Meie ei pruugi käia noruspäi. Seeme on langenud viljakandvasse maasse. Eriti praegune tali, mis kestnud mõned nädalad on suutnud oma veetlevusega võita paljud, kes looduse ilu nautimiseks muretsesid suusad ja vabal tunnil lähevad luulelikule maastikule ja metsadesse. Need inimesed on kindlasti võidetud spordile ja selle liikumisele. Sellega kasvab see idee ja kasvab uus jõud.

Jõudu on aga hädasti vaja. Sportlane peab olema rõõmus. Ta ei tohi tunda noruspäi meeleolu. Praegusel talvisel ajal, kus lumest valgend. loodus meid kutsub enda rüppe, võib tunda ainult

rõõmust meelt ja unustada väsimust ja tülpinust.

Vaatamata kõikidele raskustele, mis peame kandma enda õlgadel erakordsete aegade tõttu, peab sportlaskond alal hoidma oma head tuju ja lõbusat meelt. Peab alati olemas rõõmus ning lootusrikkalt vaatama tulevikku. Seda meeleolu peab ka teistele kaaskodanikkudele üle andma.

Head lootust selleks, et eeloleva aasta toob paremaid päivi kõigile, toob uusi saavutusi ja võite ning kutsub kaasa uusi poolehoidjaid spordiliikumisele.

Eesti Spordi Kesklit ja „Eesti Spordileht“ soovivad

meeleolurikkaid jõulupühi

ja õnne ning

saavutusrikkast uut aastat

kogu eesti sportlaskonnale, tema pooldajatele ja „Spordilehe“ lugejatele.

Spordiõpetamise psühholoogia.

C. R. Griffithi (Illinois ülikooli) järele H. Niiler.

VII

Kirjutiste seeria ilmunud „Eesti Spordilehes“ 1930 ja 1931.

Kuidas õpetada kõige tagajärjekamalt.

Varemil aegadel õpetajad pidasid omi õpilasi täielisiks oma targa isade ja emade miniatüüriks. Arvati, et laps võib õppida vaatamata sellele, kuidas õppeaine temale esitatakse ja millises järjekorras. Kui laps seda ei teinud, siis peeti teda kangekaelseks (mitte rumalaks), ja karistati kuni ta käsku täitis. Arvamus, et laps on loomult intelligent, valitseb veel praegu mõnel pool, kuid annab maad õigemale arvamussele, et lastel ja noortel inimestel võivad olla mitte ükski väiksemad võimed, vaid ka vähem võimeid. Oping sünnib omalt poolt alati kindlate reeglite ja põhimõtete järele.

Käesolevas kirjutises tahame näidata, kui suur vahe on õppijale ja õpingu edule kas temale pakutakse aine nii ehk teisiti. Teiste sõnadega, õpetamine pole paljalt harjutamisvõimaluste muretsemine ja sündmuste kirjeldamine, vaid see on materjali muretsemine ja selle asetamine sellisesse vormi, et see oleks õpilaste võimete piirides ja paeluks nende tähelepanu ning huvi, mille tagajärjeks on kiire äraõppimine ja suur osavus.

On palju, mida me peame õppima ja on ka palju teid, kuidas õpetama peab.

Kuidas peame õpetama korvpalli taktikat ja jalgpalli strateegiat kõige ökonoomsemal teel, kõige väiksema jõu- ja ajakuluga, et saavutada selles juures kõige suuremaid tagajärgi?

Kuidas peame väljuma, et õpetada osavust?

Selle saavutamiseks on teid, nägemise, kuulmise ja kompamise kaudu.

Milline tee on kõige tagajärjekam, see on küsimus, mida püüame siin lahendada.

Katse.

Tarvitage järgmist katset kui katsete muuta harjutuste šabloonid. Paluge, et iga meeskonna liige tuleks meele momenti enne jalgpalli mängu algust, mil palli tabas avaldöö, et nad kujutleks nii elavalt kui võimalik, enese osa mängus. Kui vajalik siis aidake küsimustega.

Vastused, mida te saate, oleks! Mõnel mängijal on selge pilt mängust. Nad näevad oma vaimusilma ees iga kaasmängija asendit, näevad omi vastaseid, vahe- ja piirkohtunikke, samuti endid pingul, valmis mängu alustama.

Need mängijad kuuluvad nägemistüüpi.

Teised jutustavad, et nad kõige selgemini mäletavad vahekohtuniku viilet, meeste hüüdeid ja teisi kuulmisega seotud sündmusi. Need mängijad kuuluvad kuulmistüüpi.

Osa aga mäletab vaid lihaste valmisolu tunnet.

Need mängijad kuuluvad kompamistüüpi.

Kui teie palute nüüd üht nägemistüüpi kuuluvat mängijat kirjeldada eelpoolmainitud jalgpalli mängu kompamistüüpi seisukohast, siis vähesed suudavad seda.

Samuti ei suuda kompamistüüpi kuuluv mängija manada vaimusilma ette pilti mängust.

See katse näitab, kui palju indiviidid erinevad üksteisest.

Nägemis-, kuulmis- ja kompamistüübid kalduvad mäletama omi kogemusi vastavalt oma kalduvusile.

Need faktid näitavad, et peame õppijale õpetama ainet selliselt, kuidas nad ise eelistavad, s. t. nägemistüüpi kuuluv mängija omab kõige paremini seda materjali, mida on õpetatud temale nägemislokorid. Kompamistüüp kaldub meeles-

pidama seda materjali, mille kallal ta harjutada saab, ehk millest ta omab lihastunde.

Üldiselt on need väited õiged. Katset näitavad, et on olemas ka erandeid.

Suurim osa sportijaist kuuluvad kompamistüübi hulka.

On küsitav, kas neil meestel, kes loomult kuuluvad kompamistüüpi, on enam eeldusi saada sportlasiks, ehk, kas sportlased oma harjutuste tagajärjel ei muutu mitte kompamistüübiks?

Sportlised saavutised on siis täiuslikumad kui on omatud õlge lihastunde teatud toimuingu puhul.

Pallihetitja pesapallis teab samal hetkel, mil pall lahku käest, kas see läbibstab kodupesa, nagu see oli kavatsatud. Akrobaadid ja võimlejad arendavad lihastunnet pingutuse ja distantsi mõõtmiseks. Korvpallimängija teab, millal ta on „küps“ korvi viskeks.

Me võime nüüd järeldada, et nägemismeelele esitatud materjal, s. o. näite, pildi varal ja siis tegelikult harjutatud nii, et osavõtja võib omada vajalikku „tunnet“, on kõige tagajärjekam aineõpetamine.

Kust peab õppimine algama

Võib palju asjatut ajaraikamist ära hoida hooaja ajal, kui treener uurib kui kaugel tema mehed oma teadmisis ja osavusis; algab sellest punktist, et kasvata uusi harjumasid ja lõhkuda seniseid, mis on olnud valed.

Kasulik on koondada materjali ühe ehk kahe ülesande ümber esimesil harjutusperioodidel.

Mõned õpetajad, et väliselt silma peista, alates tööga, püüavad olla entsüklopeedilised, s. t. anda palju materjali, kuid pealiskaudselt. Nõuded, juhatused, plaanid ja arvustus

järgnevad üksteisele. Usalduse ja kasu asemel loovad nad ainult segadusi.

Iga päev üks tegu — kuid hästi tehtud, on hea juhtlause.

Üks hästi õpitud osa mängust näitab poistele juba, et nad tegelikult teevad edusamme. See köidab nende huvi.

Tee probleemid tõeliseks.

Palju õpetusi läheb sellega kaotasi, et õpetaja ei selgita õppijale nende seisukorra ja ülesande tõelikkust, ehk sellepärast, et mainitud seisukordadel ja ülesannetel ei ole otsesest suhet mänguga.

Õppimine edeneb alati siis kõige paremini ja õpitav aine on kõige kasulikum kui õppija peab lugeda oma otsesest ülesandest kogu mängu suhtes. Mängu alused on siis kõige kasulikumad, kui nad moodustavad tegeliku osa tegelikust mängust. Peale selle kui mängu alused on hästi valitud. Kõige parem abinõu on teha ülesannet tõeliseks sellega, et õppijaid kästakse kasutada oma kujutlust vabalt iga õpetajajärgu kestel nii, et nad võiks tunda end mängus tegelikult vastasega.

Poksijad seisavad sageli löögikoti ees, nagu peaks nad selle kallal meistriks saama, selle asemel, et kasutada kiiret vastulööjat, kus nad harjaks ka vastulöökidega. Poksimine löögikotiga harjutab ainult lihaseid, kui mitte õppija ei kujuta seda liikuva vastasena ja ei võta oma ülesannet tõsiselt. Lühies kott liigutab omi jalgu, põikleb kehaga, kumardab pead ja teeb teisi liigutusi, mis on vajalik edukaks kaitseks.

Varjupoks on kasulik, kuna see harjutab jalgu, keha ja kopsusid; kuid, kõige kasulikum on veri sisse



Sportikindralid jõuluvana pale ees.

Alammine rida: Spordikeskliidu esimees kindral Laidoner on ilmunud jõuluvana ette oma ametimundris ja tunneb end ka siin „kõigevägevamana“, kindralina. Isegi mitte jõuluvana ta ei karda. (See on ilmselt selgesti näha ta seisakust). Kindrali abimees Abrams, on end poetanud oma „ülemuse“ kõrvale ja on teda alati valmis aitama. Iseäranis kingituste vastuvõtmisel jõuluvanalt.

Käsihalliliidu esim. Klumberg tahab jõuluvanale näidata oma mänguosavust. Suure hirmuga on ta aga vahetanud käed jalgadega. — Aga

eks me kõik ju põeme lambipalavikku.

Sportbüroo juhataja ja elukutseline sportlane, Villemson, tahab jõuluvanale meeldida tubli sportlasena ja kui tarvis, tõstab ta tõstepommi asemel ka eluraskuse 100 korda üles.

„Eesti Spordilehe“ toimetaja Mändvere loeb „omatehtud“ spordilehest jõuluvanale ette värsked spordisõnumeid ja spordi uudiseid. (Mändvere vaade on juhitud natuke enam mujale, kui „Spordilehele“, kas tal mitte ei ole kuhugi kinnitatud spikker?)

(Kõrvaltvaataja järelemärkus)

Jõuluvana seljataha peitu on pugenud „kindral“ Visman. Temal seal Toompeal kahtlased askeldused nende rosinate litsentsidega ees — ja parem karta kui kahjatseda, sest ega tea kas see jant kõik jõuluvanale meeldib.

Eemal peab Vismani teravasti silmas dr. Veiss. Tema, kui arsti kohus, on valvata, et mehikesel süda mitte liialt „hüppama“ ei hakkaks, sest see võib tervisele ja ka elule saada hädaohlikuks.

Ülemine rida vasakult: Tennisliidu esimees Tooms on võtnud kätte lumepalli ja tahab sellega nüüd

oma leidlikkust tõestada ja näidata, et ka talvel võib valget palli „teha“.

Saulmann, talvespordi liidu esimees naljavend on jõuluvana ette ilmunud suuskadega — tahab vist sellega näidata, et ta on ka juba suusatamise selgeks õppinud.

Jalgpalliliidu esimees Anderkopp on üsna rahulik, tema ei närviitse sügugi, ja mistarvis ka närviituda. — Tema ja ta poisid on oma töö teinud, auhinnad on igale selgesti näha ja muud polegi vaja.

Üle kõige selle pühade olemise säraavad võidukalt rekordid. „Kindralite“ rõõmuks ja auks. —ove—

kui me oma kujutlusvõime abil elustame ta tõeliseks vastaseks, sama targaks nagu ise, keda iga moment peab valvama; vastasteks, kelle kallal peame tarvitama igat võtet oma strateegiast.

Korvpallilõks korvi visete harjutamine pole nii kasulik seni kuni vormiline visete harjutamine pole muudetud kujutluse abil tõeliseks. et vastane on takistamas meid kord vasakult, kord paremalt poolt, et peame nüüd kasutama kogu oma osavust, et üle trumbata kavalusega eesseisvat kaitset.

Suur osa korvi visetest võistlustel ei õnnestu sellepärast, et teeme seda laisalt, mekaaniliselt, ilma et muudaks oma harjunut stiili, mida ometi tegelik mäng nõuab.

Olulise õppimine võrreldes juhusliku meeletuletamisega.

Õppimise ja mälu vahel on vahe. Õppimise juures anname materjali närvisüsteemile üle, kes see automatiseerub. See materjal, mida oleme omanud mälu abil, ei jää sinna sel viisil. Meie ei saa lahti õelda harjumuse ja osavuse kasutamisest, kuid me võime loobuda mälu tarvitamisest.

Me võime seal olevat materjali tarvitada kui- ja millal me seda tahame.

Vahe mälu ja õppimise vahel peaks eriti õpetajat huvitama, sest ta peab oskama selget vahet teha materjali vahel, mida ta tahab automatiseerida ja selle vahel, mida ta paljalt mälu objektiks tahab teha.

Mida tähtsamaks ülesanne on tehtud, seda kiiremini edeneb õppimine.

Võtame ühe ülesande, mis nõuab erilist osavust. Siin võivad tekkida erandid ja tingimused. Eeldame, et need erandid ja tingimused on mähus alal hoitud, ei ole mitte automatiseeritud. Muuta need nüüd auto-

maatseiks tähendaks hävitada osavust.

Vaatleme näiteks osavust, mida vajab kajitsja, et peatada tema poole suunduvat mängu. Ta ei tohi lasta end segadusse ajada vastase poolt. Tema mängu strateegia on olnud tema võimest meeles pidada, millised erandjuhud võivad ette tulla.

Raskeks ülesandeks õpetamise juures on see, et teatud toiminguid tuleb muuta harjumusiks, samal ajal ei tohi mitte unustada, kuna peab tegutsema hoopis teisiti. Paljud õpivad mekaaniliselt, nad ei suuda kunagi kiirelt reageerida uues ja ootamata olukorras. Neil põhjusil peab õpetaja hoolikalt valida materjali, mida ta tahab teha automaatseks. Harjumuse ja osavuse kõrval ei tohi unustada erandeid ja ebareeglipärasusi. Alles siis saavad tema õpilased häiks mängijaiks, mitte harjumuste masinaiks.

Aine kohandamine õpilaste vaimlise tasapinnale.

Me oleme näinud juba, et õpilased erinevad tugevalt üksteisest oma võimete poolest. Need erinevused on sama arvukad nagu erinevused nende väljumises, sihna-, juukse- värvis, kehaehituses jne.

Sellest näeme, et me peame kohandama materjali õpilaste vaimlisele tasapinnale. Hulk korvpalli kombinatsioonid nurjuvad sellepärast, et treener, kes kulutas hulk aega nende väljamõtlemisele ja õpetamisele, ei tulnud selle peale, et need käivad enamusele mängijaile üle jõu, sest on liig keerulised mängija vaimlisele tasapinnale.

Meeste jaotamine esimesse, teise ehk veel kolmandasse rühma aitab pjsut lahendada seda küsimust.

Võtame näiteks mälu võime.

Mõned on omas õppimises aeglasemad teistest. Vaatamata pikemale ajale, jõuavad nad kaugemale neist, kes õpivad kõike ruttu, kuid varsti jõuavad oma püüratud võimete tipuni.

Hooaja alul peab õpetaja liigita oma omi õpilasi, kui võimalik, siis psühholoogi abiga. Oletame, et iga rühm koosneb mängijaist teatud vajumete omadustega. Anname siis igale rühmale ülesandeid, mis on kooskõlas nende võimete, see aitab kiiremini koostada meeskonda ja ühtlasi arendada kaitset ja peale tungi.

Kui me palume meeskonda asuda mõneks tunniks ühe ülesande kallale, siis näeme varsti individuaalsed erinevusi, sest üks ehk kaks meest rühmas on aeglased õppijad. On kasulik teada hooaja alul, kes on aeglased õppijad, et neile anda juba esimesel nädalal neile vastavaid ülesandeid, et nad ei teeks mitte teistele takistusi. (Järgneb.)

Kes võidavad veespordis olümpiaadil?

Kuidas oleks järjekord tänavuste paremate saavutuste põhjal.

100 m. vabalt: 1. Barany (Ungari) 59,8; 2. Yasuji Miyazaki (Jaapani) 59,9; 3. Manuella Kalili (USA) 1.00,2; 4. Majola Kalili, Walton (USA) 1.00,4.

400 m. vabalt: 1. Tavis (Prantsuse) 4.49,4; 2. Yokoyama (Jaapani) 4.53,2; 3. Gilhula (USA) 4.57,6;

1500 m. vabalt: 1. Makino (Jaapani) 19.35,2; 2. Crabbe (USA) — 20.06,2; 3. Takemura (Jaapani) — 20. 11,4.

200 m. rinnuli: 1. Koibe (Jaapani) 2.50,0; 2. Wittenberg (Saksa) 2.52,0; 3. Reingoldt (Soome) 2.52,2.

100 m. seljalt: 1. Valton (USA) — 1.11,0; 2. Kavari (Jaapani) 1.12,0; 3. Kiyokava (Jaapani) 1.12,2.

4x200 m. vabalt: 1. USA 9.17,0; Jaapani 9.26,6; 3. Ungari 9.34,4. Hoolauahüpped: 1. Smith (USA); 2. Michael Galitzen (USA); 3. Simaika (Egiptus).

Tornihüpped: 1. Simaika (Egiptus)

Naised: 100 m. vabalt: 1. Madison (USA) 1:09,4; 2. Lenkey (Ungari) 1:09,8; 3. Godard (Prantsuse) 1:10,0.

400 m. vabalt: 1. Madison (USA) 5.42,2 (440 yardi); 2. Braun (Hollandi) 5.42,0; 3. Godard (Prantsuse) 5.53,4.

200 m. rinnuli: 1. Rawls (USA) 2. Suchardt (Saksa) 3.14,1; 3. Kasstein (Hollandi) 3.15,4.

100 m. seljalt: 1. Braun (Hollandi) 1.22,8; 2. Cooper (Inglise) — 1.23,6; 3. Harding (Inglise) 1.24,8.

4x100 m. vabalt: 1. USA 4.46,4; 2. Hollandi 4.57,4; 3. Inglise 5.00,8.

Hoolauahüpped: 1. Coleman (U. S. A.); 2. Rawls (USA); 3. Jordan (Saksa). Tornihüpped: 1. Coleman (USA). Nagu tabelist näha, on eurooplastel ameeriklaste ja jaapanlaste kõrval õige vähe võiduvõimalusi meesaladel, naisaladel sellevastu rohkem kui Ameerikal.

Kohvik
„Philipitsh“
Tallinn, Viru 18.
Mugavaim kohvik Tallinnas!
Igapäev värsked kondiitri saadused oma tööstuselt.

Sportlased!
Kui soovite head kohvi juua, nagu välismaal — siis külastage ainult **Café „Centrum“i** SUUR KARJA 18.

NURMI suur saladus.

Kehatelje õige asetus tarvitab jooksul minimaalset jõukulu keha tasakaalustamiseks — säästab aga kogu energia edasiliikumiseks.

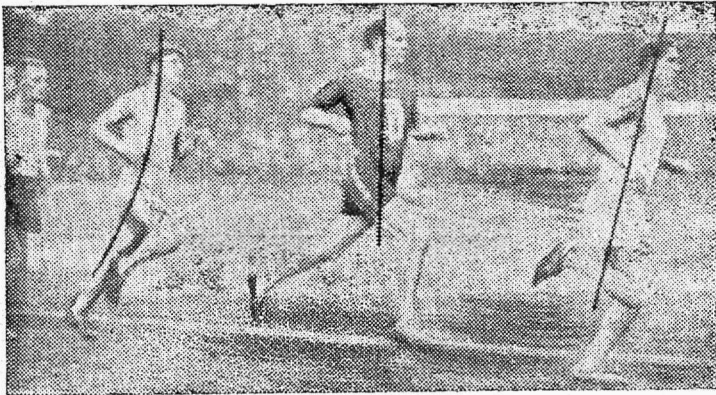
Rekordsaavutused spordis, missugused miljoneid inimesi imestama panevad, nõuavad veel teaduslikku seletust. Isääraliseks imeks peetakse Nurmi saavutusi. Berliini arst Dr. August Weinert, kes mitmeid aastaid tegeleb looma ja inimkeha liigutuste probleemidega, juhib tähelepanu selle peale, et Nurmi jooksuviis allub täpselt loomuliku liikumisviisi seadustele.

Käja ja jooksta, see tähendab keha tasakaalus edasiviimine. Meie seisame tasakaalus, kui meie keharaskus on jaotatud ühetaoliselt mõlematele jalgatele. Sel juhul seisab

jalg, sääreluu ja reieluu ühe telje peal. Käigu ehk jooksu liigutuste juures on see telje õige seisak veel tähtsam, sest siis lasub terve keha raskus üheaajsa, nimelt ettesirutatava jala peal.

Et Nurmi kõigi oma jooksu faasides alati õieti keha telge asetab, siis tarvitseb tal välja panna mõnimum jõudu keha tasakaalustamiseks ja ta võib oma terve energia tagavara kasutada edasiliikumiseks.

Sellele liikumise seadusele intuiitiivselt jälgimine teebki Nurmi jooksu-geeniuseks.



Pilt Nr. 1.

KUIDAS JOOKSEB NURMI — KUIDAS JOOKSEVAD TEISED.

Esimene jookseb ettepoole kummardudes, sellega on pingul seljamuskliid, mis keha tasakaalus peavad hojdma, viimane tahes parandada esimese viga, viskab pea kukla, mis niisama kulutab selja muskulatuuri jõudu. Keskel „rändav Lot“ Nurmi, vabas, loomulikus kehahoius, mis kõiki lihaseid kokkahojdljkuult ja loomulikult kasutab, ja keha tsentrumi paremale ja vasakule pendeldada lasseb.

Nr. 2.

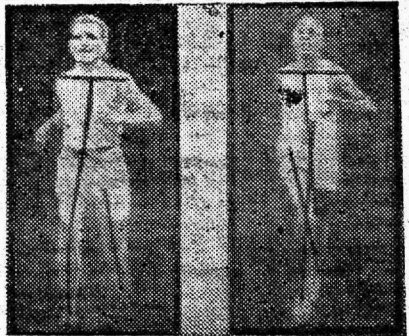
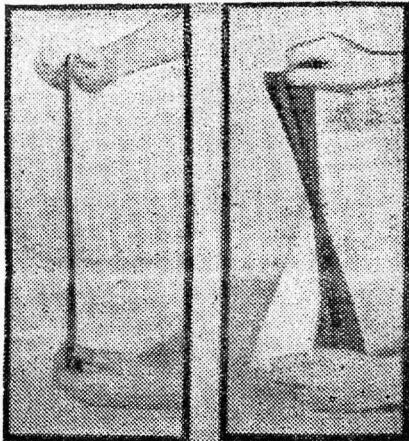
Kuidas Nurmi keha, must-valge trüübilise paela peal näidatud, jooksu ajal pendeldades paremale ja vasakemale keerab.

Nr. 4.

Nurmi jookseb hästi, sest et ta õieti jookseb. Nurmi klassiliseks muutunud stiil on ajnuka loomuliku jooksuviisi, sest et ta vastab täielikult inimkeha õigetele liikumise seadustele.

Nr. 5.

Vastand Nurmi jooksuviisile. Harmoonilise pendeldamise asemel on siin näha üllemise ja alumise kehaosade teljete rjstumine, ebaratsionaalse kehakaalu- ja jõu tarvitamisega.



Kuidas harjutavad Soome jooksjad? Vastupidavus surmab lõpuspurdi!

Seni on väga palju kirjeldatud soome jooksjaid ja nende treeningu viisidest. Ajnult üksnes Nurmi jooksu saladustest võiks juba raamatut kirjutada, seni on aga temast vilksatanud teated ajalehtedes. Kindel on aga, et ajalehtede teadete varal pole meil võimalus saada pilti Nurmi jooksu arengust. Tema harjutuse viisid — need teevad seda veel suuremaks saladuseks.

Soome jooksu kool on inglise Shrubbi kopeerimine. See kool Soomes on annud palju häid tagajärgi ja tema kava oleks järgmine: 1) käik, 2) jooks, 3) saun, 4) massaaž, 5) võimlemine.

KÄIK. Käigud eralduvad inglise koolist selle poolest, et soomlased vahelduvalt jooksevad ja käivad. Leidub ka neid, kes ainult käivad. Iga päev algab treening käiguga kell 6 hommikul, selle peale vaatamata, kas jooksja töötab kusagil või ei. Käigud on pikad ja lühikesed, 1,5 kuni 3 tunni. Käigud on põhjapanevad harjutused, mis harilikult kestavad vähemalt 2 kuud. Soome jooksjate erinevus on, et nemad vahelumisi muudavad käigu kiirust ja sammu, vahel ka jooksevad. Käikudel mõned tarvitavad raskeid saapaid, teised jälle kerget kinki. Need, kes tahavad jalalihaseid arendada, tarvitavad raskeid saapaid. Kui vastupidavus saavutatud, siis mäännakse üle harjutustele kergete kingadega.

Peale käikude käiakse vähemalt kolm korda saunas. Massaaž on samuti kolm korda nädalas. Soome massaaž seisab selles, et iga lihas töötatakse põhjalikult läbi ja hõõrutakse pehmeks.

Võimlemise harjutused rajatakse peamiselt jalgade ja puusade arenguks, sest nende lihased kergendavad jooksu.

TALVINE KAVA.

Esimese kahe kuu kava on umbes järgmine:

Esmaspäev: k. 6 käik — 2 tundi. Esimesed 14 päeva ainult käik. Järgmised 14 päeva kergelt jooksta 5 min. ja käik. Järgmisel kuul mitu 5-minutilist jooksu tugevama ja kergema tempoga vaheldumisi. Käigud pikendatakse 3 tunni.

K. 9 saun ja massaaž. K. 4 p. 1. lühikene, kuid kiire käik ja kerge massaaž. K. 9 õhtul võimlemine.

Teisipäev: k. 6 kerge käik tavalikul maanteel 2 tundi, massaaž. K. 4 p. 1. 3—5 km. kiirkäiku. K. 6 õhtul võimlemine.

Kesk-nädal: Puhkus. Neljapäev: esmaspäevane kava.

Reede: teisipäevane kava. Laupäev: Tantsimine k. 8—11 õhtul.

Pühapäev: suusatamine, massaaž ja saun.

Soomlased ise leiavad, et kava on osalt liig kerge ja vahelduv (näiteks tantsimine ja suusatamine).

Kui vastupidavus on saavutatud, siis mäännakse üle jooksule, millega saavutatakse veel tugevamat vastupidavust. Edasi kestavad ka käigud, saun ja massaaž.

TEMPO KIIRENEB. Lugeja ei tohi mitte arvata, et soomlane ei või ületreeneerida. Ka nemad ei või loomulikult üle minna piirist, aga siiski soomlased arene-

vad tugevamaks, kui teised rahvused, ja see on nende sauna ja massaaži tulemusena.

Jooksta ringi ringi järgi ühtlase ajaga, vahete-vahel 1 ring 2 sek. kiiremalt — sellep. saavutatakse vastupidavust ja kiirust. Paljud soome jooksjad tarvitavad inglise meetodi, ss. o. pikendada jooksu aega saavutatud kiirusega.

Üks 1500 meetri jooksja näiteks algab 600 meetriga ja lisab iga nädalal 100 m. juurde. Kuni 1100 m. jookstakse ühtlase ringi kiirusega.

5000 m. jooksja võib alata 3. ringiga ja nädalas lisada 1 ring juurde kuni 8 ringini (400 m. ring). Meelsamini jookseb soomlane siiski väikese vaheajaga. Näiteks: 1 ring (400 m.) 72 sek., 2 — 75, 3 — 75, 4 — 75, 5 — 76, 6 — 76, 7 — 76 ja 8 — 78. Siin vähendatakse tempot mõne ringi tagant.

3000 m. aeg on siis 9.23,5 ja 1500 m. 4.38 sek. Vastupidavust ja valedust suurendatakse sellega, et jookstakse ringid kiiremini, näit.: 70, 73, 73, 73, 74, 74, 74, 75. Aeg on siis 3000 m. 9.08,5 sek. Kiirendada ringi kiirust 2 sek. võrra ei lähe muidugi alati korda ja kui ebaõnnestub katse, alatakse harjutusi uuesti, kuni õnnestub.

Nii harjutab soomlane jooksu ühtlase tempoga. Vale arusaamine kiirusest ei ole ainult meil, vaid ka Rootsis ja Soomes. „Harjuta kiirust“, öeldakse harilikult. Mis on aga jooksu kiiruse harjutamine pikamaa jooksjale? Üks „asjatundja“ soovitas, et õpetaks 10.000 m. jooksjale stardi harjutusi, tema olevat näinud sarnaseid õpetusmeetode Ameerikas.

Esmalt aga peab olema vastupidavust katta maad teatud ajaga, ja siis tuleb harjutada katma seda maad kiiremini. Üks jooksja on vastupidavam kui teine. On õige, et Paddock on kiirem, kui Nurmi, aga temal pole mingit shansi Nurmi vastu 10.000 meetris.

Et õieti mõista, mida mõeldakse pikamaajooksja kiiruse all — võiks järele mõelda definierida, et kiirus on tempo, kujs mõõduvad ringid ühtlase ajaga. Kellel parem aeg ringide kiiruses, sellel parem kiirus. See ongi soomlaste jooksu saladuse võti.

Õelda, et Nurmi on tugevam 5000 m. jooksja kui Purje, on igatahes õigem, kui öelda, et Nurmi on Purjest kiirem. Jooksu kiirust ei saa mitte harjutada vastupidavuse moel.

Kui jooksja on nõrgem spurdis, kuidas siis tuleks harjutada?

Näiteks 1923 a. oli Vide võitmatu spurdis. Nurmi teadis seda ja harjutas vastupidavust. Kui nemad siis jälle võistlesid, oli Vide löödud, tema vastupidavus ei võimaldanud jälgida sarnasele kõvale kiirusele. Nurmi oli teinud terve jooksu spurdiiks.

Ny on kiirem kui Purje — aga ei oma sarnast vastupidavust ja sellepärast võitis Purje.

Meie näeme, et kiirus pikamaa jooksjale seisab ainult ühtlases kõvas tempos — see väljendus kiiruse kohta oleks siis ka õigem.

Täielikum spordiäri Eestis
KAUBAMAJA
„SPORT“
 Tallinn, S. Karja 18.
 Kõnetr. (2)23-00

soovitat kõige soodsamate hindadega

Talviseks hooajaks:

Suuski svõitmeid
 uiskusid mütse
 tõekeelke kindaid
 sporaikelke sääre
 lastekelke salle jne.

A/S. „Union“ suusasaapid

Teadaanne
lehe tellimiste vastuvõtjatele.

„Spordilehe“ toimetuse teatab kõigile, kellele on saadetud lehe tellimiste vastuvõtmise lehed, et tellimiste vastuvõtmine suurte soodustustega on pikendatud kuni 1 jaanuarini. Toimetus palub jätkata tellimiste vastuvõtmist ja saada lehed ära 3 jaanuariks 1932a.

„Eesti Spordileht“

- ## „Spordilehe ennustusvõistlus.
- Eesti-Soome poksi võistluste puhul korraldatud ennustusvõistlusel langevad määratud preemiad järgmistele õietiennustajate vahel:
1. J. Pärt, Tartu — taskukell
 2. E. Tensing, Tallinn — kristallvaas
 3. S. Prjimagi, Mustvee — rahatask
 4. A. Klumberg, Tallinn — „Spordileht“ 1 a.
 5. I. Sidorov, Narva — „Spordileht“ 1 aastaks.
 6. A. Kõnnusaar, Türi — „Spordileht“ pooleks aastaks.
 7. P. Sepp, Helsingi — „Spordileht“ pooleks aastaks.
 8. B. Kasa, K.-järve — Keh. aastar.
 - Nr. 5.
 9. R. Limberg, N.-Jõesuu — Keh. aastar. Nr. 5.
 10. K. Juntson, Kunda — Keh. aastar. Nr. 5.
- Täiesti õieti 6—2 (kaalude järgi) ennustasid esimesed kaks, kuna teiste vahel otsustas preemiate järjekorra loos.
- „Eesti Spordileht“

- ## Talvespordi liidu ametlikud teated.
1. Eesti Talvespordi liidu juhatus jaotas ametid 1931/32 a. tegevushooajaks:
 - Esimees — R. Saulman.
 - Abiesimees — F. Grünreich.
 - Sekretär — R. Sauer.
 - Abisekretär — A. Kink.
 - Laekur — N. Tschutschelov.
 2. Liidu liikmemaksu tähtjaks mitte tasumise tõttu põhikirja § 18 alusel kustutatakse liikmete nimekirjast:
 - Türi Spordiring,
 - Haapsalu Läänela,
 - Tallinna Greif,
 - Tartu Ülev,
 - Tallinna Vitjas,
 - E. Akadeemil. Spordiklubi, Tartus.
 3. Võetakse vastu huviliikmeteks:
 - ÜENÜ Tartu osakond,
 - ÜENÜ Mädaepa osakond,
 - ÜENÜ Ljiguste osakond,
 - ÜENÜ Arukiila osakond,
 - ÜENÜ Hõimla osakond,
 - Verda Stelo, Tapal,
 - Kreenholmi N. M. K. Ü.

G. Hackenschmidt kõikide aegade parim maadleja maailmas.

Asjaarmastajate- ja elukutseliste maadlusest. — Meistrid on ikka olnud parimad oma ajal. — Eestlane Georg Hackenschmidt kõikide aegade võitja.

Tuleviku väljavaated maadluspordis Eestis.

Palju on räägitud elukutseliste maadluste poolt ja vastu. Rahvusvahelise maadlusliidu ringkondades puudutati käesolevat küsimust ja koguti andmeid üksikute rahvustelt nende maade elukutselise maadluse kohta. Ankeedi lõputulemuseks selgus, et elukutseliste väljaastumised ei leia enam seda poolehoidu ja tunnustamist, mida nemad varem omasid. Elukutseline maadlus praegusel kujul on välja suremas ja leiab poolehoidu vaid neis ringkondades, kus rahvas sporti, eriti maadlust, ei tunne. Näitena võiks tuua spordirahvusi, nagu, Soomet ja Rootsi, kus maadlus kõrgel järjel. Seal ei tuntu viimasel ajal elukutseliste väljaastumisi. Edasi väideti, et nüüdseaja elukutseliste tšempionaadid on võistluspordi omadustest palju kaotanud ning maadlus iseenesest on muutunud tooreks, inetuks pusklemiseks. Elukutselised maadlejad panevad vähe rõhku oma kehajule: nüüdseaja tšempionaadidest ei forka silma osavõtjad oma ilusa arenen. ja väljatreeneeritud kehaehitusega, vaid enamuses on nad kõhukad, lihavad inimkogud. Varemadel aegadel korraldati elukutseliste maadlejatele kunstnikkudest-asjatundjatest koosneva jurii otsustamisel n. n. iludusvõistlusi, kus kaunimale, väljaarenenud proportsionaalse kehaehitusega maadlejatele auhindade määrati. Nüüdsel ajal mehe seda enam ei näe. Teiselt poolt elukutseliste maadluspordi kasuks tunnustati, et viimaste esinemine on noortele tõukeks ja üheks abinõuks maadluspordi edenemisel ja arenemisel. Väga võimalik, et nüüdseaja elukutselise maadlus, kriisi läbi põdedes, oma loomulikkude surma sureb, ning lähemas tulevikus elukutseliste maadlus teise kuju omab, sarnanedes rohkem praeguse aja poksilile, kus kohtamised ilmameistri tiitli üksikute paremate jõudude vahel aset leiaks. Seks on eeldused olem. Belgialased, näiteks kavatses korraldada asjaarmastajate-raskekaalu maadlejatele võistlust, kus iga rahvus oleks esitatud oma parima jõuga. Võitja omab maailma parima maadleja nimet ja hõbe krooni.

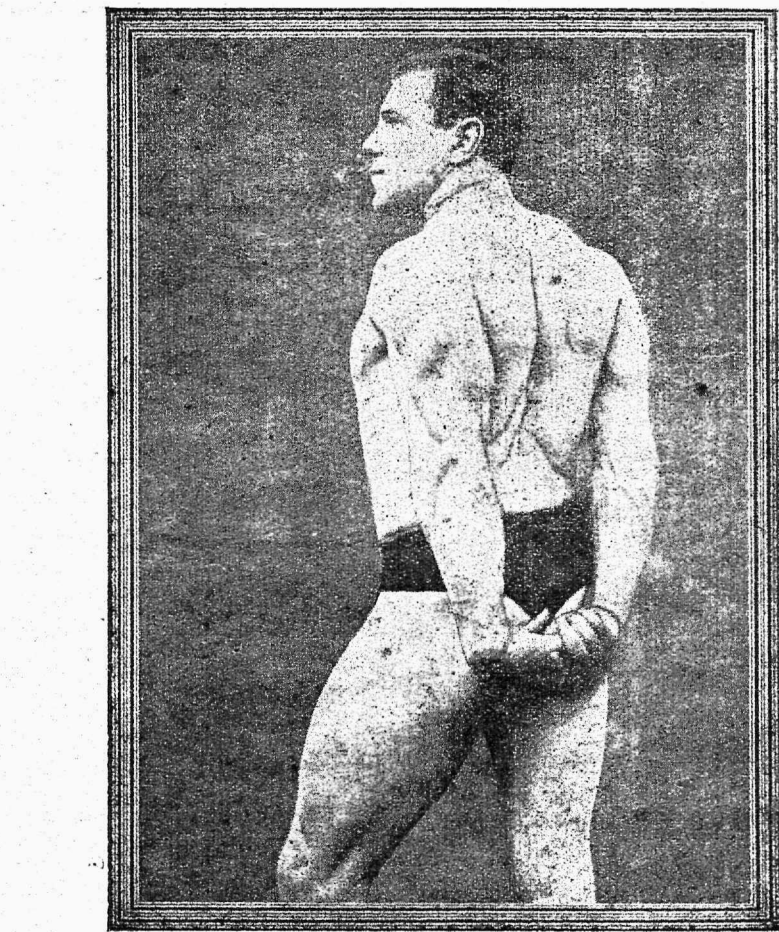
Teiseks põnevamaks, päevaküsimuseks, mitte ükski meil vaid ka välismaal, on asjaarmastajate ja elukutseliste paremus küsim., parem. küsim. sõna lajal. mõttes, kus arvesse võetakse maadlejate mitmekülgsed omadused: jõud, tehnika, taktika, võtete tundmine jne. Maadluspordi, nagu iga teine spordiala, on viimasel ajal hügla edusamme teinud ja tehniliselt täienenud. Iga maadluspordi harrastaja, kes tahab ajaga liies sammuda, peab end täiendama. Elukutseliste edenemist ja nende võtete teostamist jälgides, peab tunnustama, et sarnase esinemise järgi otsustades, need mehed ei oma maadluse algteadmisi, rääkimata viimistletud moodsatest võtetest ja maadlusviisidest!

Ameerika kuukiri „Police Gazette“ avaldab tuntud silmapaistvama ameerika sporttegelase ja maadluspordi asjatundja Jack Curley arvamise ajajooksul sportlistes ringkondades pinevust sünnitanud küsimustele:

„Kas endise aja maadlejad olid paremad kui nüüdseaja omad, ehk ümberpöörduid, ja keda maailmameistrist tuleks pidada parimaks kõikide aegade maadlejaks?“

Leht omalt poolt märgib, et kompetentsemaks isikuks käesolevatele küsimustele vastamiseks peavad ameeriklased Jack Curley, kui endist tegevsporilast ja suuremate matšide korraldajat.

Leht kirjutab. Mõni aeg tagasi harutati ja vaieldi teatud sportlistes ringkonnas küsimusele, kuidas nüüdseaja maailmameistreid saaks võrrelda võistluspordis mõne endise



Georg Hackenschmidt.

Tervitusi Ameerikast!

ESTONIAN EDUCATIONAL SOCIETY

310 LENOX AVENUE

NEW YORK, N. Y.

Dec. 8 - 1931.
New York.

Soovime koigi Eesti Sportlastele
parimat õnnelast uut aastat!
Ja kõrge suuremad edu Los Angelesi
Olimpiadil.

Eesti Sportlased Ameerikast.

O. Hoff. Bob Rode

Alfred Meich H. Piel. Y. Thomsen.

Oleive Ploompur Arthur Meich

Valter Palm.

F. Mutter

Karl Saar

Adolf Markewitz

maailmameistriga? Kuna isikute arvamusel läksid lahku ja väelusi esile kutsusid, pöörati Jack Curley poole, kes sõna lausumata kogu aeg väelust pealt kuulas, et viimane avaldaks oma arvamusel asja kohta, ja oleks n. n. kohtu mõistjaks-otsustajaks vajalike poole vahel. Jack Curley teiste väljendusi, oma kogemusi ja tähelepanekuid arvesse võttes, arvas, et

meistrid on ikka olnud parimad oma ajal.

Iga ajajärgu maailmameister on parim oma ajal. Seepärast ühe ajajärgu maailmameister on sama hea kui teise ajajärgu oma. Teiste sõnadega: kui oleks võimalik kokku tuua kõike ajaloos tuntud endiseid maailmameistreid ja neid omavahel võistelda lasta, tingimusel et iga üksik neist oleks oma parimas vor-

mis, siis otsustaks maadluste käigu ainult ainealine kasu, vastasel korral kestaks maadlus kahe maadleja vahel lõpmatuseni!

Küsimusele, keda tunnustada võitjaks kõikide aegade võistlejaist, vastas J. Curley: kuigi teie ja enamuses lugijasringkonnast minu arvamus, võib olla ei poolda, tahan mina siiski oma tõekspidamisele ja südame-tunnistusele truuks jääda ja paneksin oma kihlveo „Hackile“, (s. o. G. Hackenschmidt): Põhjendan oma arvamusel seega, et „Hack“ oli tugev, mitmekülgne sportlane ja tunnustatud maadleja, ja ma ei kujuta endale ette meest, kes oleks suutnud temale vastu panna, ajal kus ta oli oma parimas vormis. Kuigi ei saa mainimata jätta Frank Cotschi tugevat ja osavat maadlejat, samuti Ernst Roebertit, kes oli kaotuse ja seljatanud kreeka-roma maadluses teiste maaue meistreid, edasi Lewis, Yousofi j. t., kuid minu arvates Georg Hackenschmidt oleks siiski loobereid löiganud. Nii siis: sarnane on erapooletu ameeriklase arvamine ja otsus parima maadleja kohta, kellenä osutub eestlane Georg Hackenschmidt, kes praegusel ajal elab Inglismaal ja mõni aasta tagasi külasias oma Eestis asuvaid sugulasi.

Aastad paar-kolm tagasi polnud Eesti maadluspordi väljavaated kuigi roosilised. Ehk küll Eesti sammus oma tippsaavutustega eesrinna teiste rahvaste peres, oli üldtasapind siiski nigel. Vanade-veteraanide tegevuspõlvkonnast loobumisel polnud ette näha neile väärilisi asetajaid, sest noorte juurdevool oli nõrk. Samal ajal peeti maadlusühingute esindajate nõupidamist, kus püüti ümmikust väljapääsu leida. Nõupidamise lõpptulemuseks selgus et maadluspordi elustamiseks ja edendamiseks on muuseas tarvilik: noorte seas maadluspordi vastu huvi äratada, korraldada noorte omavahelisi võistlusi, paremate maadlejatele rahvusvahelisi kohtamisi võimaldada, lähemate naabritega maavõistlusi pidada, tihedamat omavahelist koostööd, korraldades linna- ja ühingutevahelisi võistlusi, huvi pealtvaatajaskonnas maadluse vastu äratada, maadlejate tehnilist külge täiendada j. n. e. Organisatsioonide esindajad otsustasid maadluspordile pühendada tulevikus suuremat tähelepanu, et maadlusele kindlustada esikohta maadlusrahvaste peres. Kuna ülesseatud ülesannete teostamine ei anna tulemusi aasta-kahega, vaid on pikemaajalise harkindla, püüva töö tagajärg, võime siiski rahuldustundega kinnitada, et ajajooksul tegevuses saavutatud edu ja tagajärjed on rahuldavad.

Suureks tuleprooviks meie maadlejatele oli viimane peetud maavõistlus Eesti- Soome, mis ühthilsi andis ülevaadet Eesti maadluspordi tasapinnast ja maadlejate võime-dest. Kuigi meie saavutasime viigi meist tugevama Soome meeskonnaga, ei tuleks meil võidetud loorberitel puhata, vaid maavõistlustel tehtud vigade ja saavutatud kogemustele tuleks edaspidist tegevust rajada. Jättes kõrvale üksikute võistlejate võimete arvustamise, käsitame maadlejate võimeid üldiselt rahvusvahelisest tasapinnast välja minnes.

Üheks suuremaks ja üldiseks puuduseks meie maadlejatel on oskus rahvusvaheliste määruste kohaselt maadelda. Paistab, et maadlejad ei tunne rahvusvaheliste määruste töö- võidu nõudeid, ja see on peamiseks nende kaotuse põhjuseks. Iga üksiku paari maadlusaeg on nüüd lähendatud miinimumile ja selle kestel peab maadleja oma parema panema välja. Maadleja tegevus olgu sihitud oma vastase mõlemale olale panemiseks — selja- võidu saavutamisele s. o. tema tegevus olgu aktiivne. Aktiivse tegevuse eest määratakse töövõit. Passivseks tegevuseks (Järg 8. küljel.)

G. Hackenschmidt . . .

(Algus 7 küljel.)

mis toob kaotuse on: vastase väljatõukamine matilt, vastase kinnihoidmine parteris võtet teostamata, kõhuli lamamine, matilt põgenemine, vastase võttest lahtirabelemine vastuvõtet tegemata. Edasi tuleb silmas pidada, et võistlust (matši) hinnatakse kui tervikut, mitte ühe võtte järgi. Näiteks võib tuua juhust, kus üks võistleja lööb teist nupust parteri, kuid üldiselt võistluste kestel on ta passiivne: pangeb matilt, rabeleb vastase võttest lahti vastuvõtet teostamata jne. Kui temale kaotus määratakse, siis tuleb ta oma teostatud võttega esile. Samuti suureks puuduseks on parter-maadluse oskamatus. Meil valitseb arvamine, et maadleja, kes parteris asub all, peab end vaid vastase võttest kaitsma. Seks laseb tema end kas kõhuli, hojab peal asuva vastase käsi kinni, pareerib peaga pool- ja kahekorde-senelsonist, kisub hammerlockist käe välja jne. See passiivne tegevus, mida kasuks ei hinnata, toob kaasa kindla töökaotuse. Sidumist ehk klammerdamist meil ei tunta ja vaid üksikud maadlejad kasutavad seda maadlusviisi (Võlt, Tartust). Maadleja saab tööparemuse kah parteris allolles, kui ta oskab hästi klammerdada, ja vastuvõtteid teostada. Iseäranis tähtis on klammerdamise oskus nüüdse maadlusviisi juures, kus määratakse kumbki maadleja kolmeks minutiks parteri. Klammerdamine on tähtis samuti maadlejale parterist väljapääsemiseks. Edasi tuleb maadlejatel oma tegevuses rohkem järjekindel olla. Asjata rappimine on jõe kulutamise. Enne matile asumist tuleb läbi mõelda, kuidas vastasega maadelda. Iseäranis parteris paistab maadlejate saamatuse silma. Katsutakse üht- ja teist võtet, poolelis-sevõtetud võte lastakse lahti ja asutakse teise juurde jne. Püsti maadluses näeme kuidas võte on hästi sissevõtetud kuid teostamisega ja lõpuleviimisega viivitatakse ja hääl juhtul liüaks väljapool matti. Kah järjekindel töö võetakse paremusvõidu otsustamisel arvesse. Püstitaades tuleb võistlejal vastast omale lähemale tõmmata, mitte aga matilt oma keharraskusega välja tõugata. — väljatõukamine ei anna paremust. Et maadlust rahvusvahelise määrustekohaselt õigesti rööbastesse viia, seks tuleb kohtunikkudel oma ülesandeid tõsisemalt võtta ja määrustekohaselt tegutseda. Võistlejale, kes passiivne, tuleb märkus teha. Ei asu tema peale märkust tegevusse, võistluselt kõrvaldada. Mis huvi on pealt vaatajatel jälgida oma raha eest võistlejate magamist!

Loodame siiski, et meie maadlejad suudavad vanast sissejuurdunud maadlusviisist loobuda ja omada rahvusvahelist viimistletud maadlusviisi. Iseäranis rõhku tuleks panna noorte kasvatamisele ja neile kursuste korraldamisele, et algusest peale neid õigesti rööbastesse juhtida.

Eesti-Soome maavõistluse kordaminekut tuleb seda enam hinnata, et esimesid enamus noorema generatsiooni maadlejaid. Üksikuid maadlejaid esile tuua pole õiglane, sest iga mees katsus välja panna oma parema ja üksikud ebaõnnestused tulevad saatuse arvele kirjutada. Palju väeva meeskonna ettevalmistamisel ja meeste „tulle saatmisel“ nägi Artur Kukki, kes osavõtjatele võistluste eel oma rikkalikke teadmisi ja kogemusi jagas, ning juhtides mees-tele tähelepanu vastase omastustele, sest A. Kukki tuleb paremaks soomlaste ja soome maadlejate võimete tundjaks lugeda — tema on kauemat aega nendega koos töötanud. Tehtud töö eest temale aitäh.

Virgutagu meie maadlejaid ja juhte saavutatud edu ja fagajäried edaspidisele tegevusele. Olgu meie rahvuskangelaste G. Hackenschmidt, G. Lurichi ja A. Abergi saavutused meie noortele eeskujuks. Seks õnne ja edu aastavahefussel!

Järgmine

„Eesti Spordileht“ ilmub
5. jaanuaril 1932 a.

Meie sportlaste Los-Angelesis saatmine on mõttetud!

See on sportlaste poolt ja käest hangitud rahade ebaproductiivne paigutus — ja äratarvitusviis. Sest esiplaanile kerkib ikka ja ikka jälle rahade hankimise küsimus, kui meie ekspeditsiooni saatmisest rääkida tahame. Meie teame igauks, kuidas liidud praegu maadlevad rahaliste raskustega, tehakse lõpmatuid loteriisid — ja vähegi sportliselt mõtlejad annetavad omad veeringud. Aga kui kaua siis peab see loteriide lavin kestma? See on mõttetus. Keskkliit ja olümpia komitee tehku aga jälle olümpiaadi loteriit. Ja kuigi rahasid oleks, miks ei võiks siis see paar miljonit olümpiaadi raha ära tarvitada maal, kus tõesti kõige suurem tarvidus ja sent senti taga ajab,

tegeliku sportlase töö organiseerimiseks?! Arvame siis, et jankid maksavad meile peale olümpiaadile tuleku eest, teevad pika pai isegi, ja tõstavad meie krooni kurssi?! Saades paar medali olümpiaadilt — ei paranda see põrmugi meie riiklikku ega sportlist seisundit! Ja arme kardame meie sportlase aupaiste kadumist!

Räägi sportlastega kus sa tahad, kõik mõistavad praegusel raskel ajal sellise kauge sõidu ja suure ohvri sjemaisele spordile teravalt hukka. Olümpia komitee teeks kindlasti hästi, kui asi ümber otsustatakse.

Tartus, 9. XII. 31.

A. Kalamees.

Teadaanne.

Eesti Spordi Keskkliit, Eesti Spordileht, Kehakultuuri sihtkapitali valitsus, EKRAVE-, Jalgpalli-, Talve- ja Käsipalli liidud teatavad, et 29. XII. 1931. a. kolivad uute ruumidesse:

Müürivahe t. 16, k. 33, III kord.
(Laenu-panga maja)

„Eesti Spordilehe“ tellimine 1932 a. suurte soodustustega avatud.

SPORTLASED!

„Eesti Spordileht“ on ainuke puht sportline ajaleht Eestis.

„Eesti Spordilehe“ veergudel leiata erapooletut arvustust kõigist kodumaa ja välismaa sündmusist.

„Eesti Spordileht“ ilmub üks kord nädalas, igal teisipäeval.

„Eesti Spordileht“ on rikkalikult illustreeritud piltidega kodumaa ja välismaa sport-sündmusist.

„Eesti Spordilehe“ kaastöölise võrk on laialdane.

„Eesti Spordileht“ maksab aastas Kr. 6.— kõik aastatellijad saavad kaasandena „Eesti kehakultuuri aastaraamatu Nr. 6“ mis ilmub mai kuus 1932. a. ja maksab üksikmüügil Kr. 1.—

„Eesti Spordilehe“ väljaandmine on suurelt lugejaskonnast, mida rohkem lugejaid, seda võimalusi paremini lehte illustreerida piltidega.

Kõik sporttegelased ja sportlased loevad „Eesti Spordilehte“!

1932. aastaks lehe tellimine suurte soodustustega avatud.

Kõik, kes tellivad 1932. aasta lehte üheks aastaks ja annavad kuni 1. jaanuarini juurdelisatud lehel tellimise ära, saavad järgmisi soodustusi:

- 1) maksavad lehe eest Kr. 5.— (teistele Kr. 6.—). Raha maksmine sünnib kahes osas: esimene osa Kr. 2.50 tasutakse tellimise juures (rahas, postmarkides või tsekkiga) — teine osa Kr. 2.50 — 15. juuliks 1932. a.
- 2) saavad maksuta kaasandena „Kehakultuuri aastaraamatu Nr. 6“.
- 3) saavad maksuta lehe jõulunumbri.
- 4) kõik aastatellijad võtavad osa preemiade loomisest aastatellijate vahel. Preemiaid aastatellijatele on vähemalt 25.— Kr. 100.— väärtuses.

Tellin „Eesti Spordilehte“ 1932. aastaks ühe aasta peale ja palun mind ülalpoolloetud soodustuste osaliseks arvata, ühtlasi saata lehe jõulunumbri. Maks Kr. 2.50 tasun siinjuures, kuna: Kr. 2.50 — kohustun tasuma — 15. juuliks 1932. a.

Ees- ja liignimi

Aadress

Allkiri:

Lõigata välja ja saata ära: Tallinn, postkast 70.

„Eesti Spordileht“

Kestvusujumine.

Kestvusujumise tehnika.

Kestvusujuja Aleksander Laas jutustab...

Rekordid seatud lõunameredes, La Manche vallutamisesest.

Eesti pikamaa ujujad: Laas, Luik ja Matso. Soomlane Sakkinen.

Avaldame allpool meie lehe kaastöölise ülevaate kestvusujumisest ning juhuajamise Eesti kestvusujuja Aleksander Laasiga, kes lähemalt seletab oma üksipäini ujumisretkelt, Soome lahes tormi käes, stiilist ja tuleviku väljavaadetest. Tema ujumise kohta peeti suurt poleemikat ning nüüd kuuleme mida seletab selle kohta A. Laas isiklikult. (Toimetus)

Kõik kestvusujumise rekordid on püstitatud lõunameredes, kus vesi soolane (kehad kergesti kanduvad veepinnal) ja vesi soe (25—30 kr.). Sama lugu on ka inglise kaanali. Vesi on seal väga soolane ja 25 kraadi soe. Ujumist soodustavad ka regulaarsed — 6 tunni tagant — voolused: tõus ja mõõn. Tavalikult kaanali vallutajad on startinud Prantsuse rannikult Calais't. Otsejoones on kaanali laius vaid 33 km. Kuid mõõn, mille algades startitakse, kannab ujuja järjest suureneva kiirusega, ilma et veesõljal ujumislõigutusi teha tarvitseks, üle poole kaanali 25—27 km. — alla Atlandi ookeani poole. Mõõna, 6 tunni mõõndudes alles hakatakse ujuma, vabanetakse kummujumiskostüümist, mis seni hoidis ka kehas temperatuuri normaalse. Nüüd tõus ei hakka ujujat mitte otse tagasi, tulnud teed, kandma, vaid paralleelselt inglise kaldaga. Selle ristvoolu — 2—3 sõlmelise — on mitmelgi mehel õnnestunud võita ja see puuduv maa 7—8 km. inglise kaldale rekordilise ajaga 11 t. 22 m. (Vierkötter jne.) katka. Rasvunud naised aga, peale seda kui on jõudnud vooluga (mõõn) üle 25 km. edasi, rahulikult ootavad surnud punktis tõusu aja, ja alles järgmise mõõnaga 15—18-tunniliste aegadega ületavad kaanali.

Mis põhjustab aga ebaõnnestumise?

Ajnult ja üksi ilmastiku-olu; niipea kui tõuseb tuul, lainetus, seega regulaarse, teatud kiirusega voolu muudab kiiremaks ja endaga enam mitte arvestada lubavaks. Ujumine tulebki katkestada. Samuti ka uduga, mis üsna tavaline nähe seal.

Soodsaim kuu on september.

Kaanalivallutamise katsele minek on aga seatud suurte kuludega meie oludes. Kaanali, mis suurtele ookeanilaevadele nagu raudteeks, elava liiklemise teeks, ei lubata ühestki sadamast väikest paadikest, tigu-sammul edasijõudvat ujujat saatma, vaid peab olema saatelaev, mis varustatud signaalseadetega (udu korral) ja suudab kurssi pidada tugeva-voohilises vees.

Inglismaal näit. on see äriliseks ettevõtteks. Manager valib hulga seast paar „töötavat“ inimest välja ja tuleb nendega nagu loteriile õnne katsuma. Ebaõnnestumise puhul kannab kõik kulud tema, üleujumisel aga jagavad ujujaga inglise ajalehtede poolt väljapandud preemia.

Rikkad ameeriklased (Ederle j. t.)

Kestvusujumine on väga levinenud maades, mis asuvad veekogude ääres, kus vesi soe ja soolane. Meil põhjamaal on kestvusujumist vähe harrastatud. Alles läinud aastal ja tänava suvel on esilekerkinud mehi, kes katnud õige pikki maid need on kolm eestlast ja soomlane. Pioneerina on siin tegutsenud Aleksander Laas, katnud ujudes ka kõige pikema distantssi üle Soome lahe Eestist-Soome.

võivad ju kanda 3—4000 kr. kulud. Halva ilmastiku-olu tõttu õnnestub pealegi üleujumisi väga vähe. Senini on kaanali vallutatud 17 isiku poolt.

Need vallutajad peaks aga toodema ujuma sama kiiresti Läänemere, mis detsembrist aprillini jääkatte all ja kus suvel Soome lahel veesoojus üle 10—12 kraadi kunagi tõusta ei jõuagi. Sügisel, kui vesi soojem, segavad tuuled kestvat ujumist.

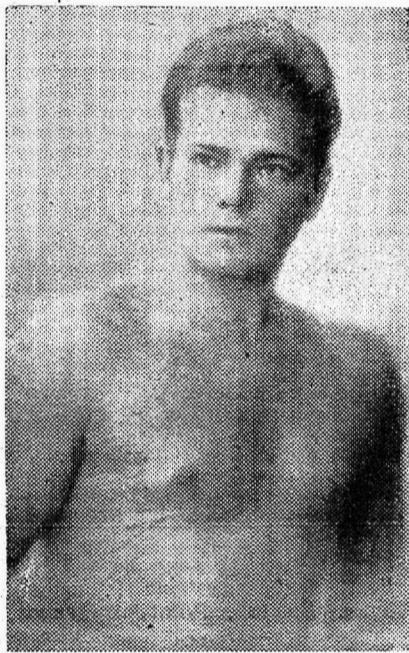
1927. a. hakkab Aleksander Laas harrastama kestvusujumist merel, olles varem sisevetes korduvalt katnud 10—15 km. Ujumine Kalarannast Piritale osutub talle varsti lihtsaks supeluseks. Sügisel ujub Laas Kalarannast Aegna saarele. Sensatsioon, vähemalt saarerahvale ja L. paadis saatnuile tuttavaile. L. tekib kavatsus La Manchet vallutada. Ta teab, et Londoni ajalehtede poolt on välja pandud 1000 naelsterlingi suurune preemia La Manche ujujades vallutajale. 15 isikut olevat juba saanud selle summa. Muid andmeid ujumistingimuste kohta, peale selle, et inglise kaanali laius kaardi järele 36 km. — Laasil ei ole.

Kindlat eesmärki taotledes algab kibe treening, mis kestvusujumisel seisabki vaid pikkade matkade sooritamises. Järgmisel aastal — peale talvist järjekindlat jääaugus kümbeluse võtmist jne. L. on oma võimeis, vastupidavuses ja tervets närves seevõrra kindel, et riskeerib isegi tuulistel ilmadel, lainetusega merel sooritada ujumisretki kas Aegna- või Naissaarele. Saartelt teatud nädalapäevadel tuuakse linna kaitseväljale. Samas paadis sõidab tagasi linna ka saarele ujunud L., olles jätnud riided paadiputkasse Kalaranda.

Laasi tuttavad ja tema „asjale“ lähedalseisjad spordihuvilised ja ajakirjanikud 1930. a. juunikuus korraldavad mehele väikese küpsuskatse. Lastakse Laasil endi paadi järele 30 km. maha ujuda. Laas kahtis selle distantssi 15 tunni 8 minutiga 12-kraadilises veesoojuses.

Nüüd järgneb seeria Laasi hulljulgeid seiklusujumisi. C. F. Cahnbäckki laevakontori vastutulekul võimaldub L. aurikulil („Viola“, „Rügen“, „Suomi“) välja sõita (supelpükstes) ulgulahele ja sealt, Naissaare tagant, üksi tagasi sadamasse ujuda, kattes igakord 30—35 km. L. on päeviti, millal L. need matkad sooritanud, ei või ta hellitada lootustki, et merel kalurit kohata võiks, kes hädakorral abistaks. Mehel peavad olema eeskätt terved närvid ja kindel usk enda vastupidavusse.

Sügisel Laas ujub 17,5 tunniga



ALEKSANDER LAAS.

Saaremaalt üle Irbeni väina (36 km.) Kuura randa. Umbes 8 km. eemal Lätist, tugevast voolust, mis ujujat hakkab kandma Riia lahele — on ta sunnitud viibima saatelaevast umbes pool tundi, millise ajaga sõideti paralleelselt Läti rannaga Läänemere suunas, vastu voolu. Kui siis Laas, peale 15-tunnilist ligunemist 12 kr. vees ja külmetamist lagedas kaluripaadis kõleda sügistuule käes, uuesti suudab jätkata ujumist, ei lühenenud väina laius paadis sõitmise peale vaatamata põrmugi. Ta maandub Mihajlovi majaka juures. Laas on esmakordselt Läti pinnal ja külaskäigule tulnud ujudes.

Laas 1930. a. sügisel inglise kaanali vallutama minna siiski ei saanud lihtsal põhjusel, et Londoni saatkonnast saabunud kalkultatsiooni järele ekspeditsioonikulud (sõidukulud saatja-manageriga, võimalik mitmenädalaline elamiskulu soodsa ilma ootamisel, saatelaeva üürimine Prantsuse sadamast, kantsjoni summa jne.) kaugelt üle 2500 kr. maksma läheb. Laasil, kes püüdis end ise finantseerida, palgast kõrvale-pandud summast muidugi selleks ei jätku.

Sügisel Laas sõlmib filmiühing „Uraanja'ga“ lepingu, mille järele kohustub 10.000 kr. eest sooritama elukardetava vettehüppe Kopli 60 m. kraana tipust. Kas tema hüpe filmile sobib, selleks korraldatakse proovihüppeid. Laas sooritab kraana alumisest kordadest hüppeid 10-, 20- ja 40-meetri kõrguselt filmitelgelaste ja ajakirjanike juures olles. Kavatsesud seiklusfilmi väntamiseni senini pole jõutud, määpärast ka L.

tipu-hüpe sooritamata. Riskeerivat siiski maastmadalast Emajõe raudteelilalt j. m. enese vettepildumise-ga olevat Laas kogunud julguse ja ka tehnilise oskuse.

Möödunud suvel jätkab L. endiselt intensiivselt oma treeningujumismatku, otsustades sügisel siiski La Manche sõita. Ent jällegi viimasel hetkel Londoni saatkond täien-davalt teatab Laasile, et preemia ikka kindlasti makstakse, kuid ainult briti kodanikele. Järelikult Laasil tuleb sellest ilusast kavatsusest loobuda.

Ent Laas ei muretse palju. Võtab uue idee: „Ujun Soome“. Ettevõtte korraldamise võtab oma peale ajaleht „Vaba Maa“, pannes välja kõrgeväärtsuliku auhinna ja saadab lehe esindajad ujumiskontrolli teostama. 16. augustel 1931. a. ujub Laas esimese etapi Tallinna sadam — Naissaare, kattes selle 25 km. distantssi 13,5 tunniga. Saarel oodatakse saatsat ilma, milleks osutub 18. august. Ilm päikesepaisteline, tuulevõikne, meri peegelsile. Kell 3 hommikul algab Laas ujumist Naissaare majaka juurest, saadetuna Naissaarlaste õnnesoovest. Kursiga Porkkala majakale sõidab ees välja saate-mootorpaat, millele asetatud tule järele L. ka oma kursi võtab. Ligiläheduses saadab ujujat Naissaare loots, rootslane Isak Luther, Päevaleht „Helsingin Sanomate“ esindajad, kes kokkuleppe järele stardijaks mootorpaadil Naissaarele pidid jõudma, selle asemel tulevad Helsingist ter-vitama ujujat lennukil, mis mitmel korral laskub ujuja juurde merele. Samuti hilneb Tallinnast väljasõiduga Jüri Lossmann. Temaga on L. saatjana lubanud kindlasti kaasa sõita ka veesportlillidu esimees dr. Veiss ühes liidu liigetega. Et neid harrasid siiski mitte ei tulnud. Jüri sõidab oma abikaasa Mariga ja on Laasile tema enda sõnade järele asja õnnestumise juures suuremaks abiks olnud kui keegi teine, mitte buljongiga kostitamise, vaid ergutamise ja õhutamisega „kriitilistematel momentidel“ — lõpuspurdil. 10—15 km. enne Soome randa L. saatjata konstateerimise järele, on „omade-ga läbi“, ent kuulus Eesti jonn seekordki võidab. Suure tahtejõuga L. maandub kell 2,15 öösel Soome rannal Stenskäri all (lähema punkti kavatsesud finishi Porkkala majaka-saare asemel). Kaugelt üle 40 km. on Laas katnud 22 tunniga. Soome-laht on esmakordselt inimese poolt ujudes vallutatud. (100 aasta eest sõitis üle lahe esimene aurik — ratalaev — see oli sensatsiooniks tol-ajal). Soomes L. sai vaimustava vastuvõtu osaliseks. Samuti kodumaal.

„Spordilehe“ esindaja seab Laasile ka mõned küsimused

1. Kuidas ujute, millist stiili?
2. Mis arvate konkurentidest, Matsost jne.?
3. Mis teete talvel „vormisolekuba“?
4. Teie kriitilisemaid momente eluga riskeerides, — üksi uju-des?

A. Laasi vastuseid seatud küsimustele toome järgmises „Eesti Spordilehes“.

Inglise tennisspordi minevik ja tulevik.

Londoni krsp. Clayde MeWeney.

Tennis, nii kuidas teda tänapäeva kuulsad suurused mängivad, on atleetiline sport. Ta nõuab samapalju püsivust, kui jalgpall, sama suurt füüsilist pingutust, kui üks tuhandemeetri jooks või poksivõistlus.

Sealjuures on aga tennissport ka mäng, s. t. meelelahutus kõigile, kes otsivad spordis vajumist ja füüsilist virgutust.

Igas vanuses: nooruses koolitundide, pärastpoole oma eriala ja äritundide vaheaegadel võib oma kehale tennisväljal tegevust leida. Vaimlise töö juures aga on see sport suurepärane puhke võimalus.

Tennisspordil on tulevikus kõik õigused saada rahvusspordiks, kui ta rohkem vastaks üldistele majanduslikkudele oludele ja hinnad tarvisminevatele artiklitele langeks, nii kui see Inglismaal juba aastaid on.

Aasta läbi võib näha hommikul, lõunal ja õhtul inimesi reketi kaenla all kandmas, kas tööle minnes ehk seal tülles, s. t. et inglase oma reketi juba hommikul tööle kaasa võtab, et vaheajal ehk peale töötunde kusagil läheduses oma töökohast kas või veerandki tundi armastatud spordile pühendada.

Ükski vihm ega udu ei sega neid inimesi selleks määratud ajal tennisväljale minemast, ja ikka võib näha teatud protsenti inimesi, olgu see maaalusel, omnibusel, cafe's või kinos, kes oma reketiga kui sõjamees sõjariistaga, varustatud on.

Kujutage omale ette, et British Lawn-Tennis Association'il Londonis on üksi 20.000 liiget. See arv on aga väike protsent 2.000.000 arvust, kes ei kuulu ühegi klubi juurde. Inglise statistika jutustab, et Inglismaal ja Walesis on iga 175 elaniku peale üks tennisväli. Lähiseigi on Londonis ja tema ümbruses iga „Square“ 36 majaga 4 kuni 8 tennisvälja. Neid välja peetakse korras ainult eraisikute, mitte klubide kulul. Enamikus on need muruplatsid. Viimasel ajal aga ehitatakse neid ümber kõvadeks platsideks. Kaetud tennisväljades on samuti suurel hulgal, ehkki suve ja talve läbi saab mängida ka vabas õhus.

Tennismäng on Inglismaal kau-

geltki mitte kapitalismi, vaid eelkõige kesk- ja ka töötava klassi mäng.

Inglise tennisspordi liikumine on nii suur, et raske on statistikal teda kindlaks teha. Londonis üksi on 680 kodanlist tennisklubi, ja 145 tööliste tennisühingut. Rääkimata veel ülikoolidest, colleg'idest ja koolidest. Enesestki mõista on ka neil kõigil oma eeskujuliku tennisväljad.

Tennist hakati mängima Inglismaal 1872 aastal. Lawn-Tennis nimetati tol ajal „Sphairistique“. Keskel võrk oli 5 jalga kõrge.

Vähehaaval vähendati keskvärgu kõrgust. Mänguvälja mõõdukad ja mängu seadused muutusid ajajooksul ikka kindlamaks. Et mängu tempot kiirustada, selleks võeti pall kiiremini tema väljalöömisel vastu.

Algul mängiti tennist Inglismaal muruga kaetud väljadel, pärast saviga kaetud väljadel, hiljemalt tsementplatsidel ja tänapäev juba mängitakse kaetud hallides riidega ületõmmatud puupõrandatel. Niisama olid ka pallid algul kõvad, vähe-

elastilised ja reketid vahetasid ühtelugu oma vormi.

Praegu omab Inglismaa mitte üksikuid parimaid tennisplatse, vaid ka parimat tennismängu varustust. Ka inglise aednikud on mõistnud väljadel säärase mahlakat rohelist muru kasvatada, millist ei leidu terves maailmas.

Ei oleks huvituseta tulevikku vaadata, mis tema sel alal võiks meile pakkuda.

„Tähele pannes kuulsust, mida on Lawn-Tennis toonud Inglismaale, ei tule arvestada vähemalt 20 aasta jooksul inglise mängijate võimete muutumisega“, ütles sir F. Gordon Lowe, British-Amateur Lawn-Tennis Association president.

See tähendab, et inglise mängijate võimete standard samale tasapinnale jääb ka kaugemas tulevikus.

20 aasta eest olid peaaegu kõik inglise tennismängijad spetsialistid igauhele omase löögi ja teatud mängutaktikaga. Üks saavutas head tagajärge tänu eriti kiirele väljalöö-

gi võimele, teine — täpsele löögioskusele jne., tänapäeval on kõik inglise mängijad igakülgselt arenenud.

Tennismäng on praegu oma arenemise haripunktil, muudatus võib tulla vast ainult veel selle spordi tarbeartiklite toodangus. Reket jääb kujult samaseks, ligemate 20 aasta jooksul, kuid tema seniste keelte asemel saab vast ehk midagi muud looma riigi soolestikust leitud, mis oleks vedrutavam ja vastupidavam kui senine.

Aasta 1951 toob ka kindlasti paremaid tennisipalle, sest praegu tarvitusel olevad kaotavad kauemal mängul oma esialgse kaalu.

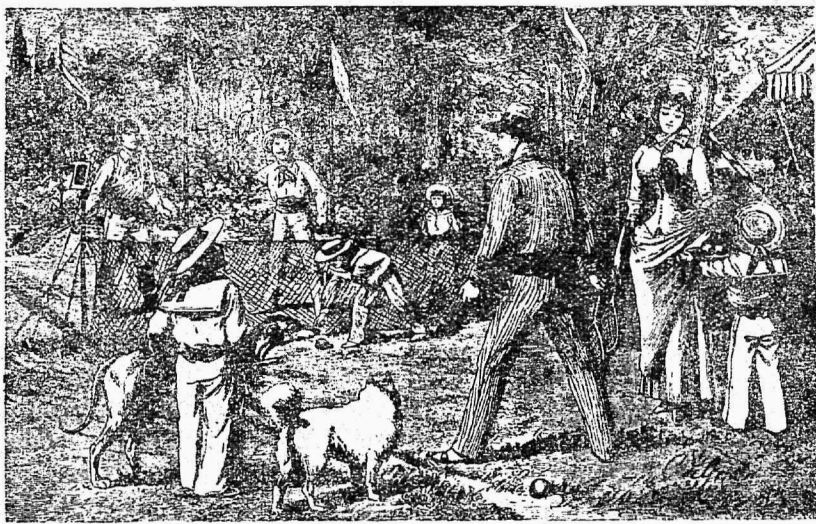
Ühe suure inglise spordiriistade vabrikuri omanik kõneleb, et tulevik toob palle, missugused mitmenädalase tarvitamise juures ühtki grammi oma algkaalust ei kaota. Tennisringade alal on juba praegu Londonis modelle, n. n. „õhusurve taldadega“, missugused eriti hüppekerget mängijale võimaldavad. Sel ajal kui Inglismaal praegu saab osta hea reketi 10 eesti kr. eest, maksavad samasugused mujal Euroopas mitte vähem kui 30 kr.

Suurema osa inglise keskkoolide tunniplaani on juba aastaid sisse võetud ka tennisetunnid. Meisterspordimängud tennis koolides on samuti enesestki mõistetavad, kui muud õppeained. Ühe koolipoisi tee meistritiitli on üldiselt väga raske, just arvuka konkurentsi tõttu, kuid suurepärase treeningvõimaluste juures on see suuremalt jaolt intensiivse töö küsimus.

Tennismeistrid ei sünni; just kõige vähem Inglismaal. On arvamisi, et maailmameistriks saamine on juhuselise küsimuse, vaid mitte teadliku ja kindla tahte tulemus. Üldiselt on see ekslik.

Iga tahtejõuline noor inimene võib tugeva treeningu läbi meistritiitli jouda, seda tõendab kõige paremini igaaastane meistrivõistluste jälgimine Suur-Britannia keskkoolides.

Tennis on ainult mäng — ütlevad paljud, kuid tänapäeval võistlusena nähtud on ta nii kui mina oma artikli algul ütlesin, mitte mäng, vaid atleetiline sport.



LAWN-TENNIS LAINUD SAJANDIL.

Pildil Inglise troonipärija, Walesi prints, (pärastine Eduard VII) võistlemas kuninglikul tennisväljal. Ka tänapäeval tegelevad reketiga kroonitud pead. Neist populaarsemaid Mister G. (Rootsi kuningas) ja praegune Walesi prints (Inglise troonipärija).

Maaspordiselti „suvearuanne“.

Esitame siinjuures E. S. Keskkoolide aruande Silguvere „Kalevi“ mõõdundu suve tegevuse kohta.

Lükkmeid ühingul oli enne 8, pärast 7. Heitsime nimelt ühingu välja Kõrdpere Andrese, kes meie ühingu asukoha külvavemale teada andis, mille järele külarahva poolt meie ühingu varandus — oda, kuul, ketas ja hüppepuud — puruks peksti.

Kergejõustikus oli meil 1931. aasta suvel võitlus neli, kus juures arvestamata oleme jätnud Juhani-Juku võidujooksu karjakopli peremehega, kes talle kere päale tahtis anda. Et peremees Juhani-Juku mõni meeter enne finišit — võsastikku — kätte saaj ja seal ta väga määrusvastaselt oma alla väänas, pärast seda Juhani-Jukut koguni allapidi võõd nüpeldama hakkas, siis jätsime selle mitmevõistluse protokollil raamatusse märkimata.

Kaugushüppes sooritas Teiste Värmaue rekordi, karates üle karjakopli kraavi, mis võib lai olla 7 meetrit, võib olla ka 10.

Jalgpallis oli meie tänavune edu hea. Võitsime oma naaberselti Kikula „Püsivust 90:10 vastu. Kui 20 minutit olime „Püsivusega“ mänginud, siis saime oma väravasse 10 kolli. Siis aga ilmus võistlusele külvavem ja peksis omad poisid koju. Pärast seda meie mängisime veel tükikesse aega ilma „Püsivuse“ meeskonnata, kus juures nende väravasse, s. o. väravasse mida „Püsivust“ enne kaitses, sokutasime 90 kolli. Pärast seda suurvõistlust me enam mängida ei saanud, sest pall sattus kogemata lehmakarja sekka ja Küta Hansu suur pull torkas talle augu sisse.

Silguvere „Kalevi“ juhatus.

Pärnu kilde.

Pärnu spordijuht Joh. Tamm, hüüdnimega „Kännu“, on vahetanud töötatöölise nimetuse ameerikaliku kiirusega suurtooturi tiitli vastu ja on avanud suusatööstuse Pärnus. „Kännu“ on momentil hädas rohke kaubasoovijate tõttu, sest sinne spordipere on in corpore astunud tema klientide hulka, et varustada lüme tulekuks suuskadega. Kah oma kohast rekord — elukutselt puusepp, siis meremees, tänavu suvel kuni tiitlini töötatöölise ja lõpuks meteorina kerkides suurtooturiks!

Pühapäevast käsipallivõistlust külastas ka Tervise jalgpallimeeskonna vanem Bruno Schmidt, kes vedas

võrkpalli heitluse ajal Vapruse ja NMKÜ vahel kihla Pärnu pressekondralliga, et Tallinn võidab. Kaotades kihluse sõnas B. Schmidt: „Suvel peksis minu meeskond pealinlast jalgpallis ja nüüd Vapruse käsipallis. Nähtavasti polegi enam spordiala, milles Tallinn võidab Pärnut!“

Kohaliku rahvaülikooli korraldusel kõneles keegi arst teemil „Sport ja süda“, kus peatas muuseas küsimuse juures, milliseid patoloogilisi tunnemärke südametegevuse juures kutsub esile iga üksik spordiala. Tahvile kirjutades üksikuid spordialade termineid, võis seal lugeda ka järgmist: aerutamine, rattasõit, poks;

maadlemine, raskejõustik... Nähtavasti ei kuulu siis poks ja maadlemine selle härra arvates raskejõustiku hulka. Viimase väite võimalikul tõestamisel on loota seniste tõekspidamiste täieliku ümberlukkamist. Kurb vaid, et seda võimata teha, sest poks, maadlus ja tõstmine on kuulunud senini ja kuuluvad ka edaspidi raskejõustiku alade loetelusse!

NMKÜ ja Vapruse korvpalli võistluse ajal Lihulast kohale komandeeritud Pärnu pallipubliku lemmik Virkus, hüüdnimega „Jaamailem“ (mõnendil tegelikult veel alles abi), tuli toime kolme fouliga nelja minuti jooksul (!!), mille puhul publikus kõneleti, et „Vira“ harjunud Lihulase vaguneid liikkama ja nüüd demonstreerib ametalalist oskust pealinna käsipallitajate juures nende tuiskamisel. H. P.

Joovastavad joogid,

uimastavad ained j.n.e. on meie töövõime vaenlased. Ärge laske võimust võtta väsimust ja närvilikkust. Kosutage ennast tassi «Ovomaltine'ga» eineks.

Saadaval kõikides apteekides ja rohu kauplustes.

Kaasajad: A/S. «Ephag» Tallinn: Harju tän. 41 ja Narva mnt. 42 Tartu: Kompanii 1



D'A. WANDER A.G. BERN, SCHWEIZ

OVOMALTINE tõrwendab ka Teid!

Kodumaal valmistatakse suusamääret.

Juba pikemat aega on kodumaa suusatajad teinud katseid valmistada suusamääret. See on osaliselt ka nüüd õnnestunud. Kaitselidud tarvete laos poolt on välja lastud neli sorti määret: sula, karge, kesk ja pakase ilma jaoks. Määrde vastavad nõuetele. Hinnad mõõdukad: 60 ja 45 senti purk.

Pikemat aega on ka Rakvere suusatajad katsetanud määret valmistamiseks ja neil on nüüd korda läinud vastavat segu saada. Lähemas tulevikus ilmub müügile Rakveres valmistatud määre nimetuse „Virusuusavaha“ all. Määret on kolm sorti.

Nii räägib

Jüri Lossman . . .

Alates kaerahelvete valmistamist ja selgitades nende toiteväärtust, pöördusime muuseas ka meie suursportlase ja olümpia maratonijooksja Jüri Lossman'i poole, kes andis meile alljärgneva seletuse:



Jüri Lossman.

Ameerika ülemandrijooksul.

Niiviisi toidetult püsis keha kerge, kuna jõud ja vastupidavus järjest kasvas, nii et lõpuks kiirkäigusaapadki tundusid kergetena ja nende raskendamiseks tuli kontsadesse tina juure valada.

Sellise toitmise ja harjutuse tagajärjel saavutasin seitsmendal olümpiaadil maratonijooksus oma parima tagajärje. Samadel tingimustel võitsin ka Göteborgi olümpiaadil maratonijooksu.

Eriti raske oli kliimaliselt Ameerika ülemandri-jooks. Chikagost Nev-Yorgini tuli joosta iga päev vähemalt sadakümme kilomeetrit. Kolmestsajast võistlejast saabus kohale väike osa ainult neid, kes panid rõhku toitlusele, — nende hulgas ka mina. Isiklikult toitsin end siingi vanade kogemuste järele peaaesjalikult kaerapudruga.

Vastupidavad Soome suursportlased, kellega meil nii lähedane läbikäimine, tõendavad, et nende igapäevases toidutabelis on esikohal just kaerapuder.

Meilgi oleks kindlasti palju rohkem häid sportlasi, kui noored toidaksid end vähemalt kordki päevas kaerapudruga.

Jüri Lossman.

Meie suurveski värsked vitamiinirikkad kaerahelbed on hinna poolest kättesaadavad kõigile.

J. PUHK & POJAD.