

EESTI

25



# PORDILEHT

KARL  
JÜRGENS

Värsked  
päevamuudised.

Sõnevad  
romaanid.

Huvitavad  
kirjutised.

PARIM  
AJALEHT  
UUS

EESTI

Raamatuköitmiseks

mattlina  
kalinguri j. m.

*väga ilusais värvitooes*

*mõõdukate hindadega*

*laost saadaval*



**HERBERT F. DUNKEL & Ko.**

TALLINN, LAI 1.

TELEF. 437-05.

**SINGER**



1876



1936

**Nõudke Saku õlut ja mõdu**

*Õmmelge  
elektrijõul*

**Singer-mootor**

voolumüü ainult 1<sup>1</sup>/<sub>4</sub> senti töötunnis.

**Singer-õmbluslamp**

valgustab õigesti tööd ja kaitseb silmi.

**Maksuta õpetatakse**

ostjaile rya-tööd, pitsitöid, nõelumist  
masinal ja tikandust.

**Singer-vastutus**

ei kesta aasta, vaid on elupõline.



Just see õpi  
mu ammune  
soov

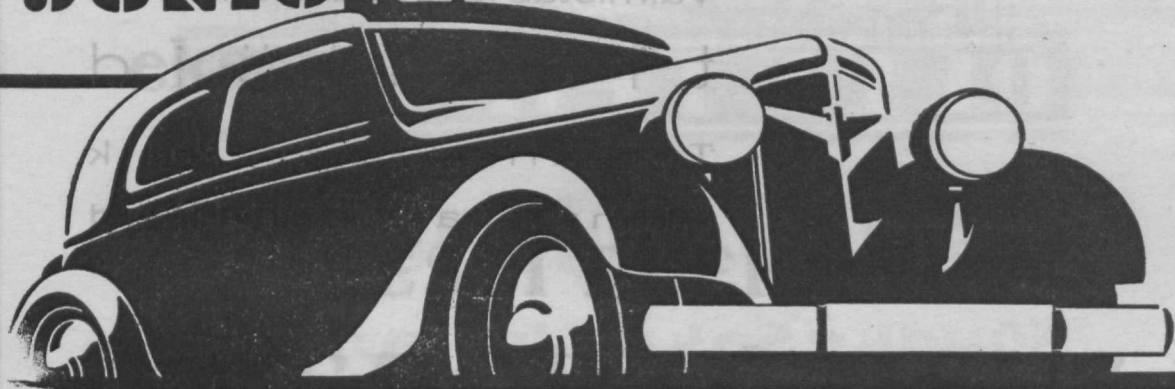


# ADLER

## TRUMPF JUNIOR

**Meie aja moodsaim tarbeauto!**

Soliidne ehituselt — nägus välimuselt, täidab tõrkumatult temale pandud ülesanded  
Õppiäge tundma ADLER TRUMPF JUNIOR'i erinevusi — paremusi!



G. JOH. R

## N.S.U. MOOTORRATTAD

kiired, ilusad sportmasinad

praktilised, vähenõudlikud igapäeva sõidukid!

## HUSQVARNA, N. S. U., PHÄNOMEN jalgrattad!

### A.-S. TORMOLEN & Ko.

TALLINN, Raekojapl. 17

TARTU, K/m. Vennad Prüüs, Kaubahoov

KIVITRÜKIKODA

J. MÄNNIK

TALLINN, SOO 23

TELEFON 436-86

Valmistab igasuguseid värvilisi

t r ü k i t ö i d

Töö kiire ja korralik

Hinnad vastutulelikud

**„VOLTA TEHASED“**

TALLINN, SOO TN. 27. TEL. 426-12 JA 463-78

**Elusloomade,  
liha ja  
lihasaaduste  
eksport**

**EESTI PEEKONI  
EKSPORTÜHISUS**

**Juhatus:**

**Tallinn, Pärnu mnt. 23.**

**Telefonid: Juhatus: 450-27**

**Kontor: 463-63**

# Ü.K. EESTI RAHVAPANK

TALLINN, S. KARJA nr. 19.

TELEFON 425-55

Toimetab kõiki pangaoperatsioone  
nii liikmetega kui ka võõrastega.

Ostab ja müüb välisraha ja igasugu-  
seid kindlaprotsendilisi väärtpabereid.

Maitsvaid kalakonserve

**sportlastele**

soovitab

**KONSERVITÖÖSTUS**

**V. V. DEMIN**

TALLINN, VENE TN. 1. TEL. 435 04



# EESTI SPORDILEHT

SPORDITEADUSLIK KUUKIRI

17. AASTAKÄIK

Nr. 5

MAI

1936

Toimetaja: A. ADORF.

Toimetis ja tallitus: Tallinn, Harju 48—6, tel. 444-28.

## Olümpiarändal

### Meie ja olümpiamängud

HARALD TAMMER, Eestis Olümpia Komitee liige

Vanas Greekas olümpiamängud olid usuliseks toiminguks. Need olid ajalooliselt välja arenenud sur-nute mälestamiseks ja jumalate auks korraldatavaks pidustusiks. Greeklased austasid oma rahvuslik-ku geeniust — inimlikku suurust, mis laseb inimest ja kogu rahvast läheneda jumalusele ja sisendada inimesele tunde, et kõik ajalik kaob, kuid inimese vaim, mis on kõrge ja suur, jääb püsima. Praegusel ajal olümpiamängud ei ole enam usuli-

siks pidustusiks, vaid niisugusteks, mis peavad kinnitama usku inimese suursugususse, inimese vaimu, jõu ja keha väärtustesse. Praegu-sel ajajärgul olümpiaarenil inimene tõendab oma saavutustega, et ta ei ole kadunud, degenerereerunud, vaid on ilka loomisvärse ja võimas oma tõugu edasi kandma ning suuteline edasi jääma looduse valitsejaks, nagu ta on olnud seda varemalt. Praegused olümpiamängud ei pidustused jumala, vaid inimese sel-

le osa auks, mis on jumalik ja mis väärib tunnustust. Seepärast võiks olümpiamängudes siiski näha usu-list tagapõhja, kuigi meie seda ei toonita ega väljenda, sest meie aeg on muutunud enam materjalistli-kuks. Meie võtame praeguseid olümpiamänge rahvaste elujõu ja eluvõimsuse võrdlusena. See on piltlik ja võimas võrdlus ja seepärast meie saame ka aru, mispärast ole kõik rahvad ja riigid panevad nii suurt rõhku sellele, et oma võime-



Viis meest, kes saavutas Eesti esimese maavõistluse-võidu Rootsi üle. Viis meie parimat tõstjat, kelleks (vasakult) Arno LUHAÄÄR, Karl OOLE, Alfred MÄCC, Peeter MÜRK ja Erm CUND

tele olümpiamängudel võimalikult head tunnustust saada. Olümpiamängud on võrdluseks sellele, kui palju üksikud rahvad on suutnud ära hoida degenerereerumishädaohtu ja mil määral omavad nad vitaalsuse, jõudude tagavara. Olümpiaatleedid vastavad oma maa ja rahva sotsiaalsetele ja hügieenilistele oludele ja on neid väljendavaiks elavaiks dokumentideks: sportlased kehastavad oma maa kultuuri, oma maa sotsiaalseid ja hügieenilisi olusid. Eesti rahva kohta sageli kuuludub, et ta on väljasuremise hädahohus, et tema vitaalsed jõud on kindurdumas, et teised rahvad tulevikus kipuvad teda lämmatama ja suruvad tema võib-olla hoopis kokku.

Minu arvates olümpiamängud on üheks võimaluseks tõendada, et Eesti poeg on füüsiliselt võimas, et meie rahvas võib väärikalt seista teiste rahvaste hulgas ja koguni aukohal — senised olümpiamängude andmed on seda kinnitanud ja ma

usun, et meie seesuguses lootuses ei tarvitse pettuda ka eelseisvate olümpiamängude puhul. Seda lootust peavad kuidagi kinnitama ka meie olümpiaatleedid. Neile on usaldatud suur ülesanne — suur riiklik, rahvuslik ja tõuline ülesanne. Nad peavad teadma ja tundma seda vastutust, mis neil lasub. Nad ei tohi seda kergemeelselt ära pillata ega isikliku lohakusega patustada nende volituste ja ülesannete vastu, mis nad oma rahvalt ja ühiskonnalt saavad.

Meie ainelised võimalused ei ole olnud kunagi suured ega ole seda ka praeguste olümpiamängude puhul. Meie saame endid vaevalt võrrelda selles suhtes teiste rahvastega ja teiste rahvaste ettevalmistuste põhjalikkusega. Kuid nagu meie oleme seni löönud läbi olümpiamängudel, nii loodame, et see sünnib ka praegu tänu meie rahva sportlikule geniaalsusele, mida tahan rõhutada. Meie spordiolud on olnud väga ni-

gelad, võib-olla, et need ka lähemas tulevikus ei parane, kuid see ei ole olnud seni taktistuseks, et meie ei oleks suutnud Eesti rahvast auväärselt esindada. Ma loodan, et see kordub ka praegu. Meie võime selles mõttes isegi teatava optimis- miga oma olümpiaatleedid teele saata.

On tulnud kuuldavale häáli nii siin ja seal ja olen isegi seda rõhutanud, et meie väljavaated nagu järk-järgult halvenevad. Mida rohkem teised ja rikkad rahvad rühivad olümpiavõitude saavutusile, seda enam peaksid meie tagavarad vähenema ja võidud kahanema. Mina ütlen: kõik oleneb inimesest endast, tema vaimust, vaprustest, nende kogu jõu ja võimete väljapanekutest, nende täismehelikkusest. Seisiku meie olümpiaatleedidel ja sportlastel meeles, et nende saavutused ja edu on kogu meie rahva saavutused ja edu!



# Meie kehaline kasvatus on meie rahva küsimus

ADO ANDERKOPP, Eesti Olümpia Komitee liige

Ükski rahvas ei ole ajaloo lkerises püsima jäänud muidu, kui teda pole kannud tugevad aated ja inimeste püsti selgroog. Rahvas, kes elada tahab, ja riik, kes püsida tahab, peab endale seadma esimeseks ülesandeks teiste keskel selle, et temal on kodanikud, kellel on iseteadvust ja julgust, tahtejõudu ja püüdu olla ja edasi minna. Üheks abinõuks teiste keskel on just kehaline kasvatus, sport, mis võimaluse annab kasvatada noortest tugevaid, selgesilmalisi ja julgeid inimesi, kes siis valmis on oma kodumaa eest välja astuma, kui see kutsub meid kõige raskemal ajal.

Sport eestlaste keskel ei ole kaugetki uus. Niipalju kui ajalukku suudame tagasi vaadata, võib öelda, et muistsel iseseisvuse ajal meie kodumaal sport suure ulatuses on olnud liikvel. Vanal ajal kogumeti kokku killamägedele, kus korraldati laulupidusid ja harrastati ka kehalist kasvatust. Meie ei tea kõiki neid alasid, mis siis käsitati. Üksikud vaid on teatavaks saanud, nimelt on olnud puuratta heitmisi, vägikaika vedamisi jne.

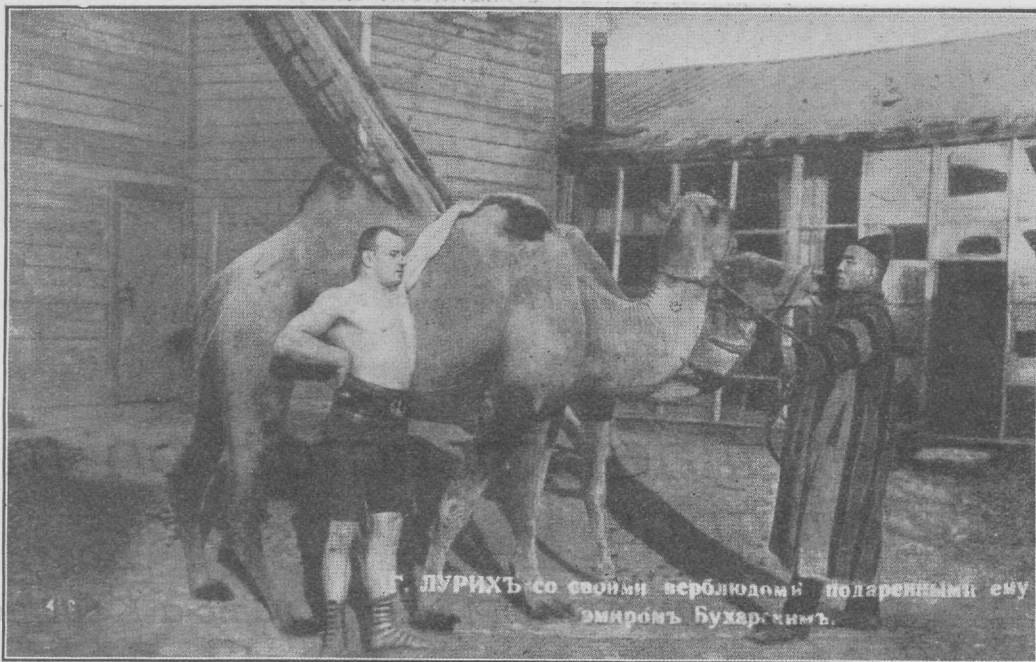
Läinud sajandi lõpul on suur tõus. Need on rohkem meie elukutselised maadlejad, kelle keskel kolm maailmakuulsaks on saanud — Lurich, Aberg, Hackenschmidt. Aga varsti peale nende tõusevad teised. Kui tahaksin praegu piiri tõmmata sportlikule arengule meie spordi

ajaloos, siis 1912. a. oli sport meil vaid üksikute asjaks. Pärast seda on aga sport saanud massiliikumiseks, kogu rahva asjaks. Ma mäletan veel 1910. ja 1911. aastatel, kuidas siis paremad sportlased käisid harjutamas suvel Pirita metsas. Peideti end võimalikult metsa taha, et keegi ei näeks ja pealt vaatama ei satuks, ja häda sellele, kes siis ligi astus — nahapeale saamine oli enam-vähem kindel. Aeg toob aga uusi mõisteid ja 1912. a. sügisel on siis Eesti sport juba niikaugel, et olümpiamängudel Stokholmis Martin Klein on esimene võitja. Esimene eestlane suudab sellega toime tulla, et ta toob Eestile teise koha! See oli heroiline maadlus! Vaevalt on niisugust pingutavat maadlust ennem olnud ja vaevalt saab seda näha: 11 tundi järgimööda maadelda, see on rohkem, kui töökaitse inspektor seda praegu lubaks!

Sellest ajast peale hakkab meie spordiliikumises tõus, tekivad üle maa spordiseltsid, tekivad uued spordiharud ja uued võidud. Ja 1913. a. meie olime niikaugel, et võisime öelda: kergejõustiku alal 50% Vene rekordeist olid meie käes: Ab-rams, Villemson, Ohaka, Tammer, Klumberg saavutasid eestlastele kergejõustiku alal hulga rekorde.

Praegu oleme meie, kus meil omal ajal vast 100 sportlast üle maa oli, jägmiste andmete ees: meie spordiseltside võrk koosneb umbes 150 or-

ganisatsioonist, meie registreeritud sportlasi võiksime aga lugeda 49.000 peale. See on kahtlemata suur arv. Aga kui meie sellele võrdluseks tahaksime väikest pilti võtta mujalt, siis näeme, mis teised maad sel alal kõnelevad. Võtame Inglismaa. Seal on organiseeritud jalgpalli mängijaid 1.000.000. Võtame Rootsist ühe väiksema maakonna, seal on üksi jalgpalliseltse 100, meil aga üle kogu maa 55! Need arvud näitavad, misuguse ulatuseni seal kehaline kasvatus on jõudnud. Meil on sel alal kahtlemata suur töö ees. Meie noorus on selles ulatuses poolikult organiseeritud. Arvustik näitab, et meil poisse ja tütarlapsi 8—18 aasta vanuseni on ümmarguselt 238.000. Neist käib koolides poisse 66.000 ja tütarlapsi 63.000, see tähendab nende üldarvust 238.000 — on organiseeritud ainult 129.000. Meie teame, et koolides kehaline kasvatus kaugeltki veel selles ajajärgus ei ole, mil võime öelda: nüüd oleme rahul. Õpetajad hiljuti koos olles ja nõu pidades pidid üles seadma nõude, et kehaline kasvatus lõpetada seal, kus pole võimalaid. Oletame aga, et koolis kõik lapsed on organiseeritud. Lapsed lõpetavad algkooli 14-aastaselt. Kõik ei lähe edasi õppima, paljud ja paljud lõpetavad algkooliga oma õppimise. Need aastad 14-st kuni 18-ni on aga kõige hädahohtlikumad, kus võidakse niisugusele teele sattuda, mis pole kuidagi soovitatav.



Georg Lurich Buŕŕara emiri annetatud kaamelitega.  
Tsaariaegne postkaart, mida tol ajal roŕkesti levitati ja osteti.

Kodust vanemad on t  ol, seltskonnas ei saa liikuda, noor satub täitsa oma-pead. Kehaline kasvatus peab aga need noored viima õigele teele ja neist kasvatama Eestile v  arilisi kodanikke. Meie koolid ja seltsid ning vanemad inimesed, kes tahavad sportlikul alal tegevad olla, peavad teadma, mida rohkem on v  imlaid, seda suurem on sportlik tegevus. Teiseks alaks on m  nguv  ljad. Soomes on maksuma pandud korraldus, et linnaomavalitsus peab ülal pidama iga 20.000 elaniku kohta ühe avaliku mänguvälja. Saksamaa läheb veel kaugemale — iga 8.000 elaniku kohta üks m  nguv  li. Kui teie aga Koppenhaageni lähete, siis leiateg seal 30 avalikku mänguvälja. Kui palju neid on meil? Vähe! Ma ei ütle seda etteheiteks, meie areneme ja kasvame, vaid ma tahan siin sihtjooni üles seada, kuhu peame mine-ma. Suur t  o ootab meid kõiki!

Vanas Greekas oli olümpia-aasta pidulik aasta kogu rahvale. Tuli, mis olümpiamängudel st  udati, oli tuli, mis h  iiti pühaks tuleks ja see oli p  ha kogu rahvale. Tahaksin, et meie kõik, eriti aga meie noorsugu südamesse võtaks mõtte, et meie kehaline kasvatus on meie rahva k  si-

## Maadlejad ja tõstjad viimases tules

Raskejõustiku-liit korraldab tänavu kõigil liidu alla koondatud spordialadel esivõistlused i s e.   hest küljest garanteerib see absoluutset erapooletust ja teisest küljest kuulub esivõistluste korraldamine liidu alla seekord kui ol  mpiakatsev  istlused. Algust on tehtud poksi-esivõistluste korraldamisega ning järjekorras peetakse 23. ja 24. mail esivõistlused greeka-rooma maadluses ja tõstmises. Nad leiavad aset t  olisv  imlas algusega mõlemal õhtul kell 8.

mus, on meie kodumaa saatuse küsimus. Meie noored, teie õlgadel on meie tulevik, teie kasvage ja hoolitsege, et see p  ha tuli teie rinnus p  leks! Kasvatage endid ja teisi meie kodumaa kasuks ja meie kodumaa auks!

Esivõistlused on viimasteks katseteks nii maadlejatele kui ka t  stjatele, ning võistluste tulemuste najal m  aratakse lõplikult meie maadluse ja tõste ol  mpiameeskonnad. Endastmõistetavalt kujunevad eel-seisvad esivõistlused kõigi aegade parimateks tehnilistelt tulemustelt ja konkurentsilt.



# JALANÕUDE KAUPLUS

## „OVALD“

TALLINN,  
VIRU TN. 5,  
TEL. 443-11

SOOVITAB

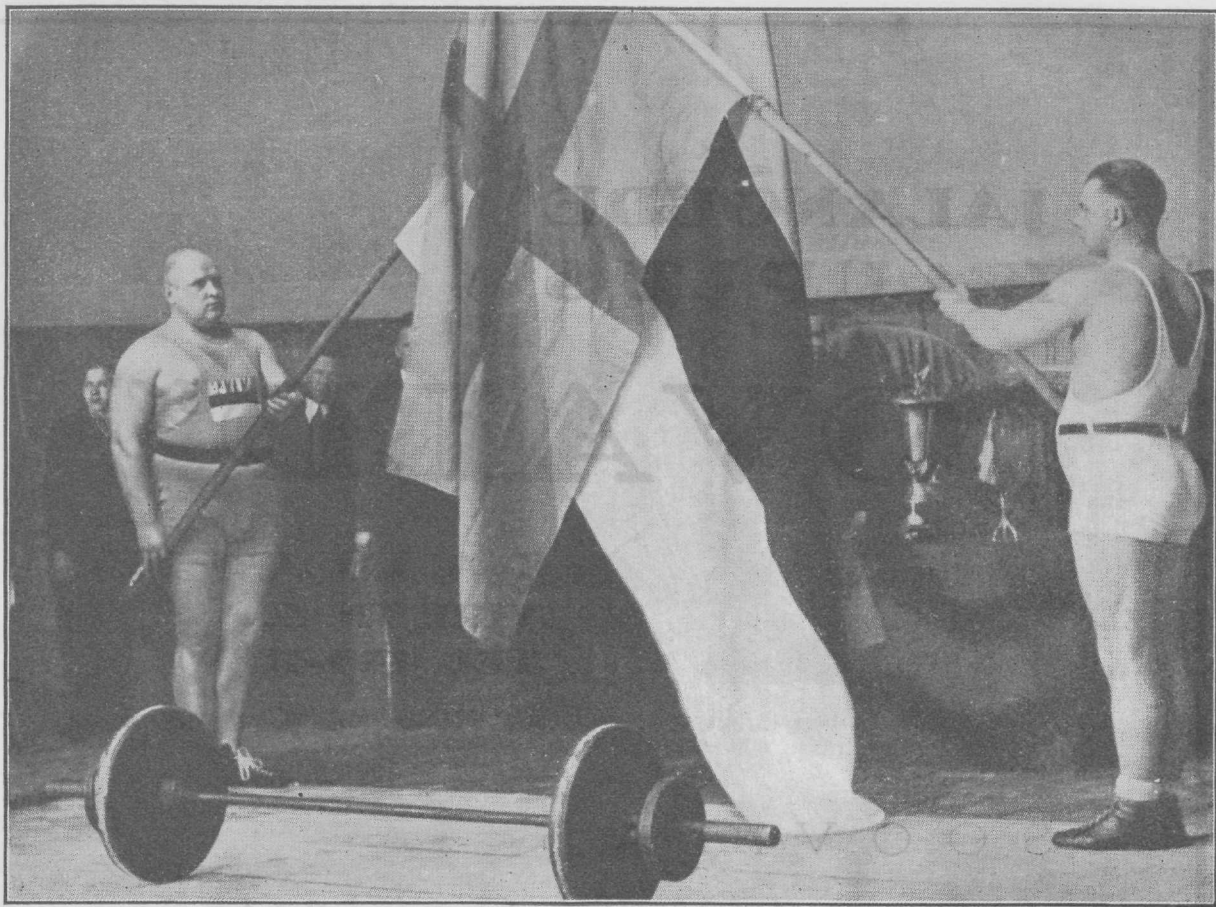
*daamidele ja  
häradele  
kevade- ja suve-  
uudiseid  
jalanõude alalt*

JALANÕUDEVABRIK

## „OVALD“

VÄIKE AMEERIKA TN. 20,

TEL. 474-91



*Eesti-Rootsi tõste-maavõistluse avamiselt. Keskel mõlema riigi raskekallased lippudega.*

# VÕIT ROOTSI ÜLE

**Keda tõstjatest saata Berliini?  
Tõstjate kaadri suurendamisele!**

Ajad ja vahekorrad muutuvad kiiresti. Täpselt aasta tagasi, kirjutades E. Spordilehe läinud aasta maikuu-numbris Eesti-Läti tõstemaavõistlusest, olin sunnitud juba pealkirjas küsima „Kas Läti tõstmises Eestist mööda?“ Seda küsimust põhjustas eeskätt see asjaolu, et kuigi Eesti tookord oma lõunapoolse naabri võitis (3:2), oli kilogrammide kogusumma siiski 33,75 kg võnra meie kahjuks. Teiseks ei olnud tookord kuigi roosilisi väljavaateid meie tõstesporti taseme paranemiseks lähemal ajal. See sundis kalduma pessimismi ja endid alahindama.

Augustis Rootsiiga peetud kaks võistlust (maa-võistlus ja Tallinn-Kalmari linnavõistlus) lubas võtta juba paremaid noote: Riias Läti vastu saavutatud kogusumma 1465 kg kargas Stokholmis 1520-ne ja Kalmari koguni 1560 kg-le. Viimasena nimetatud kogusumma oli suurim, mida Eesti koondusmeeskond ku-

nagi saavutanud. Ja veel edasi, Eesti Raskejõustiku Mängude puhul neist kirjutades julgesin pealkirjaks tuua „On lülitatud uus vool raskejõustiku-liikumisse“.

Seda viimast võimaldas nentida asjaolu, et Eesti Maadlus-, Tõste- ja Poksiliidu uus juht ja uuendatud juhatus oma ülesannetesse süvenenuna lülitas liikumisse suuremat hoogsust. Juba mängude korraldamine oli üheks etaabiks endisest suurema edu poole. Raskejõustiklased asusid varemalt treeningusse, kui tavaltiselt teiste hooaegade eel, ja, peaasi, intensiivsesse treeningusse. See avaldas mõju kõigil kolmel raskejõustikuliidu alla koondatud alal. Maadluses võideti Soome ja Ungari (läinud kuul lisaks veel Läti), poksis ületasime Soome ning võitsime ka Balti turniiri. Võit järgnes võidule. Üksnes tõstjatel puudusid veel võidud. Läti loobus regulaarsest tõste-maavõistlusest, mis oli seda hämmastavam, et olime hakanud pidama



Pildike maakonna-spordiinstruktorite täienduskursustelt. Spordiinspektor A. KOLMPERE selgitab näitlikult vasaraffeite nõksusid.

Lätit sel alal endale võrdseks. Jäi üle koondada kogu tähelepanu Rootsi võitmisele.

Liidu juhatus ise oli ette kindel võidus Rootsi üle, kuid ta ei deklareerinud seda avalikult, et siis võit mõjaks suurema pommina. Tõstjad olid püsinud väga agaras treeningus, peagu kõik eliititõstjad olid saavutanud olümpianormid. See lubaski hellitada schansse ka Rootsi vastu.

Rootsi võidetigi. Võideti nii, et võidetutel ei olnud vähimatki alust vastuvaidlemiseks. Kaalude-võitude vahekorrd oli 3:2 ning kilogrammide kogusummas 1567,5 : 1535. Eesti meeskonna kogusumma — 1567,5 kg — on uueks rekordiks ning tunduvalt parem kui l. a. Rootsi vastu saavutatud 1520 kg või 1932. a. pärit rekordkogusumma 1512,5 kg Läti vastu. Seega mitte üksnes võit, vaid ka taseme tõus. Juure võib lisada veel seda, et 1567,5 kg ei olnud maksimum ja mitte n.-ö. viimane veri Eesti meeskonnalt. Igal juhul on usku, et see viis, kes võitis Rootsi üle, suudab eelseisvatel meistrivõistlustel, mis viimasteks olümpiakatseteks, saavutada kokku üle 1600 kg.

Maavõistlus peeti 12. mail Saksa teatri ruumes ja tehnilised tulemused olid (järjekorras kahega surumine, kahega rebimine, kahega tõukamine ja kogusumma):

**Sulgkaal:**

Erm Lund, Eesti	70	82,5	105	257,5
Edvin Nilsson, Rootsi	70	75	100	245

**Kergekaal:**

Sture Karlsson, Rootsi	85	97,5	122,5	305
Peeter Mürk, Eesti	75	100	125	300

**Keskkaal:**

Stefan Lindeberg, Rootsi	90	105	132,5	327,5
Alfred Mäll, Eesti	85	95	130	310

**Poolraskekaal:**

Karl Oole, Eesti	90	105	132,5*)	327,5
Reinhold Pettersson, Rootsi	95	95	130	320

**Raskekaal:**

Arno Luhaäär, Eesti	110	107,5	155	372,5
Ove Löfdahl, Rootsi	97,5	105	135	337,5

Püstitati 3 uut Eesti rekordi — P. Mürk rebimises 100 kg (endine tema ja A. Neulandi nimel 97,5 kg) ja tõukamises 125 kg (end. R. Teitelbaum 122,5 kg) ning K. Oole rebimises 105 kg (end. O. Luiga 100 kg) — ja korralti kaks — E. Lund rebimises ja K. Oole tõukamises lisakatsega. Rootslased ei püstitanud ühtki uut rekordi.

Igas kaalus kummagi rahvuse kogusummad on paremad kui eelmisel maavõistlusel, välja arvatud K. Mälli ja R. Petterssoni omad, kuna E. Nilsson kordas l. a. kogusummat.

Pärast maavõistlust on püütud kalkuleerida, keda saata meie kolme olümpiatõstjana Berliini. Kui võtta aluseks Pariisi euroopavõistlustel l. a. saavutatud tehnilised tulemused, siis Eesti-Rootsi maavõistlusel näidatud kogusummadega platseerusid eestlased järgmiselt: E. Lund kuuendana, P. Mürk viiendana, A. Mäll kuuendana, K. Oole neljandana ja A. Luhaäär viiendana. Selle arvestuse järgi peaks saatma K. Oole, A. Luhaääre ja P. Mürgi. Kuid seejuures pole arvestatud, missugustele kohtadele tuleksid nimetatud viis siis, kui nad väga tõenäoliselt suurendavad Berliiniks oma kogusummasid. Ka pole arvestatud sellega, missugustel kaaludes võib Berliinis olla kergem konkurent.

\*) Väljaspool võistlust, lisakatsega tõukas K. Oole 137,5 kg, mis Eesti rekordi kordamine.

Kõige kindlam kandidaat Berliini on A. Luhaäär, sest raskekaalus on vähem suure-tipu-mehi kui teistes kaaludes. 380—390 kg-lise kogusummaga, mis Luhaäärest usutav, võib raskekaalus tulla juba medalile. Teistes kaaludes samuti medalile platseerumiseks peaksid kogusummad olema umbes järgmised: sulgkaal 275—285, kergekaal 315—325, keskaal 330—340 ja poolraskekaal 340—355 kg. Kes eestlastest suudaksid oma kaalus neid tagajärgi näidata? E. Lund on varem saavutanud 285 kg, kui kergekaalus. Kui ta seda suudab ka sulgkaalus, siis oleks ta peale A. Luhaääre järgmiseks kindlaks olümpiameheks.

Kõige juures tuleb meeles pidada, et Berliini olümpia-tõstevõistluste konkurentsi vägevust tõstavad veel egiptlased ja ameeriklased, kellel parimad mehed kolmes keskmises kaalus. Nii jääb meil üle Eesti tõstjate saatmine peamiselt esimese kuue hulka platseerijatena ja sellistena on momendil, välja arvatud teistest tunduvalt parem Luhaäär, võrdseid lootusi peagu kõigil neljal ülejäänul maavõistluse mehel. Otsuse peaksid andma eelseisvad esivõistlused.

Tagasi tulles Eesti-Rootsi maavõistluse analüüsimisele, võib märkida, et see, milles meie rootslastest tõste-tehniliselt järel oleme, on surumine. Kui mitte arvestada A. Luhaäärega, kellele O. Löfdahl oli nõrk konkurent, saame kummagi rahvuse ülejäänud nelja mehe tõstete kogusummadeks tõste-liikide järgi surumises — Rootsi 340, Eesti 320, rebimises — Rootsi 372,5, Eesti 382,5, tõukamises — Rootsi 485, Eesti 492,5 kg. Seega edukamad meist olid rootslased just surumises. Sellest võib tunda Saksa kooli, sest Saksa tõstjad saavutavad surumises ainult veidi vähem kui rebimises. Raskekaalu maailma parim S. Manger koguni surub rohkem üi rebib, kuid see eest tõukamises ta vannub alla meie Luhaäärele. Ja rootslastel on Saksa kool, sest

neid on treeninud omaaegne maailmarekordimees sakslane Riess.

Kui Eesti tõstjad suudaksid surumises oma saavutusvõimet tõsta, siis oleks see suureks hüveks. Olümpiavõitja sakslane Rudi Ismayr nimetab seda suureks miinuseks tõstja kohta, kui ta tunduvalt vähem surub kui rebib. Ta enda tagajärjed näiteks Pariisi euroopavõistlustel, kus ta tuli keskaalu võitjaks, olid järgmised: surumine 105, rebimine 110 ja tõukamine 145 kg. Umbes samas vahekorras surub ja rebib ka egiptlane Touny, kes kuigi palju aega tagasi püstitas keskaalus maailmarekordina surumises 112,5 ja rebimises 120 kg!

Seekordne maavõistlus Rootsi vastu on võidetud, millega Eesti on kvalifitseerunud Põhjamaade parimaks tõsterahvuseks. Tuleval suvel tuleb Stokholmis uus duell. Sellele tuleb valmistada samasuguse hoole ja anduvusega, nagu äsjamöödunudle. Tuleb koguni laiendada senist tööd, eeskätt kamdepinna paisutamiseks. Rootsis on igas kaalus kaks peagu võrdvõimelist, tippmeest, ja ka kolmas mees kahele eelmisele väga lähedane. Selle kohta annab meile hea pildi Rootsi esivõistluste tehnilised tulemused:

**Sulgkaal:** 1. E. Nilsson 250 kg, 2. F. Andersson 247,5 kg, 3. G. Nyberg 245 kg.

**Kergekaal:** 1. S. Karlsson 297,5 kg, 2. J. Björklund 295 kg.

**Keskaal:** 1. S. Lindeberg 312,5 kg, 2. N. Johansson 325 kg.

**Poolraskekaal:** 1. R. Pettersson 332,5 kg, 2. A. Röstlund 327,5 kg, 3. F. Abrahamsson 307,5 kg.

**Raskekaal:** 1. O. Löfdahl 340 kg, 2. R. Karlsson 325 kg.

Peame asuma oma endise positsiooni tagasivõitmisele maailma tõsterahvuste peres. See ülesanne pole aga teostatav ilma suurema tõstjate kaadrita.



Olümpiakomitee liige ADO ANDERKOPP kõneleb olümpiaktusel.



# A/S. REINHOLD TOFER

## RIIDETÖÖSTUS

### VILLASED MEESTE JA NAISTE RIIDED

SAADAVAL KÕIGIS RIIDEÄRIDES

T Ö Ö S T U S :

Tallinnas, Madara nr. 14

LADU JA MÜÜK:

Tallinnas, V. Posti nr. 8

Telef. 445-86

Kinnitatud kaubamärk



# INGLISE JALGPALL SIISKI MAAILMA PARIM

**I**nglise 44. jalgpalli-esivõistluste ja 61. karikahooaeg lõppes ametlikult 3. mail. Pärast hooaja ametlikku lõppu Inglise rahvusmeeskond pidas veel kakss õnnetus maavõistlust kontinendil ja võitis lisaks oma senisele neljale kaotuselle kontinendi riikidele juure kaotused Austrialt ja Belgialt. Inglise jalgpalli vastastel on nüüd taas põhjust uhkustada, nagu see oli 1934. a., millal inglased kaotasid järjest oma kakss Euroopa-turnee matschi — Ungarile ja Tšehhhile. Kuid uuri-des veidi Inglise gigantset esivõist-luste käiku ja samuti olukorda, mil-lises toimusid viimased maavõistlu-sed, võiks tekkida väike kaas-tunne inglaste vastu, ja Albioni meestele tuleb seniselt edasi jätta siiski esikoht maailma jalgpalli-rahvaste hulgas.

Tänavune jalgpalli-hooaeg Inglis-maal oli õieti erakordseim senistest. Seda nii esivõistluste, karika- ja rahvusvaheliste võistluste suhtes. Suur oli edu tänavu esivõistlustel, mille tulemused 88 profiklubi juures olid veidi ootamatud. Hooaega alus-tas senine meister Arsenal tavalise bravuuriga, saavutanud juba ava-võistlusel võidu meistriks tulnud Sunderlandi üle. Ent hooaja lähe-nedes jõuludele Arsenali vägev viir-tuooside vägi hakkas väsima. Pü-sida neli aastat järjest tippvormis käib üle jõu vist igale meeskonnale, seda eriti Inglismaal, kus esivõist-luste sarjas tuleb sooritada hooaja kestes igal klubil 42 matschi.

Kevadpühiks oli Sunderland saa-vutanud niivõrd suure edumaa punk-tides, et järgnevatel (Derby County ja Huddersfield Town) pärast vii-giks läinud kindlaid võidumatsche polnud mingit võimalust Sunderlandi püüda. Ja sealjuures märtsi algu-sest kuni aprilli keskpaigani Sunder-land oma seitsmest võistlusest ei võitnud ühtki! Kevadpühad kroonisid Sunderlandi meeskonna suure võiduga — tugev Lancashire klubi Birmingham võideti Birming-hamis kohutava skooriga 7:2 ja sel-lega saavutas juba nädalaid enne esi-võistluste lõppemist Sunderland oma kuuenda meistritiitli, tõestades, et ta oli tõepoolest parim meeskond liigas. Varemalt on Sunderland ol-nud meister aastail 1892, 1893, 1895, 1902 ja 1913. Kuus korda on meist-ritiitli võitnud veel ainult Aston Villa, neli korda on meistrid olnud Eventon, Arsenal, Sheffield Wednes-day, Newcastle United ja Liverpool.

Sunderlandi vägev edu väljendub vä-ravate suhtes — 109:74. Teisele ko-hale platseerunud Derby County saavutas esivõistlustel ainult 61 vä-ravat.

Tänavune aasta oli 1. liiga võist-lustel siiski huvitavam tabeli lõpu-osas. Juba hooaja algusest langes viimasele kohale Inglismaa kuulsaim klubi Aston Villa. Et klubil on re-servis vägevad rahasummad, siis jõuti hooaja jooksul juure osta rida esmaklassilisi mängijaid, peamiselt Shoti liigast. Kõigele vaatamata Aston Villa ei suutnud end päästa — ta jäi esivõistlustel 21. kohale, see-ga eelviimaseks, ja langes koos vii-maseks jäänud Blackburn Roversiga tagasi 2. divisjoni. Huvitav on mär-kida, et pärast 1. jaanuari Aston Villa saavutas esivõistlustel ühe punkti rohkem kui Sunderland, kes tuli meistriks. Aga sügisel kaota-tud terääni oli liig ränk tagasi võita. Nii Aston Villa kui Blackburn olid ainsad meeskonnad Inglise 1. liigas,

kes esivõistluste ajaloo kestes ku-nagi polnud veel mänginud madala-mas divisjonis. Tuleval hooajal sün-nib see esmakordselt.

Kui võtta arvesse kogu hooaja kes-tes näidatud vormi, võib pidada 1. liiga tugevamateks meeskondadeks järgmisi: 1. Sunderland, 2. Derby County, 3. Brentford, 4. Arsenal, 5. Preston North End, 6. Stoke City, 7. Huddersfield ja 8. Manchester City. Nende vahel võiks tuleval aastal areneda peakonkurents meist-ri nime pärast. Üllatavat tugevust näitas möödunud hooajal tavaliselt väljalangemise ohus olnud Middles-borough.

Teisest liigast uute meeskondadena tuleval hooajal võistlevad esimeses liigas Manchester United ja Charlton Athletic. Viimane saavutas tänavu suure rekordi — 1934. aastal alles pääsnud teise liigasse, Charlton suu-tis lüüa end ühe aastaga kohe kõrge-masse divisjoni. Charlton Athle-tic'ü saabumisega 1. liigasse on tul-



Inglise olümpialootus S. C. WOODERSON võidab Briti maailmariigi mängudel 1 miilis Jack LOVELOCKI ees.

nud esmakordsel Inglise jalgpalli ajaloo kestes juhused, et pealinn — London — annab neli klubi meistri-võistlusteks (Arsenal, Brentford, Chelsea ja Charlton).

Kolmandast liigast pääsesid teise Coventry City ja Chesterfield. Need kaks meeskonda koos teise liiga parematega — Sheffield United, West Ham United ja Tottenham Hotspur — üritavad tuleval hooajal pääsu 1. divisjoni. Märkimisväärne on, et tänavu oli Tottenhamil kuldseid võimalusi pääseda kõrgemasse klassi, kuid nende manager pärast 1:2 kaotust Charlton Athletic'ule, mis tegelikult otsustas Tottenhami jäämise teise klassi, oli suurimal määral rahul. Mees seletas: Miks püüda meil pääseda 1. klassi, kus me rahva vähese poolehoidu tõttu peame juuremaksima. Olles aga teise liiga paremaid me teenime rängalt ja tänavu oleme teinud rekordi oma sissetulekutega. Me jääme suure rahuldustundega tulevaks aastaks teise liigasse. Sealjuures on Tottenhami naaber, samuti Londoni meeskond West Ham juba teist hooaega see õnnetu kolmas — kaks esimest pääsevad üles.

Coventry City järele kolmanda divisjoni lõuna grupis teiseks jäänud Luton Towni meeskond väärrib selle poolest tähelepanu, et ta mängis kogu hooaja managerita, mis muidu Inglise klubide juures on organisatiivselt möödapääsmatu. Ja teisena

puudus Lutonil kesktoormaja. Igal mängul kasutati ise meest. Kaks nädalat enne esivõistluste lõppu Luton leidis oma mehe — see oli noor amatöör Payne, kes kohe oma esimesel võistlusel Bristol City vastu lõi 10 väravat (Luton 12:0) ja püstitas seega uue rekordi, mida seni hoidis Evertoni Bell 9 väravaga. Ka esimeses liigas langes tänavu rekord: Brentfordi kesktoormaja McCulloch saavutas esivõistluste sarjas 43 väravat, ületades seega Arsenal Bastini rekordi kolme väravaga.

Amatööride liigadest (neid on igas ringkonnas ja Londonis koguni mitu) oli esivõistluste käik huvitavam Athenian liigas, kus Southall mängis viimase 16 päeva kestes 21 matschi. Southall esines hooaja alul laupäeviti edukalt mitmel karikavõistlusel ja jõudis suurel English Cupi võistlusel ainsa amatöörina suurte profiklubideni, mistõttu tal jäid pidamata esivõistluste matschid. Nendele sai meeskond tähelepanu pöörduda vaid siis, kui ta oli lõplikult sooritanud kõik oma karikamatschid. Ja nii tuli Southallil sageli mängida päevas kaks võistlust, et jõuda matschidega läbi hooaja lõpuks. Mehed olid muidugi väsinud, kuid 14. Athenian liiga meeskonna hulgas Southall lõpetas siiski viienädana, olles meistrist vaid 6 punkti järel.

Karikasarjas üllatas tänavu teisest liigast väljalangenud Port Vale

2:0 võiduga Sunderlandi üle. Sunderland, muide, pole veel kunagi karikat võitnud. Edukalt möödunud hooajal osa võtnud 552-st meeskonnast läksid läbi karika knock-out-süsteemi kuni finaali Londoni Arsenal ja Sheffieldi United, viimane koguni teise liiga meeskonnana. Arsenal (esimesena omal välja esinenud meeskond) kohtas enne finaali järgmistega: Bristol Rovers (3. liiga) — Arsenal 1:5, Liverpool — Arsenal 0:2, Newcastle United (2. liiga) — Arsenal 3:3, Arsenal — Newcastle 3:0, Arsenal — Barnsley (2. liiga) — 4:1 ja poolfinaalis Huddersfieldi väljal Arsenal — Grimsby Town 1:0. Sheffieldi Unitedi teekond finaali: Burnley (2. liiga) — Sheffield 0:0, Sheffield — Burnley 2:1, Preston North End — Sheffield 0:0, Sheffield — Preston 2:0, Sheffield — Leeds United 3:1, Sheffield — Tottenham Hotspur (2. liiga) 3:1 ja poolfinaalis Sheffield — Fulham (2. liiga) (Wolverhamptonis) 2:1.

Arsenalile oli see neljas finaali. Varemad tulemused olid: 1927 Cardiff City — Arsenal 1:0, 1930 Arsenal — Huddersfield Town 2:0, 1932 Newcastle United — Arsenal 2:1. Sheffield United oli olnud finaalis varemalt viis korda: 1899 võitis Derby County 4:1, 1901 kaotas Tottenhamile 1:3, 1902 võitis Southamptoni 2:1, 1915 võitis Chelsea 3:0 ja 1925 võitis Cardiff City 1:0. Sellest ajast, millal karikafinaalid

**Maret**

suitsetaja  
parim  
seltsiline

ON KVALITEET



# GEORG STUDE

Tallinn, Pikk 16,

tel. 442-76



peetakse Wembley staadionil (1923), on karika võitnud see meeskond, kes on loosiga saanud riietusruumi nr. 1. Riietusruumi nr. 2 viibijad on alati kaotanud. Ja nii see oli ka tänavu. Arsenal on kolm korda võitnud poolfinaalid tulemusena 1:0 ja igakord on võiduvärava saavutanud vä. Bastin. Nii see oli ka Grimsby vastu tänavu, millal Bastin lõi võiduvärava kaks minutit enne mängu lõppu. Kui võitnuks Grimsby, siis ta oleks esmakordselt pääsnud finaali.

Schoti karika võitis tänavu Glasgow Rangers ja meistriks tuli Celtic, kes mullu jäi teiseks. Rangers ja Arsenal olid nii Inglismaal kui ka Schotimaal kolm aastat järjest meistriks. Tänavu võitsid esivõistlused need, kes jäid mullu teiseks, kuna eelmise aasta meistrid kummaski liigas võitsid karikad.

Favoriit oli Arsenal, kuid Sheffieldilt oodati siiski võitu, kuna meeskonnal on suurem karikapraktika. Ohkkond eel finaali on eriti pinev ja mängijaid püütakse manageride ning treenerite poolt kunstlikult lõbustada, et hoida nende mõtteid eemal eelseisvast finaalist. Kogu aeg mängib riietusruumis grammofon, millelt antakse kergesisuliselt heliplaate, mängijatele on võimaldatud pokeri- ja bridshilöömine. Lahtirõivastumiseks käis käsk Arsenalil laagris tänavu täpselt 14 minutit enne finaali algvilet. Nii said mehed alles väljal mahti mõelda jalgpallile.

Selle finaalieelse lõbutsemise idee leiutaja oli 1925. a. Sheffield Unitedi tollaegne kapten R. Gillespie. Mees oli 17 aastat mänginud jalgpalli ja kuus aastat Sheffieldi eest ning oli 35 aastat vana. Vastased — Cardiff City — olid tollal meistrivormis, nad juhtisid esivõistluste tabelit (jäid hiljem vaid värvavate suhtega teiseks), kuna Sheffield oli tabeli lõpuosas. Siis Gillespie märkas, et Cardiffi mängijad olid juba tund aega enne lahtilööki rõivastunud võistluseks ja ootasid. See tekitas meeskonnas närvitsemise ja Sheffield, kes oli enne matschi laulnud ja tantsinud, võis seda teha ka pärast. Nad löid esimese värava, ja finaali võidab tavaliselt ikka see meeskond, kes lööb esimese värava.

Ja nüüd siis inglaste rahvusvahelisi võistlusi möödunud hooajast. Briti rahvusvahelistel esivõistlustel jäi Inglismaa Schoti järele teiseks, saavutades võidu Iiri üle, kaotas Walesile ja viigistas Schotiga, kuna Schoti viigistas Iiriga ja Inglisea ning võitis Walesi, pärides seega esmakordselt kuningas George 25-a. valitsemise juubeli karika.

Kontinendi riikidega puutus Inglise rahvusmeeskond kokku kolm korda. Detsembris võistles Londonis Tottenhami väljal inglaste vastu Saksa rahvusmeeskond. Inglisead koostavad alati oma rahvusmeeskonna puht-inglastest, seal ei esine ükski

schotlane, iirlane või Walesist pärit mees. Saksa võideti 3:0, tulemus mängukäigule vastavalt võimuks olla suuremgi. Esmakordselt esines Inglise edurivi juhi kohal 36-aastane Middlesbrough mees Camsell. Ta oli 14 aastat oma klubi eest võistelnud, kuid kunagi polnud küündinud rahvusmeeskonnani. Kui aga Middlesbrough möödunud hooaja alul osis Arsenalist sealt nõrkadena vabaks antud Colemani, Birketti, Lamberti ja Jonesi, siis oli Middlesbrough edurivi otseku ümber sündinud. Ja Saksa vastu valiti Camsell kt. kohale ning Birkett paremääreks! Viimane küll ei saanud esineda, kuna teda tabas vigastus liigamatschil enne maavõistlust.

Sakslased oli toredad vastased inglastele. Inglismaa pinnal on seni kõik kontinendi meeskonnad pidanud leppima kaotusega, kusjuures võit on tehtud juba esimestel minutitel. Nii 1931 Hispaania vastu inglased löid 24 minutiga seitse väravat Zamora võrku (!), tollaegne kt. Dean neist ükski kuus! 1932. a. löödi nelja minutiga Austriale kaksnull, Itaalia maailmameistrid said 1934 13 minutiga kolm väravat oma võrku. Nüüd olid sakslased uhked — inglased ei saanud neile väravat sisse. Mäletan selgesti, et raadios maavõistluse sakslastele üleandja juba toonitas, et „meie amatöörid ei suuda küll inglasi võita, kuid oleme siiski saavutanud seda, mis on teistele osutu-

nud võimatuks — oleme pidanud poolaja vastu värvateta“. See jutt oli esimese poolaja 44. minutil. Kuid samas käis äkiline „ah, jumal“ läbi mikrofoni, sest Camsell lõi 35 meetrilt püüdmatuks inglased juhtima!

Kevadine õnnetu matk kontinentidele annab nüüd võimaluse tunnistada Inglismaa suure jalgpalli paremuse müüdiks. Ja Hollandi jalgpalliliidu esimehe Karel Lotsy arvates oli see inglaste viimane matk mandrile. Nad laskuvat taas oma „splendid isolationi“ — mängivad tulevikus vaid omavahel. Aga Inglise rahvusmeeskonna koostaja W. C. Cuff (Everton) seletas, et „just nüüd me alustamegi oma õigeid suhteid teiste riikidega. Enam maavõistlusi kontinenti maadega. Me peame vaid tagasi tulema viieforvardi mängusüsteemile, mis osutus edukaks Austrias ja Belgias. Meie edurivi juht asub praegu liig halval positsioonil ega saa tarvilist toetust siseforvarditelt.“

Tungides mõlema maavõistluse detailideni ei saa jätta märkimata järgmist, minu arvates vägagi olulist: Inglise rahvusmeeskonnas Austria vastu mängis kuus meest Arsenalist. Meeskond nägi välja järgmine:

Sagar (Everton), Male ja Hapgood (mõl. Arsenal), Crayston (Ars.), Barker (Derby County) ja Copping (Ars.), Spence (Chelsea), Bowden (Ars.), Camsell (Middls.), Bastin (Ars.) ja Hobbis (Charlton).

Meeskonna kandejõud — Arsenali mängijad — olid tules järgmiselt: 25. aprillil — karikafinaal, 27. aprillil liigamatsch Chelseaga (2:2), 30. aprillil liigamatsch Bolton Wanderersiga (0:1), 2. mail liigamatsch Leeds Unitediga (1:1). 31. mail alustati sõitu Viini ja 6. mail oli Viinis maavõistlus. Sealte Brüsseli, kus 9. mail oli maavõistlus belglastega. Ja kõik need rasked võistlused pidi Arsenal kaardivägi läbi tegema! Edu loota matkadel (Arsenal mängis Leedsiga ja Boltoniga väljas), mis algasid juba Inglismaal, see oleks vahest liigne. Inglise rahvusmeeskonna koostajad oleksid pidanud mõtlema sellele, et Arsenal on mängudega järel ega saa seepärast oma mees- tega olla tippvormis Euroopa-reisil. Sunderland seevastu lõpetas esivõistlused 26. aprillil ja oli mänguvaba sellest ajast. Aga Sunderlandist ei valitud ühtki meest, ühtki nende väravaahnet forvardit, kuigi sakslaste vastu esinenud ps. Carterit peeti parimaks forvardiks Inglismaal.

Ei taha kaitssta inglasi, kuid olukord, millises peeti maavõistlus Belgia vastu, oli tõesti erakordne. Viis meest — neli forvardit ja kh. Barker — sai vigastada. Neid tuli asendada. Barkeri kohta võttis varumees Bernard Joy (amatöörklubi Casuals), kaitse jäi endiseks, edurivi läks tulle järgmiselt: Spence, Cunliffe (Everton), Camsell (vigase jalaga), Bankas (Manchester City, pk. varumees) ja Hobbis (vigase jalaga). Inglaste edurivi oli mänginud niivõrd räbalasti, et Crayston toodi Cunliffe asemel edurivisse. Usun, et see oli Inglise esimene ja viimane maavõistlus, millel siseforvardeid mängisid poolkaitsja ja kaitsja! Ja veider siiski — Craystoni löögi Hobbis vaid rinnaga lükkas väravasse tulemuseks 3:2 Belgia kasuks. Esimese värava saavutas Camsell kohe lahtilöögi järele, kuid Belgia gigantne võitlus tõi neile teise poolaja alul võidu. Siis üritasid inglased väsinult võitu, see oli raugenud meeskonna pateetiline heitlus, mis luhtus tulemuselt, kuigi on teada, et Albioni pallilõvid on siiski parimad jalgpallimängijad maailmas.

Georg Pärnpuu.

# KRIITIKAT

## poksi-meistrivõistlustele

**P**oksitase on edasi läinud. See oli konstateering viimaste esivõistluste kohta, vaatamata nendel ette tulnud viperustele ja matschide arvust veerandi ärajäämisele. Edasimineku on selge, võrreldes tänavusi esivõistlusi kas või ainult läinud aastastega, rääkimata veel varematal aastatel peetud esivõistlustest.

Poksi-olümpiatreener Nigul Maatsoo, keda palusime E. Spordilehe kaudu anda oma kriitikat esivõistluste kohta, seletas, et edu on märgata kõigepealt selles, et kõigil mees- tel on löögid muutunud mitmekesisemateks, ning teiseks — tempo on kiirenenud. Näiteks, kui esivõistlustel oleks olnud neid poksijaid, kes aastaid ringist eemal oleksid olnud, siis nemad oleksid oma nahal seda kõige paremini tunnud, kui suur vahe eraldab meie poksikunsti aastaid tagasi ja nüüd. On küll veel praegugi n.-n. huupi poksijaid (V. Kaaristo, N. Stepanov j. t.), kuid need on vana kooliga mehed, kes vahepeal oma poksioskust pole edasi viinud.

Mis praegu kõige rohkem veel lihvi tarvitab, on lähivõistlus. See on paljudel väga puudulik, kuigi ena-

mikul enam-vähem juba n.-ü. kondis. Ainuke, kellele lähivõistluse oskuse kohta ei saa teha etteheiteid, on N. Stepulov. Tema poksikunst on täiesti Euroopa klassis ja kõigist teistest eestlastest on ta peajagu kõrgemal. Temal on seda loomulikkust ja nagu sisesündinud poksintelligentsi. Teistest võib esivõistluste ajal nimetada Skandinaavia klassiga poksijateks A. Reinket, V. Leeti, B. Salongi, E. Seebergi, A. Raadikut ja H. Freimuthi. Omaaegseid meie parimaid mehi L. Nielender on vanemas.

Narvalaste kohta peab ütleva, et siit võime tulevikus saada häid internatsionaale. Füüsiline materjal on otse haruldane, igal juhul parem kui Tallinna oma. Jõulised, pikad ja saledad poisid. Suuremaks läbilõõvuseks puudub neil veel taktika ja tehnika viimistlus. Suvad kehaga ja teevad mõningaid muidki krobudusi.

Üldiselt märgib N. Maatsoo, et peagu kõik matschid rullusid tasavägiselt. Näiteks A. Reinke, kes tuntud meie parima sluggerina, oli oma mõlemas matschis koguni ohus. Nii-

võrd tasavägised olid talle uuspõlve poksijad. Treener hindab esivõistluste ilusaimaks matschiks Leet-Salongi oma ja ägedaimaks Reinke-Ree heitlust. Oma kaalu kohta kõige tugevama löögiga olid H. Gutman ja H. Freimuth.

Kaalude järjekorras mehed kriitika alla võttes, paneb N. Maatsoo kärbeskaalus väga suuri lootusi H. Gutmanile. Ei võta palju aega, kuni temast areneb klassipoksija. Ta on üks tõelisemaid poksijatüüpe. Pihel on kiire ja vilumusega poksija, kuid füüsiliselt nõrk: ei seedi hästi lööke. K. Käbist seekord rääkida ei saa. Poksi nähti temalt ainult üks round. Järsk kaalu allavõtmise riisus mehelt kogu ta võimed.

Kukk-kaalus näitas H. Freimuth, et ta on selle kaalu meie parim. Väga tugev löök ja hea liikuvus. Kuid kaitse jätab sageli lahtiseks. E. Hugen on saanud vähe treeningut, kuid hea tempomees. Kui ta poleks saanud arstlikult kindlaks tehtud madallööki, siis poleks olnud võimatu, et ta kolmandal roun-

dil oleks siiski võitnud narvaka A niku.

Sulgkaalus tuleb nimetada ainult E. Seebergi ja siis punkt panna.

Kergekaal jäi osavõtjate poksioskusest kõige kergemaks. Stepanov töötas huupi. Kaalus esinenute seas oli kindlasti parimaks meheks tartlane A. Kruus.

Kergekeskkaal kujunes kõvaks, koos oli rida sisukaid mehi, N. Stepulovi võit L. Nielenderi üle tuli siiski hõlpsamini, kui kunagi varem. Mitte sellepärast, et arst keelas pärast teist roundi Nielenderile edasipoksimise, vaid ka kahel peetud roundil oli Stepulov ülekaalukam kui kunagi varem. Inslar oli kaalu vääriliseks kolmandaks, kuid Timbergi võitmisel sai ta kolmanda roundi lõpul niivõrd raske kulmuvigastuse, et kulum tuli klambritesse panna. Mõistagi ei saanud ta edasi pokkida ja ära jäi huvitav matsch tema ja Stepulovi vahel.

Keskkaal oli sisukaim. N.-ü. kulatükiiks on siin Ree. Temast võib tulla suur mees. Kui l. a. Reinke l jätkus kahest löögist Reega matschi lõpetamiseks, siis seekord pidi ta tegema kolm väga rasket roundi, misjuures ta kolmandal oli poolgroggy. A. Raadik oli Reinke vastu matschi juhtijaks, sest Reinke, varitseedes oma tugevale paremale haagile momenti, kaotas initsiatiivi.

Poolraskekaalus teeniis võidu tegelikult B. Salong, kuigi V. Lee-

dile ei saa midagi ette heita heita. Kuid Leedi kohta peab ütleva, et ta on siiski keskkaalu mees ja seal on tunduvalt rohkem väljavaateid.

Ülal oli toodud meie poksitreeneri arvamused. Lisaks poksi-esivõistluste kohta võib ütelda, et peetud esivõistlused olid parimaks näiteks selle kohta, et esivõistluste korraldada peab reformeerima. Kahe päeva ühes ja samas kohas kõigis kaheksas kaalus esivõistluste äripidamine läheb koormavaks. Esimesel päeval peeti 20 matschi, mis võltasid üle 4 tunni. Samasugune kestvus oleks olnud ka teisel võistlusõhtul, kui narvakad poleks loobunud edasivõistlemisest.

Saksa esivõistluste eeskujul tuleks ka meil anda poksi-esivõistluste pidamine mitmesse linna. Näiteks seekordki oleks võidud neljas kaalus pidada esivõistlused kas Narvas või Tartus. Ülejäänud neljast kaalust oleks Tallinnale jätkunud küllaldaselt. Äärmisel juhul oleks võidud ka kõik kaalud jätta ühte kohta, kuid tingimusel, et osas kaaludes võistlused oleks korraldatud vähemalt nädalase vaheaja järele.

Majanduslikult oleks esivõistluste ülalnimetatud laialijaotamine tulusam. Võib kindel olla selles, et kui näiteks neljas kaalus oleks seekord esivõistlused olnud mõnes teises linnas, siis sealt saadav kassa ja Tallinna kassa oleksid kokku annud siiski

suurema kassa, kui nüüd võistluste üksnes Tallinnas korraldamisega.

Ja see, mida soovitasime poksi-esivõistluste kohta, on kehtiv ka maadluse kohta.

Veel rääkides peetud esivõistlustest ei saa mööda minna kohtunikest. Vähemalt osa neist vajab veel kursusi. Näiteks E. Hugen sai ilmselt selge madallöögi. Kuid ringikohtunik, ilma et ta punktikohtunikelt oleks järele pärinud, kas need nägid madallööki või mitte, tunnistas löögi määrustepäraselt tehtuks ja tõstis Hugeni vastase käe. Kui hiljem kohtunikud arsti tunnistuse põhjal otsuse ümber muutsid ja Hugeni võitjaks kuulutasid, siis tekitas see narvalastes pahameelt, kuigi selleks ei olnud põhjust.

Teine „pärl“ kohtuni „asjatundlikkusest“ oli Salong-Leedi matsch. Esimene round kuulus Leedile, teine näpilt ja kolmas selgelt Salongile. Viimase roundi juures ei saanud üldse kahtlust olla, et selles oli paremus Salongi päralt. Kuid mida näitasid kohtunike sedelid? Ainsana oli öieti matschi hinnanud A. Lillemägi, kes oli märkinud võitjaks Salongi — 60 : 59. Siingi oli numbrites eksitud, kuid mitte rängasti. Teine kohtunik — E. Kõppo — andis numbriks ümber 60 : 60 juures paremuse Leedile. Sellega sai ka veel kuidagi leppida. Kuid kolmas kohtunik H. Saasepp, kellest seega sõltus tiitli andmine emmale-kummale, oli kaiks

PÕHJALA  
VÄLISKUMMID  
KINDLAMAKS  
KAASLA-  
SEKS



SLASTNI

esimest roundi märkinud viiki, kuid viimase, kus ometi oli selge Salongi paremus, Leedi kasuks 20:19. Näpudepeal oleks saadud selgeks teha, kumb tegi viimasel roundil rohkem ja mõjuvamaid lööke, kuid ometi kohtunik seda ei suutnud. Nii et: rohkem kursusi kohtunikele!

Järjestus kaalude järgi kujunes:

**Kärbeskaal:** 1. ja Eesti meister H. Gutman, TPK. 2. Pihel, Sport.

**Kukk-kaal:** 1. ja Eesti meister H. Freimuth, Gong. Teised kohad jäid selgumata loobumiste tõttu.

**Sulgkaal:** 1. ja Eesti meister E.

Seeberg, Gong. 3. (mitte 2) A. Praks, TLEOSK.

**Kergekaal:** 1. ja Eesti meister A. Kruus, Tartu Kalev. 2. N. Stepanov, EAK.

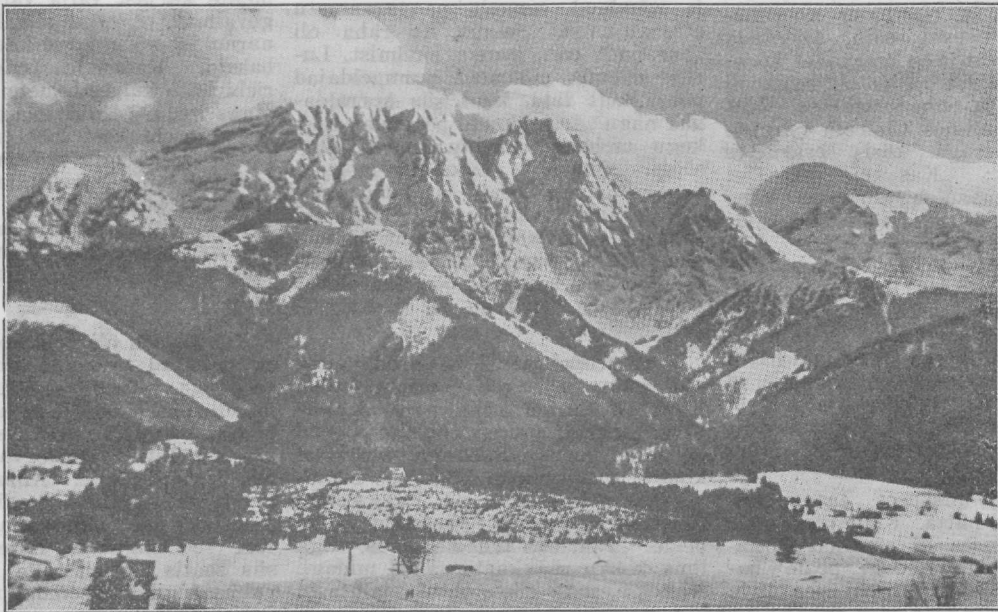
**Kergekeskkaal:** 1 ja Eesti meister N. Stepulov, Gong. 3. Timberg, EAK.

**Keskkaal:** 1. ja Eesti meister A. Reinke, Sport. 2. A. Ree, Nõmme ÜENÜ. 3. A. Raadik, TPK.

**Poolraskekaal:** 1. ja Eesti meister V. Leet, TPK. 2. B. Salong, TPK.

Vabrikandite Ühisuse rändauhinale oli Gongil ja TPK-l võrdsest 9

punkti, kuid meistritiitlite arvuga võitis auhinna Gong. Seda esmakordselt, kuna kahel eelmisel aastal oli võitnud TPK. Sport saavutas 5 punkti, Tartu Kalev 3, EAK 3, Nõmme ÜENÜ 2 ja TLEOSK 1 punkt. Tühja jooksid raskekaalu meistritiitel ja punktid. E. Luikin oli küll kohale ilmunud. Seda nähtavasti ei olnud lootnud sellesse kaalu ülesandjad ja loobusid. Kuna E. Luikin seetõttu ei saanud ühtki matschi, siis määruste järgi jäi tiitel selles kaalus välja andmata.



Daade Zakopanele, kus meie suusatajad saavutasid oma tänavused suurimad võidud.

# LUGUSID LURICHIST

Kogunud Tõnu Võimula

Lugusid G. Lurichist, lõbusaid, kurbi ja igasuguseid teisi, on rahva suus liikvel rohkkesti. Ei ole vist liialdus öelda, et nende lugude põhjal võiks luua kas või lugulaulu uuest Kalevipojast. Võib olla kirjutaksegi kumagi Lurichi kohta mingisugune teos, seda võib vägagi soovida, seni aga korjame kõiki lugusid Lurichist kui mälestusi meie rahvuskangela-sest. Neid lugusid avaldame alljärgnevalt kui ka edaspidi, ruumi ja võimaluste piirides. Toimetus on tänulik igasuguse vastava materjali eest. Kuni pole ilmunud Lurichist koguteost, seni olgu E. Spordileht selleks, kuhu koondatakse kõik andmed selle võimsa ja vägeva mehe kohta, kelle elu rullunud sangarlikult.

Kord jalutanud Lurich Rapla alevi vahel, külameestega juttu puhkudes. Eemalt lähenenud ühe mõisniku neljahobuse-tõld, mida nähes üks külameestest hüüdnud: „Tee lahti: mõisasalksad tulevad!“ Seepeale lausunud Lurich: „Vean kihla, ma pean selle rehhepapi hobused sõidu pealt kinni.“ Ja kui tõld tema kohta jõudnud, haaranud Lurich kahe käega tolla tagumistest ratastest kinni, nii et esimene paar hobuseid püsti karanud. Küll annud kutsar hobustele piitsa, kuid paigast need ei saanud.

Kutsari kirumise peale astunud parun tõllast välja, et järele vaadata, millest see ootamatu peatus. Lurichi tunnud ta kohe ära ja kuna talle jõumehhe nali meeldinud, ulatanud ta Lurichile oma rahakoti, et kiiremini edasi pääseda. Kui palju selles kotis

raha oli, seda pealtnägijad ei tea, kuid igatahes 10 rubla annud Lurich külameestele liikude tegemiseks. Ise aga kadunud ära.

Kui Lurich kord Viljandis korraldanud jõustikuõhtut, siis lasknud ta suurtel kuulutuslehtedel teatada, et igaüks, kes tuleb sellele õhtule, saab temalt mälestuseks pildi. Rahvast tulnud tulvil, nii et kõik pääsed müüdüd läbi.

Kui õhtu kava saanud läbi, ilmunud Lurich uuesti lavale, pannud mõlemad käed puusa ning sõnanud: „Siin on teile kõige täiuslikum pilt minust.“ See nali rahvale siiski ei meeldinud, ning käratsedes hakanud ta pääsmete eest maksetud raha tagasi nõudma. Seepeale Lurich palu-

nud vabandust ning õiendanud, et ilma pildist siiski keegi ei jää. Kõik saavad temast postmargi suuruses pildi ja kes kõige enim saab kassa juure, see koguni suure pildi. Rahvas hakkab rüüsil üksust välja trügima ja esimesena kassa juure jõudnud saanudki suure pildi. Teised jäänud aga ilma ka postmargi suurusest pildist.

Nagu aga edasi teatatakse, saanud Lurich selle loo eest politseilt protokollki kaela.

Üks Tõnu Võimula sõpru, kes praegu elutseb Rio de Janeiro, kirjutab:

Olin 1897. a. Tallinnas voorimeheks. Ühel päeval sain sõidutada kaht noormeest, kes omavahel kõnelesid saksa keelt. Üks oli realkooli poisi riietes ja teine erariietes. Jutt nende vahel arenes Cinielli tsirkuse ümber. Korraga küsis erariietes mees minult: „Kas teie teate, et täna õhtu maadleb tsirkuses Vene maadleja Põtlasinski vastu noor Eesti maadleja Georg Lurich. Eks see noor poiss on kui kärbes selle suure venelase käes?!“ Vastasin, et olen kuulnud Lurichi olevat siitke poiss, kes teisi suuri vendi selja peale peale pannud, ja ega ta nüüdki hätta ei jää. See vastus meeldis mehele ja sõidukilt maha astudes maiksis ta mulle kaugelgi üle taksi, ise lausudes: „Tulge täna õhtul tsirkusse. Mina ise olen Lurich.“

Õhtul olengi tsirkuses. Ja ega Lurich jäänudki hätta. Kõige rassimise peale vaatamata ei suutnud Põtlasinski Lurichiga midagi peale hakata. Surus küll Lurichi pea liiva

sisse, kuid meest ennast selili ei saanud.

Maadeldes 1912. a. Peterburgis, Mihaili maneeshis, saanud Lurich oma tuluõhtult üle 5000 rubla. Selle raha annud ta oma venna Voldemari kätte, käsuga pankra viia. Vend kutsunud maadleja Urkmani endaga kaasa, kellega siis teel ühte restorani astunud.

Teisel päeval sõitnud mõlemad restoranis käijad voorimehega hotelli ette, kus Lurich elas, kuid kummalgi polnud isegi voorimeheraha. Lurich aimanud, et asjad pole nagu korras ja nõudnud vennalt pangaraamatu ettenäitamist. Selgus, et raha oli „auranud“ enne pankra jõudmist. Lurich noomis mõlemad pummeldajad põhjalikult läbi, kuid siis korraldanud nagu „ärakadunud poegade“ auks kogu tschampionaadile suure õhtusöögi. Venda ja Urkmani lasknud ta aga üksnes pealt vaadata, andmata neile karistuseks ivakestki suhu. Ja kui kõik puhkama läinud, pannud ta venna põlvedele nurka seisma, kus see seal öö läbi olevat põlvitanud. Kuritegu ja karistus...

Vene aristokraadid ja teised suured kutsusid sageli Lurichi külla. Kord oli Lurich külla palutud ühe Vene kindrali juure. Söödud, joodud ja aetud juttu. Siis aga lausunud kindral jutu vahele: „Ega see maadlus ikka puhas asi ei ole. Puha kokku räägitud.“ Lurich vastanud selle peale: „Jah, eks teil ole õigus. Ega ilma kokku rääkimata saada midagi. Näiteks ma eile õhtul jalutasin

Neviski prospektil. Minust eespool kõndis üks väga tore preili. Varsti astus temakese juure keegi noorhärä. Nad puhusid tükk aega juttu, kuni jõudsid võõrastemaja „Moksva“ ette, kuhu nad sisse astusid tuba number üheksasse.“ Seda rääkides vaadanud Lurich ise kindrali tütre otsa. Kindrali nägu tõmbunud lilla-punaseks, kuid kokkurääkimisest ta enam ei rääkinud.

Buhhara emiir, kuuldes Lurichi suurest jõust, tahtis seda meest isiklikult näha ja kutsus ta külla. Lurichi jõu proovimiseks laskis ta kaamelite karjast välja valida kaaks tugevaimat, et need siis Lurichi küünarnukist kõverdatud käed lahti tõmbaksid. Kaamelid „rakendati“ Lurichi kätte külge, teineteisele poole ja algas vedu. Kuid kaamelid ei saanud Lurichi käsi lahti rebida. Seepeale kinkis emiir mõlemad kaamelid Lurichile ning jagas talle veel muidki väärtuslikke kingitusi.

Kaamelite näitamise ja emiiri ees sooritatud triki demonstreerimisega teenis Lurich hiljem rohkesti raha.

Kui Lurich oli veel koolialine, oli ta sunnitud treenima oma vanemate seljataga. Tallinnas elukutselistega maadlemas käies oli ta kaasavitajaks kodust väljapääsmiseks sepp Kippar, kes siis Lurichi isale valetas, et lähed Jüriga vähile. Ainult üks lähemaid maissugulasi teadis lähemalt, mismoodi see „vähilkäimine“ toimus. Kui see sugulane hiljem abiellus, siis saatis Lurich talle Kaukasusest pulmakingiks kitsenaha täie veini.

Pildimälestus nüüd ammu lõppenud talispordi hooajast. Tallinna raekoja plats lumes.

Foto A. KaIm.





# Poks kõigile

a. Guétier

Ülaltoodud pealkirja all — „Poks kõigile“ — ilmus E. Spordilehe märtsi-numbris esimene valik nälvavõtteid tuntud poksitendase A. Guétier' poksipetusest. Tõime sissejuhatuse ning puudutasime lähi- ja kaugevõistluse iseloomu. Käesolevas numbris jätkame löökide puudutamise.

Vaiuku A. Guétier poksipetusest mõningate omapoolsete täiendustega on teinud meie poksipetuse juhataja Nigul M a a t s o o, kes hankinud ka vajalisse joonistele materjali.

A. Guétier avaldatud poksipõhimõtted ja -õpetus peaks huvitama mitte üksnes poksivõistluse, vaid ka üldiselt spordihuvilisi.

## Löögi tehnika

**P**oksija pearelvaks on täpne ja tugev löök. Selle võimalikult paremini sooritamist tuleb harjutada juba algusest saadik.

Löögi tugevus sõltub tunduvalt vähe-mal määral lihaste jõust, kui seda tavaliselt arvatakse. Nii näiteks võib väga tugevatel inimestel olla väga nõrk löök ja, vastupidi, võrdlemisi nõrkadel inimestel koguni kohutav löögijõud.

Löögijõu annavad: 1) liigutuse kiirus, 2) tahtejõu kontsentreerimine, s. o. kogu oma tahte ja energia n. ö. laadimine löögisse, ja 3) rohkem võimsate lihaste kui ka keharaskuse kasutamine, s. o. löögi tehnika.

Liigutuse kiirus sõltub säärastest sün-nipärastest omadustest, nagu seda on li-haste „oskus“ kiirelt kokku tõmbuda ja kiiresti lõtvuda ning närvitsentrumite oskusest peaju käsklusi välkkiirelt lihas-tele üle anda. Nii üht kui teist sünni-pärast omadust saab korraliku treenin-guga edasi arendada, ebakorraliku treen-ninguga aga halvendada. Näiteks on teada, et liigne jõuharjutuste harrastami-ne teeb lihased puisteks. Seepärast on tõstjatel ja maadlejatel, vaatamata nende suurele lihastejõule, tavaliselt nõrk löök.

Teine tähtis moment — tahtejõu kont-sentreerimine — on selles, et poksija koondab kogu oma tähelepanu, kogu oma tahte löögisse. Ta ei tohi seejuures mõelda kaitsesele ega sellele, et võib saa-da vastulöögi jne.

Neid sõnu ei tohi mõista valesti. Ees-kätt: mitte iga lööki ei sooritata täisjõu-ga. Näiteks löögid, mis tehakse pet-teks või selleks, et meelitada vastast kaitsesse avamisele (n.-n. fint), samuti need löögid, mis kõigi eelduste kohaselt leiavad pareerimist või võivad sattuda vähe tähtsasse kehaossa, ei sooritata suure jõuga. Teiseks: selle löögi puhul, mille kohta ülal öeldud, et tema sooritamisel ei tule mõelda endakaitsesele ja vastulöögi võimalusele, peab vaba käsi siiski kaits-ma nõrgemaid kohti. Vastav liigutus peab seejuures aga olema automaatne.

Nüüd asume löögi tehnikale, s. t. keharaskuse ja rohkem võimsate lihaste kasutamisele. Siin peab kõige pealt teadma seda tähtsat põhimõtet, et löögi-

jõu ei moodusta mitte käe lihased, vaid peamiselt jalgade ja kere lihased ning keharaskus.

Eranditult kõik löögid algavad tõu-kega ja jala väljasirutamisega, peagu kõigi löökide puhul kas pööratakse keha, kummardatakse ette või sirutatakse keha, ning enamiku löökide puhul viiakse keharaskust vastasele lähemale asetsevale jalale. Kõik need liigutused järgnevad üksteisele, sulades kokku üheks liigutu-seks, üheks tõmbeks, mis algab jalga-dest ja lõpeb käega. Üksnes neil tingi-mustel on löök tugev. Käed on peami-seks relvaks löögi sooritamiseks, mitte aga löögijõu allikaks. Seepärast on iga löögi puhul tähtis rusika ja õla asend. Nimelt säärane asend, mis eeldab võima-likult täpse tabavuse ja mis tugevasti kasendatakse vastase kaitses ja pagemist löögi eest. Ning lõppeks: võimaldaks

löögisse laadida kogu keha ja jalgade lihastejõu.

Ülalöeldust selgub, et tehniliselt õieti sooritatud löök on endast keeruline ja raske liigutus, mis nõuab rea lihas-gruppide kooskõlastatud tööd. Seepärast tuleb iga löök peensusteni selgeks õppida. Üksnes siis võib loota edule.

Poksis tuntakse nelja liiki põhilööke: sirge, sving, haak ja uppercut (upper). Kõiki neid lööke võib sooritada nii parema kui ka vasaku käega, nii näkku („näo“ all ei mõelda nägu kitsas mõis-tes, vaid ka lõuga ja kaela) kui ka keh-ha ja nii paigalt kui ka liikudes, see-juures kas ette või taha.

Löökide õpetamise juure tuleme hil-jem, kuid praegu märgime üht väga täht-sat asjaolu:

Parema või vasaku sirge sooritamise puhul löua pihta peab rusikas olema pöo-ratud säärastel, et k ä e s e l g o n v ä l - j a p o o l e. Käesela pööramine üles-poolle, nagu seda teevad mitmed poksi-jad, on ebaõige, sest see takistab käe väljasirutust, vähendab löögiulatust ja avab vastasele külje.



# LÖÖK VASTU KINNAST PAREMA KÄ'EGA JA KEHAKALLUTAMINE TAHA

PAREM ÕLG  
SURUTAKSE  
ETTE, VASAK  
KÄSI VALMIS  
PARAADIKS



VASAK ÕLG  
TÖSTETAKSE  
JA KEHA  
TEEB LÖÖGI  
KAASA

PAREM  
JALG  
SIRUTATAKSE  
JA VASAK  
VIAKSE 1/2  
SAMMU ETTE

PAREM  
JALG  
ASETATAKSE  
VEIDI  
TAHAPOOLE

Käesolevale kirjutusele on lisatud kolm joonist, mis kujutavad erilisemaid lööke ja kaitseid neile. Kahel joonisel on tähele pandav, et löögi sooritamisel parema käega astutakse vasaku jalaga samm ette. Seda seadust tuleb eriti silmas pidada pikkade löökide puhul. Teatud käega löögi sooritamisel vastupidi see jala ettetoimine tähendab endast kaitset seks puhuks, kui löök ei peaks vastast tabama. Kui tõstetakse ette samapoolne jalg, mispoolse käega lüüakse, võib vastase eestpöiklemise korral kaotada tasakaalu kas juba oma löögi hool või vastase kergel vastulöögil.

## Kaitse tehnika.

Poksis on tarvitusel järgmised kaitseviisid: kate (blokaaz), tõke, löögi kõrvaljuhtimine, pöiklemine, sukeldumine, kõrvaesammud, vastulöögid ja umbkaitse. Sirgete vastu tarvitatakse veel n.-n. otsekaitset, mis iseloomult on aga peagu sarnane vastulöökidele.

Seega siis: poksis on mitu kaitseviisi. Kuid missugust neist eelistada? Igal üksikul juhul sõltub see konkreetsetest olukordadest, esmajärjekorras vastase pealetungi iseloomust ja iseärsusest. Kuid kindlaks võib määrata selle printsiibi, et

parim on see kaitse, mis soodustab kiiremat üleminekut vastuataagile. Sellest lähtepunkti väljudes tuleb eelistada säärast kaitseviisi, mis jätab käed vabaks, seega siis kõrvaesammud ja pöiklemist.

Seal, kus on võimalus valida kaitseviise, tuleb sellistena kasutada rohkem aktiivsemaid. Hästitreenitud poksjad, kes oskavad kiirelt ja täpselt pöigelda ning kes ei karda lööke, peagu kunagi ei tarvita katet ega vastase löögi kõrvaljuhtimist. Vastase löögile vastavad nad kohe pealetungiga, tegutsedes seejuures mõlema käega.

Kõige halvemaks ja n. ö. rumalamaks kaitseviisiks on peatamatu passiivne pagemine, taganemine vastase eest ja pea ärapäõramine löökide eest. See ei ole mingisuguseks endapäästmiseks, vaid üksnes soodustab vastase pealetungi. Peetagu silmas, et suurem osa pöiklemisi tuleb teha ette ja vastasuunas vastase löögile, mitte aga löögisuunas pagemise näol. Rohkem kui mingisugune teine poksivõtte peab kaitse olema automaatne. Seepärast tuleb tähtsaimaid kaitseviise järjest õpida ja korrata.

## Löökide kombinatsioonid.

Kombinatsiooniks nimetatakse rida lööke ja kaitseid, mis sooritatakse teatud kindlas järjekorras. Kahe kogunud vastase matš koosneb rea kombinatsioonide läbiviimisest.

Iga poksilöögi saatuse võib olla kahe sugune: ta tabab eesmärki või pareeritakse.

Esimesel juhul, s. t. siis, kui vastane on saanud löögi, ta veidiks ajaks kaotab positsiooni ja kaitse muutub lahtiseks. Atakeeriv vastane peab olukorda kasutama ja viivitamatult saatma teise ja, kui saab, koguni kolmanda löögi. Seejuures on teine löök esimesest tavaliselt mõjuvam, sõltudes sellest, kuivõrd vastane esimese löögiga on positsioonist välja löödud.

PLEKISEPA TÖÖTUBA

# A. AMAN

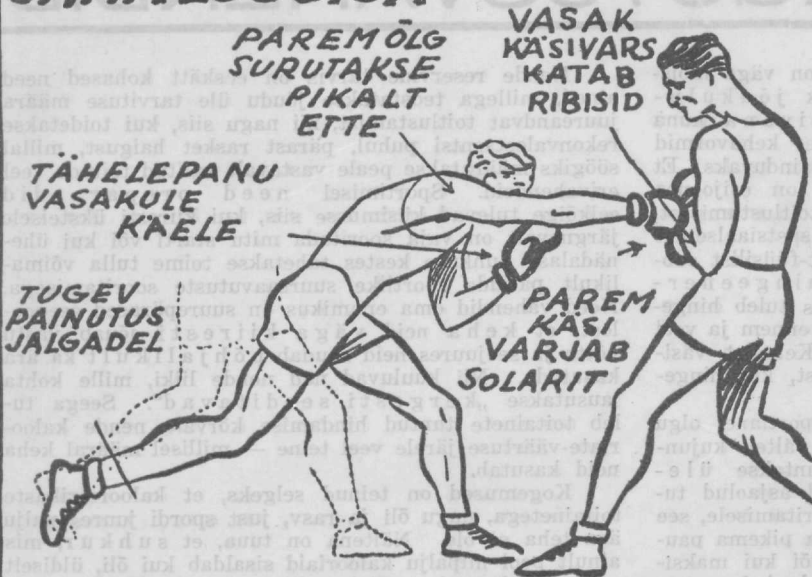
TALLINN,

RÜUTLI NR. 4.

TELEF. 430-19

TEHAKSE IGASUGUSEID PLEKISEPATOID ANTUD KAVANDITE JARELE. EHITUSTE PLEKK KATUSEKATMISEKS

# LÖÖK VASTU VAHELIHA PAREMA KÄEGA. ÜHTLASI PARAAD SAMA LÖÖGIGA



Kui aga esimene löök pareeritakse, siis löögi pareerija tavaliselt tekib võimalus viivitamatuks vastuataagiks. Sest lugu on ju säärane, et kaitseks ja positsiooni säilitamiseks peavad vabad olema mõlemad käed. Seepärast vastane, kes sooritab lööki, koos sellega avab ka oma positsiooni ja kaitse. Löögi õnnestumise puhul vastane ei saa seda kaitse nõrka punkti kasutada, kui aga löök on pareeritud, siis on pealetungija paratamatult halvemas olukorras kui ta vastane.

Ülalöeldust on selge, et kombinatsioon võib olla kaht liiki: kombineeritud atak, s. t. rida üksteisele järgnevaid lööke, ja kaitse kombinatsioon.

Vilunud poksijale on ilma ettevalmistava tööt raske lööki sisse lüüa. Seepärast iga atak alustab ettevalmistavate teeseldud liigutuste ja löökidega, misjuures ette arvestatakse, et vastane, mõjutatuna instinktiivsest reaktioonist, avab omab kaitse. Neid teesklemisi nimetatakse petteliiigutusteks ja -löökideks (findid).

Kombinatsioone on igasuguseid ja neid valitakse vastavalt võistlusel tekkinud olukordadele. Üheks kaitsevõtteks on — s a m m e t t e. Näiteks paremal tuleva swingi puhul näkku astub löögiohus olija kiire sammu ette ja peatab parema käega vastase vaba oleva vasaku käe. See on esimene osa kombinatsioonist, mis aga loogiliselt määrab ka teise osa. Eeskätt: sooritatakse vastulöök v a s a k u käega, sest parem takistab vastase vasakut kätt. Teiseks: sooritada saab üksnes haaki, upperit või lühikest sirget, sest

# REISIBÜROO

PEAKONTOR: Tallinn, Kinga 3, telefon 433-20.

OSAKONNAD: Tartu, Suuriturg 7, telefon 3-72.

Pärnu, Rüüli t., Endla majas, tel. 1-13

Tallinn, Balli jaam, telefon 438-92.

**Raudteepiletite müük:** a) kõikidesse kodumaa jaamadesse, b) kõikidesse Euroopa suurematesse linnadesse.

**Laevapiletite müük:** a) kõikidel kodumaa ja Ballimere liinidel, b) ookeanipiletid inglise, saksa, prantsuse, rootsi, hollandi, itaalia ja ameerika laevaliinidel kõikidesse suurematesse ulgumere sadamatesse.

Esindus ja agentuur kõikidest suurematest Euroopa reisibüroodest. Rahavaheetus ning valuuta ost ja müük turisistidele. Väli-passide ja viisumite muretsemine.

RINGREISIPILETID TURISTIDELE KOGU EUROOPAS.

Õhusõidupiletid „AERO“, „DERULUFTI“ JA „LOTI“ liinidel.

Kohalike omnibuseliinide piletid, o-ü. „Mootor“ ja teised.

Nõuanded ja arvestused reiside kohta tasuta.

**A/s. „Eesti Reisibüroo“.**

# DOPING

## JA ERGUTUSVAHENDID

Iga tõsisema sportliku tegevusega on väga mõistetavalt seoses suuremaulatuslik jõukultus, mis eeskätt on tunnetatav meeldivana, kuna ta suurel määral aitab kaasa selleks, et kehavormid harmoonilisteks ja kogu keha kujuneb painduvaks. Et jõu rohkemkulutust tasa teha, selleks on esijoones toitlustumine. Kuid siin ei ole kõnet toitlustumisest, vaid mitmesugustest rohkemal määral spetsiaalsetest võimalustest asendada mitte üksnes puht-füüsilist substantsikaotust, vaid katta miinust ka hingeenergia ja pingutusjõu alal. Enamikus tuleb hingeenergiast ja pingutusjõust puudu koguni ennem ja veel tugevamini kui puhtfüüsilisest jõust. Kehalist väsimust ja kurnatust tuntakse alles pärast, kui hingeenergia ja pingutusjõud on juba otsas.

Neid asjaolusid tunneb iga aktiivsportlane, olgu siis, et need tulevad ilmsiks treeningu vältel, kujundades sümptoomide-kompleksi, mida tuntakse ületreeninguna, või olgu siis, et need asjaolud tulevad ilmsiks asumisel suursaavutuse sooritamisele, see on võistluse eel või ajal. Kui ilma pikema pausita mitmel korral starti tuleb asuda või kui maksimaalset kehalist pingutust tuleb sooritada kohas, kus ei ole võimalust kosutusvahendite saamiseks, nagu suusatamisel või mägestikus ronimisel, siis väsimuse suurenemine ja veel enamgi kurnatus muutub erakordselt tähtsaks probleemiks. Nii on täiesti väärt, et kogu seda küsimust käsitleda arstlikust lähtekohast.

Seejuures tuleb vahet teha füsioloogilise, organismile sobiva ja hästimõjuva kosutamise ja niioelda patoloogilise mõjutamise vahel. Viimaseks on keha ülespiitsutamine liig tugeva jõuga ainete ja ärritussubstantside läbi, hoolimata selle mõningatest kahjulikest tagajärgedest. Seda niioelda patoloogilist mõjutamist nimetatakse doping'uks. See on tehniline termin, mis võetud hobustega võiduajamise spordist. Seal on juba kauemat aega teada, et võidusõidu-hobuseid mõningate märkide sissesöötmise või sissepiitsutamise abil ergutatakse nende tavalises olukorras kättesaamatute suursaavutuste sooritamisele. Ka seal, kus on tegemist ainult loomadega, on säärane doping valjult keelatud ja raskelt karistatav. Ning seda endastmõistetavamaks on, et inimsportis igasugune doping on absoluutselt keelatud. Kulutatud jõu uuestiomandamine seevastu on nii lubatud kui soovivatgi, kuna sportlased oma enamikus omavad ju mingisuguse kutse, mis oma poolt tarvitab keha või vaimu jõudu; nii et tulisemgi sportlane peab tähelepanu pöörama teatavate reservide olemasolu tähtsusele.

Nende reservide tarvis on eeskätt kohased need ained, millega teostatakse jõudu üle tarvituse määra juureandvat toitlustamist, nii nagu siis, kui toidetakse rekonvalesentsi puhul, pärast rasket haigust, millal söögiks määratakse peale vastavalt valitud toitude veel erivahendeid. Sportimisel need preparaadid eelkõige tulevad küsimusse siis, kui kiiresti üksteisele järgnevalt on vaja sooritada mitu starti või kui ühenädalase puhkuse kestes tahetakse toime tulla võimalikult paljude sportlike suursaavutuste sooritamiseks. Need vahendid oma enamikus on suurepärased seepoolest, et keha neid väga kiiresti jõuab vastu võtta ja seejuures neid suudab põhjalikult ka ära kasutada. Nii kuuluvad nad nende liiki, mille kohta lausutakse „kergesti seeditavad“. Seega tuleb toitainete tuntud hindamise kõrvale nende kalooriate-väärtuse järele veel teine — millisel määral keha neid kasutab.

Kogemused on teinud selgeks, et kalooriarikaste toitainetega, nagu õli ja rasv, just spordi juures palju ära teha ei ole. Näitena on tuua, et suhkur, mis ainult pool niipalju kalooriaid sisaldab kui õli, üldiselt palju soodsamalt mõjub. Üks väga otstarbekohaselt koostatud tugevndusvahend ja toidupreparaat on näiteks Ovomaltine, selle kõrval on aga terve rida veel teisi, nii et lõpliku otsuse tegemise ses küsimuses tuleb jätta sportlase maitsele.

Teine grupp tugevndusvahendeid võlgneb tänu oma tekkimise eest sellele veendumusele, et kehale tuleb anda just neid substantse, mis tugevalt kehalisel ja ka vaimsel pingutusel kaotasi on läinud. Siia kuuluvad närvirakukestes rohkesti ettetulev leciithin ja edasi vosvor tähtsa ehitusmaterjalina kontidele, kuid ka ajumassile. Preparaadiks, mis sisaldab vorvori hästikasutatavas vormis, on näiteks recretaal. Endastmõistetavalt on peale selle veel mitmesuguseid muid segusid ja kombinatsioone. Peetakse oluliseks, et neid vahendeid tarvitatakse õigel ajal ja küllaldase pidevusega, spetsiaaltreeningu alanult neljateistkümne päeva kestes kuni suurvõistluseni. Selle grupi vahendid on ettenähtud mitte üksnes võistlussportlastele, vaid ka õrnadele ja üldse vähetugevatele inimestele, kellele on tähtis, et sportliku tegevuse kestes nende kehakaal ei väheneks.

Grupp, mis oluline võistlussportlastele, koosneb preparaadidest, mis kehale, kuid ka vaimsele pingutusjõule otsustaval hetkel annab teatava plussi energia ja saavutusvõimsuse alal, ja seda, mis loomulikult on eriti väärtuslik, ilma tervislikult kahju tekitamata. Tuleb öelda, et siin spordimeditsiinil mõndagi veel lahendada on, sest prae-

vahema on liig väike. Kolmandaks: löök suunatakse külje pihta või kõhtu, sest need kohad on vastasel swingi sooritamisel kõige vähem kaitstud.

Iga poksija peab niivõrd hästi selgeks õppima mõningal määral kombinatsioone, et valdab neid laitmatult ja automaatselt. Seejuures tuleb hoolitseda mitte niivõrd kombinatsioonide rohkuse üle, kui väheste kiire ja puhta sooritamise eest. Head poksijad tavaliselt valdavad mõned lemmikkombinatsioonid, mille nad sooritavad niivõrd kiirelt ja järsult, et

vastane neile sattudes langeb knock-outi.

Seejuures tarvitatakse säärast pettevõtet, et teatud kohal kaitse avamisega provotseeritakse vastast vastavale löögile. Ja kui tuleb löök, võtab vastane varem väljamõeldud kaitsepositsiooni ja algab sellest oma lemmikkombinatsiooni. Näiteks: poksija, kellel hea ja kiire kõrvalesamm vasakule, jätab sihilikult löua kaitseta vastase vasaku sirge jaoks. Kui vastane laseb end sellest provotseerida ja sooritab löögi, siis tehakse kiire samm

vasakule ja oma vasaku käega takistades vastase parema käe tegetsemist, saadetakse lühike parem sirge otse solari. Ja tänu vastase katsele sooritada vasakut sirget ta vastuhüppega kaguni suuredab niigi ootamatu löögi mõju.

Mõistagi üleb kogu kombinatsioon treeningul enne mitmekordselt selgeks õppida. Kombinatsioonide reast, millest paremad tutvustame ühes järgmises numbris, valigu igauks endale 12—15 oma psühho-füüsilistele andmetele sobivaimat.

# Kas avalikest spordivõistlustest osavõtt on tütarlaste tervisele kahjulik?

## A. Kalamees

Umbes paar-kolm aastat tagasi Tartu naisvõimlemisõpetajad Amalie Borkman ja Lille Haamer ja võib-olla teisiigi tõstsid hädakisa õpilaste võistlussportimise vastu. Esitati keskkoolide direktorite kogule kaebekiri ja toodi selles ette, et avalikud võistlused rikuvad õpilaste tervist. Kuukordade puhul tekkivat verejooksu ja üldiselt muutuvat õpilased närvilisteks. Selle tagajärjel Tartu keskk. direktorite kogu keelas õpilastel võistlemise. See keeld kehtis poeglase kohta aga kõrvaldati keeld alles k. a. märtsikuus, millal vastav arstide komisjon lubas ka naisõpilastel jälle võistelda.

See arstide ja vastava aine õpetajate komisjon kutsuti kokku Tartu linna koolivalitsuse poolt k. a. veebruaris-märtsis. Komisjoni kuulusid naisarstid Tekkel ja Puusepp, meesarstid Säga, Jürgens, Lind, Madisson, Tamm, Kleitsman, koolinõunik Lang, spordiinspektor A. Klumberg, õpetajad (naised) Treier, Kivi, Haamer, Borkman ja meesõp. A. Kalamees.

Peeti kolm koosolekut. Võistluste vastased olid Tekkel, Puusepp, Kleitsman, Kivi, Haamer, Borkman.

Küsimuse arutamises piirduti tütarlaste võistlustega ja sellistega, mis on avalikud.

Kuna võistluste tarvilikkus üldiselt on teada, siis pole siin mõtete seda korrutama hakata.

Naisarstide Tekkeli ja H. Puusepa arvamine võistluste negatiivsuse kohta on järgmine:

1) Kuna õpilased võistluseas on enamikus puberteediajastus, siis võib see mõjutada nende arengut;

2) kuna tütarlaste kehaehitus ja ergukava on nõrgem poiste omast ja kuna võistlusteks on vaja järjekindlat treeningut, siis see ülepingutab keha ja närve;

3) on teada mitu menstruaatsiooni-aegset verejooksu võistlustel;

4) võistlustel arendavad õpilasi ühekülgseks, ebaoproportsionaalselt;

5) naisõpilaste keha muutub mehelikuks; ta kaotab selle ümaruse, milline tütarlapsele tema tulevases emalülesannetes on vajaline.

Õpetaja Haameri vastuväited võistluste negatiivsuse kohta:

1) Isiklikud kogemused ja tähelepanekud teiste naisvõimlejate juures on mind viinud veendumusele, et maksimaalne kehaline pingutus on hädaohtlik täiskasvanud naisele, liiatigi veel kasvavale tütarlapsele.

2) Võistlustel tingitud äärmine närvide ja lihaste pingutus kutsub esile sageli enneaegse menstruaatsiooni ja vastavad rikked. Kooli võimluskondade kuuluvad õpilased

on peagu eranditult haiglase, kauakestva ja rohke menstruaatsiooni, välimuselt küll arenenud lihastikuga, kuid midu verevaesed, närvilised ja haiglased.

3) Võistlus hävitab suhtumise spordile kui tervise taotlemise abinõule ning kaotab huvi spordi vastu kõigil neil, kelle võimed ei küüni võitudeni. Kõik, nii ütelda, teise järgu võimetegea isikud loobuvad sportimisest ja harjutusist.

4) Naine spordib ning teeb keharajutusi sihiga saada ilusamaks. Sport puhtal kujul, kui elamus, on vaid erandite juures esiplaanil ning vast ka väikeste tütarlaste juures enne murdeaega.

Õpetaja Borkman ütleb: meil on, õnneks, võistlussport väike. Üks välisarst ütleb, et sportimine on närviarstidele annud tööd kõige rohkem. Plussiks on vaid see, et sportimises sugupooled saavad kokku ja tihti leiavad abieluõnne. Kas aga selline abielu on kõige õnnelikum, on iseküsimus.

Kui dr. Kleitsmanilt kui sünnitusabiarstilt küsiti, kui palju võistlused on naissportlastel sünnitamist raskendanud ja kas naissportlased sünnitavad kergemini, siis ta ei teadnud ette tuua ühtki fakti. Samuti polnud fakti ette tuua naisarstidel. Räägiti üldist juttu ja väiteid, millel võistluste

gu seisab teaduslik eksaktsus sel alal veel taga praktilisest kogemusest. Seda vähemalt positiivses mõistes, kuna negatiivses osas, see tähendab mõnede ammutuntud vahendite kahjulikkuses või kasutuses, on õpetlased üksmeelel. Alkohol näiteks, mõistagi kontsentreeritud vormis konjaki või viinana, on sportliku tegevuse ajal kindlasti halvasti mõjuvaks. Saavutuse tõusu alkoholi varal ei ole oodata, parimal juhul ainult elustamine selles mõttes, et ergutab üleväsinud keha viimasele lõpp-pingutusele. Kohane on säärane elustamine ainult siis, kui ei ole tegemist võistlusega või mingi muu selletaolise, vaid tegemist on hädaohtu vältimisega. Praktiliselt öelduna tähendab see seda, et näiteks mõni suusataja või alpinist lonksu konjaki abil suudab saavutada mitte enam kaugel oleva päästva eesmärgi, hüti, maja jne. Tuleb rahulduda väiksema halbusega, et vältida suuremat.

Tuntuimaks kiirelt mõjuvate tugevduse vahendite hulgas on kola, mida müügil leidub kõige mitmesugusemas vormis tabletidena, kola-schokolaadina, kola-likööri jne. Kola on heaks näiteks selle kohta, et teadus sportimise juures tarvitusel olevate ergutusvahendite suhtes veel ei ole selgusel. Leidub veel küllalt arste, kes eitavad kola peagu igasugust mõju, kuna teised kola mõju jälle heaks ja kasulikuks hinda-

vad. Proovitagu seda ise. Võimalik on küll, et ta kõigile inimestele mõju ei avalda, kuid võimalik on ka see, et mõju puudumine on sõltuv muudest asjaoludest, näiteks sellest, et nõrkemine, mille vastu ei aita miski, on põhjustatud kõhu korratusest või lihtsalt näljast, või jälle on kola't korraga sisse võetud liig vähesel hulgal. Kola endast on tervisele kahjutu. Peale selle ta kahjuks liig kõrge hind nii-kui-nii osutuks takistavaks, et kola tarvitamine saaks harjumuseks, kuigi seda harjumust ei saaks pidada kahjulikuks. Kola on saadaval ka preparaadis, mis kuulub mõlemasse gruppi. Selleks preparaadis on hellsicol, milles leidub meditsiinis nii rohkesti tarvitatavat arseeni, siis, nagu mainitud, kola't ja peale selle veel muid aineid.

Lõppeks tuleb veel märkida, et on tarvis sportlaste, arstide ja keemikute veel palju tihedamat koostööd, kuni meie saame täpselt doseeritud ja oma mõju suhtes täpselt järele uuritud ergutusvahendid. Praeguseks on aga farmatsoodiline tööstus valmistanud juba terve rea preparaate, mis osutuvad võrdlemisi taritamiskõlvulisteks.

Eelpoololev artikkel on võetud Viini Sport-Tagblattist, kusjuures märkida on, et ergutusvahendite ja dopingi küsimus on alati olnud kogu sportlaskonda huvitavaks küsimuseks, mis aga siiani on jäänud teataval määral ka salapäraseks küsimuseks.

otsese negatiivsuse kohta pole otsustavat.

Samuti selgus vaidlustest, et võistlustest osavõtt on ikkagi väga individuaalne. Enamikus naised võivad võistelda, ainult üksikud mitte. Nii siis oleks ülekohtune üksikute arvel piirata võistlusi teistel, kes seda soovivad, pealegi kui nad tunnevad oma võimeid ja taht.

Samuti ei saa juttu olla närvlikkusest avalikkuse ees siis, kui publiku ees õpitakse esinema juba noorelt. Vastasel korral kasvatame jälle sammatuid ja pelglikke isikuid. Samuti on selge, et menstruaatsioonis olevail tütarlastel tuleb võistlemine keelata. Siis pole karta ka verejookse. Kui mõnel üksikjuhtumil tekib enneaegne menstruaatsioon, siis peab õpetaja neil edaspidised võistlemised keelama. Kui ta seda ei tee, siis langeb süü õpetajale. Kaitses on võimalik luua igapidi.

Olgu siinkohal veel mainitud, et dr. Säge korraldab naissportlaste seas ankeedi, millele tuli 20 vastust. Üheski vastuses polnud võistlusspordi eitamist, kõik olid terved, kõik soovisid võistelda ja leidsid selle olevat hädavajalise.

Ka toodi ette, et teisedki õpingutega seoses olevad tegevused, nagu näit. eksamid, toovad esile närvilisust. Samuti korraldatakse õpilastele viimasel ajal avalikke ja üleriiklikke kirjandite võistlusi, mis pingutavad õpilasi. Analoogiliselt tuleksid keelata needki ja igasugused teisedki võistlused ja võistluseloomuga tegevused. Nende tekitatud pahesid aga ei nähta kiputakse kallale spordile ja kahjuks õpetajate eneste poolt põhjendamatute andmetega ja väidetega.

Õpilaskõigused ja ettevalmistamine neile pole mõni olümpiamängude süsteem, milles spetsialiseerutakse. Kui õpilane hüppab aastas kord kausust ja esineb 2—3 korda hooajal käsipalli-tsükliis, siis selles tondi näge-

FOTO-ATELJEE

**Parikas**  
TALLINN

KUNINGA 1  
ATELJEE AVATUD: K. 9—5. PÜHAP. K. 11—2

MAITSERIKKAD  
PILDISTUSED

mine on liialdus. Õpilased viiakse elust nii kaugele, et nad pärast ei suuda elunähtustele ja -nõutele enam kohaneda.

Faktiliste andmete puudusel, mis oleksid rääkinud võistluste kahjulikkusest üldiselt, otsustas komisjon lubada tütarlastel võistelda, võttes aluseks alljärgnevad põhimõtted:

1. Meie koolinoorsoo kehakasvatuse arendamisel ja süvendamisel on koolide jooksva töö kõrval suureks ergutavaks teguriks laiemal ulatusega koolidevahelised spordipidustused. (Annab sportlikke elamusi, tõstab huvi kehakultuurile, kontrollib sportlikke võimeid ja taset, tutvustab vanemaid ja üldse seltskonda meie noorsoo sportliku tegevusega ning õpetab sellest aru saama, seda hindama.)

2. Üheks väärtuslikuks elemendiks säärasteil noorsoo-spordipidustustil peaksid olema mitmesugused õpilaskõiguste võistlusmängud ja demonstratsioonid, nagu: jooksud, hüpped (kaugus, kõrgus), pallimängud, visked jne. Seejuures tuleb pidades silmas, et esineksid igast koolist võimalikult suured õpilaskõigused, mis on moodustatud kindla korralduse all.

3. Individuaal-võistlusalal spetsialiseerumine (rekord-sport) ei kuulu noorsoo kehakasvatuse üldisse kavasse.

4. Spordipidustustil tuleb panna suurt rõhku esinemise korralikkusele,

s. o. tuleb hinnata mitte üksnes seda, kui suured on tulemused, vaid samuti — kuidas on nad saavutatud. Ka tuleb eriti rõhutada ja harjutada ausat mängu, ausat võitu ja kaotust.

5. Kasvatuse ülesannete hulka kuulub õpilaste kehaliste ja vaimsete võimete harmooniline arendamine. Nagu õpilaste vaimse arenemise alal lubatavaks ja vajalikeks on tunnustatud võistlused vaimseis võimeis, samuti tuleb ka kehalises kasvatuses lubatavaks ja vajalikeks tunnustada võistlused kehalises võimeis. Sportlikud võistlused iseendast ei riku õpilaste tervist, kui nende korraldamisel peetakse vajalist kontrolli.

6. Ei ole olulist vahet avalike ja teiste võistluste vahel, seepärast on avalikud võistlused samuti lubatavad, kui nende korraldamisel teostatakse:

a) Arstlik kontroll — õpilane peab olema esinemisel terve. Teostab kooliarst.

b) sportlase kontroll — õpilane peab olema küllalt tugev võistluses vajanduvate füüsiliste ja närviliste pingutuste tarvis, s. o. võistlusala peab vastama õpilaste võimele ning füüsilisile eeldustele. Teostab võimlemisõpetaja.

c) Pedagoogiline kontroll — ainult korralikke õpilasi võib lubada osa võtma avalikest võistlustest. Otsustab kool.

d) Vanemad võivad oma lastel võistlustest osavõttu keelata (vetoõigus).

Meie vabriku riided on ilusad, vastupidavad ja odavad, seepärast iga sportlane kannab ainult

**„KEILA RIIDEST“**  
valmistatud ülikonda.

KEILA VILLAKETRAMISE  
JA KUDUMISE TÖÖSTUS  
TALLINN, SOO TÄN. 27, TELEF. 461-01 ja 438-35

# „PÄEVALEHT“

ON ISESEISEV, DEMOKRAATLIK JA  
ÜLERIIKLIKULT LEVINUIV AJALEHT

SUURIM NING KASULIKEM KUULUTAMISELEHT EESTIS.  
HINNATA KAASANDENA IGAL PÜHAPÄEVAL PILKE- JA  
NALJALEHT «KRATT»

MEIE KIRJASTUSEL ILMUB

# „LASTE RÕÕM“

— EESTI POPULAARSEIM LASTEAJAKIRI

T. E. K. Ü.

# GRAAFIKATÖÖSTUS

ON TÄIELISIM TÖÖSTUS SEL ALAL EESTIS

TRÜKIKODA KÕITEKODA  
TSINKOGRAAFIA LITOGRAAFIA

OFFSET-TRÜKK

HINNAD KÕIGILE  
VASTUVÕETAVAD

TELLIMISTE  
TÄITMINE KIIRE

SUURIMAD NING TÄIELISIMAD

RAAMATU- JA KIRJUTUSMATERJALIDE  
KAUPLUSED

KIRJANDUSE- JA PABERILAOD EESTIS

TALLINNA EESTI KIRJASTUS-ÜHISUS

TALLINN-EESTI, PIKK T. 2. OMA TELEF. KESKJAAAM 428-83

# Kolm kildu maailmaklassi kergesportlastest

1.

Los Angelesis asuva University Californian kuuluis treener Harry Trotter andis Ameerika spordilehtede esindajale jutuajamise, milles esiletoodud mõtted ja arvamused on ülihuvitavad ka meile, pealegi et nad haaravad üldpopulaarseid probleeme.

Vestlus algas Jim Torpest, kes teatavasti oli Stokholmi kümnevõistluse olümpiavõitja ja maailmarekordi püstita-

ja, kuid kelle saavutus tühistati, kuna tagantjärele selgus, et mees oli kodusmaal esinenud baseballi-profina.

— Minu arvates oli Jim Thorpe maailma kõigi aegade suurim sportlane. Kui see mees oleks treeninud nüüdisaegsete meedotite kohaselt ja tunnud nüüdisaegset erialade stiili, siis oleks ta kümnevõistluses saavutanud säärase hirmuäratava tulemuse, mille parandamine oleks aastakümneid olnud asjatu katse.

— Kas peate võimalikuks, et kunagi võidakse joosta 100 m 10 sekundiga või 100 yardi 9 sekundiga?

— Ülliraske on siin midagi ennustada, kuid võin öelda seda, et maailma kiireim jooksja oli Wykoff, kes viis aastat tagasi Chicagos võitis 100 yardi ajaga 9,4 sek. Tolani, Metcalfe'i, Bracey ja Simpsoni ees. Üksnes temataoline mees võiks kunagi saavutada mainitud tagajärgi.

— Kuid Jesse Owens?

— Tunnistan, et Owens on vägagi andekas jooksja, kuid minu arvates on ta palju parem kaugushüppes ja 100—200 m tõkkejooksudes. Pean tema süüks, et ta asjata valmistab end 100 m jooksuks, kuna meil niikuinii on nii häid lühimaajooksjaid. Kuid see ei lahenda asja lõpulikult. Olen juba leitanud paar valget noort, kes võivad neegreid lüüa nii lühimaajooksudes kui ka kaugushüppes. Valge mees ei ole mustast halvem lühimaajooksudes.

— Kas peate võimalikuks, et kunagi kaetakse 1 miil 4 minutiga?

— Paavo Nurmi, see kõigi kestvaajajate ideaalkuju oleks minu arvates sellega toime tulnud sel juhul, kui ta oleks eriliselt pühendunud sellele distantsile. Nüüd tuleb aga oodata, kuni võrsub säärane mees, kes ühendab ühes isikus Nurmi kiiruse ja sitke Bonthroni lõpuspurdi.

— Missugused rekordid võivad tulla kõige kiiremini purustamisele?

— Enne kõike J. Gibsoni rekord 440 yardi tõkkejooksus, mis praegu on 52,6, ja siis odaviskes. 100 yardi jooksus vast kõige vaevalisemalt. 9-sekundi-sprinterite ootamine oleks ainult unistus. Seevastu teivashüppe maailmarekord võib varsti tõusta 15 jalale (4,57 sm), ja kui leidub hüppaja, kellel on hea kiirus ja kellel arenenud õla- ja käsivarrelihased, siis võib säärane mees hüppata ka 4,67.

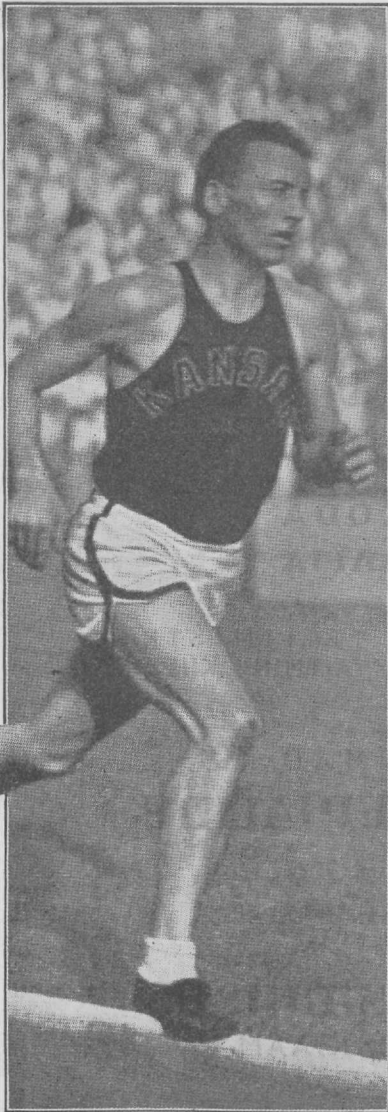
— Veel üks küsimus. Missugusel distantsil peaks Ben Eastman jooksma Berliini olümpiamängudel?

— Minu arvates 800 m-is, milles ta meil võitmatu olnud ja milles ta pärast 24-aastast vaheaega viimaks ometi võib võidu tuua Ameerikale. Muidugi üksnes sel juhul, kui ta ei kipu jooksma 400 meetrit.

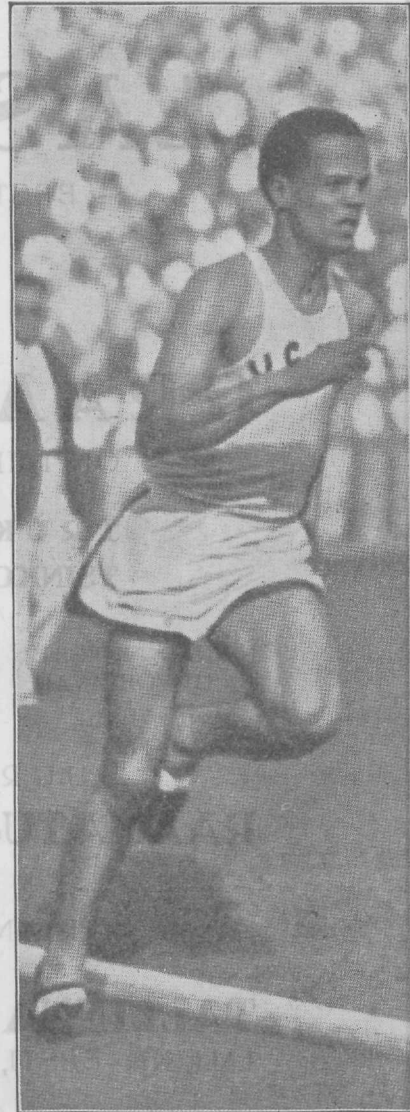
— Andestage, kuid kas teie ei lausu seda vaid selleks, et Eastman ei teeks Luvallele asja liig raskeks?

— Luvallast tuleb tänava Ameerika parim veerandmailer, vaatamata sellele, kas Eastman jookseb 400 m või ei! — lõpetas Luvall treener jutuajamise.

Eks varsti näe, kui palju Trotteri arvamustest tabab märki.



1500 m maailmarekordimees Bill BONTHRON. Kas ta võidab ka Berliinis?



Neeger LUVALLE, keda peetakse maailma kiireimaks veerandmaileriks



2.

Glenn Cunningham loodavad ameeriklased Berliini olümpiamängudeks suurt mailerit. 1500 m on olnud neile alaks, milles üks olümpiapettumus on järgnenud teisele. Vaatamata kõigile pettumustele panevad ameeriklased sel alal Berliinis uuesti kõik rauad tulle, s. t. nad esinevad sel distantsil täisarvilise meeskonnaga.

Suur lootus Glenn Cunningham ise andis hiljuti intervjuu, millest üksikuid kohti tsiteerima ka siinkohal.

— Opin praegu ülikoolis, et sooritada võimlemisõpetaja eksamit. Lugemine ja uurimine võtab niipalju aega, et ma pole saanud kuigi palju mahti olümpiaettevalmistuseks. Seejärel pole ma võtnud ka osa sisevõistlustest, kuid loodan Kalifornias meistrivõistlusteks siiski olla vormis.

— Missuguseid tulemusi loodate Berliinis püstitada?

— Enne kõike küsige, kas ma üldse arvan pääsevat olümpiameeskonda. Meil on minu distantsil teisigi häid jooksjaid, nagu Mangan, Verzke ja Bonthron.

— Keda neist peate endale kardetavaimaks konkurendiks?

— Arvan Mangani.

— Kuid keda eurooplastest?

— Itaallast Beccaliti. Kuid ka ungarlane Szabo on võimeline üllatama.

Ja edasi reetis Cunningham, et kõrale õppingule vaatamata on ta käinud harjutamas Jowa ülikooli siseradadel. On jooksnud peamiselt 220, 440 ja 880 yardi, teinud lähteharjutusi ja võimlemist.

Murdmaajooksu ta ei harrasta, samuti, nagu ta treeningul ei jookse kordagi lõpuni.

Cunninghamil pole olnud treenerit, coachi. Kõik on ta sooritanud kas oma-päi või küsinud nõu sõpradelt. Kogu 1500 m tahab ta joosta lühimaajooksu stiilis.

— Mina ei valmistu saada olümpiaatleediks. Ma ei ole kindel, et saavutan suurvormi just olümpiamängudeks. Mulle on kõik võistlused ühesugused. Võib juhtuda nii, et võidan katsevõistlustel, kuid kaotan Berliinis. Kuid võin ka kaotada katsevõistlustel, kuid miski ei „garanteeri“, et ma Berliinis siis ei suudaks võita. Kindel on üksnes see, et kui ma Berliini pääsen, siis võistlen tingimata 1500 m-is.

3.

Ülaltoodust selgus, et Glenn Cunningham peab oma tõsisemateks konkurentideks eeskätt kaasmaalast Mangani, keda Euroopas vähe tuntakse, ja Los Angelesi olümpiavõitjat Luigi Beccaliti. B. Bonthroni ja uus-meremaalase Jack Lovelocki, kellele ta varematal võistlustel kaotanud, jätab ta nagu teise järjekorda. Kuid kõige juures on täiesti unustusse jäetud inglased, kes keskmaajooksudes on peagu alati olnud olümpiamängude suurimad üllatajad, ja kellele nagu traditsiooniks kujunenud vähemalt ühes kahest keskmaajooksu distantsist võitjaks tulla.

Inglise jooksjad on väljaspool olümpiamänge võrdlemisi vähe võistelnud välisamaalastega ja seetõttu on tavaliseks ku-

junenud, et inglaste võimetega saab öieti alles tutvuda olümpiamängudel. Pealegi kui nad kodumaal harrastavad rohkem yardides mõõdetud distantse, mille tõttu inglaste nimesid võrdlemisi vähe figureerib iga-aastases maailma paremusjärjestuse tabelis. Näiteks 1935. a. kümne parima tabelites puuduvad 800 m-is inglaste nimed üldse, kuigi neil on väga häid poolmaalereid. Kuid need on oma hooaja parimad margid püstitanud just poole miili jooksus. Ka 1500 m tabelis on ainult kaks inglasi: A. V. Reeve 3,54,2-ga viiendana ja Riddel 3,54,6-ga seitsmendana. Suuremad kuulsused aga puuduvad.

Ja just keskmaajooksudes on inglaste suuremad võidulootused Berliiniks. Üheksast tegelikult peetud olümpiaast on Inglise seni kuu s korda võitnud 800 m. jooksu. Ja miski ei garanteeri, kas J. G. Stothard või J. V. Powell või R. Scott või koguni keegi neljas-viies ei vii ka Berliini 800 m kuldmedali udu-sesse Albioni. 1500 m-is on suureks lootuseks noor S. C. Wooderson, kes mitte vähem kui kolm korda on võitnud endist maailmarekordimeest J. Lovelocki. Peale Woodersoni tulevad järjekorras A. V. Reeve ja R. Graham, kes samuti suure klassiga jooksjad.

Võib öelda, et 800 ja 1500 m jooksud kujunevad Berliinis niivõrd konkurentsituks, et võitjaid võib kaotajaist finišis eraldada ainult üksikud sentimeetrid, Arenevad vägevad jõu, vastupidavuse ja närvide jooksud. Võitjate ennustamine on raskem kui kunagi varem.

# SPORTLASTELE

S O O V I T A M E  
MEIE VABRIKU SAADUSIST:

TENNISSÄRKE,  
SPORDI- JA VÕIMLEMISTRIKOOSID,  
UJUMISKOSTÜÜME,  
SPORDISOKKE j. n. e.

ÜHTLASI VALMISTAME:

MOODSAID KLEIDIRIIDEID,  
PARIMAIK EESTI COTTONSUKKI,  
SUURES VALIKUS PITSE, PAELU j. n. e.

A.-S. O. KILGAS VABRIK  
TALLINNAS.

# Jooksu füsioloogia

VIKTOR VAIKSAAR stud. med. vet.

Jooks on ürgne kehakultuuri vorm, milles esinevad kõik tegurid, mida taotleb kehakultuur, nagu: keha kõikide osade arengu tasakaal, rütmiline koostöö ja organismi täpsed funktsioonid.

Jooks on sport sõna täielises mõttes. Keha painduvus, jõud, kiirus ja võidutahe omavad siin selgeima ning esteetseima väljenduse.

Puhta ja selge võistlusmomendi tõttu on jooksul rohkesti poolehoidjaid nii sportlaste kui ka spordihuviliste seas. Võitjaid jooksus kroonib nagu suurem au kui muudel aladel. Näiteks Paavo Nurmi ümbritseb suurem kuulsuse sära kui Matti Järvist või Jack Torrance'i, vaatamata viimaste n. ö. üliinimlikkudele saavutustele.

Jooksu kehakultuuriline väärtus on määratu. Eeldades absoluutse täpsusega organismi funktsioone, ta otseku konserveerib organismi. On ju jooksjad vanemaiski eas saavutanud rea silmapaistvaid võite. Nii Stenroos ja Green saavutasid sportlase kohta küllalt kõrges eas olümpiavõite ja Nurmi on praegugi veel suutlik pidama sammu Soome noorpõlve suurjooksjatega.

Asudes jooksu füsioloogia käsitlemisele tekib otsekohe küsimus: mis jooks õieti on?

Liikumine edasi on tingitud tasakaalu säilitamise vajadusest. Kui näiteks seisame paigal, keha püsib tasakaalus mõlema jala kõrvuti maas

olles, kuna keha raskuse keskpunkt asub 4,3 sm kõrgemal ja 0,8 sm tagapool joneest, mis läbibast puusalii-gendeid. Kui kere kallutamise vii-me raskuspunkti ettepoole, oleme varsti sunnitud üht jalgadest tõstma samuti ettepoole, et säilitada tasakaalu. Järjekindel keha raskuspunkti etteviimine kujunebki käiguks, mille juures raskuspunkti edasiviijaks on maasoleva jala tõuge.

Kui tõuge on võimsam ja kiirem, siis keharaskuse etteviimisel toimub hüpe õhku, millele järgneb keharaskuse mõjul kontakt maaga ja seda juba teise jalaga, et saavutada tasakaal võimalikult pea. Tõukest saadud hoog viib keha raskuspunkti jälle ettepoole jalgu ning areneb sama hüpe. Rida sellaseid hüppeid ongi jooks. Mida võimsam on tõuge, seda ruti-mini toimub keharaskuse edasiviimine ning teise jala etteotoimine tasakaalu säilitamiseks.

Edasi püüame jõuda selgusele, millises järjekorras ja millised üksikud kehaosad teotsevad jooksus.

Aktiivse liikumise kandjad on, nagu teada, lihased. Ja liikumine edasi jooksuna toimub peamiselt jalalihaste jõul. Lihaste jõud väljendub nende kokkutõmbes ja lõtvumises, mille tagajärjeks on liigendite sirgumine ja paindumine.

Liigendid funktsioneerivad jooksul kui hinglihased (articules ginglimus). Sellepärast vaatleme järgnevas vaid



Joon. 2

Jala põlvest sirgunult pingutuvad kahepeaga sääremarjalihased ja selle all paiknev *musculus soleus*. Pingele järgneb kann liigendi sirgumine ja kann kontakt maapinnaga katkeb. Joonis on tehtud Jesse OWENSI järgi, kellel haruldaset pikad jalakõõlused.

lihaste tööd, mis teotsevad jooksus sirutuse ja painutuse läbiviijatena.

Algame momendist, millal keha on kahe tõuke vahel õhus kõige kõrgemal. Sel momendil raskuskeskpunkt asub kõrgemal ja jalgade vahekohas. Reite moodustatud nurga suurus on maksimaalne. Raskuse mõjul keha langeb alla ja eesolev jalg saavutab kontakti maapinnaga. Käigu juures peaks see toimuma kannal, et ulatus oleks võimalikult suur. Jooksus aga ei ole tähtis, kas kontakt saavutatakse tallal, päkal või kannal, kuna kehal on nii-kui-nii võrdlemisi suur hoog edasiminemiseks. Tähtis on vaid, et liikumine ei oleks takistatud ja et lihastele võimaldataks maksimaalne töö.

Jala saavutanult maapinna lihased lõtvuvad vedrudena ja liigendid painduvad keharaskuse mõjul, kuna mõlema jala kõrvuti olles raskuspunkt saavutab madalama seisu. Tekib momentrahu (vaata joonis 1) — maasolev jalg kogu tallal keharaskuse toena (I. Watzen-Körnig), vaba jalg aga põlvest maksimaalselt paindununa ja kand peagu vastu reie tagakülge. Keharaskus nähtub hoost ettepoole jalgu.

Keha kokkulangemise vältimiseks alustavad lihased tasakaalu säilitamiseks tööd. Kõigepealt fikseeritakse selgroog ja üldiselt kere selgroogu ümbritsevate ja üksikuid lülisid ühen-



Joon. 1.

Rahu moment jooksus. Vasakul sprinter KÖRNIG ja paremal NURMI. Kogu tald on vastu maapinda, kehaseis sirge, vaba jalg põlvest maksimaalselt painutatud.

davate lihaste kaudu: 1. mitmejärgune lihas (m. multifidus), 2. seljapikse lihas (m. longissimus dorsi), 3. niude-roide lihas (m. iliocostalis) ja 4. spinaallihase (m. spinalis). Kere fikseerunud, järgneb puusalügendis sirutus tuharalihaste (m. glutei) toimel, mis ühendavad vaagna reieluu ülemise otsaga.

Keha liigub järjest edasi ja raskakaalu säilitamiseks tegutsevad üha uued lihased ja pidevalt lisavad kehale hoogu.

Puusalügendile järgnevalt sirutab põveliigendi võimas neljapäine lihas (M. quadriceps femoris), selle kolme pead (museuli vasti lateralis, medialis, medius) ühendavad reieluu ülemise otsa üle põlvekedra (patella), mis lihase lõppkõõlus pikendab lihase tõsteola ja seega aitab kergendada lihase tööd sirgsideme (liq. recti patellaris) kaudu sääreluu ülemise otsaga. Neljas reie sirglihas (M. rectus femoris) ühendab vaagna sama sidemega.

Kolme esimese ülesanne on põveliigendi rirutamine. Kuna neljas tegutseb peale selle ka veel põlve tõstjana.

Jala põlvest sirgunult pingutuvad reieluu alaosa tagaküljelt algav Achilles'e kõõluse kaudu kandluule kinnituv kahepeaga sääremarilihas (M. gastrocnemius) (vaata joon. 2) ja selle all paiknev pindluu ülemisel otsal ja sääreluu tagakülge viltu ületavalt luu kõrgendilt algav ja samuti Achilles'ega seostuv M. soleks.

Pingele järgneb reflektiivne kontraktioon, mis põhjustab kanna liigendi (a. tarsi) sirgumise, ja kanna kontakti maapinnaga katkeb.

Säär eesküljel paiknevate varvaste sirutajad lihased — varba üldsirutaja (M. ext. dig. pedis longus) ja suure varba sirutaja (M. ext. hallucis longus) — sirutavad lõplikult jala. Jalg nii-ütelda rullib enda maapinnast lahti. Samal ajal ülakeha sama

külg on lõplikult sirgunud, omades ettepoole konveksse looga kuju, mille kõrgeim punkt on puusavöö kohal. Sirutatud poolteljena pöörab puusavöö seljatoest ja niudeluud seespoolse reieluu ülemise otsaga väikese pöörila (trochanter minor) kohal ühendavate suure nimmelihase (M. psoas major) ja niude-nimmelihase (M. iliacus) toimel.

Keha omab spiraalse kuju, tõuke jalapoolne õlg ja vastaspoolne niudeluutipp esimeste ja vastavad osad teisel pool tagumiste punktidenä. Sirutuslihaste ja hoo toimel keharaskus on jõudnud jalgade ette.

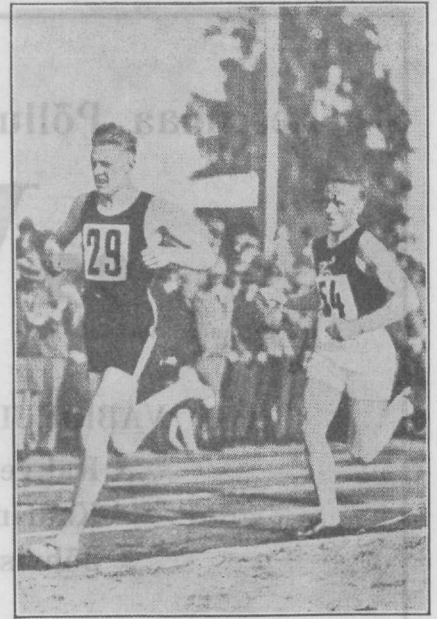
Sirutuslihaste töö lõppedes järgneb automaatselt antagonistide tegevus, milleks on varba ja põlve liigendi painutajad, sääre tagaküljel m. gastrocnemius ja m. solei all paiknevad varba pikk painutaja (M. flexor digitorum longus) ja suure varba pikk painutaja (M. flexor hallucis longus) ning istmeluult, reieluu tagaküljelt, algavad M. semitendinosus sisemine, M. semimembranosus keskmine ning M. biceps välimine, mis kinnituvad põveliigendi tagaküljele, sääreluu ülemisele otsale.

Selle tagajärjeks on varba ja põveliigendite painutus, sääre tõstetakse taha üles, kontakt maapinnaga katkeb ja toimub tõuge õhku.

Lihaste toime jätkub, kuni seda võimaldab reie eesküljel asuva neljapäise lihase pikkus.

Reis tõstetakse taha, kuni jalg ulatub istme kõrguseni, ja nende lihaste antagonistid puusalügendis suhtes — suur nimmelihase, nimme-niudelihas ja M. tensor fasciae latae, mis niudeluud reie kõõlusnahaga ühendab reie välimisel küljel — pingutatakse.

Viimased omakord reflektiivselt kontraheeruvad ning reis viiakse kiirelt ette (H. Lahtinen, vaata joon. 3, sest ärritus liigub seda kiiremini, mida lühem on lihas, kuni reis jõuab



Joon. 3.

H. LEHTINEN jooksul. Pildil jooksu juhtimas. Lähemalt tekstis.

teise jäsme kõrvale, kand peagu reie tagaküljele vastas, mis selleks ajaks on saavutanud kontakti maapinnaga.

Edasi ei toimu M. tensor fasciae latae, sest puudub tõsteõlg, ning sellega saavad M. psoas major ja M. iliacus vabaks oma toimele põlve väljaviimiseks. Selle tasakaalustab nüüd juba eelmistega ühel ajal ärritatud rätsepalihas (M. sartorius), mis ühendab puusa nukki põlve siseküljega. Need ühes M. rectus femorisega toimides ja hoo mõjul viivad põlve ette. Põlve tõus eest on niisama kõrge kui ta seda oli taha.

Säär pendeldub vabalt ette ümber

F I R M A **A. K L A F F**

PABERI- JA KIRJUTUSMATERJAALI-  
KAUPLUS

TALLINNAS, HARJU 20. TEL. 436-51

KÖITEKODA

VENETANAVI

# Eestimaa Põllusaaduste Ümbertöötamise Osahing

# „VIRU“

Telegr. aadr.: Viruosa

Tallinnas, Suur Kloostri 22/18

Kõnetraat 437-84

## VABRIKUD:

Rakveres  
Kadrinas  
Jõhvis

## VALMISTAVAD:

kõrgeväärtuslikku  
kartulitärklist  
kartulisiirupit  
glükoosi

Peaesindaja

## A-S. Rumberg, Tuberg ja Ko.

Tallinnas

põlve, niipalju kui seda võimaldavad sääre tagakülje lihased, kuid sealljuures ei sirgu absoluutselt, et vältida tagasipõrget ja et keha raskuse

mõjul jalg kergelt painduks maandumisel.

Teine jalg läbib samad faasid, mis kirjeldatud jalg, vaheldudes nimetatuga.

Lõpuks lühidalt käte tööst. Käed ei evi mingit otsustavat tähtsust edasiminemiseks, kuna õhu takistus on liiga väike. Peab aga arvestama käte tiirleva mõjuga. On teada, et igal roteerival kehal on omadus telje suunda alal hoida. Lastes käed lõdvalt alla rippuda, soodustaks see meie keha kõikumist, nii et tekiks hädaoht ümberkukkumiseks, kuna raskuspunkt jalgade kestva liikumisega võiks asetuda kergesti külje peale. Vähemalt meie jookseksime tugevas sik-sakis ja peaksime osa jäsemete jõust kulutama tasakaalu alalhoiuks. Kui aga käed sellaselt kere ümber liiguvad, et kere puusadest, seega raskuspunkti kõrgusel, keerleb, nii et võime seda võrrelda vurriga, mille tipp asub raskuspunktis ja ümarpinna moodustavad risti liikuvad käed. See läbi viidud vastastaktilis jalgad liikumisega, hoiame alal keha telje suuna ja me võime jalgade lihaskõudu tervelt kasutada sammuks (vaata joon. 4).

Lihased jooksul töötavad harmoonilises ahelas, ühe lihase funktsiooni lõppenult ärritatakse antagonist, mis omakord funktsiooni lõpetanult põhjustab järgmise ärrituse ja tegevuse.

Väga tähtis on lõtvuse ja pinge õi-

geagne vaheldumine. Lihase maksimaalne pingepõhjustab tema antagonist maksimaalse pikkuse ja ärrituse, kuna lihase töö efekt on võrdeline tema pikkusele ja ärritusele. Kehatöö on seda väärtuslikum, mida voolavam liigendite massihoo jooksul lihaste jõu tarvitamist vähendada aitab (H. Engelhard).

Jooksu kiirus on sammu pikkus, kord sammu tihedus. Sammu pikkuse määrab keha tasakaalu säilitamise vajadus, seega keha seis. Sellele võib vaadata kui muutmata konstantsele suurusele.

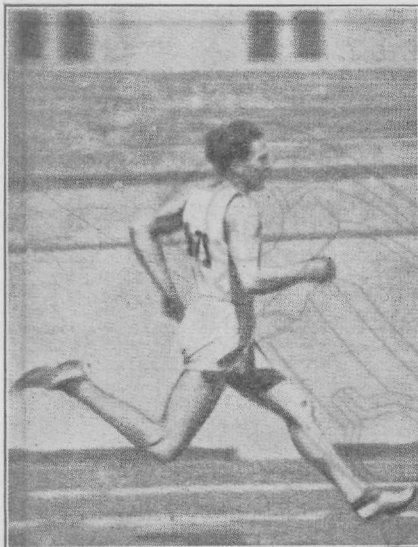
Sammu tihedus sõltub lihase poolt väljapandud jõust ja ärrituse intensiivsusest. Lihase jõud on võrdeline lihase ristiläbilõikepinna suurusele (Ed. Veber), kuna lihase läbilõikepinna moodustavad lihaskiud ja ärritatud lihase kiudude arv oleneb ärrituse intensiivsusest.

Seega jooksu kiiruse määrab ärrituse intensiivsus. Saksa riigitreener dr. J. Waitzer ütleb: „On jooksja kord hoos, siis on see vaid haaravstiili samm. Kaugeleulatuv samm, intensiivne öla pööre. Tähele panemata jala mahapanekut kas tallale või kannale pendeldatakse sääre pingeta jalaga kaugele ette. Keha pehme põlvedega kinni püütud ja alles raskuspunkti ümberasetuse järele viimase silmapilgul kogu jalaga ära tõugatud. Loodus ei tunne ühtki stiili igale üksikule dis-



Joon 4.

Saksa sprinter BORCHMEYER jooksul. Käed ja jalad keerlevad veskittibade-na. Seeläbi jooksja säilitab kehatelje suuna, ja jalgade lihaskõud on terve-ni kasutatud sammu arendamiseks.



Joon. 5.

tantsile, vaid üksnes ratsionaalset edasilikumist.“ (Vaata joon. 5.)

Charles Paddock jaotab kiirjooksu distantsi läbistamise: lähe, jooks, lõpp. Eeltoodud dr. J. Waitzeri selektus käib osa kohta jooksul.

Lähtel peame saavutama hoo, milleks keharaskus viiakse võimalikult kaugemale ette ja madalale, et samm oleks lühike ja võimalikult tihe. Seega lihased on maksimaalselt ärritatud. H. Abrahams'i ja prof. A. V. Hill'i katsete järele on inimene võimaline arendama maksimaalselt kiirust, s. t. maksimaalselt ärritama lihaseid, ainult 13—14 meetrit. Seega siis ei või sellane olukord kesta lõpmatuseni, vaid ainult seni, kuni on saavutatud jooksuks vajaline hoog.

Väga tugevad ärritused või ärrituste sagedus mõjub lihase saavutusele vähendavalt ja väsimust tekitavalt.

Jooksu vältel väheneb sammu tiheus, areneb rahulik ühetasane jooks, mille vältel lihased töötavad eelpool kirjeldatud viisil ning sammu tiheust reguleerib sammu pikkus.

Lõpul tekib siiski lihaste väsimus ja üksikute tõugetega an'vatatest kiirustest ei jatku kogu sammu pikkusele. Et kiirus ei langeks, peame tõstma sammu tihedust, mille saavutame keharaskuse ettepaigutamisega. Selle viib läbi kõhu sirglihas (M. rectus abdominis), mis ühendab roideid häbemeluuga (Os pubis). Tõuseb ärrituse intensiivsus, millele tõhusalt aitab kaasa keha temperatuur, mis Hill'i järele on võrdeline pingele ja lihase pikkusele lõdvalt.

Kehearaskuse paigutus seega omab jooksu suure tähtsuse, sest tema reguleerib mõlemaid kiiruse komponente.

Õige keharaskuse paigutuse leidmine on igale jooksjale esimeseks ülesandeks (Lauri-Pihkala). Lihaste

otstarbeka töö saavutamiseks tähtsamad momendid oleksid, et keha sirutus suunduks otsekohe keha raskuspunkti ja tõuke kiirendused vastaksid sammu pikkusele, s. t. kiirenduse jõud ei raugeks enne sammu lõppemist, vaid püsiks pideva hoonana.

Kõikide distantside läbistamiseks kasutatakse lihase absoluutne jõud võrdselt, mis kuulub ühel distantsil ärrituste intensiivsusega, see teisel ärrituste kestusega.

Lihaskonda võib vaadelda kui keemilist masinat, mis töötab seda ökonoomsemalt, mida suurem on mehaanilise tööga produseeritud soojuse hulk, kusjuures keemiline energia otseselt muudetakse mehaaniliseks energiaks.

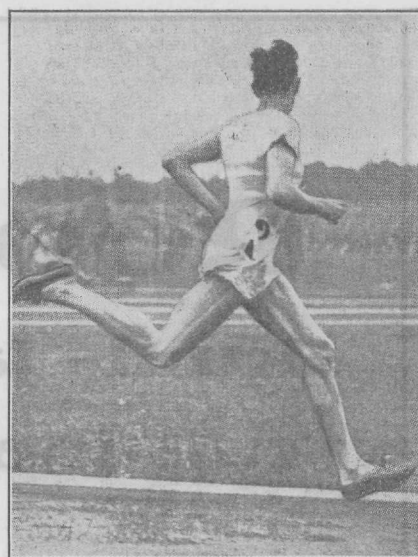
Lähteaineks on glükogeen, n. n. lihassuhkur, mis kontraktsiooni korral muudetakse piimhappeks ja vabaneb energia.

Organism lihaskonna kestva töö säilitamiseks alatiselt muudab  $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$  tekkivast piimhappesest hapniku toimel süsihappeks ja veeks ning ülejäänud tagasi glükogeeniks. (Fletcher, Hopkins, Meyerhof.) Süsihape ja vesi heidetakse ainevahetuse lõpp-produktidena organismist välja. Piimhappe oksüdeerumine toimub lõtvuse vältel ja muidugi on seda tõhusam, mida täielikum lõtvumine, sest sellega suureneb lihase pind ning avarduvad veresooneid, mille kaudu on võimaldatud hapniku juurepääs.

Kontraktsioonil verehappesuse tõuseb, mida tingivad peale lihaste veel närvid ärritused, nii ärrituste vältel on söehappe vabanemine närvides palju suurem kui puhke vältel (Haberland, Tashiro). Verehappesuse omakord mõjub kesk-ergukava hingamise keskusele, seega hapniku juurevoolu reguleerides.

Seega ka keemilistes funktsioonides on vajaline sama rütmiline pingete ja lõtvumise vaheldumine. Jooksu füsioloogiline analüüs näitab, et siin on vajaline kõigi kehaosade korrapärane ehitus ja funktsioon.

Jooksjate ja spordipetajate ülesanne oleks leida kõigepealt organismi üksikosa vead ning siis nende kõrvaldamiseks ka abinõusid.



Joon. 6.

Vasakul JONATH ja paremal LADOME GUE. Mõlemad pildid näitavad jooksustiili lihtsust Pikk samm ja intensiivne õlapööre. Näidake vasakul olevat pilti kellelegi, seejuures ütle mata, keda pilt kujutab, ja vaevalt peab keegi seda jooksjat sprinteriks

Jooksu edukuse aluseks on rütm. Sellele suurjooksjate jooksu kirjeldajad sageli just laulavad kiidulaulu.

Nii kirjutab „Reichsportblatt“ Paa-vo Nurmi kohta:

„Kiirus distantsil sidus ennast tema jäsemete või liigendite rütmiga üheks naudinguks ebaloomulikust ilust.“

Või jälle dr. Josef Waitzen, kuulsalt prantslase Ladoumégue'i kohta: „L. hoog ja rütm on jooksu jälle teinud haaravaks, imestamisväärseks elamuks, mis pealtvaatajas manab esile suure imetluse, sest et see inimese seab üle masina.“

Või lõppeks H. Timmermann värskes raamatus „Olympische Siege“ Nurmi kohta: „Imeteldav korrapärasus, mõrtsukaline hoidmatu, saladuslik korrapärasus, see, kui säära- st võrdlust lubatakse, ei olnud midagi muud, kui kõva teraseline uim.“

Ülaltoodud kirjutuse koostamisel on autor abimaterjalidena kasutanud järgmisi tooteid:

**Raube u. Kopsche:** „Anatomie des Menschen“

**C. Gegenbaur:** „Lehrbuch der Anatomie des Menschen“

**K. Boretsch:** „Allgemeine Phynologie“

**R. Höber:** „Lehrbuch der Phynologie des Menschen“

**O. Weiss:** „Grundriss der Phynologie“

**V. Ellenberger u. G. Baum:** „Handbuch der vergleichenden Anatomie der Haustiere“

**E. Schnütz:** „Lehrbuch der chemischen Phynologie“

**H. Laftinen:** „Urheilu tieda ja taito“

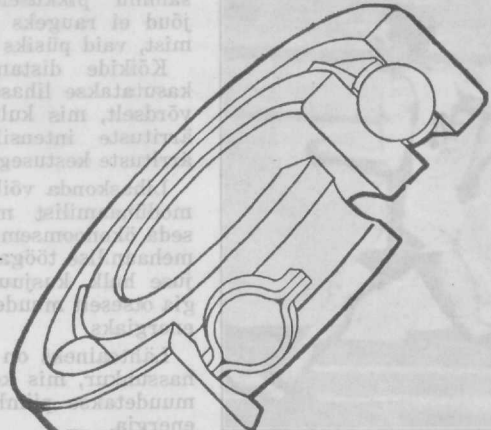
**H. Timmermann:** „Olympische Siege“

**dr. Krümmel:** „Athletik“

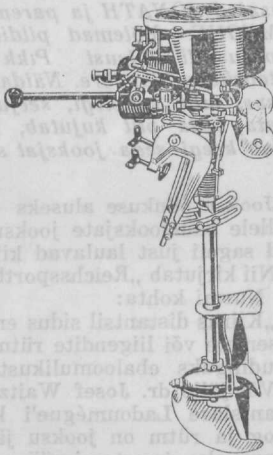
ja rida **sporditeaduslikke kuukirju.**

# Rootsi

## kuul- ja rull-laagrid



# SKF



## Penta

## päramootorid

### on parimastest parimad.

**Peaesindus ja**

**ladu:**



**Tallinnas,**

**Vene tänav 11,**

**telef. 432-86 ja 432-58**

# LINKE & MARTINSON

# Uudsust vettehüpete treeningus

Järjest uemaid ja täiuslikumaid meetode leiutatakse spordialadel. Kõige rohkem pakub selleks rikkalikke võimalusi film. Treeniva või võistleva tõkkejooksja, hüppaja, heitja või n. e. jälgimine filmikaamera abil jäädvustab lindile kuni peensusteni esiletoodud tehnika. Ja selle uuesti esilemanamisega filmi projekteerimise teel linale võime tublisti õppida.

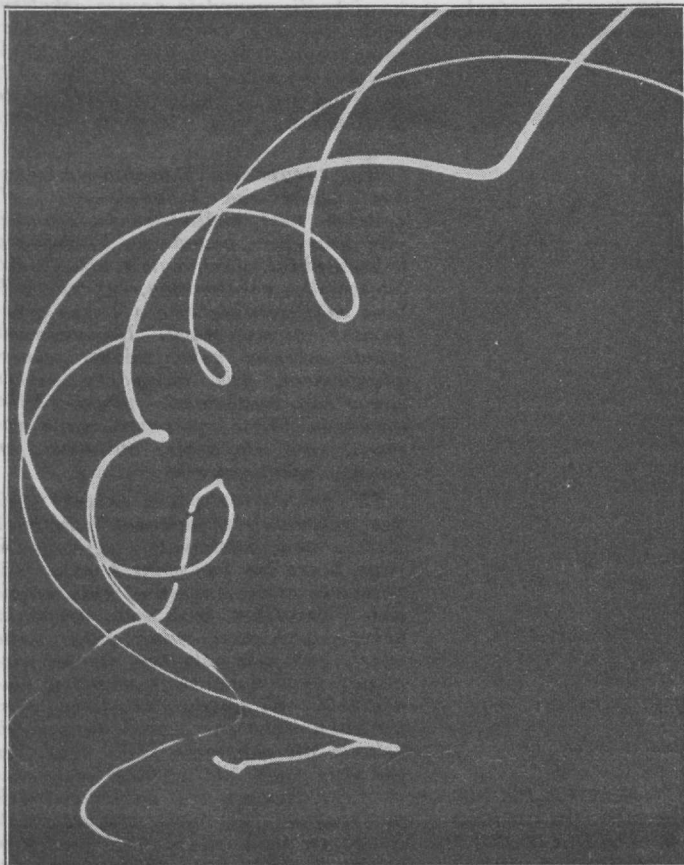
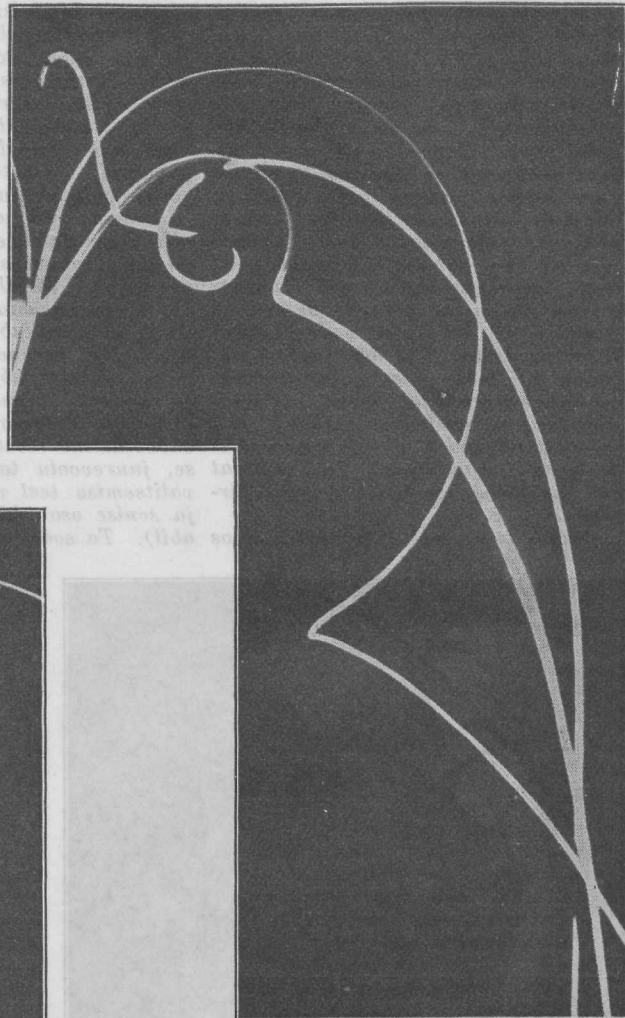
Kui aga näiteks jooksudes ja ka hüpetes või heidetes tehnika alati ei tarvitse olla täiuslik, sest meie teame ka sääraseid võitjaid, kelle stiil pole kuigi meisterlik, siis seda suuremat abi pakub meile film neil spordialadel, milles tulemuste saavutamine sõltub peamiselt stiilist ja kehahoiust. Sääraste alade hulka kuuluvad näiteks vettehüpped tornist. Siin on treeneril väga tähtis oma hoolealuse hüppetehnika kohta absoluutselt väljaspool kahtlusi oleva kontrolli teostamine, et siis vigade kindlaksmääramisega täiendada õpilase oskust.

Säärase hea kontrolli, milles ei saa olla eksimusi, seadis hiljuti sisse Hollandi üks treenereid. Tal oli tähtis uurida joont, mida mõõda sooritatakse tornihüpe. Kuna paljas silm ei suuda pikka ja kiiret liigutuste seeriat mällu jäädvustada, siis võttis ta abiks filmikaamera. Et just täpselt ja võimalikult selgemini ja lihtsamalt kindlaks määrata seda joont, mille õhus moodustavad teatud kehaosad, lahendas ta probleemi alljärgneval viisil:

Hüppajale kinnitati pea, puusa ja jala-kedreluu külge elektripirnid, mis valgusenergia ammutasid taskulambipatareidest ja mis samuti olid kinnitatud keha külge. Hüpped sooritati pimedas, nii et filmilindile jäid üksnes valgusjooned,

mille joonistasid keha kolme punkti kinnitatud elektrilambid. Nii osutus võimalikuks hästi kontrollida hüppe iga faasi ning kindlaks teha hüppe väitel ettetulnud stiilivigu.

Hollandi treeneri lihtsa leiutuse on tarvitusele võtnud mitmed teisedki riigid. Ka meilgi, Eestis, poleks see üleliigne. Kuid meil on spordialade tehnika uurimise võimalused nii väikesed, et pole saadud veel soetada filmiaparaati. Viimane oleks aga üks vajalisemaid abinõusid tehnika õieti õppimisel ja viimistlemisel. Millal jõutakse meil nii kaugele?



Ülal:

Ufiekordne salto hüppaja keha küljes olevate elektrikeste abil fotoplaadile jäädvustatuna.

All:

Kahe ja poole kordne salto hooaga. Hüpe pole sooritatud kuigi meisterlikult, sest saltod on nurgelised ja murtud ning hüppaja langeb liig kaugele hoolauast.

# Sport - moodne asketism!

Askeesi all mõistame meie erakordsete kehaliste võimete arendamist enesekasvatuse teel. Samuti usulis-kõlblises mõistes kehaliste tungide rahuldamisest loobumise ning loomallikude vajaduste piiramise läbi määrimumini enesepüüamise, tahte suretamise, mõtete koondamise, vaikimise, palvetamise jne. teel. Asketismi mõiste oli tuttav juba vanas Greekas. Näiteks filosoof Epiktetos (sünd. 50., s. 138, p. Kr.) on üks tähtsamaid asketismi õpetuse põhjendajaid. Tema püüdis viia oma õpetuse sarnasele täiuslikkusele, mis oleks rahuldanud kõiki aegu. Ent meie näeme, et askeesi seniajani on arenenud sootuks uues suunas. Ainult põhireegleis ja mõisteteis ühtub selleaegne askeesi praeguse askeesiga. Peale Epiktetase on veel mitmed filosoofid asketismi õpetusega tegutsenud. Muuseas Rooma keiser ja filosoof Marcus Aurelius on jätnud endast päevikutaolise teose „Cis heanton“ („Iseendale“), mille sisuks on eetilistel teemadel iseendaga peetud vestlused asketismi ja stoitsismi vaimus. Selles töös väljendub autori humaansus ja karm kohusetunne. See raamat on üks omapärasemaid maailmakirjanduses.

Hoopis teine järele asketismi ajaloos



Treener „monteerib“ jõupajale taskulambipatareid, millest süütvivad elektrilambikesed.

on usuga seotud. Peagu kõik usud on tegutsenud askeesiga, eriti aga India usundid: Oeda, brahmanism, dshinism, buddhism, islam jne.

India spetsiifiline omapärusus usu-elus arenes neljas peatüübis naiivilt optimismitl äärmisse pessimismi. Asketism India usundeis sammub alati esirinnas. Isegi viimases usujärgus — hinduismis bhakti-marga'ga s. o. armastusprintsüübiga, ei suuda varjata seda eitarvat maailmasuhtumist. Brahmanismi õpetuses on mitmeastmeline askeesi vaid ettevalmistuseks „teadmisele“. Samuti buddhism, aga eriti dshinism on tihedalt põimitud asketismiga. Dshinism nõuab valjemat askeesi. Vardhamana uendas õpetust veelgi. Ta jõudis rõivastuse täielise eitamiseni ja käis ihualasti, nagu osa tema järelejäijast praegugi. Vardhamana peahuviiks oli hinge vabastamine karma — ihust, mis kuulub nelja mitteainelise ihu hulka, koosnedes elu jooksul inimese mõtetest, sõnust ning tegudest, ja määrab järgneva taaskehastuse, samsara (hüngerändamise); sellest vabastumine teostub kannau — ollu-se, juurevoolu takistamises (enesevalitsemise teel mõttes, kõnes, teos) ja senise osa hävitamises (askeesi abil). Ta soovitas elu lõpuni paastu-

da jõudude kaotuseni. Dshinismi kõlblises käisud on peaaegu samased viis kui buddhismi omadki: tuleb hoiduda elava olendi vigastamisest, vaalest, võõra vara omandamisest, süguelust ning — ihast ja varakogumisest. Abielu dshinistidel on lubatud ainult imikuil. Dshinismi kaanodiks on siddhanta-nimeline pühakiri. Kõlblus koosneb kümnest voorusest: kannatlikkus, vaesus, ausus, alandlikkus, süüitus, tõearmastus, enesevalitsemine, askeesi, loobumus ja puhtus.

India usundid on tihedasti põimitud asketismiga ja seepärast ongi askeesi Indias üldse nii kõrgele arenenud. Üks kuuest india filosoofia ortodokssetest süsteemist — joga — on selleks jällegi kujukaks näiteks. Joga ehk yoga tähendab sanskriti keeles „vajumine“. Jogiin taotleb joga õpetuse järele täielist lamustumist oleusest ja müstilist ühinemist jumalaga, s. o. isedusega (ätmann), järjekindla askeesi ja teatavate kehaliste ja vaimsete harjutuste kaudu.

Kui Greeka filosoofid püüdsid askeesi abil luua uue mõiste, mis oleks oma olemuselt täiesti terrviklik, s. t. mis ei oleks enam üldse vajanud arenemist, siis usundeis arenes asketism süiski ja seda peagu täielise enesepüüamiseni. Mitte ükski lõbude hülgamine, ka mitte mõtete täieline võit, vaid askeesi arenes tõekspidamiste taotlemisel enese täieliku hävitamiseni.

Kui tänapäeval kõnelda asketismist, siis ei saa kuidagi selle all mõelda neid usulisi enesepüüamisi, mis toimusid usundeis. Tänapäeva askeesi ühtub põhireegleis nii Greeka filosoofilise asketismiga, ent teed millega saavutatakse oma võimete arendamine, on muutunud. Kui usundeis mindi askeesis keha täielise enesepüüamiseni, siis tänapäeva askeesi sama sihi taotlemisel püüab keha arendada. Mitte pessimism, nagu vanaasti, vaid elujaatus, optimism, on moodsa asketismi siht.

Mis on siis tänapäeva askeesi? Kuidas väljendub tänapäeval asketism? Vastus neile küsimustele ei olegi nii väga keeruline kui võiks arvata. Tänapäeval ei ole arenenud küll mingit uut filosoofilist kooli, mis arendaks asketismi õpetust ning viiks selle edasi, küll aga asketism ise on arenenud ja kohanenud tänapäeva elunõuetele. Ei piirdu asketism ükski kiriklikku askeesiga, vaid tänapäeva askeesi all mõistame kõiki neid, kes piiravad oma elutarvidusi minimumini, sealjuures aga pakkudes parimat endast ja oma saavutustest. Suurt pakkuda tänapäeval, see nõue eeldab eeskätt enda lõbuelu ja kirgide piiramist. Kas ei tule kõigi





Soodsaimaks  
ostukohaks  
igale

sportlasele  
on

Kodumaa vabrikute riidekauplus

**HERMAN RÕIVAS**

Tallinnas, Estonia puistee 11

Müük suurel ja väiksel arvul

nende peale, kes loovad ja rikastavad maailma uute väärtustega, sealjuures loobudes oma vajaduste rahuldamisest, vaadata kui moodsatele askeetidele. Kirjanik luues, kunstnik, helilooja töötades, kes sealjuures loobunud lõbudest, on saavutanud osalise askeesi. Prantsuse kirjanik Flaubert kirjutab: „Mu elu on kibe, ilma välise rõõmuta, ehk, mille ainsaks toeks on ainult miski vahetpidamata vimm, mis vahel jõuetuse pärast pisaraid valab, kuid alalõpmata püsib. Ma armastan oma tööd pöörase ja loomuvastase armastusega nagu askeet.“ Samuti Fr. Nietzsche kirjutab endast: „Mis puutub päina ja keeldumisse, siis võib minu viimaste aastate elu võrrelda iga askeediga, ükskõik missugusest ajast. Ma usun oma elutöö teinud olevat, vähemalt kui süürane, kellele enam aega pole jäetud.“ Need laused on maksavad kõigi suurte töötajate — suurvaimude — kohta.

Ent veel enam läheneb asketismile sportlane.

Iganenud on vaade, mille järgi portlases nähti kehastunud lõbude nautijat. Sport tänapäeval on arenenud nüüvärd, et kes tahab selle arenguga kaasas käia, see peab loobuma paljudest lõbudest. Ekstlik on vaade, et sportlane võib lõbutseda ja ühtlasi sportida. Ainult see, kes võtab sporti muneas, kes ei ole endale seadnud eesmärki, see võib end kõik-

jale tükeldada. Ent see ei olegi tõeline sportlane.

Kui kõrvutada India spetsüfilit usuelu, mis taotleb asketismi, ning tänapäeva sportlikku treeningut, siis ilmneb suur vahe kahe nähte vahel. Ühine on neil mõlemal juhtlause — erakordsete kehaliste võimete arendamine enesekasvatuse teel, ent lahku lähivad nad sihi taotlemisel. Asketism india usundeis on oma olemuselt pessimistlik, kaldudes enesepiinamistele, kategoorilisele küsule end mitte säästa. Keha nõrgendamine peagu täielise hääbumiseni, koguni surmaks, see oli alaline nähe. Sportlik asketism samuti taotleb kehaliste võimete arendamist, ent sootuks uues suunas. Mitte keha nõrgendamine, enesepiinamine, vaid keha arendamine, treening kehalise tubliduse tõstmiseks on nõue. Äärmisest pessimismist india usundeis sürdub ta elujaatavaks optimismiks spordielus. Mõlemal, nii india usundeis kui ka tänapäeva spordis, jääb aga maiste lõbude hülgamine, kehalistest tundeid loobumine.

Kui palju eneseohverdandist nõuab suursaavutuste püstitamine, seda teavad asjaosalised-suurmeistrid ise kõige paremini. Suursaavutus, mis pääseb rahva ette mõningail võistlusil, ei pane harilikult kedagi järele mõtlema, kui palju vaeva ja eneseohverdandist on nõudnud saavutuse püstitamine. Lepitakse tõigaga, et

on võidetud, et rekord on löödud, ametlikult fikseeritud, ja see on kõik. Muidugi imestatakse, et olnud keegi, kes on parem olnud ja võitnud. Ent spordiväljakuil on alati üks olnud võitja, teine kaotaja, see on ju nii loomulik. Kui palju teatakse sportlaste elust?

Kindlasti on nende tegevus vähem tähelepanu äratanud, kui näiteks joggide ortodoksne süsteem. Müstilisus, mis seotud joggide ühinemisest jumalaga, järjekindel askees kehaliste harjutuste kaudu on rohkem tähelepanu äratanud kui sportlaste treening. Ent ometi praktilisus, kahe süsteemi võrdlus, näitab eeskätt, et sportlik askees on elulähedasem, elujaatavam, kui india filosoofiline süsteem.

Huvitava näite annab Ameerika poeet J. Compers sportlikust askeesist. Lauletuses „Mis see on?“ väidab ta lõpuks muneas järgmist: „Ja millised imed, mis imelik tund-

Mitte nii kui kiriklik mõte, ka mitte nii

kui piinav-nõrkev keha. Ei—vaenulikuna sarnastele tõdedele! See on puhas rõõm, olgugi askeetlik, ent küllalt lõbus.

Küllalt on vabadust, küllalt on tervist.

Loobumus halvast, hümurust reetlik. Teie küsite — ons see asketism? Ei tea.

Nimetage kuis seda tahate, ma tean, et olgu mis nime tahes omav, mis pilguga tahes seirav — sport jääb selleks, mis ta on.

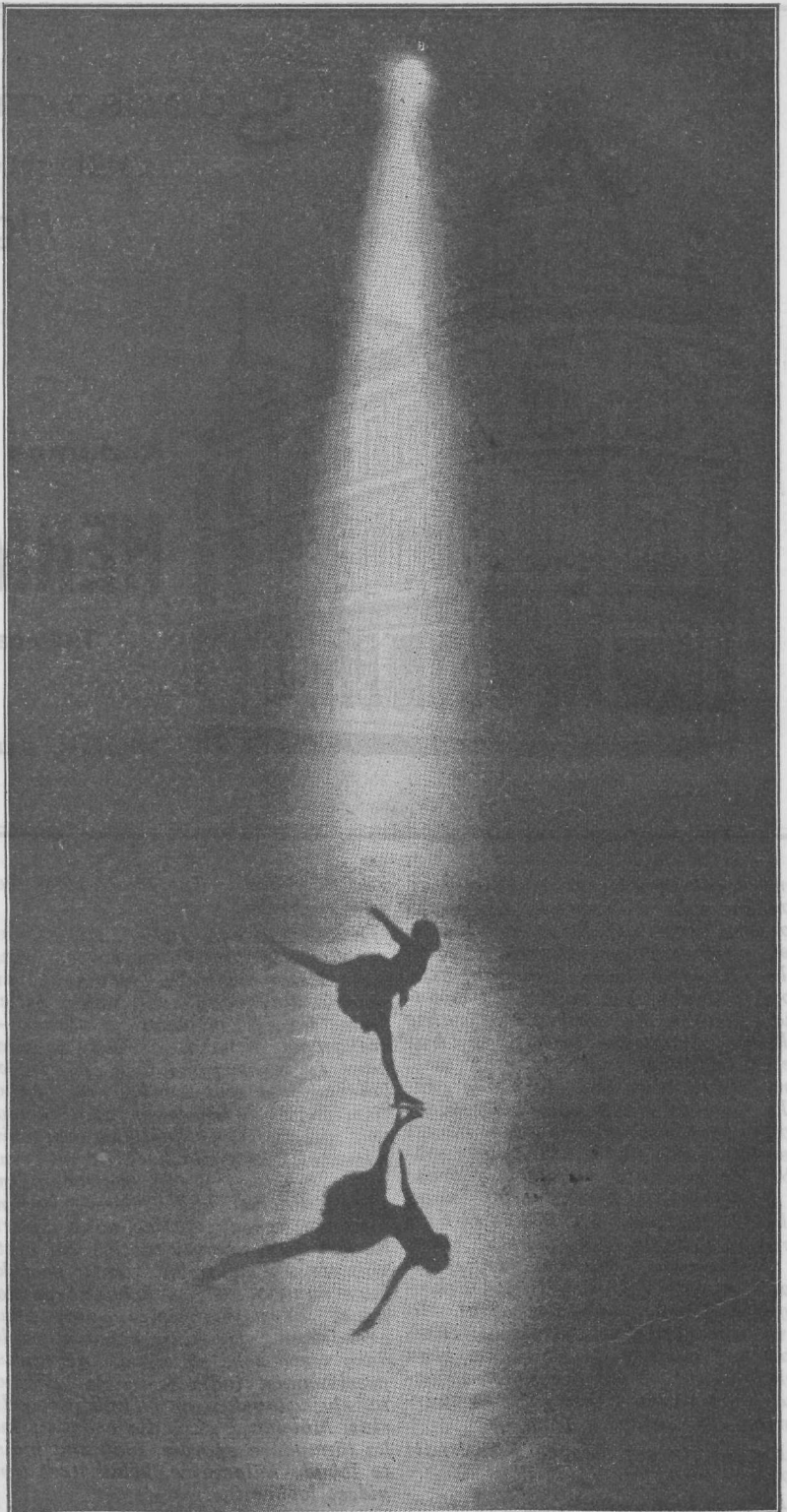
Võib olla, et on!

Ja küllap ta ongi asketism, ent ma tean ühtlasi, et see on terris, elujõud.“

Kui loetella paremused, mis annab sportlik elu, siis need ületavad mitmekordselt ka igasuguse tänapäeva elu-olu. Sportlane eeskätt hülgab kõik, mis kuidagi võib tema eesmärgile pidurdajaks olla. Nikotiin, alkohol j. t. mürgid, mis tänapäeva vaimselt ülepingutatud inimestele on saanud reaktsiooniks, vastumürgiks halbadele mõtetele ja närvilisusele, on sportlasele pidurdajaks. Sportlasele jääb see, mis aitab keha arendada, paremaid tagajärgi saavutada — treening. Ei saa kuidagi ütelda, et see oleks halb. Kui võrrelda joomaseltskonda ja sportlaste meeskonda, peaks küllaltki selge olema, kumb väärib eetilisele rohkem. Sportlik asketism ei sea muud eesmärki peale kehaarendamise. Võimsamalt, kiiremalt, tugevamaks kui keegi enne teda, see nõue on sportlikul askeesil. Loomulik, kogu elurõõm, mis sealjuures saavutatakse treeningul, võistlusvõimelisus ka eluvõitluseks, julgus, see kõik saavutatakse sportides. Optimism on moodsa asketismi kaasas käiv nähe.

Kui tihti on tahetud sporti ja kiriklikku askeesi kõrvutada, neid ühise sihi pärast teineteisest sõltuvaks teha, siis peaks nüüd küllaltki selge olema, et need ei ole üks ja sama. Dr. A. Sonnenscheini tahe kõrvutada sporti kirikliku askeesiga on täiesti ekslik. Tõestus, et „ilmlik sport ja kiriklik askees on õeksed, — on nüsama vale kui kõikide filosoofiliste tõekspidamiste ühtlustamine. Dr. A. Sonnenschein konstateerib küll, et on haruldane kokkusattumus näha pinguli keha ja painutatud põlvi, ent ta väide, et kirik ja sport on teineteisega seotud, ei pea paika. Juba eelpool tehtud võrdlus peaks küllaldaselt näitama, et kiriklik askees ja sportlik asketism on täiesti erinevad. Mõttetu on otsida ühiseid jooni sealt, kus neid kõige tähelepanelikumal vaatlusel silma ei hakka. Sport seab nõude keha arendada täiuslikumaks, kiriklik askees keha püstitada kirkede vaigistamiseks. Siht on kummalgi erinev. Sport ei sea muid nõudeid, kui võimsamalt, oma keha varal, kiriklik askees palumist, jumala meelepärast. Isegi teed lähevad lahku. Kui kiriklik askees, et kirkesid nõrgendada, käseb keha püstitada, siis sportlikud tagajärjed iseendast nõuavad treeningut, mis need kired surmab. Usuline pessimism, sportlik optimism, need on sama suured vastandid kui tuli ja vesi, päev ja öö.

Lõpuks olgu tähendatud veel, et sport ei sea eesmärgiks askeetilist elu, vaid see on kasvanud tänapäeva



üha suurenevatest rekordnormidest. Iga Kes on seadnud sihi kaasas käia sportliku arenguga, see paratamatult peab mõningaist lõbusust loobuma. Kui ütelda, et sport on moodne asketism, siis võib selle kohta ütelda ka, et ta on rõõmus asketism. Iga Kes on seadnud sihi kaasas käia sportliku arenguga, see paratamatult peab mõningaist lõbusust loobuma. Kui ütelda, et sport on moodne asketism, siis võib selle kohta ütelda ka, et ta on rõõmus asketism. Iga Kes on seadnud sihi kaasas käia sportliku arenguga, see paratamatult peab mõningaist lõbusust loobuma. Kui ütelda, et sport on moodne asketism, siis võib selle kohta ütelda ka, et ta on rõõmus asketism.

# Sportlane,

parimat tagajärge saavutate

tarvitades ainult



kvaliteet-saadusi

Uhisus

„Estonia Eksporttapamajad“

# Kuidas mängida jalgpalli

(Järg).

Kõrgelt langeva palli puhul peab keha hoitama võimalikult sirgemini, nii et põlve saadakse hoida palli kohal, ja varbad peavad õige pisut ülespoole käärdunud olema. Kui pall lendab teie poole madalas kaares, liukatakse jalg pisut rohkem ettepoole ja varbad tõstetakse pisut kõrgemale, et takistada palli libisemast jala all.

Niisuguse surmamise stiili juhul peab keharaskus paratamatult olema tagumisel jalal, mis tähendab, et mängija on halvasti seisangus rünnakule või tackle'ile vastupanemiseks, ja seetõttu tuleb eelistada jalaküljemeetodit, kui see on võimalik.

## 2) Jalaküljega surmamine.

See seisab palli surmamises ja en-

dale haaramises ühe liigutusega (v. joonised 19 ja 20). Et seda korralikult teha, peab keha olema umbes pool yardi eemal sellest kohast, kuhu pall kukub, ja kui tuleb kasutada paremat jalga, peab vasak õlg pisut ette lükatud olema. Kui pall puudutab maapinda, tõmmatakse pa-



Joon. 17.

Madal sööt peaga. Mängija lügab edasi; kuna aga ühtki vastast pole lähedal, ei ole tal vaja hüpata.



Joon. 20.

Siin hakkab mängija otse edasi minema. Niihästi siin, kui ka joon. 19, on keha hästi palli kohale kaldunud — selleks, et saada kindlat seisundit ja võimaldada mängijale liikuda edasi aega kaotamata.



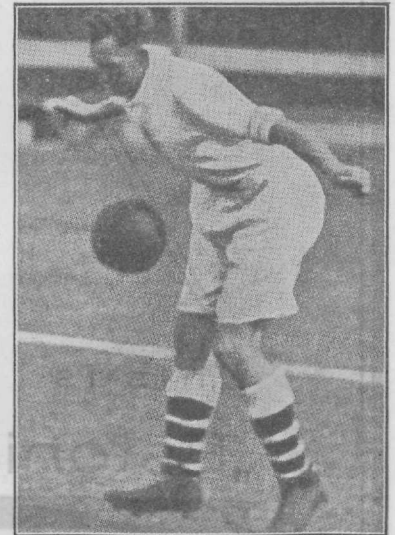
Joon. 18.

Kaitsja lööb palli peaga vabaks. Mõlemad mängijad on õhus.



Joon. 19.

Teine võte, kuidas palli kontrolli alla saada. Pall surmatakse jala siseküljega. Sel joonisel valmistub mängija liikuma vasakule.



Joon. 21.

Kaarlöögiga saadetud pall surmatakse rinnaga. Keha on hästi ettepoole kaldunud, et juhtida palli jalge ette; kõhumuskliid on pingul ja köht sisse tõmmatud.

rem jalg ette, kusjuures põlv on painutatud kõveraks ja palli lennu suunas. Jalg on täisnurga all palli suuna suhtes ja kui ta surmab pörke, tõmbab ta palli ühtlasi ka edasi, järgmiseks võtteks tarvilikku asendisse, nii ei teki mingit ajakaotust.

### 3) Peaga või rinnaga surmamine.

Kõrget palli võib jalgade juure tuua ka peanoogutusega; kui aga pall lendab selleks liiga madalalt, võib kasutada rinna alumist osa (v. joonis 21).

## Pidurdamine (tackling).

(Joonised 22—27.)

Enne pidurdamist peab iga mängija selgesti mällu vajutanud olema oma naabruses olevate teiste mängijate asendid. See võimaldab talle ennetada iga võimaliku vastase kõige tõenäolisemat võtet. Üldiselt öelda, lähedasel pidurdamisel leitakse õlg olevat väga kasulik liitlane jalale. Külljelt pidurdamise parimaks viisiks on panna jalg tugevasti palli ette ja ainult blokeerida palli. Kui



Joon. 25.

Pidurdamine eest. Kannad hästi koos, põlved vabad ja laiali ning keha raskus ettepoole kallutatud, et vastu panna läheneva tormaja hoole.



Joon. 22.



Joon. 23.



Joon. 26.

Tumedas dressis mängijal on keha raskus vael jalal ja ta püüab õngitseda palli. Valge võidab.



Joon. 24.

Pidurdamine kõrvalt. Joon. 22 — lähemine. Joon. 23 — kokkupörke moment: parem põlv hästi ees, parem jalg tugevasti maas, blokeerides, kuid mitte õngitsedes palli, ja keha raskus lasub

pidurdaval jalal. Vasak õlg võib, kui vaja, aidata küllaldase rünnakuga, et rikku- da vastase tasakaalu. Joon. 24 — lõplik ja edukas mänguhetk.

palli blokeerimise asemel tehakse katse palli ära õngitseda, on suur hädadoht, et tormaja otsekohesemad meetodid panevad palli libisema üle pidurdaja jala. Pidurdamise sihiks peab olema hoida palli kohal vaid sekundi mürdosa jooksul, nihutada keha hästi palli üle ja samal ajal kasutada tasa, kuid tugevasti õlga, et tormajat tasakaalust välja lüüa. Sihiks ei tohi olla tormaja pikalិតu- kamine, vaid ainult tema liikumise ebakindlaks tegemine. Kaitsja on

# KREENHOLMI PUUVILLASAADUSTE MANUFAKTUURI OSAÜHISUS

Asutatud 1857. a.

Vabrikud:

Kreenholmis, Narva lähedal

Müügiladu:

Kaubandus-Tööstuse A/S. „Kreenbalt“  
Tallinn, Suur Karja 13, tel. 425-14.

Juhatus:

Tallinnas, Pikk tän. 68, tel. 426-63.

Müük ainult suurel arvul.

vahest sunnitud pidurdama tormajat, kes driblab otse tema poole. Parimaks abinõuks on siis teha kerge hüpe palli suunas ja maanduda just palli ette, mõlemad jalad hästi teineteise lähedal, kummagi jala varbad pisut väljapoole pöördud, põlved kõveras ja keha raskus hästi ettepoole kallutatud, et vastu panna läheneva tormaja hoole (v. joonis 25).



Joon. 27.

Värviline võidab. Keha raskus on õieti langetatud pidurdavale jalale ja pall on blokeeritud jalaga ja säärega. Õlaga rünnakut kasutatakse hästi ja ausalt.



Joon. 28.

Däär-rünnak, selja tagant teostatud.

### Aus ja ebaaus mäng.

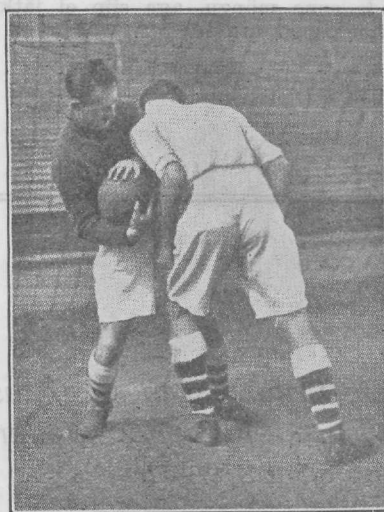
(Joonised 28—32.)

Ründamine on seaduslik ja ter-  
vislik võtte mängus. Kui see kaota-



Joon. 30.

Hea näide väga kardetavast mängust.



Joon. 29.

Aus rünnak — väravavaht hoiab palli.

taks, tarvitatakse teisi, vähem soovitavaid abinõusid. Aga rünnak ei tohi olla äge ega ebaaus. Käsi ja küünarnukk ei tohi mängida mingit osa rünnakus, mis peab tehtama õlaga ja niiviisi, et hoiduda vastasele selga löömast. Väga harilikult vigade tehakse sellega, et käsivars hoitakse kangena natuke kehast eemal, et eemale tõrjuda või tagasi hoida vastast.

Väravavahti võib rünnata, kuid ainult siis, kui ta hoiab palli (v. joonis 30) või on tulnud välja oma 6-jardi-piirkonnast.

Kõigest, mis võib vastasele viga teha, tuleb hoiduda, isegi siis, kui



Joon. 31.

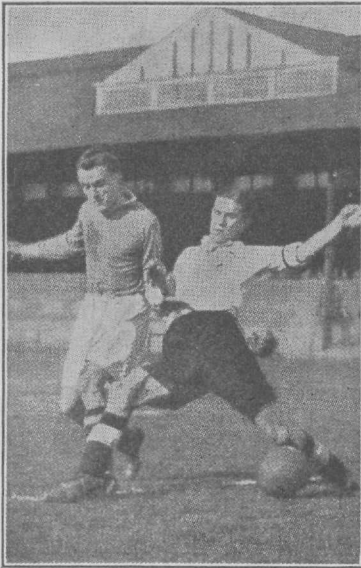
Aus rünnak, kuigi käsivars on lastud pisut eemalduda kehast. Keha raskus lasub õigel jalal, õlg on tabanud vastast just eelpool õlga, hetkel, mil vastase selle külje jalg on tagapool ja ülal.

mängija kavatsused on täiesti ausad (v. joonis 30).

### Sissevise (throw-in).

(Joonis 33.)

Sissevise, mis kord oli peagu väärtusetu soodustus, on viimasel ajal omandanud palju suurema kasuteguri. Mängijad on avastanud, et palli võib visata umbes 30—40 jardi kaugusele endise 8 või 10 asemel, millest harilikult jätkus, ja kuigi



Joon. 32.

*Käte määrustevastase kasutamise näide.*

noorur võib vaevalt loota saavutada sellast kaugust, võib ta harjutamise varal siiski lisada mõned jardid oma

normaalsele viskele. Mõned mängijad loodavad keha liialdatult tagurpidi kallutamisele, et lisada viskele kaugust; teised kallutavad keha ainult pisut ja loodavad käte ning õlgade lihastele. Igatiuks tehku nii kuidas talle paremini sobib, kuid kõhumuskliite pinget vähendamiseks on soovitatav panna üks jalg vähemasti paari tolli võrra teise taha. Välja arvatud pilka viske puhul, ei tohi pallile iial anda liialt „õhku“, s. t. palli ei tohi lennutada kõrges kaares, vaid ta peab visatama otse tormaja jalge ette normaalse kaarega. Viskaja ei tohi reeta oma kavatsusi, vaadates mängijale, kellele ta kavatses palli visata. Teisest küljest, ta peab olema valvel, et märgata ühe oma tormaja käelügutust või pilku, mis võib osutada millises suunas see tormaja soovib palli lasta visata. Samuti peavad niihästi poolkaitse kui ka tormaja pidama silmas „tühja kohta“, nii et palli võib visata vastastele kättesaadamatult just oma tormajale, et see selle jooksu peal kohe endale haaraks. Sisseviskamisega ühenduses on palju taktikalisi võtteid, mida võib kasuga välja töötada enne mängu, aga siin ei jätku ruumi neid arutada.

(Järgneb).



Joon. 33.

*Sissevise. Mängija on võtnud seisukoha näoga välja keskuse poole, kuid tegi viimasel momendil puusadest pöörde, et teostada üllatuslikku viset mööda külgjoont. Pange tähele, et peopesad on hästi palli taga ja põlved on kõveras, et anda kehale paenduvust.*

## Sporflased!

*Ka teie üritustest ja saavutustest informeerib oma laialdast lugejaskonda hästifitrukitud pildis ja kokkuvõtlilikus sõnas ajakiri*

# Nädal Pildis

*Ilmub igal neljapäeval. Müügil kõikjal. Tellimisi võtavad vastu kõik vabariigi postiasutused ja esindajad kohtadel*

*Iga sportlane ja spordi sõber loeb*

# Nädal Pildis



# RIIGISPORT

JA

# REKORD-

# SPORT



Alljärgnevale kirjutusele ruumi andes, peab toimetaja tarviliseks lisada, et ta ei ühine kõigi kirjutuses avaldatud seisukohtadega.

Kultuurkapitali nõukogu koosolekul kõneldi hiljuti rekordspordi vastaseid sõnu ja selgitati tema halba mõju koolinoorsoole. Et neid sõnu kõneldi säärase tähtsa asutuse, nagu seda on kultuurkapitali nõukogu, siis peaksid seal öeldud sõnad omama määrava tähtsuse. Peaksid, ent praeguses olukorras ei saa nendele sõnadele omistada mingit erilist tähelepanu, sest Eesti spordil on seevõrra palju sihte ajamata, et ei saa kõnelda otsustavalt rekordspordi poolt ega vastu. Ja kui seda kõneleb keegi spordi ringkonnisse mittekuuluv isik, siis on öeldu paljas isiklik arvamine, mis paraku tuletab suuresti maitsest ja silmapilgu tujust.

Eestis on ikka veel lahendamata kehakultuuri riigistamise küsimus, mis üksvahe näis tõeks saavat. Ja olümpiaeelne hoogtöö süvendab seda lähenemist veelgi. Ka peaks tervishoiu kuusaastaku küsimuste hulka öieti kuuluma ka spordi küsimus, tema riigistamise või mitteriigistamise küsimus ja suuremate ning julgemate sihtide määramine.

Võib väita, et meie sport vajab tungivalt riigistamist, seda spordi enda ja rahva tervise parema tuleviku nimel. Riigistamine annab spordile parema organisatsioonilise süsteemi, teeb tema paratamatuks,

kindlustab majandusliku olukorra. Ja kõige enam, mida meie sport vajab, on distsipliini süvendamine, sportliku vaimu kasvatamine. Vajame kindlaid ideoloogisi sihte ja ülesandeid kõrgusel seisvaid spordipedagoogijuhte. Seni on meil küll sport, aga puudub õige spordivaim. Sporditakse, aga ei mõisteta käituda sportlasena. Sport ja sportimine on mas-kuliinsed nähted, nad on moodsa ajastu teretulnud nähted, kus mugavus ja moraalne allamäge sõit inimsugu lodevaks teevad.

Me ei vaja selle võrra eeskujulisi spordiorganisatsioone, me ei vaja ka maailmakuulsaid treenereid, suuri võistluskassasid, kuid just sportlasi, kes oleksid head, tugevad ja terved riigikodanikud. Me tahame, et tugevad peaksid nõrkadele olema positiivseks eeskujuks, et ka nõrgad püüaksid saada tugevateks.

Sport olgu riigi ja kogu rahva asi. Sport kuulugu noortele ja noored spordile juba maast madalast. Spordis on võitlus ja võistlusvaim, see köidab noori, teeb neil koolis viibimise soovitavaks. Maast madalast alaku noorte sihikindel keheline kasvatus, algkoolid valmistagu ette tervislikke sisseastujaid keskkooli ja ellu.

On mõeldav, et Eestis tegutsöks spordi riigistamise korral riiklik spor-

dijuht ja tema tbi. Juhile kuuluks spordi üldine juhtimine ja linnaspordi eest hoolitsemine, kuna abi valvaks selle järele, et keheline kasvatus ja sportimine jõudsasti edeneks maal.

Spordi riigistamise korral on üks eeltingimus, et sport olgu masside asi. Kool, organisatsioonid, kaitseväge ja kaitseleit koos noorsooorganisatsioonidega peaksid säärasel korral spordile märgatavalt enam rõhku panema kui praegu. Nende tegevus sünniks spordijuhi poolt antavate näpunäidete järele. Vastutavad spordi-alljuhid-treenerid peaksid töötama igas väiksemas ringkonnas. Nii võiks keskkooli võimlemisõpetaja olla oma keskkooli spordijuht, iga kolme melja algkooli peale olgu samuti üks spordi alljuht. Alljuht tuleks arvata ka iga valla ning alevi peale, kes seda ametit peab kui auametit, ent siiski vastuvaidlematult üldisele korrale allub, spordi peajuhi korraldusi täidab ning spordipedagoogi teadmisi omab. Sel viisil kanduks sport laiali üle kogu kodumaa, saaks kogu rahva asjaks ja tegevuseks.

Nagu juba eelpool tähendatud, alaku sportlik kasvatus peale juba koolist. Õpetatagu noortele sportimist ja spordi-etikat. Õhutatagu neis elus nii tarvisminevat võitlusvaimu. Ärgu alahinnatagu nõrku, vaid tiivustatagu neid edasi tugevusele, tugevusele kehaliselt ja vaimliselt.

Keskkoool annaks juba selle kihi, kes spordi lippu vastuvaidlematult kõrgel peab kandma. Keskkooolide spordikavas olgu kõik võimalikud spordialad, et võimaldada õpetajaltreeneril avastada talente ja nende õigeaegsele väljaarendamisele täit energiat pühendada. Mitte keskkoooli kuuluvate hulgas peavad sel juhul treeningut õhutama ja talente avastama väikeste ringkondade spordijuhid. Nende ülesanne on kerge- mini läbiviidav massiliste (spordimärgi) võistluste näol. Sportigu igaüks, seadku igaüks oma isiklikud rekordid ja püüdku neid purustada. Nii viisi me saame tubliks ja sportivaks rahvaks, võides anda eeskujuteistele.

Ja just selle koha peal peab väitma, et rekordsport on spordiliikumises ja kehalises kasvatuses vältimatu. Ta on ülitarviline, temata näib kogu sportimine olevat paberimaja, mis vihmahoo all kokku langeb. Rekordsport on see, mis ära määrab spordi suuruse ja jõu, näitab inimlike võimiste väljaarendamise võimalust, sütitab noontes vaimustustule. Rekordsport on sportimise luule, kõrge kunst, mille kandjaks on sportlikud poeedid — suursportlased — rekordimehed, rahva imetlusega kroonitud võistlejad. Kui spordil pole resultaati, paljutähendavat

numbrät, võidutunnust, millest siis tuletuks võistlusvaim ja edasisportimise tahe. Kuiv teadmine, et kui ma seda kuuli kuhugi ettepoole tõukan, seda tugevamaks mu käsivars muutub, see ütleb vähe. Niisugust tegevust võiks võrrelda ekskursiooniga, mis ette võetakse kaunitesse kohtadesse kottpimedas. Et siin on nii kena, imekena, aga ärge näha püüdku, siis te tahate homme veel rohkem ja veel kaunimat kohta näha.

Ei, rekordsport on tarviline ja ta jääb püsima, miikauaks, kuni maa- keral spordidakse. Ta ei jää mitte ainult võistlusväljale, ta kandub te- likku ellu ja ongi juba kandunud. Saavutus kui niisugune omab meie päevil määrava tähtsuse. Saavutuse suurus, eks see olegi laiemas mõttes rekord, numbriline tagajärg tegeli- kust elust, tsivilisatsiooni ja kultuuri huvides. Saavutus tegelikus elus eesmärgina püstitatuna omab enam eetilist väärtust kui pimesi elus eda- sikobamine. Saavutus kui eesmärk ja saavutus kui tegelikkus, need kaks sammuvad käsikäes ka reaalelus.

Spordi kui kasvatuseteguri rakenda- mine on riigistatud spordi korral enam võimalik, kui täielises eravii- silises spordis. Ta võimaldab appi astuda seadusandlusell, täidesaatval võimul. Sel viisil iga sportlane mitte

ei või, vaid peab olema kasvatatud sportlikus vaimus, läbi imbutatud spordivaimust, evima sportlikud kom- bed.

Paljud tänapäeva Eesti spordi kur- vad nähted ei tuletu esijoones mitte üldiselt süüdlaseks peetud sportla- sest, vaid tema eri-ettevalmistuseta juhust ning õhutajast, kes temast sportlase tegi. Aga pahatihti see juht ise ei evi spordivaimu, pole kodu spordieetilistes küsimustes. Jah, pahatihti teeb spordist ainult raha või jonnikuisimuse, kahjustades seda- viisi kogu spordiliikumist mõtlema- tul kombel, kiskudes alla seda, mida ta, kui koomiline see ka pole, ise suure vaevaga hulk aega on üles ehitanud.

Tulevikus olgu spordi toetamine seltskonna asi, juhtimine aga ära- proovitud ja hästi ettevalmistatud meeste ülesandeks. Vajame sport- lasi eluvõitluse ja kultuuri kandmises, rahvuse säilitamisel ja riigipiiride kaitsel. Vajame neid, et nad moodustaksid tugeva ja tervetele insti- tinktidele rajatud riigi. Seepärast on kõige loomulikum kui miik ise enda eest otseselt hoolitseb. See tähendab, kui ta spordi teataval mää- rab riigistab, muudab viljalkaks ühiskondlikuks nähteks.

E. Sein.



Olümpiatõotuse andmine Estonia kontserisaalis.

# «ELURÕÕMULE SPORDI KAUDU»

Paavo Nurmi

Paavo Nurmi, kes on muutunud otse legendaarseks kujuks, kirjutab alljärgnevas Ameerika ajakirjanduse jaoks kirjutatud artiklis oma jooksjajärgi.

Toimetus.

Juba poisikesena unistasin ma tõusmisest suureks jooksjaks. Kuulsus ja rikkus näisid sellega seosnevat. Kaheteistkümneme aastana juba pidin ma raha teenima ja kaasa aitama oma perekonna ülalpidamisel. See kasvatas mind varakult hoiukusle. Ei miski ei edenda sel määral enesedistsipliini kui hoiukus. Tuleb seada endale mingi eesmärk, muidu ei jõuta kunagi edasi. Sammusin eksimata oma teed ja töötasin kogu aeg enese kallal.

Kui olin seitsmeteistkümneme aastane, siis ei ositanud veel midagi minus sellele arengule, mis mul alles ees seisis. Ajal, kus teised minus alles kahtlesid, treenisin ma virgalt edasi, terveni kuus aastat, ilma et ma seejuures aga oleksin teinud suuremaid edusamme. Kevadel 1920 tuli otsustav pööre. Tookord algas minu võidukäik, aga vist väga vähesed ainasid, millist tööd ja vaeva see oli nõudnud, et saavutada seda, mis olin kord ette võtnud. Mind nimetati

„imejooksjaks“, mind koormati austusavaldustega ja üteldi, — mitte ilma põljusteta — et jooksmine tähendavat minule kõik; pean möönma, et olen väga tihti oma elu sisse seadnud oma jooksmise ja sportlike sündmuste järele ja mitte ümberpöörduvalt.

## ELURÕÕMULE SPORDI KAUDU!

Sport on mind eemal hoidnud paljudest elurõõmudest. Kaua aega hoidusin abielumast, sest kartsin sellega tõkestada oma treeningut. Kuid minust pole saanud askeet, olen enast alati hästi silmas pidanud. Ühel päeval avastasin, et on vaja hulga rohkem kui ainult head keharavi, et olla kõrgevõimeline spordis. Selle ajani oli mulle olnud töö ja treening kõik, mina polnud tunnud lõbustusi. Uus elu ergutas mu elurõõmu ja ühes sellega minu rõõmu spordist. Minu vorm paranes ilma eriliste pingutusteta treeningus, heal tujul on vägagi suur mõju kehalisele heaolule. Võib olla, et askeet elab paar aastat kauemini maailmas, aga tal on vähem mälestusi ja vähem rõõmsaid mälestusi. Ka ei lööks närvide kõvas treeningus vastu siis, kui kuulsusrikkaid jõudlusi võib saavutada askeesi abil.

Minu arvates on küümine kõigi kesk- ja pikamaa-treeningute nurgakiviks. Süiski ei tohiks seda harras-



Isa ja poeg treeningul. Omaaegne keskmajooksude maailmarekordimees Jules LADOUMEGUE õpetab pojale juba varakult stiilset sammu

tada tuulise ja külma ilmaga. Mina ise algan hommiku kel 7 umbes tunnise küre jalutuskäiguga. Koju jõudes hõõrutakse keha ja tehakse siis 5 minutit võimlemist. Kohvijoomisele järgnevad mõned 100 m spurdid, üks keskmajooks 300—2000 m ajale, ja miilijooks mõõdukas tempos. Sellega on kella 10-neks sportlik töö tehtud ja algab kutseline töö. Meie soome soojadhusaun ja massaash on parimaiks vahendeiks, et hoida lihaseid heas korras.

## ILUSAIM REKORD.

Just oma tõusuajal tuli mul väeteenistuses täies rakmes joosta. See oli ehk minu tookordne parim saavutus, kui ma täies rakmes vähema kui tunni ajaga sooritasin 8 kilomeetrit — oktoobrilmas. Minu stiili on asjatundjad tihti imetlenud. Ta pole mingil tingimisel juhuslik või eriline võime tulemus, vaid pikaajalise sihitadliku töö vil. Minult on tihti küsitud, missugune minu paljudest rekordidest on mulle kõige armsam. Tunnistan, et mulle näib väärtuslikem see rekord, mille ma püstitasin a. 1926 jooksus Widega 3000 meetri alal; tookord jooksin ma selle maa Stokholmi staadionil 8.20,4. Seda duelli reklaamiti juba ette „sajandi jooksuna“, ja „lendav õpetaja“, nagu kutsuti rootslast Edwin Widet, peagu üldiselt andis mulle oma isikus oivalise vastase, keda võita oli äärmiselt austav.



Elurõõmu olgu igal pool — selle põhimõtte järgi nähtavasti talitas ka Greeka kroonprints, kui ta vaimustatuna võimsast maratonijooksjast, sellega viimased meetrid kaasa jooksis. Pildike on Afeena vabeolümpias 1906. a. Marafonijooksja on kanadlane SHERRING.

# Olinus eestlane

## ESIMESTEL

# OLÜMPIAMÄNGUDEL

**P**UNAPÄINE pisike poiss ülal rõduserval pistab kakss sõrme suhu ja laseb kuuldavale ägeda viiesärtsu. Piitsahoobina läbib see võistlusruumis trillerdava mühi-seva kisa- ja käraorkaani. Kohtunike otsusest juhmistunud raskekaal-lane, hoobist tursunud näol hämmastus, toetub nurgas nõõridele. Liriseb lakkamatut viilet, kusagilt sajab ringi pehkinud õun, värsked hambajäljed küljes.

Ta istub esireas, otse poksi ringi ääres. Nüüd ta näolt on kadunud see mõnulev ja tasakaalukas jõuluvana ilme. Hallid ahukad vurrud nagu teeksid protestiva hüppe, kui ta kõrvalistujat kõnetab. Siis tõstab ta hõbedaste ilustustega konkskepi, viitab seda kohtunike laua suunas. Sest niisugune otsus ajab tasakaalust välja ka meie spordivõistluste pealtvaatajaskonna Nestori. Aga kui ta sirgel rühil ukse poole sammub, on taas saavutatud endine tasakaal. Ja nooruslikult punetavalt näolt võiks nagu lugeda: Noh, jännake aga pealegi, kord ehk tuleb päev, kus teiegi targaks saate...

Rahvuslipp staadioni veerel ripub nagu pesuvanni kastetuna. Pilvekoonlad maa ligi, et haara kas või käega.

„Hurra, hurra, ega sa meie meestest läbi ei murra!“ üritab julgustada samas organiseeritud kõnekoor. Eduriivi ataagid lõpevad plaks ja lõrriga, maandumistega veelõikudes. Tihe vihmakangas varjab eesriidena vastaspoole värava.

Nüüd ta istub staadioni tribüünil, südvester pähe tõmmatud nagu põlisel merekarul kunagi, käed toetumas hõbeilustustega konkskepile, hallid vurrud vihmast hoopis nõretamas. Nooremad, need pagevad vihma eest, Hermann L e r c h e n b a u m jääb aga kannatlikult kohale.

Sest kuidas see nüüd sobiks, kui just tema lahikuks keset matschi! Nagu oleks eluajal vähe vett voolanud ta krae vahele, siin ja teistel mandritel, Jaapanis, Hiinas, Ameerikas; mandritel, ja laevu hukutatavais marudes.

Mõni meist nüüd ehk küsib: kes see Hermann Lerchenbaum, niisugune kange mees, on? Ja on vist õigeim vastus: mees, kes ei puudu üheltki Tallinnas korraldatud spordivõistluselt. Korraldajad on sellega harjunud, et Vana juba varakult endale koha laseb kinni panna. Kui

seada ei sünniks, mõnegi näole vajuks küsimus: mida see tähendab? Sest on kord juba nii kujunenud, et H. Lerchenbaum kuulub võistluse juure, nagu sinna peavad kuuluma võistlejad.

**A**RVATE vist — palju tal ikka neid aastaid on. Ta ei tee sellest saladust. „Näe, sügisel saab juba seitsekümmend neli,“ ütleb ta oma töötoas pärausuure brauninguga sihtimisharjutusi sooritades. Selles toas on kõike segi: spinninguid, püsse, viiul ja noodipatakad, oma-meisterdatud kunstikalakesi ja muid kalapüügi juure kuuluvaid loetlematuid vigureid.

„Ja linnukoer on mul ka,“ vihjab ta nurgas mugaval asemel lehavale valgele koeravõlaskile, kes külalist takseerib ükskõikse haigutusega.

Aga oleks asja suureks puhumine, kui väidame, et vana Lerchenbaum üheltki võistluselt pole puudunud, mis tal on olnud nii-ütelda ikäeulatuses.

„O yes,“ pihib ta inglaskliku murrakuga. „New Jerseys jäi mul nägemata Dempsey ja Carpentier' matschi. Löödi maailmameistri tiitlile. Tahtsid saada 50 dollarit pileti eest. Aga arutasin siis, et see on ikka liig palju...“

Siis ta jääb millegi kallal mõtisklema. Pistab prillid ninale. „Noh, mälu enam pole vist kiiduväärt, mitte ei mäleta, mis päeval see võistlus peeti... 1922. aastal oli küll, aga...“

Ja ta ei jää enne rahule kui toob esile „World Almanac'i“ värske väljaande. Tugeva kondiga ja kandilise küünega sõrm ajab peene triikiga ridu. Siis: „Nojah, see oli 2. juulil 1922.“

Katke siit, teine sealt, meenutab vana spordisõber päevi möödunud aegadest. Adul laevapoiss, siis madrus inglise neljamastilisel, hiljem Onu Sami mereväes. Järjekorras tulevad esimesed olümpiamängud 1896. a. Ateenas, millised ta ainsa eestlasena pealtvaatajate ridades kaasa tegi. Purjesõidu õpetaja Annapalaise mereakadeemias... Hispaania-Ameerika sõjas suurtükkiülem...

„... Santiago reidil suurtükkiüliid hüplesid meie laeva ümber nagu delfiinid, aga jumal teab, kuidas ükski meid ei tabanud...“

Ja nüüd?

On juba öeldud, et vana spordisõber, Nestor, pealtvaatajaskonnas. Aga veel — Ühendriikide kodanik ja pensionär.

„See pole nii, et nagu päris kõlbmatuna pensionile saadetud,“ peab ta vajalikeks selgitada. Ameerikas öeldakse — retired. See pole ka errusaatmine. Umbes nii, et sõjakorral, näiteks, võiakse mind uuesti tagasi kutsuda. Saan 133 dollarit kuus. Aeg-ajalt pean käima ka Ameerikas, et oma õigusi ei kaotaks. Viimati käisin kuue-seitsme aasta eest.“



H. LEHRENBaum pealtvaatajana Eesti-Läti tänavusel maadlusmaavõistlusel. Pildil tema kõrval E. Putsep.

Vana merekaru tahab kõiges olla täpne. Seepärast ta hiljem, kui jutus oleme jõudnud juba kontidega kaubitsemiseni Valgas, ta naerunäol parandab:

„Yes, täpselt 133 dollarit ja 63 centi kuus.“

Et selle kontidega kaubitsemiseni jõuda, laseme H. Lerchenbaumil noid eelmisse sajandisse kuuluvaid päevi meenutada. Kondi-jutt hakkab hargnema siis, kui H. Lerchenbaum jutustab, kuidas ta Ameerikas spordile andudes suitsetamise maha jätnud. „Enne aga Valgas läks ema antud saia raha ikka suitsude ostmiseks,“ muheleb ta. „Ja üks õngedki nõudnud ema osa. „Päevalehe“ Eineriga olime mõlemad agarad õngemehed. Kui püügiriistade ostmiseks enam raha ei jätunud, hakkasime konte korjama ja müüma. Kakskümmend kopikat sai puudast.“

Kui aastailt saja viimasesse veerandisse rühkiva mehe elukäiku esitada kronoloogilises järjekorras, tuleb märkida, et ta sündis Keeni mõisas aedniku pojana. Siis Valka kreiskooli, sealt paarikümneaastase noor-mehena Riiga kohta otsima.

„Olin üksik poeg, kroonuteenistusse ei tulnud minna,“ jutustab ta. „Ei olnudki mõtet merele, aga Riias juhtumisi sain laevale koha.“

**M**ÄLESTUSTE niit hargneb kohani, kus ta kord juba ähvardas katkeda. See oli teises või kol-

mandas laevas, kui H. Lerchenbaum kuskil Hollandi rannikul pidi juba elu jätma. „Ei mäleta täpselt, millise tuletorni piirkonnas see oli, aga selgesti on meeles, et oli pühapäev enne jõulu. Sattusime „Adriaticuga“, vana schoti laevaga, madalikul.“

„Kas schotlased ka merehädas olid ihnsad?“ tikub lõbusas jutlemises naljatust keelele.

„Ega seal palju puudunud. Ihnuskoid need schotlased on tööpoolest. Ära mõtlegi, et saad alati korraliku köhutäie. Ikka vana ja kuuveetanud leib... All-right, nii et jooksimel madalikul. Tüürmann ro-nis masti, lained käisid üle laeva, mastid kiiksid nagu pillirood. Ei näinudki siis, kui tüürmann masti-de järjekordsel vettepaiskumisel äkki kadus. Ka kapten läks... Oli tore ja mõnus mees, kahju praegugi. Nägime teda laevalt kolme-nelja silla kaugusel vees. Viiskasime köieotsa, aga mees oli külmast nii kange, et ei jaksanud köit haarata.“

Meeleheites Lerchenbaum plaanitsenud juba teist võimalust pääsmiseks. „Tahtsime laudadel randa sõuda, mina ja Saaremaa poiss Las-son. Randa oli oma kakskümmend miili. Kuid siis tuli lootsilaev. Rahvas maal oli tore. Sõbralik ja südamlik. Anti viina, kohvi, keedetud herneid võiga. Aga jalad olid kül-mast paistetunud, et ei leitud nii

suuri puukingi, mis mulle jalga oleksid sobinud.“

Jälle uued sõidud inglise-schoti purjekal „Seedlao“. Reis Uus-Meremaale, neli kuud silmapiiriks ainult veteväli, ei kuskil maad. Hiljem ülekolimine ameerika laevale. See sai otsustavaks pöördeks H. Lerchenbaumi elus. „Poisid soovitasid mereväkke astuda, et seal on puhtam ja töö kergem, õhtukoolides saab inglise keelt ja mõnd muudki õppi-da. Siis läksingi New Yorgis Brook-lyni merebaasi,“ ütleb H. Lerchenbaum hääletooniga, milles ei kajastu kahjatsust. „Ja üldse teenisin mereväes mitmesugustel kohtadel 33 aastat, sellest 13 aastat merekoolis purjesõidu ja sõudmise õpetajana. Koolidest maailmasõja ajal kadetid tulid ilma igasuguse praktikat, — nendele pidi kõike ette ja taga ära näitama. Madrusena alul sain ainult 24 dollarit kuus. Pärast lõpetasin suurtükikooli. 56 poissi oli meie klassis, eksamid olid kirjalikud, kuid siiski tuln viiendaks. Nüüd olin ju-ba pooleldi nagu ohvitser — oma zuba ja oma teenija kasutada. Aga lõpuks tüütas alaline poistega janda-mine. Asusin Newportis kapteniiks ühele schlepperile, vedasin moonatõrpede baasi.“

Ja vana spordisõber kraamib kuskilt välja päevapildi, kus tabatud moment torpedo lasketorust välja-paiskumisest. Nüüd on jälle üksik-

## Naudingsuitsud

PABEROSSID LENDUR  
SIGARETID TURIST

KES SUITSETAB,  
SEE KIIDABI!

ETK TUBAKATEHAS

asjalikku juttu tollaegseist torpeedod — Whitehead'id — ei olnud.

„Suuned asjad tollaegseist torpeedod — Whitehead'id — ei olnud. Lasti neid küll ka siis juba õhusurvega, aga kaugemale 400—800 jardist ei jõudnud. Alles hiljem jõuti paari miilini. Ja üldse see sõjalaevastiku asjandus vanasti oli nii naljakas praegusega võrreldes. Alul, kui mereväkke astusin, oli seal veel küllalt purjekaid. Ühikemaks laevaks, millel esimesel aastal teenisin, oli puust aurik „Trenton“. Aga oma 16—18 sõlme tegi ta ära. Ja oli ainus laev, millel olid elektrituled.“

Aga ta pole ainult niisugune meremees, kes lõbusõidujahidega on loovinud mööda Ameerika rannikut ja õpetanud noori jänkisid loovisid tegema, kliivrit käsitama ja shoodi otsa hoidma. Ei, on peetud ka päris meresõda, ahmitud sisse püssirohusuitsu. Sest:

„... Suitsuta püssirohuga töötasid ainult paari laeva suurtükid. Kui läks Hispaania-Ameerika sõjaks, olin suurtükikülem. Meie laeval oli hullid 15-sm kahureid. Blokeerisime Kuubas Santiago sadama. Lähenesime sadamasaule 1300 jardile — keegi ei kõhatanudki. Ei ühtki lasku. Aga siis hakkas münske tulema nagu rahet. Tegime kindluse suurtükid siiski tummaks. Meie laev jäi hoopis puutumata, ainult mõned vandid ripnesid alla nagu pooleks lõigatud pesunöörid. Pärast admiralilaevalt signaalseeriti meile kiituseks: „Well done“ — hästi tehtud.

T oatuviid jalas, avar hommiku-kuub seljas, puhub ta nüüd juttu aegadest, kus ei olnud mahti ega tahtmistki sellisel oma toanurgas mõnuda. Kaugused kutsusid, võõrad mandrid meelitasid. Laevastik tegi iga aasta õppesõite ja küllaskäike maailma kaugematesse soppidesse. Ja kaasa sõitis ka H. Lerchenbaum, sellisena nagu teda näeb vanal ja luitunud päevapildil, mille tont teab kes pooleks rebestanud. Seal ta on: meremehe müts pisut edevalt teisel kõrval, nooruslikult turske meremees. Üks selline sõit viis H. Lerchenbaumi esimestele uue aja olümpiamängudele, millised peeti Ateenas 1896. a., seega tervelt 40 aastat tagasi.

Oi sa jumalukene, mendest annab juba jutustada! Ja kõik on veel nii selgesti silme ees, nagu alles eile oleks kõik see olnud, nagu huugaksid kõrvald praegugi võistluskärest!! Ta rabab prillid eest, elab jutustusele kaasa.

„... kui siis ameeriklane ja austraallane tõlkejooksu lõppjooksus veel viimasegi tõlke rind-rinna kõrval ületasid, siis...“

Siis kõigepealt juhtub see, et seni rahulisel toolil istunud vanahärra tõmbub justkui võistluspingutuses küüru, kuna parem käsi tõuseb nagu vastasele tugevat löuahaaki andma.

„... siis ameeriklane viimasel het-

kel surus end ikkagi rinnajao ette. Ja võit oli jälle meie.“

Tähelelipu-laevastik oli parajasti Püreuses küllaskäigul.

„Oli tavaline küllaskäik, nagu iga aasta ikka tegime mõne sellise otsa, kord Havaiisse, Filipiinidele, Jaapanisse, Hiinasse ja mujale, jah, kord isegi Kronstadt, Tallinna külje alla. Sõitsime Püreusest iga päev olümpiat vaatama. Kergejõustikus Ameerika tollal ületas suuresti kõik maad, nii et ka Ateenas teised ei suutnud pakkuda kuigi pingutatavat konkurentsi. Üks võit teise järele langes ameeriklastele,“ on H. Lerchenbaumil esimeste olümpiamängude tulemused üldjooneliselt veel mees. „Ainult maratoni jooksus,“ ta hääldab inglaslikult — marrathoun — „tuli greeklane esimeseks. Mäletan, oli niisugune jassakas ja lühikest kasvu mees. Viimase veerandini oli ka siin ameeriklane juhtimas, kuid siis ta loobus. Kuningas jälgis võistlusi, oli temagi omamaalase võidust tiivustatud. Pärast teati kõnelda, et kuningas määranud võitjale eluaegse pensiooni ja annud oma toaneitsi naiseks.“

Kuuldub, palju ei puudunud, et ka H. Lerchenbaum oleks saanud olümpiaatleediks. „Laevastiku mehed pidid kaasa tegema sõudevõistlused, olin meeskonna koosseisus, kuid võistlused jäid ära,“ ütleb ta, nüüdki veel tunduv kahjatsustoon hääles. Sest kindel oluiks uus võit. Kuulus ju H. Lerchenbaum sõudemeeskonda, kes evis maailmameistri tiitli. Aga sellest hiljem. Laseme tal jutuga jääda olümpiaaadiõnile:

„Odaviset tollal vist üldse kavas polnud, ei mäleta küll hästi. Hüpetes ja jooksudes ameeriklased tulid täiel rindel võitjaks. Ketas ja kuul polnud küll meie tugevam ala, aga ka siin surusime ette. Nalja oli kettaheitega. Otsustati ka siin võit ära tuua, kuigi kettaheitja ameerika meeskonnas õieti puudus. Võistles siis kuulitõukaja. Eelviimase heiteni juhtis greeklane, kuid siis ameeriklane võttis enese kokku. Ketas tegi toreda kaare, laperdas veidi, kuid greeklane oli löödud. Kaotasid greeklased nüüd ka oma põlisrahvuslikul alal, ja see ei mahtunud nende hinge. Ja kui nüüd Ameerika lipp järjekordselt võidumasti kerkis, tegime oma kambaga kooris vaimustuskisa nagu metslased.“

H. Lerchenbaum püüab meenutada esimeste olümpiamängude üksikasju. „Jah, rahvast oli ülirohkesti,“ on tal mees. „Ja vaimustust laialt. Naisvõistlejaid? Ei, neid polnud ühtki. Aga ameeriklased võtsid teisi võistlejaid päris üleolevalt,“ märgib ta vealkordselt. Pennsylvania ülikooli teivashüppajad eurooplastega võisteldes ei võtnud endid õieti riietstki lahti. Neid oli kaks; pärast omavahelises võistluses kruvisid nad tagajärje päris kõrgeks. Pärast Greeka kuningas palus neid veel kord hü-

pata, vististi tiivustatuna uudishimust, et kui kõrgele need jänkid õige suudavad... Aga mehed ei täitnud kuninga palvet. Nähtavasti nad olid juba niigi saavutanud oma võimete tipu. Ja kõige rohkem sai nalja 800 m jooksus. Ameeriklane, Gerret oli vist ta nimi, jättis teised juba stardis maha, nagu oleksid need juurtega maa küljes kinni. Pooltel teel mees vaatas tagasi. Ja nähes, et teised sibavad hädaohutus kauguses, hakkas ta rahuliselt kõndima. Pärast pani jälle stroomi peale. Poksi olümpiamängude kavas ei olnud, ja maadlusest ameeriklased osa ei võtnud.“

Piltide kogu sirvides H. Lerchenbaum märgib kahjatsusega, et tal pole säilinud ühtki fotot Ateena mängudest. Need viinud meri kaasa. Ja seda lugu jutustades kuuleme jälle merejuttu.

„Oli mereõnnetus?“ põhjustab küsimuse ta vihje merele.



Indiaanlane Jim THORPE, keda peetakse maailma kõigi aegade parimaks alieediks.

„O yes, neid õnnetusi on ju nähtud loetlematult. Vahest purjesõidul laine viis inimesed oma silme all pardalt ära... All right, aga see ei kuulu siia. Vaat, see oli siis, kui olime Lissabonis. Saime käsu sõita New Castle'ini, et seal Ameerikasse viia kakks laeva, mis alul olid Brasiilia jaoks ehitatud. Keset Atlandi saime pöörase sauna. Kilomeeter oli laevade vahet, sõitsime kõrvuti, aga vahest ei näinud teise laeva masti tippe — kahvleid, laine oli nii kõrge. Uskumatu küll, korstnad olid meil oma neli silda kõrged, aga ülalt ajas nii palju vett sisse, et ühes ahjus tule kustutas. Kajutite ukсед purunesid nagu pilpad, kapteni paat löödi sokaks, tugevad raudtalad paindusid nagu vitsraud. Suurtükikivulid vee-resid mööda laevalage sinna-tänna. Loopisime neid üle parda, — muidu oleksid nad kõik purustanud. Lained pesid ohvitserid voodist välja, ja selles veemõõlus liigunesid ka minu pildid hoopis kõlbmatuks. Jah, olen ka Cape Horni juures hädas olnud, aga see torm oli kõige hullem mu elus.“

**N**ÜÜD ta veedab rahuliselt oma nooruslikke vanusepäevi ruumikas kodus Lembitu tänaval. Millega? Noh, seda ju teame. Kaasaelamine sportlikele sündmustele, kõigi võistluste külastamine, üks seegi nõua omajagu aega. Ta on tu-

sane, et viimati poksvõistluste üks päev jäi nägemata. Ei olnud parata, vahest harva kiusab tedagi haigus. Muidu aga jätkub tal tervist mitme eest. Igal õhtul ja hommikul järjekindel võimlemine ning külm dusch, see karastab. Ja vanasti on omajagu sportigi tehtud:

„Jooksin ja poksisin, kuid õpetajana ma võistlustel kaasa ei löönud. Kopsud olid mul head.“ koputab ta laiale rinnale, ning usutlejal pole põhjust arvata, et need kopsud nüüdki halvad oleksid. „Tegime laevaski jooksu, tund aega ümber laeva, ja siis tuln ikka esimeseks. Sõudemeeskonnas ühtedel võistlustel võitsime järjest neli esikohta. Muudkui üks sõit lõpetatud, hüppasime teise paati ja jälle tulime esimeseks. Euroopa-meistri löömisega pärisime maailma-meistritiitli.“

Kui arvame, et eestlane, kes kaasa teinud esimesed olümpiamängud, ei jäta külastamata ka eelseisvaid, siis oleme tabanud õige naela pihta. „Berliini piletid on mul juba taskus,“ pihub usuteldav, „võtsin pääsmed avamisele, kergejõustikule ja pokstile. Maadlus jääb nägemata, kuna see peetakse kergejõustikuga ühel ajal.“

Ta endamisi teeb ennustusi olümpiaks: „Küsitav, kas Ameerika enam esikohale tuleb. Loodan, et meiegi meestest mõni vast kohale pääseb.“

Kõige rohkem võiks lootusi olla Viidingul ja Annamaal, aga üks maadlejal ja poksiljalgi peaks võimalusi olema. Meil ju treenimisvõimalused on hoopis viletsad,“ ühineb ta kõigi spordikriitikute arvamisega ja võrdluseks jutustab ta Annapolise mereakadeemia võimlast, mis on nii avar, et seal neli käsipallimeeskonda korraga võib mängida. Ja ümberringi on jooksurada. Bassein aga on nii suur, et seal korraldatakse koguni sõudevõistlusi.

Nüüd vana spordisõber elab Berliini olümpiamängude ootuses. Seni võib poissmehelelike vanusepäevi vee-ta nii või teisiti. Valge koeravolask nurgas ajab enksalt pea püsti, nähes, et majahärra võtab nurgast Ameerikast toodud kaheraudse. Nojah, nad kolmekesi kuuluvad kokku — vana Lerchenbaum, linnukoer ja püss. Viimati alles toodi jahisaagina koju mõned tedrekulged, mõned põldpüüd ja neli jänest. Ning varsti läheb Keila-Joal õngitsemiseks. „Noh, turult saab küll lõhe odavamini kätte,“ ütleb H. Lerchenbaum, „õngitsejate seltsis maksa aastast tervelt 50 kr. liikmemaaksu, aga on ikka teine asi, kui luurad jõel, spinning peos. See on juba verre kasvanud...“ Aga meri teda enam ei tõmbavat.

Ja kui ta uksele ulatab käe, kinnitab veelkordselt: „Ega Berliini küll ei saa minemata jätta...“

# KAERAHELBED

## PEATOIDUKS OLÜMPIA-SPORTLASTELE!



Kaerahelvete suurt toiteväärtust on hakanud õieti hindama Soome ja Ameerika suursportlased juba möödunud olümpiamängude eel. Alates treeningut, panevad nad suurimat rõhku toitlusele — ikka ja ikka kaerahelbed.

**SUURVESKI**  
**J. PUHK & POJAD**  
**TALLINNAS**

# EESTI SPORDILEHT

## SPORDITEADUSLIK KUUKIRI

Nr. 5

20. mai 1936

17. aastak.

Ilmub Eesti Spordi Kesklüüdu väljaandel iga kuu 20. päeval.

Toimetus ja talitus: Tallinn, Harju 48-6. Tel. 444-28.

Talitus avatud iga äripäev kl. 9—3.

TELLIMISHIND: aastaks 3 krooni,  $\frac{1}{2}$  a. 1 kr. 50 snt.,  $\frac{1}{4}$  a. 75 snt.

Välismaale aastaks 4 krooni,  $\frac{1}{2}$  a. 2 krooni,  $\frac{1}{4}$  a. 1 kroon.

Tellimiste vastuvõtm. talituses, kõigis postkontorites ja ajakirjanduse kontorites.

KUULUTUSTE HIND: välimine kaas ja teksis:  $\frac{1}{2}$  lhk. Kr. 50.—,

$\frac{1}{2}$  lhk. Kr. 25.—,  $\frac{1}{4}$  lhk. Kr. 12.50; sisemised  $\frac{1}{2}$  lhk. Kr. 40.—,

$\frac{1}{2}$  lhk. Kr. 20.—,  $\frac{1}{4}$  lhk. Kr. 10.—.

KUUUTUSI VÕTAVAD VASTU: talitus, Harju 48-6, tel. 444-28,

ja ajakirjanduse kontorid.

Üksiknumber 25 senti.

### Eesti kümnes maadlusvõit Läti üle

Eesti-Läti kümnes, s. o. juubeli-maavõistlus maadluses, mis peeti päeval pärast eelmise E. Spordilehe ilmumist, pakkus Eestile järjekordse võiduvõimaluse. See pakkumine võeti vastu ning töölisvõimlas asetleitud seitsmest matschist võideti Eestile kuus. Seega vahekord 6:1, mis on 1933. a. vahekorra täpne kordamine. Seejuures ei saa siiski jätmata lätlasi kiitmata: nad olid meile tugevamateks vastasteks, kui seda suudab näidata numbrite vahekord.

Arvustuslikult meie maadlejate kohta tuleb eeskätt lausuda seda, et kõigi meeste üldine vorm on jälle sammu edas lästunud. Võib ütelda, et peagu kõik need, kes Turaani turniiril olid võistelnud soomlaste ja ungarlaste vastu, olid nüüd veel paremad. Selle järeldamine ei olnud mitte silmapette tagajärg sellest, et lätlased osutuvad hõimudest nõrgemateks rivaalideks, vaid et meie mehed maadlustehnikalt on muutunud paremaiks. Näiteks A. Neo ja E. Puusepp. Mõlemad, kes Turaani turniiril olid konkurentideks parimale maadlejale määratud auhinnaole, olid seda ka nüüd, kuigi seekord „tülidõuna“, s. t. auhinda ei olnud. A. Neo seljatas tugeva Bietagsi, ja palju ei puudunud Puusepalgi Kavalsi seljatamisest. A. Mägi asendas keskkaalus A. Neod peagu täiel määral ning kuulus simpaatsemate maadlejate hulka.

Matschid lõppesid järgmiselt: kõrbeskaal Sikk — Muceniels 3:0, sulgkaal Kundsinsch — Põntson 14.07 (Eesti ainuke kaotusmatsch), kergekaal Väli — Attars 3:0, kergekeskkaal Puusepp — Kavals 3:0, keskkaal Mägi — Kalminsch 3:0, poolraskekaal Neo — Bietags

14.03 ja raskekaal Palusalu — Zwejnieks 15.43.

Tähelepanuväärne on see, et kõik töövõidud anti kõigi kohtunike üksmeelsel otsusel. Lahkheli tekkis üksnes Põntsoni seljakaotuse puhul, sest siin oli lätlasele matikohtunik liig kiire Põntsoni seljatanuks vilistamisega. Kuid võib arvata, et Põntson oleks töökaotuse siiski saanud.

Maadlusvõistlustega ühel ajal peetud tõsteduelli A. Luhaääre ja lätlase A. Jurmalietise vahel võitis esimene kogusummade vahega 380:330!

### Uueks murdmaameistriks A. Kraam

Eesti murdmaajooksu-esivõistlused peeti tänavu 19. aprillil Pirital. Eriti tugev heitlus meistritiitlile arenes A-klassi 8 km-is A. Kraami ja K. Kiili vahel. Kraamist loodetakse arenevat head pikamaajooksjat, kes võib siirduda ka maratonile. Nagu avansiiks lootuste täitmise kohta tuli ta nüüd meistriks, kuid siiski tänu õnnele, mille talle soodustasid ka korraldajad või konkurent K. Kiili ise. Mõned meetrid enne finiši olid mõlemad veel kõrvuti, kuid siis peatus Kiili, kes arvas finišijoone juuba ületanud olevat, ja keha võrra ees võitis A. Kraam.

B-klassi 5 km-is tuli F. Dunkelil tugevasti pingutada, et meistritiitlit mitte lasta libiseda J. Pilistele.

Tehnilised tulemused olid:

8 km — Eesti meister A. Kraam, Harju malev, aeg 27.19; 2) K. Kiili, Kalev, 27.19.6; 3) E. Siitan, Harju malev, 27.28; 4) Rob. Sams (Roman Sams ei võistelnud), Läänela, 28.02; 5) E. Martin, Kalev, 28.41; 6) O. Tiidov, Puhkekodu, 28.43; 7) A. Korbe,

Kalev, 29.11; 8) A. Nurmet, Kalev, 30.10; 9) H. Troost, Kalev, 32.83; 10) V. Gerassimov, Kalev, 33.17 ja 11) P. Türk, Kalev, 35.48.

5 km — Eesti meister F. Dunkel, aeg 16.40; 2) J. Piliste ASK, 16.41; 3) R. Resnis, Nõmme ÜENÜ, aeg 16.53; 4) R. Viik, Riisipere ÜENÜ, 17.02; 5) E. Neuman, Kalev, 17.04; 6) R. Palts, Puhkekodu, 17.13; 7) A. Lass, ÜENÜTO, 17.16; 8) J. Koovik, Kalev, 17.22; 4) A. Andresen, Kalev, 17.25; 10) A. Lahe, Anija Laine, 17.27. Järgnesid: H. Tarto, Puhkekodu, 17.32; V. Palmberg, Kalev, 17.37; J. Lant, Nõmme ÜENÜ, 17.42; H. Altorf, NMKÜ, 18.46; A. Klanman, Puhkekodu, 18.47; R. Niineman, Puhkekodu, 18.55; A. Mitt, ÜENÜTO, 19.07; V. Kuil, Puhkekodu, 19.32 ja Lukanjovski, Visadus, 19.48. Meeskonnavõistluses 1) Kalev 14 p., 2) Puhkekodu 32 p.

### Kohutavaid tõstetäga-järge Saksast

Saksa tänavused tõste-esivõistlused, mis samuti nagu meil on mõeldud viimaste olümpiakatsetena, peeti kahes jaos, eraldi aegadel ja eraldi kohtades. Raske-, sulg- ja kukkkaalus (Saksas on kuus kaalu) korraldati 9. ja 10. mail Lichtenbergis ja kolmes ülejäänud kaalus mõni päev hiljem Essenis.

Kuna Saksa on momendil maailma parim tõstetäga, siis pole huvitusetu vaadata, milliseid tagajärgi need tulevad olümpiavõitjad esivõistlustel on saavutanud. Kaalud võideti meiega võrreldes kohutavate kogusummadega, misjuures mitte palju vähem kohutavad olid ka meistritele järgmistele kohtadele platseerinute tagajärjed. Näiteks keskkaaallase Wagneri kogusumma 362,5 kg on maailmarekordne. Ka kaiks järgmist keskkaaallast tõstsid üle 350 kg!

Tehnilised tulemused olid:

Kukkkaal: 1. Schuster 265 (85—77,5—102,5) kg. 2. Blumberger 262,5 (85—77,5—100) kg. 3. Schmaleit 252,5 kg.

Sulgkaal: 1. Walter 290 (77,5—90—122,5) kg. 2. Mühlberger 290 (77,5—95—117,5) kg. 3. Liebsch 287,5 kg.

Kergekaal: 1. Jansen 322,5 (95—97,—130) kg. 2. Schwitalle 317,5 kg. 3. Thiersch 317,5 kg.

Keskkaal: 1. Wagner 362,5 (105—115—142,5) kg. 2. Opschruf 357,5 (100—112,5—145) kg. 3. Ismayr 355 (110—107,5—137,5) kg.

Poolraskekaal: 1. Deutsch 362,5 (100—112,5—150) kg. 2. Gietl 357,5 (107,5—110—140) kg. 3. Bierwinth 355 kg. 4. Leopold 350 kg.

Raskekaal: 1. Manger 395 (117,5—130—147,5) kg. 2. Wahl 387,5 (120—122,5—155) kg. 3. Löffler 340 kg. Esivõistlustel ebaõnnestus Mangeril surumine, kuid paar päeva hiljem püstitas ta selles tõstes uueks maailmarekordiks 137,5 kg!

Vastutav toimetaja: A. Adorf.

Väljaandja: Eesti Spordi Kesklüü.



**Kindlustage oma varandus ja elu**

**EKA's,**

**suurimas kodumaa kindlustusseltsis**



Kuld Lõvi Bristol

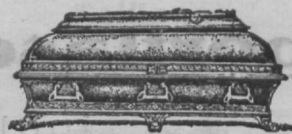


Ostke

**Nokia-**

**kalosse ja bofikuid**

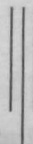
- Nokia** — jalgratta välis- ja sisekumme,
- Nokia** — kummist säärsaapaid,
- Nokia** — kummist masinariõõmu,
- Nokia** — voolikuid,
- Nokia** — perenaiste kummikindaid,
- Nokia** — õppekindaid,
- Nokia** — kirurgilisi kummikindaid,
- Nokia** — arstlikke kummitarbeid j. n. e.



Suurim ja valikurikkaim puusärgi-  
äri ja matusetalitus

**A. Meldorf**

D. Tartu m. 1, Tallinn, telef. 463-33



Soovitab uudisena surnute alal-  
õoiuks **Pyoficin'i**. Takistab nii  
lagunemist kui ka lõõnade tek-  
kimist. Liõtne käsitada.

# NARVA LINA KETRAMISE MANUFAKTUUR



Kontor:

TALLINN, PÄRNU MAANTEE 11

TELEFON 442-33, 442-34

## Sportlased

igalt võimalikult alalt  
saate meie suurladudest osta

### kirjutusmaterjale

**Kõigi raamatute, ajakirjade ja aja-  
lehtede tellimiste kiire täitmine**

## OÜ „RAHVAÜLIKOOL“

Harju tn. 48, tel. 444-39

Pärnu mnt. 10, tel. 446-67



Hotell=restoran

**Kuld Lõvi**

Tallinnas

Harju tn. 40

Tel. 426-27

Hotell=restoran

**B r i s t o l**

Tallinnas

Rataskaevu tn. 7

Tel. 426-33

**KINDLUSTUSSELT S**

**«TALU»**

TALLINNAS, ESTONIA PST. 27  
(ESTONIA TEAATRI VASTAS)  
TELEFON 459-07 ja 459-09.

**Toimetab tule-, elu-, õnnetusjuhtumite-, tööliste, mure-  
varguste-, koduloomade-, rahe- ja k'laasikindlustusi.**

**Peaagentuurid:** Tartu, Promenaadi 1. 6, kõnekr. 3-05  
Rakvere, Laada tänn. 12, kõnekr. 1-08  
Viljandi, Tartu tänn. 7, kõnekr. 3-41  
Jõhvi, Narva tänn. 5  
Paide, Tallinna tänn. 22, kõnekr. 74  
Tapa, Keskk tänn. 3  
Peiseri, Võru tänn. 3  
Võru, Vabaduse tänn. 11  
Valga, Vabaduse tänn. 2.

**Esindajad igas vallas ja linnas.**

VÄÄRTMETALLASJADE JA MÄRKIDE TEHAS  
**ROMAN TAVAST**

TALLINN, V. ROOSIKRANTSI 6. TEL. 452-79



Meie valmistame võistlemata headuses

**auhindu,  
kingitus-  
esemeid  
ja märke**

hõbedast, kullast ja muist metallest

Uudisaladena teeme

**kroomimis-, nikeldamis- ja vasetamis-  
töid**

KAUBANDUSE

**A/S. HÜPPLER JA Ko.**

TALLINN, S. TARTU MNT. 43

TEL. 305-01

SOOVITAME

suuremal ja väiksemal arvul:

rauda, plekki, igasugu-  
seid tööriistu, ehitusma-  
terjaale, majapidamis-  
jahi- ja maalritarbeid.

OSTAME:

vana rauda, malmi,  
plekki ja muid metalle.

**MOODSAID**

elu-, sõõgi-, magamistubade ja kabi-  
nettide elektriarmatuure, kõõgitarbeid,  
keedunõusid, keeduplaate, triikraudu  
ja igasugust installatsioon-materjaali  
soovitab suures valikus

O=Ü.

**TILGA & Ko.**

TALLINN,

HARJU 23,

telefon 467-98.

Tehniline nõuanne,  
kalkulatsioonid.

**Matmistarvete ja  
dekoratsioonesemete  
tööstus**

**Joh. Jürvetson**

Tallinn, Lennuki 5

Telefon 445-06



EDASIMÜÜJAD  
IGAS LINNAS



EDASIMÜÜJAD  
IGAS LINNAS

**MICHELIN** AUTO- JA **KUMMID**  
JALGRATTA

O/Ü. „TARMO“ TALLINN,  
NARVA MAANTEE 6

OSAKOND: RAKVERES, PIKK TÄNAV 5.

**A/S. „EESTISIID“**

VABRIKU LAOD:

Viru t. 5, tel. 447-87

Viru t. 14, tel. 443-97

Laadaplats 70

Tartu, Poe 2, tel. 10-17

Narva, Peetriplats 1

Viljandi, Tartu 1-a, tel. 30

Petseri, Turuplats 17, tel. 1-19

MOODSAD RIIDED, SIID-, PUUVILLASED, LÕIM.  
MÜÜK EN-GROS, RESTID JA KUPONGID.

**O.-Ü. „ESTO“**

TALLINN,

PIKK TÄN. 47.

TELEF. 444-22.

**KÕIK SPORDITARBED**

täielises valikus soodsate hindadega.

KAUBAMAJA

**«SPORT»**

TALLINN,

SUUR KARJA TÄN. 18-4

TELEFON 446-00

**SPORDIABINÕUD**

TÄIELISES VALIKUS

**Gustav Virma**

**Metsaeksport**

Kaarli pst. 3. Telefon 467-77

**PILTPOSTKAARTIDE**

**LADU**

**W. OTS**

Tallinn, Harju 44,  
tel. 445-65

A/S.

# „ROTERMANNI TEHASED“

end. Chr. Rotermann, asut. 1829. a.

Jahuveskid

Leivatööstus

Juustueksport

## ESINDUSED:

„OPEL“ - autod

„KRUPP“ - autod

„CONTINENTAL“ - kummid

J u h a t u s : Tallinnas

OSAKONNAD: Tartus, Viljandis, Narvas

**Sobiva materjali  
suverieetuseks  
leiate**

**A/S. „TEKLA“**

**riidekauplustest:**

**Tallinn, Pärnu mnt. 6 (end. Valli 10)**

**Tallinn, Suur Karja 15**

**Haapsalu, Ehte 2**

**Kuressaare, Kauba 2**

**Mustvee, Tartu 15**

**Narva, Peetri pl. 2**

**Petseri, Kaubarida 6/7**

**Pärnu, Vee ja Pika t. nurgal**

**Rakvere, Turuplats**

**Valga, Kesk 14**

**Viljandi, Tartu 6-a**

**Võru, Jüri 5-a**

**Jälgige meie vaateakende rek-  
laami ja külastage meie kaup-  
lusi ostukohtetia.**