

# EESTI SPORDILEHT

Sõjaväe Ühendatud Ospeasutuste  
Kõ

KEHAKULTUURI SIHTKAPITALI VALITSUSE \* EESTI SPORDI KESKLIIDU  
\* JA \* ÜLERIIKLISE VÕIMLEMISÕPETAJATE SELTSI HÄÄLEKANDJA \*

Toimetus ja talitus: Tallinn, Vene tän. 11-a, kr. 10. Postkast 70. Telefon 9-28. ☒ Tellimise hind: aasta peale 7 krooni, kuus 60 senti.

Eesti Spordileht ilmub igal reedel.

IX. aastakäik.

Reedel, 21. septembril 1928. a.

IX. aastakäik.

## Kalevi suurelt võidupäevalt.

Foto H. Mikas.



Üleval vasakul: Maureri pealelöögi püüab Laurberg vaevu. Üleval paremal: Tavalisemaid duelle Maureri ja Laurbergi vahel. All vasakul: Võrgi, kes hoolitses puhja löö eest Kalevi võrgu ees. All paremal: Maurer lööb teise värava.



## Mis meie suudame ja mida peame tegema.

Olümpiaadide saavutused kerkivad pöörase kiirusega, kuid ühtlasi suureneb ka järjekindlalt Eesti võidupunktide arv — seda märkisime möödunud E. Spordilehes. Sarnase resümee võisime teha kolme viimast olümpiaadi vaadeldes.

Kuid kas läheb ka edasi sama tähe all? Olümpiaadide võitjate tagajärjed muutuvad järjest pöörasemaks, selles ei ole kahtlust, kuid meid huvitab eestkätt just küsimuse teine osa: kas suureneb ka edaspidi Eesti võidupunktide arv?

Vastus on raske nagu iga prohvetlik soolapuhumine. Võib ju minna nii ja teisiti. Spordis valitsevat kindel ebakindlus. N. n. sportlikud väljavaated on kõige hõlpsamini närtsivad lilled (isegi nii nahkne taim kui spordiloorber on üpris üürikese elueaga). Kuid katsume siiski. Laseme kord pilgu käia üle tuleviku taevaalaotuste. Silmitseme olemasolevat ja juurevõrsuvat.

### Materjal on tüse!

Seda väidet on meie sportlaste kohta juba tüütuseni korratud, nagu kuulsat terve keha tervet vaimugi. Kuid kogu ta kuluvuse juures peame tas ometigi elavat tõetuuma tunnustama, kui oleme arvustavalt vaadelnud teisi mehi põhjast ja lõunast, idast ja läänest. Harva on kellelgi sarnast sikutusjõudu sapsudes, sarnast mahlakat muskulatuuri, sarnast tüsedat turja.

Kuid materjal võib jääda materjaliks, kui tas ei asu kibelevat vaimu, edasirühkimise innu. Sellest näis meil korra puudus olevat, mehed kukkusid mõnulema juba esimestel edusammudel, tulpinud iseteadvus tekkis näkku kodukülas esimeks tõusmise järele. Kuid õnneks on see pahe meil möödumas, värsked mehed näivad olevat avarahingelisemad, kõrgemad tipud kui kodumaa künkad kerkivad jälle silmade ette. Oleme kasvamas üle karmitsevast kapseldusest, tunneme ülemaailmliku avaruse ahvatlevust, kumavate kauguste kaunidust. Oleme viimaste aastatega muutunud just hingeliselt mehisemaks — kunstis, kirjanduses, poliitikas ja spordis. Seepärast võime juba nüüd meie inimterviku kohta öelda: materjal on tüse.

### Higi annab hiilguse!

Praegusel ajal ei kerki suursportlased enam kui maasikad, — korja aga ja vii turule. Sünnipäraseid suursportlase omadused peavad ju mehel muidugi olema, kuid ainuüksi nendega jääb ta varsti väga kesk-päraseks logardiks. Kauni sümboolse pildi suursportlase viimistlusest pakkus Amsterdam. Mitte Amsterdami staadion, vaid teemandilühvimise töökoda. Kuidas looduspärane kalliskivi otse südamest pooleks saeti ja oma 58 või 158 kanti talle peale hõoveldati, et kauaste higirikaste tundide järele lõpuks pimestavas hiilguses sädelema hakata. Neid arvurikkaid kante teemandile hõõrus külge teine teemant — ainult teemant löikab teemanti. Selles lühidas näites peaks peituma meie ettevalmistuse kvintessents. Kes tunneb eneses kõrget kutset — vaheda teraga südamest pooleks! Et sisu nähtavale tuleks ja räpane koor ikka enam lihvitud külge-

de taha kaoks. Ja veel teine õpetus on selles näites. Ainult teemant löikab teemanti. Kõik teemandid kokku üksteist täiendama!

### Ettevalmistuse sihtjooned.

Proosalikumalt asja juure minnes võiks eelöeldu suhtes püstitada järgmisi juhtnööre:

1. Ettevalmistus Los-Angelesi olümpiaadi vastu peab algama viivitamatult.

2. Kõige laiemas ulatuses ettevõetud katsete (kursused, võistlused) tähelepanekute najal valitagu välja mehed, kes lootusi omavad tõusta olümpia atleetideks.

3. Harjutusvõimaluste pakkumine (eluga harjutustingimuste soodustamine) lootustandvatele jõududele nii suvise kui talvise treeningu näol. Eriti talviste ettevalmistavate harjutuste peale tuleb panna rõhku, sest üks talv võib anda rohkem kui kolm suve.

4. Andke meestele võistlusi! Eestkätt ikka sarnaseid, kus mees ei võistle enese individuaalsete huvide, vaid meeskonna — küla, seltsi, linna, riigi — huvide eest. Siis omandab sportlane sotsiaalse kohustunde ja kasvab üle enese võimetest.

5. Viige mehed kontakti välismaadega, laske neid varakult tunda karedat nõudlikkust ja laske neid pettumustes ja üllatustes omandada objektiivset mõõtu võimetele.

6. Lõpuliiv peab tulema suurtes olümpialaagrites ja internaatides, kuhu koondatud on ainult terashinged, kes kas murduvad või omandavad läbilööva vaheduse.

7. Osake rõhutada võitjate ülevust, õppigem austama võitjaid ja toogem võitjate hinnangusse rohkem pidulikkust.

### Kuidas seda teha?

Öeldakse muidugi, mis paberile viga ridu vedada. Tegelikus elus ei ole ükski asi nii hõlpsasti läbiviidav. Esimeseks takistuseks on igalpool raha, raha.

Kuid vastuseks on — meie ei ole veel kõiki endi võimalusi ära kasutanud. Meie ei ole veel osanud põhjalikult süveneda endi oludesse, ei ole kõiki nende soodustusi tõmmanud endi olümpia treeningusse, kuigi vast meie nende üle selgusel oleme ja samme ka sinneroole seame. Täie intensiivsuse ja elulustiga peaksime meie aga seda tegema. Kohe, aegsasti!

Kõigepealt paistab, et eriti ränke rahasumme olümpia ettevalmistuseks ei olegi tarvis, kui meie põhjalikult läbikaalutult tööle asume.

Meil on kehakultuuri sihtkapitali kehalise kasvatusse inspektori ja ta instruktorite kaadri (osalt ka võimlemisõpetajate) näol olemas ülemaaline võrk, mille üheks ülesandeks olgu tundlik suhtumine olümpia materjali. Otsekoheised ettekanDED nendest tähelepanekutest peaksid jooksma olümpia ettevalmistust juhtivas keskkoha.

Harjutusvõimaluste kitsikusest saame meie üle veel tihedamal koostööl kaitseväge, kaitseväe, politsei, tuletõrje ja haridusorganisatsioonidega. Peaks püütama nendega korraldada mitte ainult ühiseid võistlusi, vaid ka harjutada ühistes ruu-

mides ühiste juhtide all. Eriti meie sõjavägi, kel avarad võimalused kasutada, peaks spordiorganisatsioonidele enam vastu tulema — pealegi nüüd, kus väeteenistuse aeg lühike ja sõjaline ettevalmistus ka väljaspool kasarmut sünnib. Poola, Tšehhoslovakkia ja mõned teised riigid on seda meist suuremal määral mõistnud.

Ka kaitseväele tuleb sama panna südamele. Kaitseväe võib väga väärtuslikke teeneid näidata võistluste korraldamise ja sportliikude laagrite, internaatide pakumise näol, kui ta tahaks ka otsekohest olümpia ettevalmistuse huvi pidada silmas. See ei tuleks talle sugugi kahjuks.

Olümpia ettevalmistusi juhtivale keskiorganisatsioonile jääks ülesandeks ainult üldiste kavade väljatöötamine, järelevalve (tehniline kui arstline) ja kulukamaks küljeks sportlaste süstemaatlik saatmine välismaade võistlustele, mõne suurvõistluste korraldamine kodumaal ja mõningate treenerite palkamine (mis ka võiks sündida ühiselt mõne eelnimetatud organisatsiooniga). Meie tuleksime igatahes sel juhul välja ühe loteriiga ettevalmistusteks ja teisega olümpia ekspeditsiooni kuldiks. (Unustatud on seejuures hoopis üks organisatsioonide võrk — meie spordiselsed. Loodame, et ka need olümpia asja endile enam südamesse võtavad, eriti suurseltsid).

### Kes on meie lootused?

Tehes selle väikse kuid paratamatu tiiru, tuleme nüüd algkõikumuse juure tagasi. Ilma põhjaliku ettevalmistuseta ärme unistamegi edust!

Seistes veel olümpiaadi värskete muljete all, võime väita, et meie võimalused endi maksmapanemiseks on suuremad, kui meie seda oleme uskunud, kui meie neid oleme kasutanud.

Maadlus on meie tugevaim ala, on ja jääb. Kuid ta oleks võinud juba Amsterdamis meile anda seitsme punkti asemel 14 punkti — kui meie vabamaadlust oleksime vähegi harjutanud. Vabamaadluse olümpia-harjutused peavad kohe algama, vabamaadluses ei tohi esineda prantsusmaadlejad! Kahes kohas ei suuda ükski läbi lüüa.

Tõstmises ei ole meil momendil suuri talente, kuid 4-aastase treeninguga võib mõni jälle tõusta. Luhaäär tuli meil 4 aastaga. Peab ainult ringi vaatama, propagandat tegema, võistlusi korraldama (see on vastava liidu ja seltside ülesanne).

Poksis võiks meil kindlasti tõusta olümpiaatleete. Just viimane olümpiaad tõi terve rea suurusi seni tundmatudelt poksirahvastelt esile. 4 aastat on küllalt pikk aeg poksimaailmameistrite võrsumiseks. Kuid siin ei saa meie ilma välismaa treenerita läbi (vast suudab politsei aida ta kulunud kanda, nagu mõnel pool mujal).

Kergejõustik võib meile järgmiseks olümpiaadiks siiski valmistada kõige suurema hüppe. Ta on praegu üllatavas tõusuhoos. Eriti võiksid meil visked pakkuda palju, kuid ka kaugus ja kolmik võiksid anda klassilisi tagajärgi. Tundub vast ko-



# KEHALINE KASVATUS AMEERIKAS.

H. Niiler.

Põhja-Ameerika Ühisriikide kehaline kasvatus pole piiratud kitsatest raamidest, vaid temasse on võetud kõik teistest kehakasv. süsteemidest, mis on peetud kasulikuks ja heaks. Igasugused kehakasv. meetodid on tarvilusel, kui temas mingit tähtsust leitakse.

Atleetika (Ameerikas mõistetakse selle sõna all kergejõustikku ja suuri mängu) arendab ainult teatud lihasgruppe. Nii imelik, kui see ka ei ole, leitakse mängijate ja kergejõustiklaste juures nõrgalt arenenud kõhulihased, mis on tingitud nende lihasgruppide hooletusse jätmisest.

Samuti ei või võimlemine üksi kõike kehakasvatustsihte ja eesmärke saavutada, on palju omadusi, mida ainult mängude ja teiste spordialade läbi võib kätte saada.

Seda võtavad arvesse Ameerika kehalise kasvatus juhid. Keh. kasv. ei piirdu seal üksi võimlemisega, vaid tema sisaldab õige laialdast kava, mida järgmistes ridades püüan lühidalt edasi anda.

1. Võistlusmängud (siia on kaasa arvatud ujumine, kergejõustik, poks jne.) on hästi organiseeritud koolides ja ülikoolides. Maksulised kehalise kasvatus direktorid on kasvandikkude eest vastutavad. Kõik osavõtjad on arstilise järelevalve all, alluvad korraliku elu seadustele, on puhtasjaarmastajad, ning peavad akadeemilises töös edasi jõudma.

Dekaanil ja direktoril on õigus õpilasele spordist osavõtmises kitsendusi teha, kui viimase akadeemiline töö võistlemise pärast kannatab. Ka heidetakse niisugused sportlased meeskondadest välja, kes oma ülalpidamisega asutusele on alandanud.

2. Meelelahutus. Siia alla kuuluvad esiteks mängumurud, millede organisatsioon on kujunenud võimsaks asutuseks Ühisriikides. Näiteks annab Chicago linn oma mängumurude ülalpidamiseks üle miljoni dollari aastas.

Mängumurudel ei pakuta mängu ja meelelahutust mitte ainult lastele, vaid murud on saanud enam edasijõudnud tsentrumites ühiskonna meelelahutuse ja spordi keskpunktiks. Siin leiab igaüks igasuguses vanaduses enesele tegevust.

Teiseks suureks tegevuseks on suvilaagrid. Nad on kasvanud viimase 30 aasta jooksul üheks kõige hädatarvilisemaks teguriks Ameerika linnaelanikkudele. NMKÜ'd, kirikud, eraettevõtted, heategevad' seltsid jne., kõik korraldavad laagreid.

Laagri sihiks ei ole vaba aja asjata raiskamine ning logelemine. Laagri kava on mitmekesine ja kokkuseatud kasvatusliste põhimõtete järgi, kus kehalise kasvatus ja tervishoiu peale eriti suurt rõhku pannakse.

Ka tennis ja golf arenevad kiirelt, ning seda rohkem tema ajaviite mõttes kui võistlusena. On olemas linnasi, kus rahvale on kasutada mängimiseks maksuta väljad.

Veel peab nimetama tegevust, mis ameeriklastel viimasel ajal meoks saanud. See on matkamine. Autodel, jahtidel, mootorpaatidel, süstadel jne. rändavad yankeed mööda maad.

3. Kooli võimlemiseks tarvitatakse nii Saksa kui ka Rootsi süsteeme. See on olnud vastava osariigi elanikkude mõjust. Saksa emigrantide järeltulijad on ka Ameerikas tulised võimlusriistade austajad, kuna Rootsi elanikkudega maakondades leiame puhta löikega Rootsi süsteemi. Ka tarvitatakse mõlemaid süsteeme segamini, ning viimasel ajal on Niels Bukh'i meetod hakanud pinda leidma.

Kuid on märgata ka suurt poolehoidu n. n. NMKÜ võimlemismeetodile. Seda meetodi nimetatakse ka „hügieeniliseks võimlemiseks“.

Hügieenilise võimlemise all mõistame harjutusi, mis kiirendavad hingamist ja vereringevoolu, ilma, et ta nõuaks „pingutust“. „Pingutus“ saavutatakse harjutuse ajal füsioloogilise mõiste järele siis, kui pinge on kehas nii kõva, et hingamine seisma jäätakse. Iseloomustavad „pingutuse“ harjutused on teatud harjutused riistadel, raskustõstmine, vee all ujumine jne. Pingutus pole just kahjulik, kuid palju teda praktiseerida on hädaohtlik, iseäranis kui sellega harjunud ei ole.

Isegi inimesed, kes sellega harjunud, ei tohiks niisuguseid harjutusi palju teha.

## Atleetide marss.

Amsterdami olümpiaadil 1. auhinna kroonitud Poola kirjaniku Kazimierz **Wierzynski** luuletuse järele H. T.

*Me laul ei tunne profveflikku hinget,  
meid kutsund teine lipp ja pärja pannud pähe –  
vaid juubeldus, ruum avar, lihaspinge,  
suursaavutuse raugematu tahe.*

*Me ilmal annud uue vaatemängu  
ja uue hoogeta rünnaksammu,  
mis paneb soontes – veel ei vajund kängu –  
vast kobrutama punetava rammu.*

*Maailma pulss lööb me'ga ühist rütmi  
ja hingest hinget tiirleb haarav voog,  
on lahendus me lihastiku logarütmi –  
jõud, võimsus, kaugustesse sõõstuv hooget.*

*Kui koikas tiirleb ümber ilma  
me rahvaid kõitev võimas viis,  
toob ühisstarti iga särasilma,  
et rökkab vastu luht ja hiiis.*

*Suur vendlus, sõprus meie aare –  
me terastajtelise hinget išk –  
käib teatejooksus läbi nelja ilmakaare  
käest kätte tungal, peosse pišk.*

R. G. Roberts on hügieenilise võimlemise pioneeriks. Tema sihtjooned on järgmised:

Harjutused olgu: kerged, lihtsad, kasutavad, hädaohtud ja meeldivad.

See ei kõla teaduslikelt, kuid nõudeid ligemalt analüüeerides leiame, et kõik vastab füsioloogiale, psühholoogiale ja anatoomiale.

Nii näiteks:

1. Töö algab väikeste lihasgruppidega, ning lõpeb suurte lihamassidega. 90 protsenti töötatakse keha lihaste keskgruppidena.
2. Töö progresseerub lihtsatest harjutustest rohkem raskematele.
3. Töö on kiire ja kerge.
4. Liigutuste seisak on harva hoitud. (Rootsi ja N. Bukh'i vahepealne).
5. Sünnib täieline ainetevahetus kehas. Ta on üks parematest füsioloogilistest võimlemismeetoditest.
6. Töö tehakse rütmis, mis on psühholoogiliselt mõnuks.
7. Töö on imiteerimine, mitte käsu järele.
8. Töö kilogramm-meetrite hulka on suur.
9. Peasiht on saavutada higi ja eemaldada kehas kõlbmata aineid.

Sarnane töö on huvitav ja ta meeldib vabahtlikkudele klassidele. Palju on olnud muidugi õpetaja osavusest ja võimetest.

Peale maailmasõja algas suur liikumine kehalise kasvatus alal. Üle 38 osariigis on vastu võetud sundusline kehaline kasvatus koolidele.

Usutakse, et kehaline kasvatus on oluline tähtsusega tagajärjekaks intellektuaal-tööks. Keh. kasv. on efektiivse elu alus.

Dr. Gülickil ja R. G. Robertsil oli Ameerika keh. kasv. filosoofias suur mõju. Mõlemad samusid rada mööda, millega Rootsi ja Saksa süsteemid nõus ei olnud.

Ka olid Rootsi ja Saksa süsteemid omavahel suure lahkkelis, kuna NMKÜ dr. Gülicki ja Robertsiga eesotsas läks oma teed mööda, kogudes enese ümber kõik tüsedamad jõud kehalise kasvatus liikumises.

Pea olidki Ameerika keh. kasv. juhtivad mehed NMKÜ mehed. Ei või öelda, et mehed sõna

tõsisel mõttes NMKÜ mehed olid, kuid nad olid omandanud kasvatus NMKÜ koolidest.

NMKÜ oli see, kes hakkas iseloomujooni kasvatus mängude läbi, ning praegu on suur nõudmine meeste järele, kes mitte üksi tehniliste võimete poolest tugevad, vaid ka iseloomus ja elus eeskujuks, ning kes kasvandikkude peale head ja tervet mõju avaldavad.

Lõpuks veel mõned read Ameerika kehalise kasvatus organisatsioonist:

Nagu ülalpool tähendatud, on sunduslik keh. kasv. läbiviidud 38 osariigis. Igal osariigil on oma keh. kasv. juhatuse, kes tööd juhivad, valvavad ja kavasid kokku seab.

Pea kõikides ülikoolides on keh. kasv. sunduslik üks aasta (1 aasta), kuid igale üliõpilasele on antud võimalused, et ta võib sportida ka vanemates klassides. Tegelikult on see ka nii. Näit. Michigan'i ülikoolis võtab osa keh. kasv. klassidest üle 90 protsenti üliõpilaskonnast.

Keh. kasv. õpetajate ettevalmistamise kooli on üle Ühisriikide kokku 167.

Spordiseltsidel on väike mõju Ameerika kehalises kasvatuses.

Mängumurude võrk on levinud üle terve maa. Rahvusline mängumurude selts valmistab õpetajaid ja annab välja kirjandust vastaval alal.

NMKÜ'l on suured teened keh. kasv. töös ärimeeste, poiste ja kõikide nende seas, kel pole võimalust kusagil mujal ennast arendada ja korras hoida.

Riigi ja filantroopide toetusel on tööle pandud eraldi komisjonid, kes uurivad keh. kasv. probleeme ja kavasid.

Üldse peab nimetama, et keh. kasv. Ühisriikides on arenemise astmel. Tehakse palju tööd ja katseid. Võrdlemisi lühikese aja jooksul on tehtud suuri edusamme ja leidusi, ning on ette näha, et keh. kasv. areneb välja tõsisel teaduseks.

Dr. E. Berry järele.

— Argentiina löi jalgpalli-maavõistlusel Uruguayd 1:0.



## Kümnevõistlus.



Kanada naiskond, kes olümpiamängudel püstitas 4x100 m teatejooksus ilmarekordi 48,4. Seisavad vasakult: Florence Bell, Myrtle A. Cook, Annie Smith ja Jannie Rosenfeld.

Tallinn-Tartu kergej. linnavõistluse ärajäämise tõttu peeti Tartus Kalevi korraldusel 16.—17. sept. traditsiooniline sügisene 10-võistlus. Esimesel päeval sadas kogu võistluse aja vihma, võeti läbi ainult 10-võistluse I-se päeva alad; vedas Ev. Kink — 2876,21 punktiga, järgnesid — Erna (Rakvere Kalev) 2660,86 p., Niggol — 2570,60 punkti. Teisel päeval oli ilm kuiv, kuid külmem. Kolmevõistluse: 60 m. 100 yardi ja 150 m jooksu võitis K. Schüts — 9 punkt., teiseks tuli — J. Kitsing — 6 punktiga. Schüts: 100 yardi aeg — 10,4 on uueks Eesti rekordiks. Naiste neljavõistluse: kuul, oda, 200 ja 1000 m võitis prl. L. Raudsepp — 12 punktiga, teine — prl. Rezold — 7 punktiga, kolmas — prl. Telling — 3 punkti. 1000 m aeg prl. Raudsepal — 3.33,9 on Eesti rek. normiks, sest seda maad pole naised avalik võistlustel jooksnud. Peale selle jooksid naised veel 60 m tõkkeid. Võitis — prl. Rezold hea ajaga — 11,9, mis on Eesti rek. normiks.

3-e inglise miili (4827 m) jooksus parandas K. Laas Eesti rekordi 15.55,8 peale, end oli H. Paali nimel ajaga 16.21,1 — 1928. a. 10-e võistluse võitis Ev. Kink.

### Tehnilised tagajärjed:

#### 10-e võistlus

1. Kink, E. — Tartu Kalev — 5646,86 punkti. (100 m — 12,8; kaugus — 567; kuul — 11,76; kõrgus — 170; 400 m j. — 59,9; 110 m t. j. — 18,7; ketas — 31,10; teivas — 2,90; oda 48,80; 1500 — 5,06,9).
2. Niggol, Tartu Kalev, — 4,962,21 punkti. (12,8; 560; 10,93; 165; 20,4; 85,03; 2,60; 46,50; 5,85,2).
3. Michelson, H. — Tr. Kalev — 4841,465 punkti.
4. Erna — Rakv. Kalev — 4.680,15.

#### 60 m jooks

1. Schütz, K. — Tartu Kalev — 7,2.
2. Kitsing — E. A. S. K. — 7,3.
3. Mahl — Tartu N. M. K. Ü.

#### 150 m jooks

1. Schütz, K. — 17,5 (Tartumaa norm).
2. Kitsing 18,3.
3. Soonberg — E. A. S. K.

#### 100 yardi jooks

1. Schüts — 10,4 (Uus Eesti rekord).
2. Kitsing — 10,9.

#### 3 miilijooks

1. Laas — Tartu Kalev — 15.55,8 (uus Eesti rek.)
2. Anon — Tartu Kalev — 17.08,2.

#### Kuul naistele (kergem normaalsest)

1. Raudsepp — Tartu V. K. — 11,31.
2. Rezold — E. A. S. K. — 10,88.
3. Telling — 9,56.

#### Odanaistele

1. Raudsepp — 27,38.
2. Telling — 24,72.
3. Rezold — 23,53.

#### 60 m tõkkejooks naistele

1. Rezold — 11,9 — E. rek. norm.
2. Telling — 12,8.
3. Raudsepp — 13,0.

#### 200 m jooks naistele

1. Raudsepp — 29,4 (Tartumaa norm).
2. Rezold — 30,6.
3. Leetsy — Kalev — 31,6.

#### 1000 m jooks naistele.

1. Raudsepp — 3.33,9 — E. rek. norm.
2. Rezold — 3.55,4.
3. Leetsy.

E. J.-n.

## Palm ja Tender töid Riiasst karikad.

Pühapäeval peetud poksi võistlustel Riias löi Palm kergekeskaalus lätlase Puga k. o. ja võitis Mikiparist punktidega. Tender saavutas ka raskekaalus punktivõidu oma ainsa vastase üle. Mõlemad mehed võitsid rändavad karikad, Palm juba teistkordselt.

### Saksa — Taani 2:1.

Pühapäeval peeti Nürnbergis Saksa-Taani jalgpalli-maavõistlus. Pealtvaatajaid 50.000. Taani mängis esimese poolaja tuule soodustusel ja oli ülekaalus. 9. min. löi Taani poolkaitsja esimese värava, mis jäi ka Taani viimaseks. Teisel poolajal olid sakslased ilmses ülekaalus. 57. min. viigistas Heidkamp mängu ja veidi hiljem löi Hoffmann otsustava värava.

## Tallinna keskkoolide esivõistlused.

### Üle 200 osavõtja. Rida koolinoorsoo rekorde. Klasside parimad Tamm, Teitelbaum, Zimmermann ja Konopinsky.

Võistlused peeti noorte A, B ja naiste A ja B klassis 17. ja 18. skp. staadionil. Võistlemas oli üle 200 noore, koolide vaheline konkurents õige tugev.

Seni arvati Tallinnale kergejõustikus kadu ja paljude sporditegelaste poolt tehti etteheiteid koolidele nende vähese tähelepanu eest kergejõustikule. Käesolevad võistlused näitasid, et koolid ümberpöörduvalt on teinud õige tusedalt tööd. Eriti suur oli osavõtt noorte B. klassis, kus 60 m jooksus startis üksinda 36 poissi.

Seniste võistluste järele püsib koolidest esikohal Juudi gümnaasium 174 punktiga, teine on Reaalgümnaasium 101, kolmas 1. tüü güm. 84, neljas 3. tüü güm. 82, viies Vestholmi güm. 78 ja kuues Vene güm. 44 p. Algajate klassi võistlused on veel esed, kuid Juudi gümnaasiumi esimest kohta need vist ei kõiguta.

#### Noorte A kl. (sünd. 1911. ja 1912.)

- 60 m tõk. — 1. Tamm, Reaalg., 9,8; 2. Rips, Riigi Tehn. g., 9,9; 3. Riives, Vene g., 10,0.  
 200 m — 1. Tamm 25,1; 2. Hermann, Riigi tehn. g., 26,2; 3. Rips 26,8.  
 100 m — 1. Tamm 12,1; 2. Rips 12,2; 3. Hermann.  
 1000 m — 1. Tamm 2,59,7 (uus koolinoorsoo rek.); 2. Hermann 3,01,0; 3. Neumann 3,10,8.  
 4x100 m — 1. Reaalg. 51,4; 2. Vesth. g. 52,1.  
 Kaugus — 1. Tamm 6,40; 2. Rips 5,69; 3. Riives 5,67.  
 Kõrgus — 1. Tamm 1,60; 2. Rips 1,55; 3. Riives 1,50.  
 Oda (600 gr.) — 1. Tamm 47,63; 2. Riives 39,63; 3. Luik 37,99.  
 Ketas (1,5 kg) — 1. Pals, Prants. liits., 33,49; 2. Mäng, Reaalg., 33,58; 3. Tamm 33,40.  
 Kuul (5,44 kg) — 1. Miller, Vesth. g., 12,98; 2. Mäng 11,68; 3. Riives 11,42.  
 Klassi üldvõitja — Tamm; teine Rips, kolmas Riives.

#### Naiste A kl. (sünd. 1911. ja varem.)

- 100 m — Teitelbaum, Juudi güm., 13,2 (eeljooksus 13,0 — uus koolinoorsoo rekord); 2. Parts, komm. g., 14,1; 3. Holtsmann, Komm. g.  
 400 m — 1. Teitelbaum 63,9 (uus koolinoorsoo rekord, parem Eesti rekordist); 2. Teder 71,1; 3. Mikkov.  
 800 m — 1. Teitelbaum 2,47,7; 2. Teder 2,52,4.  
 4x100 m — 1. tüü güm. 59,4; 2. Juudi g. 61,2; 3. Komm. g.  
 Kaugus — 1. Teitelbaum 4,97 (uus koolinoorsoo rek.); 2. Parts 4,46; 3. Jürgenson, Komm. g., 4,12.  
 Kõrgus — 1. Teitelbaum 1,25; 2. Parts 1,25; Oravas 1,25.  
 Oda — 1. Teitelbaum 29,26; 2. Parts 23,58; 3. Teder 20,48.  
 Ketas (1 kg) — 1. Teitelbaum 32,00 (uus koolin. rek.); 2. Teder, 1. güm., 24,95; 3. Verlin, 3. güm., 24,84.

- Kuul (3,66 kg) — 1. Teitelbaum 10,12 (uus koolin. rek.); 2. Zastrov 8,48; 3. Teder 7,70.  
 Klassi üldvõitja — Teitelbaum 64 p.; 2. Teder 29; 3. Parts 24.

#### Noorte B kl. (sünd. 1913. ja hiljem.)

- 60 m — 1. Aisenstadt, Juudi güm., 7,9 (eelj. 7,8); 2. Stark, Juudi g., 8,3; 3. Tomson, Vesth. g.  
 200 m — Aisenstadt 27,7; 2. Danzik, Juudi g., 28,0; 3. Tomson 28,5.  
 4x60 m — Juudi g. 31,1 (uus koolin. rek.); 2. Vesth. g.; 3. Reaalg.  
 Kaugus — 1. Zimmermann, Vesth. g., 5,28; 2. Aisenstadt 5,25; 3. Kuuse, Vesht. g., 5,06.  
 Kõrgus — 1. Zimmermann 1,50; 2. Kuusik 1,45; 3. Tomson 1,40.  
 Oda — 1. Trillbor, Riigi tehn., 37,74; 2. Stark 33,55; 3. Aller, Reaalg., 32,58.  
 Ketas (1,25 kg) — 1. Trillbor 32,18; 2. Rõigas 31,93; 3. Aller 30,39.  
 Kuul (5,44 kg) — 1. Kess, Reaalg., 10,15; 2. Kuusik 9,49; 3. Danzik 9,43.  
 Klassi üldvõitja — Zimmermann 18 p.; 2. Danzik 17; 3. Stark 14.

#### Naiste B kl. (sünd. 1912. ja hiljem)

- 60 m — Konopinsky, 3. güm., 8,4; 2. Scheer, Juudi g., 8,9; 3. Seisler, Vene g.  
 200 m — 1. Konopinsky 28,2; 2. Haitova, Juudi g., 31,0; 3. Scheer 31,0.  
 Kaugus — 1. Seisler 4,67; 2. Scheer 4,42; 3. Suits 1. güm., 4,42.  
 Kõrgus — 1. Suits 1,35; 2. Schiefner, 3. güm. 1,30; 3. Buras, Juudi g., 1,30.  
 Oda — 1. Konopinsky 24,75; 2. Buras 23,50; 3. Schiefner 22,60.  
 Kuul — 1. Schiefner 9,10; 2. Konopinsky 8,95; 3. Buras 8,11.  
 Ketas — 1. Schiefner 26,52; 2. Suits 24,40; 3. Konopinsky 23,06.  
 Klassi üldvõitja — Konopinsky 30 p.; 2., 3. ja 4. Scheer, Seisler ja Buras 17 p.

x.

## Spordiäri

# RESEV-RESEL

**Tallinn, Toompuiestee 19, telef. 20-19.**

**Soovibab oma valmistatud spordi ja võimlemise abinõusid.**



# JUKU MEIMER RÜHIB KLUMBERGI JÄLGEDES

## Põrmustas Leksi viievõistluse rekordi. — 6 maakonna rekordi Pärnus.

Teisipäeval algasid Vapruse korraldusel Pärnu maakonna esivõistlused teatejooksus ja viievõistluses. Viimases taheti kustutada 1922. a. püstitatud viievõistluse Eesti rekordi Aleks. Klumbergi nimelt, mis teostuski. Ioh. Meimeri punktide kogusumma tuli 3637,515 punkti, kuna endine oli 3398,925. Üksiktagajärjed olid järgmised: kaugushüpe 6.18; 200 m 23,6 uus maak. rek. (endine Meimeri, Kuusi ja Teinburgi nimel tagajärjega 24,2); ketas 39.14 — uus maak rek. (endine Meimeri 38.43); odaviske 59.65 (uus maak. rek., endine ka Meimeri 55,76); 1500 m 5.24,6. Tagajärg viievõistluses on ühtlasi ka Pärnu maak. rekordi norm.

Teatejooksus püstitati esimesel võistluspäeval 2 uut maakonna rekordi. 4×100 tuli maakonna meistriks Vapruse neli: Kangur, Puust, Nurk ja Kadak. Aeg 48,7, endine rekord püsis juba aastaid Tervise nimel saavutusega 49,0. 800+400+200+100 teates jooksis Vapruse meeskond üksinda, nagu eelmises maas, ja ajaks tuli 3.41,6, mis palju parem 1925. a. püstitatud Tervise margist ja isegi 0,2 sek. parem nädal varem jookstud linna koondusmeeskonna ajast. Vapruse koosseis: Madisson, Puust, Kadak, Kangur. Seega langes ühel võistlusõhtul 6 maakonna rekordi ja üks Eesti rekord.

### Pärnu karikamängud.

#### Pärnu JK — Vaprus 3:2.

Möödunud pühapäeval alustati Pärnu linnavalitsuselt annetatud suure hõbekarika mängude tsükli. Rändauhinda tuleb kaitsta 5 aastat järjest ehk 7 vaheldamisi. See karikas oli kavatsatud annetada Pärnu — Viljandi linnavõistlusele, kuid sellest tõmbas läbi kriipsu 29. aug. 1926. a. peetud jalgpallimatsch oma rabava tagajärjega, kus Pärnu koondusmeeskond võideti Pärnu JK-i poolt ladusalt 2:0 (1:0). Karikas pandi välja

Pärnu kolme palliselti PJK-i, Vapruse ja Tervise vahelistele heitlustele. Kahel aastal on olnud karikas juba mängus. 1926. a. valmistas



Johann Meimer,  
Eesti uus Klumberg.

suure üllatuse palliloterii võitja Vapruse näol ja sellest ajast võib seda meeskonda nimetada üllatuste loojaks, kes sageli saavutab uskumatuid võite ja järgneval momendil võib kaotada ka kõige viletsamale 11-le. 1927. a. asetaski Pärnu JK oma võiduka meeskonna mängijate nimed kuldplaadile ja selle omakorda karikale. Finaalis lõi PJK rivaali Vaprust väravate vahekorra 3:2 juures.

Käesolevas aastal määras loos esimesele võistlusele vastaseks PJK-i ja Vapruse. Karika heitlused lähevad kahe miinuse süsteemis. Matschi võitis PJK tagajärjega 3:2, mis olenes täiel määral vahekohtunikust. PJK oli ülekaalus eriliselt teisel poolajal, kuna esimesel luhtus terve rida väravategemise schansse. Vaprus mängis esimesel poolajal südilt, kuid langes teisel hoost.

Koosseisud: PJK: Aspe; Vichterstein — Koop; Vaher — Sarapik — Jensen I (kapt.); Krakusen — Pudel — Tammann — Jensen — Alep. Vaprus: Reiter; Nuuma — Sirk (kapt.); Laater — Vabrit — Bernhardt; Treumuth — Kask — Paara — Seimann — Blumann.

Juba alginutit purustab Vapruse värava pühaduse tf. Tammann pommiga 8 mtrilt. Värav langes selgesti nähtavast ofsaidist, kusjuures ofsaidis oli isegi veel kaks mängijat. 4. min. lööb tf. Tammann jõulise löögi 10 mtr. posti, kuigi väravavaht eemal puurist viibis. Vapruse pealetungid vastasrinnale annavad vaid kolm nurgalööki. PJK-i ataagid tunduvad vesistena, forvardid löövad mõnel meetril järjekindlalt mööda. 20. min. tuleb viik 1:1. Kombiin p. Treumuth — ps. Kask ja tf. Paara teeb peaga lähidalt värava. 24. min. lööb th. Vabrit vs. Seimanni jalge ja posti kaudu püüdmatu palliga 2:1 Vapruse eduks. 37. min. tuleb tf. Paaralt teine värav. P. täpsest söödust lööb Paara heitluse järele v.-v. Aspega goali, kuid vilemees annab vabalöögi V. kasuks küljeouidi liinilt! Poolaeg lõpeb Vapruse eduks 2:1, nurgad 4:1.

Teisel poolajal teeb PJK kaks väravat Vapruse nulli vastu. 60. min. viigistab vä. Reimann 2:2, mis lõhnas täiesti ofsaidi järele. 65 min. tuleb nurgalöögist 3:2, milline pall vapruslaste arvates ei olla üle värajoone olnud.

4 min. enne mängu lõppu puruneb arvult juba teine pall ja 20 min. vaheaaja järele jätkub mäng, kus tf. Paara hävitab toorelt viigistamise võimaluse. Matschi tulemuseks seega Pärnu JK-i võit 3:2, mis mängu käigule oleks täiesti vastanud, kui väravad oleks tulnud edurivilt lööduna.

Staadioni pallimuru oli üleni loikudes, kuna oudi sisseviskeid tuli teha sageli kuni põlvedeni vees olles!

Esimene kohtamine käesoleval hooajal samade meeskondade vahel lõppes Vapruse võiduga 5:4, milline mäng peeti ringkonna võistluste tsükklis.

Järgmises mängus heitlevad PJK ja Tervis.  
A. P.

## Kalev - Sport 4:0.

Staadionil üle tuhande pealtvaataja. Vah. Tšutšelov. Koosseisud üllatuslikud väravavahtidest, kus „invaliidid“ kohal. Kalev: Ratnik; Võrgi—Matiisen; Nelisnoi—Piperal—Römmer; Kallo—Maurer —Gerasimov—Kull—Räästas, ja Sport: Tipner; Reinfeldt—Neumann; Laasner —Silberg—Mägi; Paal—Karm—Biiber—Idlane—Üpraus.

Mäng algab S. surumisel. 3. min. ei taba Võrgi hästi palli, see satub Karmile, kes „kuldse šansi“ põrutab mööda. Järgneb Piperali jalast korner S. heaks; nurga vajuva palli tõstab Ratnik üle pea teise korneri, mis omakorda veel kolmanda meelitab. Pall satub aga Kallole, kes ühes Maureriga ta vastasväravale viib, kus olukord samuti nurgalöögiga laheneb. Mängu iseloom on äge. 11. min. Ossi pealelööki, mis vaatamata Karmi kaasabile kõige napimalt posti kõrvale veereb. Kohe tõrjub Neumann Räästa tsenderduse korneri. 15. min. Tipneri viga ja sekundid hiljem Maurer läbi ja lööb 1:0. 17. min. lööb Gerasimov Maureri tsenderduse lähedase pealelöögi asemele oma seljataha. Peale 20. min. asub Laurberg Tipneri kohale, kuna viimane vigastusest veel kartlik ja värava all hädaohtlikkudele momentidele soodusdust annab. Tuleb tugev valing vihmas, mis vaibub alles poolaja lõppedes. 32. min. sooritab Maurer tass-löögi, kus pall tõrjutakse veel väravajoonelt. 38. min. Paali püstsööt Biiberile, viimane on puhtalt värava all. Võrgi jõuab aga veel selga jooksta, millest löök vääratub. Olukord

loob 11 mtr. löögi, mis Biiberilt Ratniku pihku satub, ja sealt välja kargab. Biiber ei märka kätega peast kinni haarates enam peale jooksta.

Teiseks poolajaks tuleb Maurer 1. Kallo kohale. Alginutitel Paali möödalöök, S. surub lühikest aega, kuni 54. min. Reinfeldti handsist karistusosalal penalty K. kasuks järgneb. Muri lööb Biiberile sarnanevalt, kuid palli välja karates Laurbergi sülest tormab ta peale ja leiab siiski võimaluse 2:0 löömiseks. 56. min. põhjendamatult penalty S. kasuks, mille Karm mööda lööb. 59. min. Räästa kerge tsenderdus, Muri pealelööki ei suuda Laurberg haarata ja Kalevi pealetormanud triost surub Gerasimov palli võrku. 71. min. saab Räästas näivalts ofsaidis palli, viivitab aga pealelöögil kuni Laurberg jaol. 74. min. võtab Ratnik Paali vabalöögi meeste tihnikust. 80. min. torkab Kull meeste vahelt peale, Laurberg võtab, kaotab aga palli, ja kergelt tõusva löögiga lõpetab Maurer I. skoori 4:0. 40. min. jookseb Ratnik rumalalt kaugele välja, kokkupõrkel Karmiga jääb viimane palli peremeheks, söötab Ossile, kes tühja värava all seni jalga seab, kuni mehed vahel.

Kalev oli ülekaalus ja väärar rohkem väravaid, kuid ka Sport oleks pidanud kui mitte rohkem, siis vähemalt auvärava saavutama. Kalevil oli edurivi seekord hoos ja andis rohkesti tööd Spordi kaitsele. Reinfeldt püüdis kõigest jõust, kuid ülejäänud meestel ei olnud kindlust. Ka Paal muutus teisel poolajal ükskõikseks.

### Ungari — Itaalia 55:47.

Kergejõustiku maavõistlus peeti Budapestis. Võistluste väljapaistvama saavutusena on nimetada Egri kettaheitel 47.34.

100 m — Raggambi, Ungari, 10,7; 400 m — Barsi, Ungari, 49,2; 800 m — Tavernari, Itaalia, 1,55,6; 1500 m — Baccati, Itaalia, 4,01,0; 5000 m — Szerb, Ungari, 15,45,2; olümpia teatejooks — Itaalia 3,27,2; kõrgus — Kesmarki, Ungari, 1,85; kaugus — Tommasi, Itaalia, 7,25; ketas — Egri, Ungari, 47,34; oda — Szepes, Ungari, 62,97.

### Nurmi

jooksis Bochumis 500 m 14.37,0. Samas hüppas Dobermann kaugust 7,17. Hirschfeld tõukas kuuli 15,78; Houben jooksis 100 m 10,5. Hoffmeister heitis ketast 44,68 ja Salz jooksis 200 m 21,8.

Düsseldorfis jooksis Nurmi 3000 m 8,29,0. Boltze sama maa Saksa rekordilise ajaga 8,35,5. Leistner (USA) võitis 110 m 15,0, Lammers 100 m 10,6. Hirschfeld kuuli 15,67 ja ketta 45,64, lüües ka Hoffmeistrit, kes heitis 45,20.

— Poola — Tšehhoslovakkia kergejõustiku maavõistlus Prahas lõppes eelmise kasuks 79:78. Tšehhid püstitasid kaks endi rekordi — Douda kuulis 14,36 ja Mrtynelk kõrguses 1,87,5.



# Pealinna revansch.

## 4. Tallinna — Tartu linnavõistluse võitis Tallinn 5:0.

Foto Mikas.

meeskond. „Kohalik“ tähendab siin sarnast meeskonda, kes hooti võib oma erakordse võitlusvaimuga jõuda mõningale väljapaistvale saavutusele, mille juures meeskonnal jääb aga ikka puudu kindlast mängustardist.

Tartu on vaidlematult edenenud ja viimase aastaga arenenud vast kahe aasta võrra, kuid arengu edaspidigi säärasel forsseerimisel läheb Tartul tarvis veel kaks aastat, et jõuda pealinna kolme parema meeskonna niivoole. Oieti on ju see oodatud, et 60.000-de elanikuga Tartu annaks Eestile kord ka ühe korraliku jalgpallimeeskonna ja ta meestel oleks paika ka valgesärkide seas. Tallinna võimed ei olegi vast nii kättesaamatud, nagu nad eemalt näivad ja Tartul tuleb seda teadmiseks võttes edasi rühkida.

Esimese poolaja pidas Tartu vapralt vastu ja purustas oma temporikkusega hästi pealinnalaste plaanikindlat püüet luua vastast mässivat kombinatsioonivõrku. Et Tallinn esimesel poolajal saavutas ühe värava, oli samane õnneasi kui see, et Tartul värav löömata jäi ja pall kolmekordsel võimalusel vastu põikpuud läks.

Teisel poolajal oli tartlaste saatus otsustatud. Siis oleks võinud nelja värava asemel tulla ka 7—8. Tallinna parem liin oli poolkaitse, kuna kaitse vastasele tihti jättis kerge läbitungi võimalusi. Edurivi viis meest tegid kokku ainult kolme mehe töö.

Võistluse parem värav oli Pihlaka esimene 29. minutil. Ellmanni heast söödust läkitas Pihlak selle võrku võimsa volleyga. Nr. 2 tuli Pihlakalt teise poolaja 2. minutil. Pöördel tehtud 16 m löögi pidamine ei õnnestunud Poolil, pall läks vastu posti ja sealt sisse. Nr. 3 tuli jälle Pihlakalt 9. min. vasaktiiva söödu järel. Nr. 4 Ellmanni üksiklätungist ja nr. 5 samuti Ellmannilt. Ajad: 19. ja 27. minut. Kuus nulli võimalus oli 38. min. Tall. heaks antud penaltyst, kuid selle serveeris Paal meelega Poolile püüdmiseks.

Tartlaste parem mees oli th. Kull, kes mängis, nagu oleks Tartu alati olnud ta „isamaa“. Kaitsepaar Tartul oli seekord südäm kui viimati ringkondade võistlusel Türi vastu. Tartu „Zamora“ Pool oli süüdi ühes väravas, kuid sellele vaatamata ei pakkunud mees eriti väljapaistvat. Kiitmine on ka seda meest rikkumas ja ta ise on juba oma võimeid pidamas upsakalt kõrgeks. Mees peaks arvama enesest, et ta on ainult paras väravavaht oma meeskonnale ja mitte rohkem, mis oleks tööle kõige lähem arusaamine. Edurivis olid kõik viis hea tahtega ja see oli kogu nende voorus. Vahekohtunikuks võistlusel oli O. Lövi.

## Saksa esivõistlused tõstmises.

Koblenzis peeti 24.—27. aug. Saksa esivõistlusi tõstmises, millest võttis osa 1.400 atleeti. Võisteldi seitsmes kaalus. Olid ka junioreide ja old boyde võistlused. Endine ilmameister Rondi Düsseldorfist, kes praegu 56 aastat vana, tõukas enese kohta kahe käega veel haruldase kaalu — 120 kg.

Raskekaal — 1. Strassberger, München, surumine kahega 120 kg., rebimine kahega 107,5 kg., tõukamine kahega 142,5 kg., kokku 370 kg.  
2. Putzmann, Berliin, 100—100—145—345;  
3. Voltz, Cannstatt, 100—107,5—137,5—345.

Poolraskekaal — 1. Vogt, Ochten-  
dung, 105—100—130—335; 2. Bierwirth, Essen,  
95—100—125—320; 3. Wagner, Würzburg,  
87,5—92,5—120—300.

Keskkaal — 1. Zinner, Würzburg, 90—  
100—132,5—322,5; 2. Mang, Hamburg, 95—  
97,5—125—317,5; 3. Hofmann, Magdeburg, 95—  
90—120—305.

Kergekaal — 1. Helbig, Plauen, 95—  
105—130—330; 2. Stephan, Magdeburg, 80—  
80—125—285; 3. Jordan, Cannstatt, 80—  
85—120—285.

Sulgkaal. 1. Wölpert, München, 87,5—  
85—110—282,5; 2. Helfmann, Köln, 82—82,5—  
105—270; 3. Friedrich, Nürnberg, 70—80—  
110—260.

Kukk-kaal — 1. Walter, Saarbrücken, 75—  
85—105—265 (uus rek.).

Kärbeskaal — 1. Rein, Göppingen,  
65—67,5—102,5—235 (uus rek.).

## Dr. Peltzer vormis!

Mainzi võistlustel lõi dr Peltzer ootamatult Engelhardi 400 meetris 49,5 rinnaosaga. Kolmas Meisel 49,9. Samas jooksis Körnig 100 m 10,5 ja 200 m 22,0. Hoffmeister heitis ketast 46,09 ja Meier hüppas kaugust 7,33.

## Ilmarekord Eino Purjelt.

Eino Purje jooksis Kotkas 1¼ miili (2011,25 mtr.) 5,26,4, mis uus maailmarekord. Endine oli Edwin Vide 5,31,4. Samal võistlusel heitis Antero Kivi ketast 47,25. Ta heidete seeria oli 44,50—45—47,09—46,97—47,25—46,93, mida soomlased neavad parimaks maailmas.

Sjõstedt jooksis Turus tõkkeid 15,2, Reinikka hüppas Vaasas kõrgust 1,85 ja viskas oda 59,07, Vall jooksis töölistvõistlusel 400 m 50,3.

## Kolm ilmarekordi Soomes.

Tampere Pyrintö võistlustel võitis Sipilä 30 km ajaga 1.43.07, mis uus ilmarekord. Endine oli Stenroosi 1.46.11,2. Sama jooksu vaheaegadena püstitas Marttelin ilmarekordid 15 miili ja 25 km-il. Ajad vastavalt 1.21.20,1 ja 1.24.24,0. Samas hüppas Lindroth teibaga uue Soome rekordid 3,83,5 ja Sjõstedt viis 110 m tõkkejooksus rekordmargi 15,4 peale. Pitkänen jooksis veel 100 m 11,0. Korpela 1000 m 2.33,0. Liettu viskas oda 62,48, Kivi heitis ketast 46,28 ja Yrjölä tõukas kuuli 14,04.

Turus jooksis Larva 1 ingl. miili 4.11,0, jäädas Nurmi ilmarekordist ainult 0,6 sek.

IFK võistlustel Helsingis heitis Torpo ketast 42,74 ja tõukas kuuli 14,27. Penttilä viskas oda 63,15.

Oulus jooksis Loukola 1500 m 4.00,0.

— Prl. Jungkunz parand. Ulmis enese kuulitõuke ilmarek. kahe käega 20,48 (11,28) peale. Samas jooksis ameerikl. Leistner 110 m tõk. 14,7, Salz 100 m 10,8 ja Eldracher 200 m 21,9.

— Tex Rickard hakkab lähemas tulevikus korraldama ka elukutseliste maratonijookse. Esimesel võimalusel paneb ta võistlema Ameerika mandrijooksu võitja Payne'i ja Amsterdami maratonivõitja El Quafi.

— Prantsuse spordiliit diskvalifitseeris neil päevil oma kaks kuulsamat jooksjat — Sera Martini ja Ladoumegue'i. Ametlikult põhjendatakse sammu nim. atleetide keeldumisega võistlusreisist Jaapani, kuid tegelikult lõhnavat asi professionaalsmiga.

— Leistner (USA) ja Steinhardt (Saksa) jooksid Düsseldorfis tõkkeid 15,0. Baskin (USA) näitas 15,2. Samas võitis Kilp 5.000 mtr. 15,24,6, olümpiavõitja Ham hüppas kaugust 7,59; järgnesid Meier (Saksa) 7,27 ja de Boer (Holland) 7,25. Oda viskas Hoffmeister 61, Noel (Prantsuse) heitis ketast 44,64. Spencer (USA) võitis 400 mtr. 48,8, teine Rinkel (Inglise) 49,0, kolmas Storz (Saksa) 49,2.



Pihlak leidis Tartu kaitsest enesele sageli vallutamatu kalju.

14. sept. peeti staadionil pooltuhande vaataja ees 4. Tallinna-Tartu linnavõistlus. Tartlasted tulid soodsal ilmal väljale järgmiste meestega: Pool; Schmidt — Levin; Lüdimus — Kull (Tall. Kalev) — Teimann (Ülev); Emmerich — Riomar — Jürgens — Körve — Palumets. Teised üheksa peale märgitute Tartu JK-st. Sellele meeskonnale pani Tallinn vastu oma parima koosseisu — rahvusmeeskonna järgmiste nimedega: Lass; Liivar — Einmann; Reinfeld — Piperal — Kaljot; Paal — Pihlak — Ellmann — Fischer — Brenner. Tartu oli viimasel ajal liig rohkelt pead tõstnud ja võitis läinud aastal pea-aegu samase Tallinna koosseisu 2:1. Nii tuli vahetõu klooriks teha ja et see tegemine kuidagi ütsu ei läheks, oli pealinn välja pannud oma tugevama garnituuri.

Võistlus ilmutas, et Tartu on siiski kohalik

## Eesti esivõistlused rattasõidus.

### Vihma kiusul tujutu konkurents.

Rattasport on tõmmanud rakverelasi alati. Juba varemail aegul, kui Eestis too spordiharu lapsekingis seisis, tunti Rakveres selle vastu elavat huvi. Ehitati Tammikusse, kenasse looduse rüppe sõidutee, kus ka tol ajal peeti võistlusi. Tollest ajast on rakverelasil püsinud nende tugevaim rattasportlane Ivanov, kes möödunud aastal pühitses oma 25. sportlase tegevusaasta juubelit. Palju võistlusi näinud ringteel Tammikus, tulid pühap., 16. sept., pidamisele 1928. a. Eesti esivõistlused jalgrattasõidus, Rakvere Ss. Kalevi korraldusel. Laupäeva öösel oli tugevasti vihma sadanud, mille tõttu sõidutee äärmiselt halvaks muutus. Mõnes kohas vajusid rattad poole gummideni porri. Pühapäeva hommikul selgus ilm, jäi üle sadu ja isegi ringtee tahenes niivõrd, et kella 2 ajal võidi võistlusi algamuks lugeda.

Publikut oli hulganäga kogunud, kes eriti huvitatud oli naisvõistlejast. Teise stardi puhul hakkas tugevasti sadama, nii et võistluste lõpetamine järgmisele päevale edasi lükati.

Kell 5 õht. 17. sept. järgnesid võistlused. Eelmise päeva võistlejast polnud kõiki enam ilmunud. Puudusid publiku lemmikud, Koeru mehed. Võistlejate tuju oli täiesti langenud. Laastul oli kael haige, Lepikov väänas ühes klm. tugevasti jala ära, mis tema korralikku võistlust suuresti takistas. Ühelgi võistl. polnud tahtmist näidata oma paremaid saavutusi. Sellepärast kujunesid kõik sõidud passimissõitudeks, kuna lõpuspurdil igauks täielikult koha hankimisele andus. Sarnaste eeltingimuste juures kujunesid kõik

tagajärjed keskpärasteks, kuna uusi rekorde ühtki ei püstitatud. Võrreldes möödunud aastaga õnnestusid nüüdsed võistlused palju halvemini.

1928. a. meistriks sai naistest prl. Lebas (Tall. Kalev), noortest Heine (Tall. Kalev), teises klassis Selgus ja esimeses klassis Kangro (Tartu Kalev). Linnadest võitis Tartu 31 punktiga, teine Tallinn 22 p. ja kolmas Rakvere 11 p. Tehnilised tagajärjed kujunesid järgmiselt:

#### 3 klm. naistele:

1. Lebas (Tall. Kalev) 6.33,8; 2) Vihm (Tartu Kalev) 6.34,8; 3) Gerassimova (Tall. Sport) 6.40,1.

#### 3 klm. noortele.

1) Hein (Tall. Kalev) 5.14,7; 2) Heide (Tartu Kalev) 5.14,9; 3) Mikkel (Tartu Kalev) 5.24,8.

#### 5 klm. 2. klassile.

1 Lõhmus 8.35; 2) Lelgus 8.37,4; 3) Weerman 8.37,4.

#### 1 klm. 1. klassile.

1) aKngro (Tartu Kalev) 1.34,9; 2) Lepiko (Tartu Kalev) 1.35,8; 3) Kuber (Rakvere Kalev) 1.36,7; 4) Tauts (Tallinna Kalev) 1.41,8.

#### 10 klm. 1. klassile.

1) Tauts (Tall. Kalev) 18.39,4; 2) Lepikov 18.41,8; 3) Kuber 18.43.

#### 20 klm. 1. klassile.

1) Kangro 4105,9 (Eesti norm); 2) Lepikov 4106; 3) Tauts 40.20,4.



## Iga aastaga meeter manu.

Eesti kettarekordi arenemiskäigult.



### Gustav Kalkun,

Eesti kettameister, sõitis neil päevil Genfi NMKÜ kehalise kasvatuses ülikooli.

Kettaheide on tõusnud tänava meie tugevamaks kergejõustiku võistlusalaks rahvusvahelise moodupuu järele. Kalkuni suursaavutust 45.61 märkisid kõik välismaa lehed suure aukartusega. Kuid peale Kalkuni on meil veel rida teisi mehi heitnud tub istii üle 40-ne. Nii Feldmann, 44.86, Miller 42.27 Liinat 41.31, Verder 41.22 j. n. e. Harva on mõnel rahval nii tublit viskete seeriat panna meile vastu.

Tänava täitus 17 aastat päevast, mil märgiti esimene Eesti rekord kettaheitel. See ei ulatanud kolmekümne meetrinigi. Sel ajal teati vaevast, kuidas kehtast hoida käes, kuidas ringis ennast liigutada ja imeilku riistapuud käest saata minema. Muidu oleks pidanud sarnane mehemürakas kui Margevitsch palju-palju rohkem saavutama. See oli 17 aasta eest ja vahepeal on Eesti kettaheitel rekord ka ligikaudu samapalju meetreid kasvanud kõrgemaks.

#### Märgime arvudes selle arenemiskäigu:

29.16	Margevitsch	24. juulil	1911
31.30	"	12. augustil	1912
33.31	Soans	7. oktoobril	1912
35.90	Grosschmidt	3. augustil	1913
39.38	Ohaka	18. mail	1914
39.40	"	6. juunil	1914
40.84	"	7. juunil	1915
42.20	"	14. juunil	1915
42.38	Klumberg	17. juulil	1922
42.43	Kalkun	17. augustil	1924
43.05	"	22. juunil	1928
43.51	"	1. juulil	1928
44.30	"	15. juulil	1928
44.86	Feldmann	19. augustil	1928
45.61	Kalkun	8. septembril	1928

#### Valga kaotas Viljandis 1:7 (0:3).

Pühapäeval, 16. sept. külastas esmakordselt Valga jalgpallimeeskond Viljandit. Et kuulduste järele Valga oli päris tublisti jalgpallis edenenu, siis oodati mõlemalt poolt tüseda esinemist. Kuid juba mängu algminutitel surutakse Valga linnameeskond oma värava alla kokku, kust ta ainult mõne üksiku õnnestanud löögiga üle keskjoone pääseb. Kuigi Viljandi meeskonnal sarnane suur ülekaal mängus, ei ilmuta see end sugugi tagajärgedes, vaid libe ning märg pall ei taha kuidagi märki tabada ning lipsatab pigemini outi või päästetakse korneri. Nii saavutab Viljandi juba esimesel poolajal 11 kornerit, kuna üldse oli kornerite vahekord 17:2 Viljandi kasuks. Esimene värav Valgale langeb alles 32. minutil, kuid teised kaks on juba kiiremad järgnema. Poolaja seis 3:0 Viljandi kasuks.

Teisel poolajal peatub Viljandi väravate sadu 4:0 juures, mil valgalased läbimurdest, mil mõlemad Viljandi kaitsjad tugevasti veel mööda löövad v. s. löögist oma auvärava saavutavad. Mäng lõpeb 7:1 (3:0) Viljandi kasuks. Paremaks valgalaseks oli v. v. kes kindlasti umbes pooltosiinat kindlamat värava võimalust hävitas. Vahekohtunikuks oli V. Kübar (Viljandi). Viljandi võidukas meeskonnas esines: Nahe, Vuks, Schmidt, Kaur, Kallak, Kaup, Raudsepp II, Raudsepp I, Tiido, Saun ja Andresson.

— Gendis (Belgias) peetud rahvusvahelistel olid paremad tagajärjed: 100 m Bracey, Ameerika, 10,8; 200 m Lewis, Ameerika, 22,2; 400 m Lewis 50,2; kõrgus Menard, Prantsuse, 1,80; kõrgus Gordon, Ameerika, 712; teivas Vintousky, Prantsuse, 3,50; kuul Houser, Ameerika, 13,80; ketas Houser 45,15.

# Sööge arukalt!

Toitluse tähtsus. — Kuidas, mida ja kui palju? — Mitteküllaldane puremine. — Sülje tähtsus. — Söömise ajal ära loe! — Vürtsid. — Puhas laud. — Ületoitlus süsivesikutega. — Gaasi tekkimine ja ta kahjulikud tagajärjed. — Mitmekesine toit. — Söö moodukalt! — Söögitabeli kokkuseadmine.

Töötades tarvitab keha jõudu. Kui keha on jõu tarvitanud, kust siis asemele saada? Uut jõudu tarvitatud jõu asemele annab meile toit. Nii on ka siis arusaadav, et inimesed, kes peavad rasket füüsilist tööd tegema, palju suuremat rõhku panevad toitmisel kui inimesed, kes vähe töötavad või kelle töös vähe kehalisi pingutusi. Samuti on ka siis arusaadav sama lugu sportimisel. Juba vanast ajast on teada, et on katsutud sportlaste võimeid toitmisevormide abil tõsta ja vanade kreeklaste spordiõpetajad andsid oma kasvandikkudele selles suunas kindlaid teadmisi ja õpetusi.

Kui meie tänapäev sellest suurest teadusala „toitmine“ eristame selle osa, mis spordile kindlasti tarvitlik, siis kerkivad esile kolm küsimust, mida tahan siin käsitada.

- 1) Kuidas peab sööma?
- 2) Mida peab sportlane sööma? ja
- 3) Kuipalju peab sportimisel sööma?

Üks vanasõna ütleb: „Mis hästi näritud, see pool seeditud.“ See vana reegel jääb aga kahjuliks väga sageli tähelepanemata, sest inimestel on sel sajandil sääraselt kiire tempo, et neil pole aega süüagi. Söögipalad neelatakse tervelt alla, nii et seedimisvedelikud mõjuvad toidule ainult pealispinnalt ja toit seedib ainult pealt, kuna suurem hulk seedimatult sooltesse valgub, kus algab siis käärimine ja tekivad gaasid, mille mõjust pärastpoole räägima. Mitterahuldav närimine raskendab seedimisprotsessi veel teisel põhjusel. Närimisel eristatakse sülge, millega siis toit läbi leotatakse ja kaetakse. Seeläbi võimaldub toidul kerge allaminek söögikõrist (joomine osutub tarbetuks) ja et seedimisprotsess algab juba suus, siis kasutatakse ka toit täielikult ära, sest seedimine on nüüd suurel määral kergendatud. Peale selle ärritab rikkalik süljeeristamine reflektorselt näärmeid, mis valmistavad seedimisvedelikke ja seeditav toit saab rikkalikult niisutatud. Kui seda ei sünni, siis jääb toit asjatult kauaks makku või läheb väheseeditatult edasi ja temast ei ole organismil mingit kasu. Ainult kahju teeb ta, sest koormab ilmaaegu tööga organismi.

Millepärast veel sageli toit närimatult ja kiirelt alla neelatakse on väärkomme, et söögi ajal loetakse. Selle ebaviisakuse eest perenaise ja lauasõprade vastu trahvitakse teda seega, et ta peab kannatama seedimisriikete all, ja toit, mida ta sööb ei anna talle kuigi palju energiat. Kas kellelgi on tõesti niisugune töö, mis ei lase aega süüa, korralikult, siis söögu parem vähe, nii et söödud toidu energia hulk täiesti kasutatakse.

Küsimust, missugune peab toit olema, peab vaatlema kahelt seisukohalt. Toit peab olema maitsev ja vastama erilistele otstarvetele, nimelt: kergeltseeditav ja suuremat energiahulka sisaldav. Et toit oleks maitsev, see on rippuv kokakunstist, — perenaisest — ja omab väga suure tähtsuse; vastutahtmist söödud toidud seeditakse halvasti, sest söömise ajal ei eristu seedimisvedelikku. Igaüks teab ju, et hästimaitsvat toit juba vaadeldes või isegi kujutledes ajab „suu vett jooksma“. Nii siis, süües maitsev toit leotub suure hulga seedimisvedelikega ja süljega, mis pärast ka kasulikult ära tarvitatakse.

Näärmete ärritamiseks, s. t. toidu maitsevaks, ihaldatavaks tegemiseks tarvitatakse vürtse (muidugi individuaalse maitseuuna järel), mille tarvitamisel ka oma piir peab olema. See ei kõlba, et iga sööki vürtsitakse. Üks abinõu, millega head söögiisu tekitatakse ja alal hoitakse, on puhtalt kaetud laud, valge lina jne., üks iseenesest väga arusaadav nõue, mis aga kahjuks sageli tähele panemata jäetakse.

Kui vaadelda toitu kui energiaallikat, siis on igale inimesele kolm põhianet tarvitlikud: muunavalge, mis läheb tarvis kulunud või kasvavate kehaosade ehitamiseks, rasv ja süsivesikud (suhkruained) kui põletisained lihastetöö juures.

Suurilinlane, kes alati istudes töötab, kannatab ületoitluse all süsivesikinikutest. Need hulgad saia, kooke, suhkruaineid, jahutoite ja kartulid võib tarvitada ja kasutada ainult inimese, kes päeva otsa rasket kehalikku tööd teeb, nagu maatöölise. Temaga ei või võrrelda ka sportlast, kes palju treenerib. Üleliigselt süsivesikute tarvitamisel ei suuda magu kõike seedida ja saadab kasutamata ained sooltesse. Siin hakkavad nad käärima ja sünnitavad gaasi, mis on põhjuseks kõigile võimalikele pahedele. Kõrvetuste (kurgus), rõhatuste ja puhutuste kõrval tulevad veel kõrvalmõjud südamele ja kopsudele, mis on sama ebameeldivad. Gaasidel on füüsikaline omadus, laienduda, paisuda ja oma kerge kaalu tõttu nii kõrgesse tõusta kui võimalik. Nii siis, gaas tungib soolte kõrgematesse osadesse, nimelt vastu vaheliha ja avaldub survet vaheliha kaudu südamele, asetades selle surutud olekusse, mis muidugi südame tööd suuresti takistab ja raskendab. Siia juure tuleb veel asjaolu, et gaaside ülespoole tungiv rõhuline diafragmahingamist takistab, tehes selle peaaegu võimatuks. Sageli võib kuulda hingamistakistustest sportlaste juures ja puudulik hingamine vähendab suurel määral sportlase võimeid.

Väljaheitmise rikked, mis ka selle tagajärg, ei takista mitte ainult liikuvust (tõkkejooksu, hüppamist, aerutamist jne.), vaid kogub ka ilmaaegu surnud koormat, mis mingit kasu ei too. Sellega rakendub jõutagavara mittevajalikkule tööle, mida mitme spordiharu alal oleks võinud kasutada.

Nii siis, meile näib, et rikkalik süsivesikute tarvitamine (läbisegi võttes) kohane ei olegi. Inimesed, kes peavad kauakestvat tööd tegema, nagu pikamaa jooksjad, teavad, et nad peavad olema varustatud küllaldaselt suhkruainetega, millest nad ammutavad kõige kergemal viisil energiat. Seda saab aga koguda vastavalt toitude abil 1—2 päevaga.

Üldiselt eelistatakse mitmekesist toitu, milles aiavili domineerib. On ka soovitat, et frukte tarvitatakse kompotina, sest paljude fruktide koored (nagu õunte, pirnide jne.) on rasked seedida inimese soole, kes palju treenerivad, sest nimetatud koorel sisalduvad teatavaid happed.

Juba ülevalpool nimetasin, et vedelikkude tarvitamine söömise ajal seedimisele kuigi soodus ei ole. Seedimisvedelikud selleläbi lahjendatakse ja tehakse töövõimetuks nii, et toit pooleldi seedimata jääb. Siia juure tuleb veel see, et vedelikkude juurevoolul keha koed täis imuvad ja niimoodi keha saab asjata koormatud. Ei pea ka unustama, et vedelikkude üleliigne juurevool vereringvoolu takistab, koormab.

Järg 8. lhk.

## Möödapääsmatuks vajaduseks

on igal sportlasel olla E, Spordilehe lugeja. Ainult sel teel on tal kindlustatud tulusate näpunäidete ja värskete uudiste saamine.



# Korrektuuri olümpia protokollidele!

## Amsterdami poksiskandaalide järelhelid.

Kui Amsterdami maadluskonkurentisiski kohtunikke poolt rohkesti valeotsusi tehti, ei kannata need ometigi võrdlustki poksivõistlustega, kus kohtunikke omavoli ja parteilikkus kokkas kõige ülemal määral. Tagantjärele on nüüd ajakirjanduses olümpia poksivõistluste kohta õige sapist kriitikat kuulda olnud ja ei puudu isegi lehti, kes oma vaatevinkli kohaselt võitjate ümberhinnangu võtavad kätte. Väga objektiivne on sellise ümberhindajana Norra spordileht, kelle vaateid ei ole meil seepärast ka huvitusetu tuua.

Meeletuletuseks märgime kõigepealt siinkohal veel poksivõistluste võitjate nimestiku, nagu see olümpia protokollidesse jäädvustati: Kärbeskaal — 1. Kocsis, Ungari; 2. Apelle, Prantsuse; 3. Cavagnoli, Itaalia. Kukk-kaal — 1. Tamagnini, Itaalia; 2. Daley, Ameerika; 3. Isaacs, L.-Aafrika. Sulgkaal — 1. Van Klaveren, Holland; 2. Peralta, Argentiina; 3. Devine, Ameerika. Kergekaal — 1. Orlandi, Itaalia; 2. Halaiko, Ameerika; 3. Berggren, Rootsi. Kergekeskkaal — 1. Morgan, U.-Meremaa; 2. Landini, Argentiina; 3. Smillie, Kanada. Keskkal — 1. Toscani, Itaalia; 2. Hermanek, Tšehhoslovakkia; 3. Steyaert, Belgia. Poolraskekaal — 1. Avendano, Argentiina; 2. Pistulla, Saksa; 3. Miljon, Holland. Raskekaal — 1. Rodriguez, Argentiina; 2. Ramm, Rootsi; 3. Michaelsen, Taani.

Norra leht kirjutab järgmist:

Sulgkaalu oli raske otsustada. Igatahes olid kaalu viis paremat: Kocsis (Ungari), Apelle (Prantsuse), Miller (Ameerika), Bohman (Rootsi) ja Nielsen (Norra). Kolm viimast tunnistati kaotajateks kohe esimese matschi järele. Apelle poksis hästi finaalis, kuid ei seisa kaugeltki sel kõrgusel, kui kolm nimetatut. Miller näitas hiilgavat tehnikat inglise koolis, kuid oleks siiski vist kaotanud neile, kellele õieti kohad oleks kuulnud. Kocsis väärrib oma võidutahtega olümpia tiitli, kuid temale järgmised mehed oleksid õigete otsustuste puhul pidanud olema Bohman ja Nielsen.

Sulgkaalu olümpiameister Klaveren ei olnud mingi klassipoksija. Ta sai kaks armuvõitu kohtunikudelt ja ei oleks tohtinud pääseda poolfinaaligi. Argentiinlane Peralta oli kaalu parim ja ta kaotus finaalis Klaverenile oli turniiri narrimaid otsusi.

Et itaallane Toscani tuli olümpiavõitjaks, oli olümpiaadi suurimaid skandaale. Ta kaotas punktidega puhtalt rootslasele Kjällanderile ja see omakorda Hermanekile. Ameeriklane Henderson oli aga kaalu parim. Ka argentiinlane Curi oli hea, kuid tal ei jatkunud kunagi vastupidavust kolmandaks roundiks.

Poolraskekaal oli kõige nõrgem. Head poksi polnud pea sugugi. Avendano võis selles segases vees siiski eelistada, kuid teiseks tulnud Pistulla kohmakas kraaplemine ei olnud üldse poks.

Raskekaal oli kõige närvekõditavam. Rootslase Rammi ja norralase Sördsali matsch oli kõige tugevam. On kahju, et Sördsal välja langes, kuna ta oleks suutnud ka Rodriguezi võita, mida Ramm oma vigastuse tõttu ei saanud.

Norra lehe arvates oleks kohtunikud õigete otsuste puhul pidanud võitjate nimestik nägema välja järgmine: Kärbeskaal — 1. Kocsis, Ungari; 2. Bohman, Rootsi; 3. Nielsen, Norra. Kukk-kaal — 1. Tamagnini, Itaalia; 2. Daley, Ameerika; 3. Isaacs, L.-Aafrika. Sulgkaal — 1. Peralta, Argentiina; 2. Madsen, Taani; 3. Devine, Ameerika. Kergekaal — 1. Halaiko, Ameerika; 2. Orlandi, Itaalia; 3. Berggren, Rootsi. Kergekeskkaal — 1. Morgan, U.-Meremaa; 2. Landini, Argentiina; 3. Lown, Ameerika. Keskkal — 1. Henderson, Ameerika; 2. Hermanek, Tšehhoslovakkia; 3. Curi, Argentiina. Poolraskekaal — 1. Avendano, Argentiina; 2. Miljon, Holland; 3. Johansson, Rootsi. Raskekaal — 1. Ramm, Rootsi; 2. Sördsal, Norra; 3. Rodriguez, Argentiina.

Selle nimestiku kohaselt väheneks Itaalia punktide arv 10 pealt viiele, Argentiina jääks oma 10 peale, kuigi meeste nimedes muutusi, Ameerika punktid tõuseksid 5-lt 10-le ja Rootsil 3-lt 7-le.

## Mis meie suudame...

(2. lhk. järg.)

hutav, kui öelda, et Los Angelesi katsevõistlustel heidavad meil 3—4 meest 47—49 meetrit ketast, tõukavad 15½ kuni 16 meetrit kuuli, viskavad 65—70 meetrit oda. Seda on veidi raske uskuda, — kuid kes suutis möödunud aastal uskuda meie tänavusi hiilgetagajärgi.

Ja naised! Naistest tahame meie kindlasti näha kaugushüppe, kettaheitte ja ka keskmajooksu võitjaid. Kes ei usu, vaadaku ainult ringi.

Ja nüüd lõpuks. — Meie väljavaated on kõige paremad, Los Angelesis isegi hiilgavamad kui kunagi varem. Meil on veel võistluskarastatud vana kaardiväge, kes oma suurima küpsuse just selleks ajaks omandab ja kavakindla treeninguga jõuame meie parajasti praegustest lootustandvatest noortest kasvatada esmajärgulisi olümpiajõude. Hakkame vaid pihta!

— Hans Haas, Austria kergekaalu suurtõstja, kes Amsterdamsis ühes sakslase Helbigiga esimese koha poolitas, tõukas Viinis kahega 137,5 kg., mis uus ilmarekord. Amsterdamsis tõukasid nii Haas kui Helbig 135 kg. 137,5 kg., mis Haasile ülekaalu oleks toonud, ei jäänud tal raskuse fikseerimisel pidama.

— Arne Peterson hüppas Norras teivast 3.70, mis parim tagajärg seal peale Hoffi aegu.

— Noël püstitas uue Prantsuse rekordi kettaheitel tagajärjega 45.18.

— Uue Läti rekordi kõrgushüppes püstitas I. Dimze tagajärjega 1,79 m. Kuuli tõukas Rozenbergs 13,56 ja Dimze 13,20 m. Kaugust hüppas Jekals 6,52, Bergs 6,49 ja Reedzits 6,35 m.

## Vincas läheb elukutseliseks.

13. skp. peeti Kaunases jalgp. esind. erakorraline liidu koosolek. Otsustamisele tuli süüdistus jalgpalli liidu esimehe hra Ardickase vastu. Koosolekule ei olnud hra Ardickas ise ilmunud. Valiti kolmeliikmeline komisjon, kes peab süüdistuse läbi vaatama ja 15. okt. ettekandma. Seni otsustati hra Ardickat asjaajamisest tagandada.

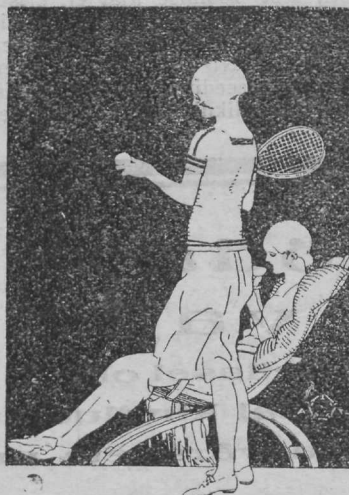
LDS pidas oma 5 a. juubeli. Muuseas poksis Vincas Königsbergi meistri Hinzmanni vastu, võites punktidega. Vincas murdis seal juures oma parema käe sõrme.

Vincas hakkab elukutseliseks poksijaks, on 5. a. peale lepingu sõlminud Jonny Burkley'ga.

Joh. Holsman.

## E. Rähn

hüppas töölisspordi esivõistlustel kaugust 6.92, kolmikut 13.83 ja kõrgust 1.67.



Praegune aeg oma tööga nõuab palju jõudu, — rohkem kui suudame anda organismile tarvitades harilikku toitu.

Iga hommiku eineks tass „Ovomaltine'i“ on tervisele kasulik ja tõstab sportlist võimet.

Nii on **OVOMALTINE** päämiselt spordimehe toiduks.

# O. ü. „ESTO“

Tallinn, Pikk t. 47, tel. 10-02

Soovitab kõiksugu spordibinõusid parimatest kodu- ja välismaa tehastest.

Välismaalt kohale jõudnud ping-pongi kummiga kaetud reketid.

Ladus suuremal arvul spordikirjandus.

## Kuidas süüa.

(7. lhk. järg.)

Kolmas küsimus, mis meil üles seatud oli, on üsna lihtne. Peab ütleva, et ka sportlased liig palju söövad. Nii palju, kui meil läbisegi süüakse, ei ole sugugi jõu alahoidmiseks vajalik. See on juba vana kogemus, et inimesed, kes väga rikkalikult toidetud on, mitte kunagi selliseid resultate omas töös ei saavuta, kui need inimesed, kes lihtsalt elavad ja lihtsat toitu söövad. Selle põhjuseid nimetasin juba varem (täiskõht takistab liigutusi tegemast, asjatu koorma kandmine tarvitab jõudu jne.).

Väga suure tähtsuse omab järgmine asi: Iga tegevus, nii peaaegu tegevus kui ka lihaste tegevus, vajab energiat, jõudu, mida toob vereringvool. Meie keha ei sisalda aga nii palju verd, et igale poole korraga tarvilik hulk saabuks. Seepärast ei saa meie peale söömist ei võimaliselt ega kehaliselt palju töötada, sest veri läheb tarvis seedimistööks. Sagedase söömise puhul on veri alati seedimisorganite teenistuses ja inimene ei saa oma jõudu kunagi muule tööle rakendada. Ja ümberpöörult, ka seedimisprotsess on takistatud, kui inimene peale söögi teeb muud tööd, oma jõu mujale koondab.

Toidu tarve võib küllaldaselt kaetud olla, kui inimene kolm korda päevas sööb:

h o m m i k u l : üks suur tass kohvi piimaga või muud jooki ja kaks võileiba ehk marmelaad-leiba;

l õ u n a k s : 100—150 grammi liha, 5—6 kartulit, juurevilja või salatit;

õ h t u l : kolm võileiba puuviljaga.

Õhtu- ja lõunasööke peab sageli elukutselistel põhjustel vahetama, millel aga kuigi suurt tähtsust pole. Hoitagu aga selle eest, et vaheaegadel mitte ei maistata, sest see rikub ilma aegu isu ja ei anna aega seedimisorganidel puhata.

Dr. H. Hoske, Berliin.