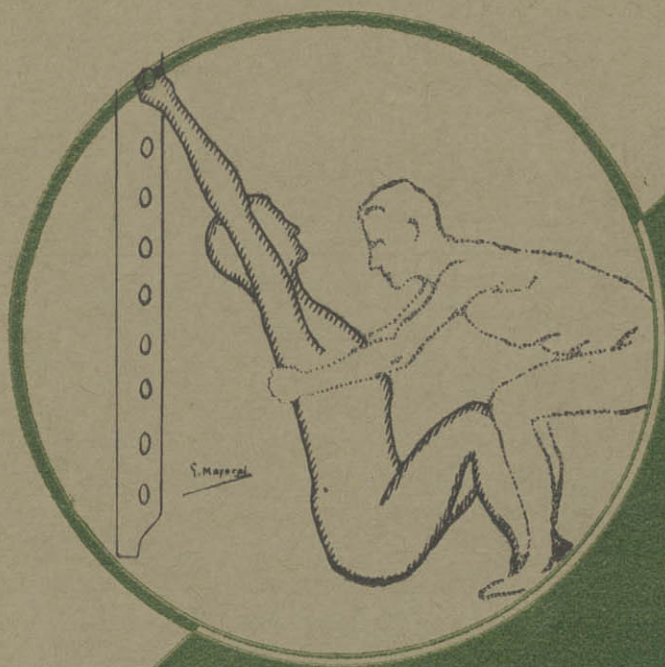


12

S. A. E.

12



Revista
de
EDUCACION
FISICA
MAYO

Signatura:

222

9

Los mejores artículos para

**ATLETISMO
DEPORTE Y
GIMNASIA,**

los vende la

CASA MELILLA

Barquillo, 6

MADRID

Fabricación propia, la más antigua de España. Proveedora de la Escuela Central de Gimnasia, Escuela Naval Militar, Academias Militares y Civiles, Regimientos, Unidades de la Armada y Sociedades de primera categoría de toda España.

CATALOGOS Y TARIFAS A DISPOSICIÓN



SALUD ➤ AGILIDAD ➤ FUERZA
REVISTA DE EDUCACION FISICA
(DECLARADA DE UTILIDAD PARA EL EJÉRCITO POR O. C. DE 15 MARZO 1935)

Dirección: J. AGUT, Isla, 5, BURGOS

SUMARIO

LA JUNTA NACIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA

ALGO SOBRE EDUCACIÓN PREMILITAR (Conclusión).—José G.^a Colomo.
CULTURA FÍSICA, INTELECTUAL Y MORAL (Conclusión).—E. Gayo Cardeñoso.

ESCUELAS DE ESQUÍ.—Federico Inglés.

CRÓNICA.—Ejemplo a imitar.

APARATOS DE GIMNASIA Y DEPORTES

HISTORIA DEL JIU-JITSU.—De la obra del Capitán Badenas «Deportes de combate», de la E. C. de Gimnasia.

ACTUALIDADES:

Parques infantiles.

La Legua Española.

CORRESPONDENCIA.

DIBUJOS.—Pedrero y Mayoral.

CARICATURA.—S. Vizcaíno.

DIBUJO HUMORÍSTICO.—Silverio.



R. 224



Es una Revista que tiene por finalidad propagar ideas provechosas sobre educación física, para orientar y enlazar a todos los verdaderos aficionados a ella.

Su publicación normal será mensual y sus ingresos, importe de suscripciones y anuncios, se aplicarán exclusivamente a su mejoramiento.

Los trabajos de colaboración firmados, con indicación de ser inéditos, copia o traducción, se dirigirán a esta Dirección, respondiendo sus autores de su contenido. La publicación de ellos se hará teniendo en cuenta su oportunidad y conveniencia.

De todo libro remitido por su autor se hará un juicio crítico o nota bibliográfica, anunciándose gratis.

Se tratará de tener en cuenta los adelantos publicados por Revistas nacionales extranjeras, procurando su intercambio.

Toledo, Abril, 1934.

*Villalba.—Marín.—Casal.—Hermosa.—Algara.
—De la Iglesia.—Agut.—Alvarex.*

~~~~~  
D. ....

..... que vive en .....

Calle ..... n.º ....., se

suscribe a la Revista «SALUD, AGILIDAD Y  
FUERZA», con la cuota mensual de UNA PESETA.

..... de ..... de 1935



# La Junta Nacional de Educación física



**E**N una reciente disposición de la *Gaceta* ha sido creada por el Ministerio de Instrucción Pública y Bellas Artes, la Junta Nacional de Educación Física para estudiar la organización de esta importante rama de la educación en todos los grados de la enseñanza, así como para proponer a la Superioridad cuanto crea conveniente a fin de que el Estado pueda vigilar e inspeccionar las actividades de las Sociedades Gimnásticas y Deportivas, reglamentando su funcionamiento y estimulándole con subvenciones o premios.

Preside dicha Junta D. Pedro Miñor Rivas, Licenciado en Medicina.

Son sus Vocales:

El Decano de la Facultad de Medicina de Madrid;

El Director de la Escuela Central de Gimnasia de Toledo;

El Presidente del Comité Olímpico Español;

Un Profesor numerario de Educación Física de Instituto Nacional de segunda enseñanza;

D. Ricardo Villalba Rubio, Comandante de Infantería;

D. Blas Cabrera Sánchez, Profesor de la Facultad de Medicina;

D. Ricardo Zamora;

D. Rafael Benedito Vives, y

D. Esteban Vélez Calderón, Licenciado en Medicina.

Secretario: D. Ruperto Fontanilla García, Oficial de la Secretaría técnica del Ministerio.

El indiscutible acierto en la elección de cuantas personas constituyen esta Junta Nacional, hace preveer que su gestión será altamente eficaz para la cultura física, la que en breve plazo abandonará su injustificada postergación para ocupar el preferente lugar que le corresponde.



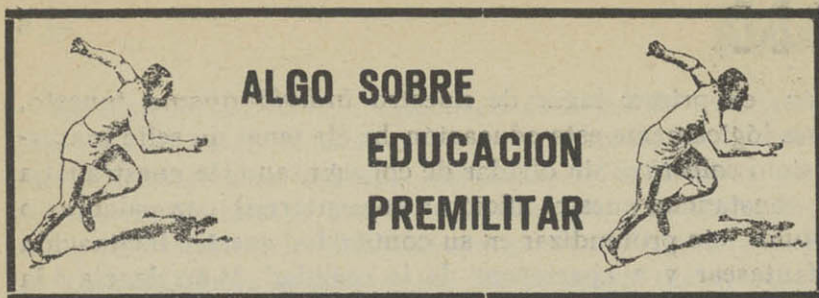
---

---

*El niño necesita de alegría, como la planta de luz.—*  
LAGRANGE.

---

---



(Conclusión)

**E**STE organismo pudiera ser una Subsecretaría o Dirección General (el nombre es lo de menos) y no hay que olvidar que la eficacia de una Comisión o Comité no depende del número de sus miembros ni de lo elevado y aparatoso de sus títulos, sino del sentido de realidad y entusiasmo de que estén dotados, y de que sus dictámenes o sugerencias sean apoyados por quien pueda hacerlos llevar a la práctica en los varios departamentos.

La orientación técnica deberá ser una y firme, y nadie más calificado para servirla de eje que la Escuela Central de Gimnasia, que ha producido un plantel de Profesores, cuya cantidad y calidad permite confiar en que sean capaces de llenar tal misión. Se ocurre desde luego que es necesario preparar en gran escala a los maestros nacionales, catedráticos de Instituto y de Universidades, definiendo concretamente la doctrina oficial, ya que el todo ha de ser un programa general de educación nacional; y que se trata de una empresa a largo plazo, que exigirá mucha constancia y cuyos resultados no pueden ser repentinos ni siquiera rápidos. Es indudable que en su aspecto psicológico, esta Educación ha de tener un marcado carácter de exaltación nacionalista, en el estricto y puro sentido de esta palabra, de sano patriotismo, de glorificación de nuestras virtudes raciales y de los hechos de nuestra abandonada Historia, de señalamiento discreto de nuestros defectos, y de su corrección paulatina por la educa-

ción, en primer lugar de nuestro *individualismo* funesto, pues lógicamente esta educación ha de tener un sello marcadísimo *colectivo*; sin olvidar de corregir también nuestra falta de constancia, nuestra afición a contentarnos con palabras o rótulos, sin profundizar en su contenido, nuestra inclinación a fantasear y a apartarnos de la realidad, la tendencia a la murmuración y a la indisciplina, con olvido en cambio del espíritu de independencia y de iniciativa en los casos en que sería plausible, y cuidando también de desarrollar la confianza en sí mismo y extirpar la inclinación a la intriga y el favor.

Los Ministerios de Guerra y Marina, que directamente y en primer lugar van a beneficiar de los resultados de esta institución, al disponer de unos reclutas más instruídos en su aspecto ciudadano, y de capacidad física, deben naturalmente apoyarla con todos sus medios, y no perderla de vista. Determinarán en primer lugar las ventajas que hayan de ser concedidas a los que posean en grado mayor o menor esta instrucción, cuestión muy interesante, pues no debemos olvidar la realidad, y que el interés por adquirirla, aparte del móvil patriótico, será el obtener alguna ventaja personal: reducción del tiempo de servicio, ascensos a clases de tropa, ventajas para ascenso a Oficial de Complemento, etc.

La instrucción primaria, dada por el maestro en las Escuelas Nacionales deberá contener con carácter obligatorio, en el mismo concepto que todos los conocimientos comprendidos en ella, los de índole militar elementales suficientes para que cualquier ciudadano que haya pasado por la escuela sepa lo que es el Ejército, la Marina y todos los elementos de defensa nacional, tenga de ésta una idea elemental, de la situación de España, de sus fronteras y aspiraciones, del terreno nacional, una *interpretación española* de la Historia, y una noción elemental de los deberes militares del ciudadano y de la manera de cumplirlos, de la misma manera que todo el que haya pasado por una escuela debe conocer la estructura del país y su organización, sus derechos y deberes como ciudadano.

La instrucción en los Institutos de segunda enseñanza debe aspirar a algo de más importancia, pensando en que los que adquieran esta segunda enseñanza, y más tarde una carrera universitaria o profesión intelectual cualquiera, han de ser naturalmente los oficiales del porvenir, han de poseer los conocimientos militares que les permitan rápidamente, con una breve práctica, convertirse en los oficiales subalternos, de complemento, en los conductores de sus conciudadanos. Ello exigirá una verdadera asignatura de preparación militar, que atienda a la formación *espiritual*, y además proporcione a todo el que adquiera la segunda enseñanza un conocimiento suficientemente detallado de los organismos militares, de las grandes unidades, de las armas y su manera de actuar, de todos los medios de hacer la guerra, de la misión del oficial en el combate y en la sociedad...

Por último, en el escalón superior o universitario deberán confirmarse definitivamente los conocimientos antes citados, y atenderse también a una cuestión interesante, la formación de una mentalidad y una conciencia *nacional*, de una doctrina de la intelectualidad española, positiva, interpretadora y definidora de nuestra historia, de las ciencias sociales, morales y políticas, económicas, etc., desde un *punto de vista español*...

En cuanto a los ejercicios físicos... tienen la palabra los entendidos en ello, a fin de que quedara graduado oficialmente lo que debe pedirse a los niños, a los adolescentes, y a los adultos, según su edad. Las disposiciones sobre ejercicios físicos deberán tener carácter obligatorio (hasta donde ello sea posible para los mayores) y formar un programa adoptado oficialmente para todo el país, sin excluir a los hombres de cualquier edad, ni a las mujeres, ya que a todos alcanza su beneficio y su necesidad. La propaganda por todos los medios, especialmente por las clases sanitarias, las medidas para convencer primero, y obligar después, mediante certificados exigibles en determinadas circunstancias, como se hace hoy con la vacuna antivariolosa, deberán tener gran desarrollo.

Creemos que el intentar colocar un Jefe u Oficial en cada partido judicial y que éste logre que hagan gimnasia los vecinos de los pueblos y lleven una vida higiénica, sería aparte del gasto enorme que significaría, algo como intentar guardar agua en una cesta. Pensemos en la realidad: Los ricos, los desocupados de los pueblos, aún podrán acudir vencida su instintiva desconfianza y su inercia, mientras no se aburran demasiado o piensen obtener algún beneficio; pero los pobres, los que trabajan de sol a sol todos los días, incluso los domingos, viven pobremente y muchas veces no comen todo lo necesario; esos difícilmente se tomarán tales molestias. Este camino, pues, sería infructuoso; hay que coger el más largo, el de la educación en la escuela, y sembrar, sembrar mucho, para recoger algo.

Sin duda, algo podría hacerse con los mayores por medio de *misiones*, empleadas estos tiempos para cosas literarias, en las que se trate de atraer, con el «cine» (no olvidemos el cine, atractivo máximo de las multitudes), con gráficos, con datos estadísticos, con conferencias amenas, para ir infiltrando en la masa campesina los conceptos morales y culturales ya expresados, y a la vez los de educación física, higiene, lucha contra las enfermedades contagiosas, contra la tuberculosis, el alcoholismo... en suma una verdadera cruzada de cultura. Pero esto es lento, muy lento, y en ello habrá ocasión de acreditar la fe más acendrada y el entusiasmo más templado.

La organización, creemos que debiera ser provincial, y con carácter de *inspección*. Algunos funcionarios militares o civiles (magnífica ocasión de emplear a todos esos oficiales que se decía que sobraban) y singularmente profesores titulados de educación física y sus auxiliares o monitores, en cada provincia, a las órdenes del Gobernador Civil, Jefe de todos los aspectos de la vida administrativa, y dotados de medios para suplir con su movilidad y su actividad su número escaso, inspeccionando las escuelas, los institutos, las sociedades deportivas, etc., etc., estableciendo clases públicas de

gimnasia, divulgando conocimientos, organizando fiestas y concursos, etc., una gama variadísima de actividad. Estos organismos provinciales, con el apoyo de los Gobernadores Civiles, los Alcaldes, Inspectores de Enseñanza, de Trabajo, de Sanidad Provincial, etc., en contacto estrecho con las sociedades deportivas, con las entidades todas que puedan ayudar y contando con carácter general con buscar el calor de la opinión y el apoyo oficial, en forma de presión cuando sea necesario, para dotar de medios, de campos, de material, de premios, etc., (un pequeño impuesto o un sello sobre ciertos espectáculos que como el Foot-ball alcanzan gran popularidad sería cómodo y productivo expediente para obtener recursos; es sabido que la Ópera de Milán, cuyo sostenimiento supone una pesada carga para el Estado, como todas las óperas, se ayuda con un pequeño impuesto sobre las entradas de cine). En fin, con estas normas y estos medios en manos de personas entendidas y llenas de entusiasmo y constancia se podría, al cabo del tiempo que irremisiblemente requiere toda obra humana, conseguir un beneficio enorme para la raza, y por consiguiente para España. Piensen en ello los que sientan estas cuestiones y se vean atraídos por estos anhelos y sean aficionados a estos estudios. En cuanto a los que no comprendan la necesidad ni la utilidad de todo esto, no sientan estas inquietudes patrióticas, ni se inclinen a ninguna actividad, y se conformen fácilmente con vegetar y dejar pasar el tiempo, esos.... son dignos de compasión.

Y terminemos haciendo notar como al principio, que esta cuestión no podrá ser planteada ni resuelta sino en un ambiente de fe, de optimismo, de actividad nacional, de patriotismo, en una palabra, y con un espíritu de dignidad colectiva que decida a los ciudadanos a todos los sacrificios que son necesarios para la fortaleza y la defensa nacional.

JOSÉ GARCÍA COLOMO



## CULTURA FÍSICA, INTELLECTUAL Y MORAL



### Conclusión

**P**ERO como el hombre es también un ser racional, para explicarnos su naturaleza completa, tenemos que recurrir al psicólogo filósofo, quien partiendo precisamente de los conocimientos proporcionados por las ciencias positivas o experimentales, pasa, ratiocinando, a la explicación causal de las actividades vegetativas, sensitivas e inorgánicas del hombre, que no pueden proceder de las fuerzas físico-químicas de la materia, ni tampoco de la organización, y establece con certeza la existencia del alma humana o principio de la vida vegetativa, sensitiva y racional; sus atributos o substancialidad, espiritualidad y unicidad; la naturaleza de sus relaciones con el cuerpo, o unión substancial; su origen, o creacionismo; y, por último, su fin o inmortalidad.

He aquí, en síntesis, las tres maneras de conocer al hombre, que han de llevarnos al estudio completo de su *cultura física, intelectual y moral*.

La palabra *cultura* procede etimológicamente del nombre *cultura*, derivado a su vez del verbo *colere*, cultivar.

En sentido figurado podemos considerarla como el resultado de haber ejercitado el hombre su entendimiento en cultivar los conocimientos humanos; y en sentido sociológico, es uno de los elementos integrantes de la civilización. Ésta comprende el progreso material y el moral de los pueblos; pero la cultura sólo dice relación a este último, que, a su vez, abarca la instrucción y la educación. Refiérese la primera al desarrollo y

cultivo de la inteligencia, y la segunda a la disciplina de la voluntad. He aquí por qué nos es necesario estudiar los conceptos de educación e instrucción para comprender de un modo más completo el de cultura.

Se deriva la palabra educación del nombre latino *educatio*, que a su vez procede de los verbos *educare* y *educere*, que significan criar, cuidar, alimentar, sacar, extraer, conducir. En el lenguaje corriente, educar, desarrollar, cultivar se consideran como expresiones sinónimas.

La definición más antigua que acerca de la educación conocemos, pertenece a Platón: «Dar al cuerpo y al alma toda la belleza y perfección de que son capaces»; siguiéndola, quizá, la de S. Pablo. «Hacer al hombre de Dios y formarle para toda obra buena». Pero modernamente ha sido definida por filósofos y pedagogos de todas las escuelas y de todos los tiempos.

Según Rousseau, el filósofo ginebrino (1712-1778), la educación es el arte de educar a los niños y formar a los hombres.

Para su discípulo Kant, el filósofo de Königsberg (1724-1804) el hombre tan sólo por la educación puede llegar a ser hombre.

Según Pestalozzi, el filántropo de Zurich, (1746-1827), el objeto de la educación es guiar al niño hacia la verdadera humanidad, haciendo de él un hombre completo.

Para Hervart (1776-1841), la educación es el arte de construir, de edificar y de dar las formas necesarias. Piensa también que no hay educación sin instrucción.

Stuar Mill (1806-1873) dice que la educación incluye cuanto hacemos nosotros mismos por nosotros y hacen por nosotros los demás, con el fin expreso de acercarnos a la perfección de nuestra naturaleza.

Nuestro Manjón (1846-1923) considera a la educación como una segunda creación, y dice que es el cultivo y desarrollo de cuantos gérmenes de perfección física y espiritual ha puesto Dios en el hombre, con el intento de hacer hombres perfectos con la perfección que cuadra a su doble naturaleza espiritual y corporal, en relación con su doble destino temporal y eterno.

Y por fin, D. Rufino Blanco y Sánchez, ha reunido así varias

definiciones: Educación es desenvolvimiento de las facultades o potencias del hombre (por sí o por otro) por medio del ejercicio, preparándole para la vida, a fin de que consiga la mayor felicidad posible.

La educación y la instrucción no son en el fondo enteramente distintas, como algunos han pretendido.

La instrucción es la acción de instruir o instruirse, es el caudal de conocimientos adquiridos, y sólo se diferencia de la educación como la parte del todo, ya que la educación comprende, además de la instrucción, la educación física y la moral. A veces también se oponen dichos conceptos, cuando la educación designa el desarrollo de los hábitos de carácter, conducta y moralidad.

Como la educación se ocupa del completo desenvolvimiento de todas nuestras facultades, abraza, por tanto, el desarrollo íntegro de nuestra naturaleza. No así la instrucción, que se concreta a acumular conocimientos y suministrárselos a la inteligencia. La educación desarrolla los gérmenes que ya existen en el educando; la instrucción da el conocimiento formado, es obra de comunicación y acumulación. La educación es el todo del perfeccionamiento del hombre; la instrucción es sólo una parte, un complemento de la educación.

Ya ligeramente explicados los conceptos de educación e instrucción, podemos armonizarles y englobarles en otro concepto amplio que les comprende. En la cultura. Ya hemos indicado que las palabras educar, desarrollar, cultivar, etc., aplicadas a todas las facultades, son expresiones que se emplean como sinónimas hasta en el lenguaje pedagógico. Y aunque en el uso corriente y en el social, la palabra cultura suele emplearse en otros sentidos diferentes, como cuando se dice que tal persona posee gran cultura literaria o filosófica; que tal sujeto emplea un lenguaje culto o modales cultos; que tal pueblo tiene costumbres cultas y una cultura general muy elevada; sin embargo, nosotros vamos a usarla en el sentido pedagógico que acabamos de indicar, en el sentido de cultivar, desenvolver, educar las facultades del hombre.

Es, pues, éste el sujeto de la cultura que vamos a estudiar, el sujeto de la educación, y lo es, además en todas sus edades y condiciones, en todas las circunstancias de la vida y perteneciendo a todas las clases sociales, porque siempre es capaz de progreso.

El desarrollo de nuestras facultades no es un asunto discrecional, sino que es imperativo del deber de todo hombre, tanto desde el punto de vista social, como desde el moral y el religioso. Desde el social, porque el hombre inculto perjudica a sus conciudadanos y no aporta a la sociedad humana la utilidad y el bien a que ésta tiene derecho. Desde el moral, porque el bien sólo se ejecuta por amor a un ideal y éste sólo puede ser realizado por la educación, por la cultura. Y desde el religioso, porque la perfección de la criatura es un homenaje a su Creador.

El hombre, sujeto, como hemos dicho, de la cultura, es un animal racional, según dijo Aristóteles; no es ni ángel ni bestia, en frase de Pascal; es un ser sociable; es un ser que habla; es, por último, según lo define Bunge, un animal que aspira.

No es ni ángel ni bestia, porque, compuesto de luz y sombra, de Dios y arcilla, según canta el poeta, es decir, de espíritu y cuerpo, posee por el primero todas las facultades del mundo espiritual, y por el segundo, todos los órganos que concurren a la perfección de la vida física. Es un microcosmos, es una síntesis viva de la Naturaleza, es el ser armónico de la creación. En la escala zoológica corresponde al tipo de los vertebrados, suborden homínidos o bimanos, pero con características especiales que le separan de los antropoides. Y como, tanto por su cuerpo como por su espíritu, es superior a todos los seres que componen el reino animal, se ha pretendido formar con su especie un reino natural aparte de los otros tres: el reino hominal. No solamente se funda esta superioridad en su espíritu o alma racional, sino también —por lo que al cuerpo se refiere— en que todos sus órganos y funciones se desenvuelven armoniosamente, lo que no sucede en los demás animales. En la cualidad de *ser racional* se fundan los atributos esenciales y distintivos del hombre que sin ella no podrían explicarse, como son: la perso-



nalidad, el sentimiento moral, la libertad, la responsabilidad, el lenguaje, toda la vida racional y la perfectibilidad. Por estos atributos se dice que el hombre es un ser moral, religioso, político, científico, artístico, industrial; ser que está dotado de la facultad de hablar y es perfectible, progresivo y, por lo tanto, educable.

El desarrollo en los demás animales inferiores se llama adiestramiento; en las plantas, llámase cultivo, y como muchos autores niegan el nombre de educación al desarrollo físico, reservándole para la inteligencia y la parte moral, nosotros, sin entrar en controversias, vamos a designar el desarrollo completo del hombre con la palabra que encabeza nuestro tema: *Cultura*.

E. GAYO CARDEÑOSO.  
Maestro Nacional.




---

---

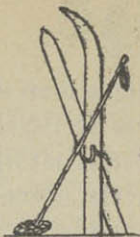
*El cerebro del niño está tan necesitado de placer, como su pulmón de oxígeno.*

---

---



## Escuelas de esquí



**A**DENTRÁNDONOS ligeramente y a grandes rasgos sobre lo que pudiéramos llamar la historia del esquí, es muy remota la aparición de éste utilitariamente con el hombre, pues se han encontrado fósiles en el norte de Asia que tenían a su lado, y según los arqueólogos con signos evidentes de haber hecho uso de ellos, unas tablas rudimentos de esquí; también han aparecido en los Cárpatos unos útiles parecidos, y ya más modernamente, en el siglo XVII, se señala el hecho de que de ellos se sirvieron las tropas suecas; y un poco más tarde en Europa, y durante el mismo siglo, y en lo que indudablemente a marchas sobre nieve se refería, se verificó la primera competición entre los países nórdicos, siempre en éstos por razón de necesidad de utilizar algo que permitiese andar sobre la nieve y abreviar la marcha por pequeños deslizamientos que sustituyan a los pasos de forzada marcha en lugares apropiados.

El esquí indudablemente adoptó mil variadas formas en armonía con las necesidades, condiciones de suelo, medios de construcción y otras imposiciones que su utilización hacía indicar en los distintos países, desde ser una tabla plana, ligeramente levantada por delante para evitar su introducción en la nieve y que arrancaba esta curva desde el mismo pie hasta terminar por detrás inmediatamente por debajo del talón, y evolucionando ya hasta terminar con el esquí actual, con sus divisiones y sus clases variadas según el empleo.

Modernamente dos escuelas se disputan la supremacía del esquí: son las originarias de Noruega y Austria, cada una tiene «palmarés» importantes que aducir a su pleito y son de caracte-

rísticas bien distintas, como no podía por menos de ser, ya que así es su topografía y su carácter y bien distinta su utilización; haremos un ligero estudio de ambas, y deduciremos sus diferencias esenciales y haremos unas consideraciones generales sobre adaptación más interesante a nosotros, y a cual debemos dar preponderancia.

Modernamente considerado, no cabe lugar a dudas que Noruega inventó el esquí y lógicamente creó una escuela en armonía a su terreno y carácter de sus habitantes; su topografía especial le ha hecho dar importancia principal a la marcha; la marcha por llano ha sido siempre de capital importancia en Noruega por sus necesidades en tan dilatado invierno, especialmente en el norte, su abundancia de nieve hace que ésta sea lo que aquí en España le llamamos «especial»; las fotografías que vemos de paisajes y de gente con esquí, nos muestra un «terreno» desconocido casi para nosotros; así nieve alta, blanda y polvorosa, sin ser pesada para el deslizamiento, buena para él y en dilatadas extensiones, que nos hace ver con envidia a los que tales paisajes pueden disfrutar.

Pero esta nación encastillada en su escuela, que busca siempre la extensión, orgullosa de su resultado, nada o muy poco ha hecho para generalizar sus conocimientos y menos aún para acoplar éstos, a un país que difiera en su suelo lo más mínimo del suyo; de aquí la poca extensión de ésta en el resto de Europa, que tuvo por necesidad que buscar el medio de adoptarse una manera de esquiar; que aunque distinta de la que pudiéramos llamar clásica, es más útil para ellos, y más en armonía con sus caracteres esenciales y diferenciales.

Consecuencia de esto, es el material que emplea: así, esquís largos y estrechos, ataduras que unen gran ligereza, poco espacio y fortaleza con mucha sujeción del pie en su tercio anterior, que las hace muy aptas para marchar y que en España conocemos con el nombre particular de ataduras de fondo; los bastones serán, aparte de los caracteres comunes a todos como son ligereza y fortaleza, largos, para permitir el uso de los distintos pasos de marcha que conocemos de la escuela clásica.

No puede negarse que los noruegos ganan todas las carreras; sería ingenuo negar esto; se destacan en el fondo y en el gran fondo como marchadores excepcionales, y así, recientemente, en una carrera de gran fondo, los cuatro primeros puestos han sido ellos; también destacan extraordinariamente en saltos, en los que logran «vuelos» de verdadera y extraordinaria importancia, ya que recientemente se ha pasado de los cien metros, siendo en éstos verdaderos maestros y su escuela única.

Sus clásicos, Telemark y Christiania, nos hacen pensar en esa nieve auténticamente noruega, en la que cabe y vale intentarlo todo, y en la preciosa huella del primero, todo belleza y armonía, pero que tan poco útil es para nosotros, que ya casi está desterrado, y sólo se conserva de esto un recuerdo que ya pasa a la categoría de «histórico», oyendósele llamar y considerar con algo de menosprecio, diciendo que pertenece a la «verdadera escuela».

Por su terreno tan distinto al nuestro, y temperamento nórdico tan opuesto al español, poco o nada de esta escuela podemos aplicarnos, teniendo que orientarnos a la otra, que le disputa la hegemonía, y que como veremos resulta para nosotros de más aplicación, pues ésta es más utilitaria, y tiene menos preocupaciones con el esquí de competición que ha hecho derivar a la escuela noruega del empleo utilitario del esquí.

La escuela austriaca, la de Arlberg fundada por Hannes Schneider en el pueblecillo de St. Antón ya es otra cosa; ésta toma el nombre de Arlberg de la región en que se encuentra enclavada; su pueblo originario es St. Antón y el fundador Hannes Schneider era un aldeano que teniendo por necesidad que moverse en un terreno que no es firme, tenía que emplear como medio de traslación el esquí; en un terreno que no era el noruego y temperamento que no era nórdico y tuvo que adaptar los conocimientos generales que se tenían del esquí a su manera especial de ser, vivir y desenvolverse, y de aquí salió lo que ya forma escuela, que usufructuamos casi todos los países de Europa, y así Italia, Francia, Alemania, etc.

Incluyo a España con gran optimismo, pues en nosotros,

como casi siempre nos sucede, obramos en todo por atavismo, haciendo las cosas por algo que leemos, un poco que vemos y luego... como nos parece.

Recientemente se han «importado» ya Profesores titulados especialmente de St. Antón, diplomados de la Arlberg que podían hacer algo, si nosotros hiciéramos algo por ellos; pues así ha habido profesor que apenas ha dado clases, no le ha compensado económicamente su estancia entre nosotros y lo más seguro es que no vuelva.

La garantía de enseñanza debe responder a un titulado profesor, con método pedagógico de enseñanza, y no a un excampeón, que ya une a generalmente un estilo anticuado, un desconocimiento absoluto en métodos de enseñanza, y así se ve a un formidable esquiador que nos maravilla con toda suerte de actitudes, que es un mediano, por no decir mal profesor, y otros en cambio que sin dejar de ser buenos esquiadores, no desconocen los métodos pedagógicos y la progresión de enseñanza y conocimiento de lo que dan de sí los alumnos, con los que consiguen en pocas lecciones resultados sorprendentes.

Volviendo a Hannes Schneider, este fundador de la Escuela de Arlberg, hoy profesor de ella y miembro importante de los tribunales del Estado; para proporcionar los títulos de profesor de esquí en Austria, es curioso saber que por fractura de pierna tiene una más corta, y a pesar de ello esquía que maravilla, y también para ver la importancia de estos exámenes allí, se presentaron a sufrirlos para adquirir el título más de 2.000 aspirantes, siendo eliminados más de las tres cuartas partes, y esto en una nación en que el nivel medio de los esquiadores es sencillamente elevadísimo.

La escuela austriaca, al encontrarse con terreno de grandes pendientes, brucas y muy variadas de accidentes, en donde indudablemente el esquiador adquiere grandes velocidades en el descenso, tuvo que variar la técnica clásica conocida y así bajar el centro de gravedad, y principalmente para una mejor distribución del peso, juntar los pies. Por su poca aplicación práctica y posibles accidentes, deshecha el Telemark y casi el

llamado Christiania puro, e introduce el «stem», traducido al español para estos fines como «cuña», que no es así propiamente pues esto es en general «una disminución de velocidad», es decir el frenaje sin llegar a la parada, como consecuencia el stem-bogén, stem christiania y otros movimientos parecidos, entre ellos el chasse neige, que no hay que confundir con el stem-bogen, pues algunos creen que es éste con palabra francesa. Entre estos hay una diferencia digna de ser notada; así, en el viraje chasse neige los dos esquís están constantemente en chasse neige, el esquí exterior es más cargado que el esquí interior, que queda parcialmente cargado, en el stembogen o puro stem sólo el esquí exterior está en posición de chasse neige. Al principio del movimiento está absolutamente libre y de plano sobre la nieve, pues es cargado bruscamente con el peso del cuerpo.

Con respecto a ésto, y para hacer de una vez distinto y claro el concepto entre estas palabras, diremos que el stembogen es un perfeccionamiento del chasse neige como el stem christiania lo es del stembogen; por esto, para llegar a los christianias se hace indispensable el empezar por los chasse neige, siendo esto un buen medio de progresión para la enseñanza.

La escuela de Arlberg, por otro lado, contrariamente a lo que se cree la inmensa mayoría de la opinión, no ha querido inventar nada, pues ya en 1.896 Zdarsky tenía como base en su sistema para los virajes hacia la pendiente los chasse neige y una gran variedad de stem-christianias para las paradas y así veamos como resume Schneider y define los principios fundamentales de su escuela.

*Tener el centro de gravedad delante* así pues, el esquiador debe sentir que su cuerpo está delante del esquí, más sencillo, que los esquís vayan a buscar al cuerpo y no al revés.

*La posición normal es medio agachado*, Schneider insiste sobre esto y marca: que la barbilla, las rodillas y los dedos de los pies deban estar en una misma línea, las manos abajo y a la altura de la rodilla, un poco delante de ellas y ligeramente a sus costados. Esto, observado así, da automáticamente el grado de

agachamiento y la inclinación hacia adelante por la posición del cuerpo; como resultante total, debe ser normal a la pendiente; los bastones deben diverger, y las arandelas regularmente deben rozar la nieve; esta divergencia ayuda en el equilibrio y especialmente éste en los virajes; no se debe mirar a las espátulas (cosa corriente en los principiantes) y sí, al sitio donde se dirige el esquiador. Esto da las máximas condiciones de defensa del equilibrio cuando la nieve es de distinta clase y el terreno no es uniforme, si es así, la clase de nieve y la pendiente, el esquiador puede levantarse más o menos y una mayor libertad en su actitud.

Como consecuencia de los dos párrafos anteriores, al encontrar en al descenso una pendiente de mayor inclinación que la que atravesamos es preciso lanzarse adelante, para cumplir las condiciones de adelantar el centro de gravedad y mantenerse normal al terreno en todo momento.

*Que los talones no se separen de los esquís.*—A consecuencia de esto es entre otras cosas la abolición del Telemark, pues aún cuando Schneider admite que en ciertas nieves el Telemark es más fácil que el Christiania, él no lo emplea y en parte puede ser por que le guste ver «sus botas» bien metidas en los estribos, y en esta situación el Telemark le hace daño en los dedos de los pies, y además, no enseña el Telemark, porque si los debutantes aprenden a dejar atrás el esquí interior tienen dificultad para llevarlo adelante en un stem christiania al que da preferencia absoluta, y así se ve a los que practican el Telemark una gran resistencia a los christianias por el vicio apuntado, consecuencia de un aprendizaje continuado de aquél.

*No inclinar los esquís demasiado sobre los cantos.*—El grado de inclinación, dado por la resistencia natural de los esquís sin ninguna flexión del tobillo es suficiente. Es natural, que en nieve profunda y pesada los esquís deben tenerse planos, pero es evidente que esto no se aplica para el frenaje en nieve dura.

*Hay que guardar mientras sea posible, el contacto del esquí con la nieve.*—Esto extiende el empleo del stem christiania a los máximos límites, y disminuye los de la parada de salto.



Todos estos principios dan las ventajas siguientes:

El transporte del centro de gravedad de delante a atrás es notablemente disminuido.

La carga de la parte trasera del esquí es menor, y el mayor peso es llevado hacia adelante. Esto es una ventaja para el descenso en línea recta, pues una espátula cargada se «tiene» mejor en su camino y en los virajes los facilitan pues esta (que juega el papel de pivote) se fija en tanto que la parte trasera gira alrededor, siendo el frotamiento naturalmente reducido.

La amplitud de las oscilaciones del centro de gravedad para restablecer el equilibrio, en el sentido de la deslizada, disminuye a medida que el centro de gravedad baja y esta posición da también más elasticidad a las articulaciones.

Parece ser que la mayor ventaja del agachamiento, es el acrecentamiento muy grande de la palanca, por medio de la cual cada movimiento de la cadera es transmitido al esquí.

Estando los esquís planos es posible disminuir la posibilidad de romper la costra de la nieve; también disminuye el esfuerzo necesario para ejecutar los stem christiania en la nieve profunda y en otras nieves difíciles y extienden el empleo de los stem christiania en toda la gama de nieves difíciles así desde la nieve de corteza helada hasta la profunda y pesada.

Si los dos pies están juntos, en vez de llevar uno adelantado, el esquiador puede soportar mayor presión, pues el esfuerzo es soportado por las dos piernas.

No hay pérdida de tiempo ninguna, para elegir entre las diferentes maniobras necesarias.

Por todo ello, podemos ver las líneas generales de la Escuela de Arlberg, la cual, nacida en un terreno muy parecido al nuestro y con carácter más afin, hace que sea la Escuela de aplicación a nuestro desarrollo, en el medio extraño que venimos tratando, y deshechar en lo que respecta a utilización práctica del esquí, el estilo escandinavo, aún reconociendo su maestría y sus méritos en el desarrollo y conocimiento de este deporte.

FEDERICO INGLÉS  
Teniente de Infantería

---

---

# ★ CRÓNICA ★

---

---

## Ejemplo a imitar

No se trata aquí de señalar una vez más nuestra dejación, descuido u omisión nacional al cada día más perentorio problema de la Educación Física. Sobre tema de tal interés se han escrito millares de cuartillas por plumas sobradamente autorizadas, para que sea ésta la que dé un nuevo paso en favor de la resolución de tal problema.

No son estas líneas un espolazo mejor o peor intencionado, más o menos bastardo o interesado, para los que rigen los destinos nacionales desde la elevada cumbre de los cargos públicos. No es al gobernante afecto por las preocupaciones y solución de problemas urgentes a quien, desde estas planas, acucio.

Se trata sencillamente, de exponer unos acuerdos de la Academia de Medicina Francesa, que si a juicio de nuestros técnicos nacionales—si llegan a leer estas líneas—son de interés, pudieran ser formulados por el organismo homónimo de España.

En el pasado septiembre se verificó en Chamonix un Congreso Internacional, en el que se ha tratado, de cuestiones tan vitales como la Educación Física y los deportes, el examen médico individual y las fichas fisiológicas, psicológicas y biométricas.

Con motivo de tal Congreso, los eminentes Médicos-gimnastas Sres. Carnot y Lagarjet, han sometido a la Academia Francesa de Medicina los votos emitidos y conclusiones obtenidas en dicho Congreso Internacional.

La Academia de Medicina, consciente de la importancia del tema y del papel que le compete en la dirección de los destinos e influencia sobre la vida de la juventud francesa, nombra una comisión compuesta por los Doctores Jules Renault, Lesné, Laubry,

Rouvillois y Carnot, para que examinen tal propuesta y emitan su informe.

He aquí las conclusiones obtenidas:

La Educación Física efectiva, diaria y contrastada médicamente, constituye una necesidad para la juventud de los dos sexos, tendiendo a su desarrollo individual y al de la Raza. Constituye una de las más eficaces medidas profilácticas.

A los Ministerios competentes, incumbe el deber de realizar e implantar a la mayor brevedad en todas las escuelas primarias, de segundo grado, técnicas y superiores, esta educación física, aún demasiado inexistente o irregular, y desde luego desprovista de sanciones.

Es de desear que se declaren obligatorias las pruebas en los exámenes de fin de curso y de estudios, como existe ya para los concursos de algunas Escuelas (Politécnica y Saint-Cyr especialmente).

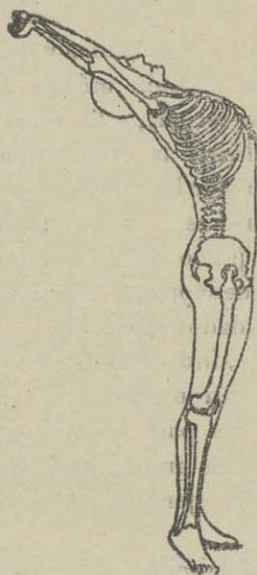
Es indispensable una revisión médica individual de la educación física escolar y post-escolar, a fin de evitar los inconvenientes y perjuicios, así como dirigir la orientación de la enseñanza. Esta revisión debe ejercitarse por los Médicos escolares, Médicos de los Liceos o Escuelas Superiores, a cuyo examen se someterán todos aquellos alumnos que a juicio de los catedráticos, profesores, ayudantes, o padres, sean inadaptados a esta educación, fatigados por ella o necesitados de cuidados especiales.

La inspección médica, indispensable en la escuela, es ventajosísima para la selección, entrenamiento y competiciones deportivas. Debe declararse obligatoria para todas las agrupaciones deportivas y organizada por ellas a su grado, pero bajo su responsabilidad. Esta inspección deberá ser ejercida por médicos indiscutiblemente competentes.

En las facultades de Medicina, e Institutos de Educación Física que les sean anejos, se organizará—si no lo está ya—una enseñanza especial, que dará derecho a un diploma. Con las necesarias medidas de transición, este diploma será obligatorio para los médicos de las escuelas, del Ejército y de la Marina, de las Colonias, médicos autorizados de los Clubs o Sociedades deportivas y de las Federaciones deportivas,

No se concederán licencias para competiciones deportivas nacionales o internacionales, sin la presentación de conclusiones favorables en un examen médico-deportivo, (sin divulgación de diagnóstico) expedidas por un médico autorizado.

Se exigirá inmediatamente a las Federaciones deportivas organizar con la mayor urgencia, esta inspección médica, cuyo objeto es aumentar la práctica de la educación física y de los deportes, así como su mejor rendimiento, en evitación de accidentes debidos, en la mayoría de los casos, a excesos deportivos de jóvenes no vigilados.




---

---

*La alegría es el modificador higiénico más potente.—*  
LAGRANGE.

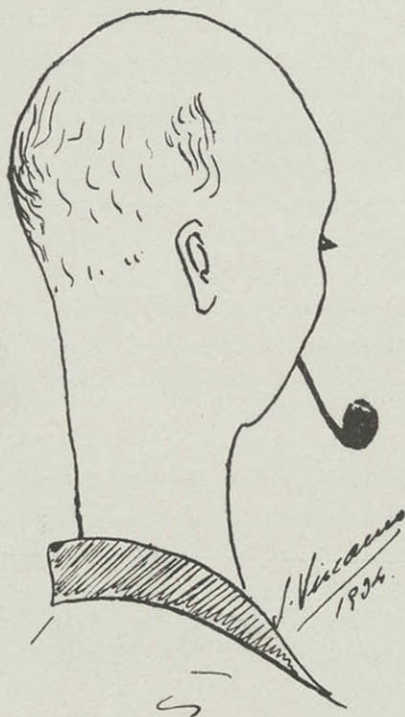
---

---

DEL CURSO DE AMPLIACIÓN

GALERÍA DE PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA

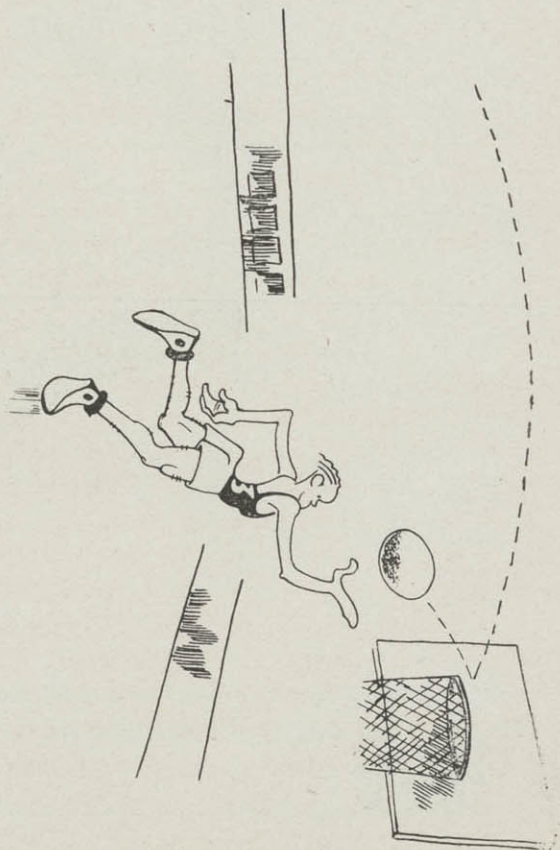
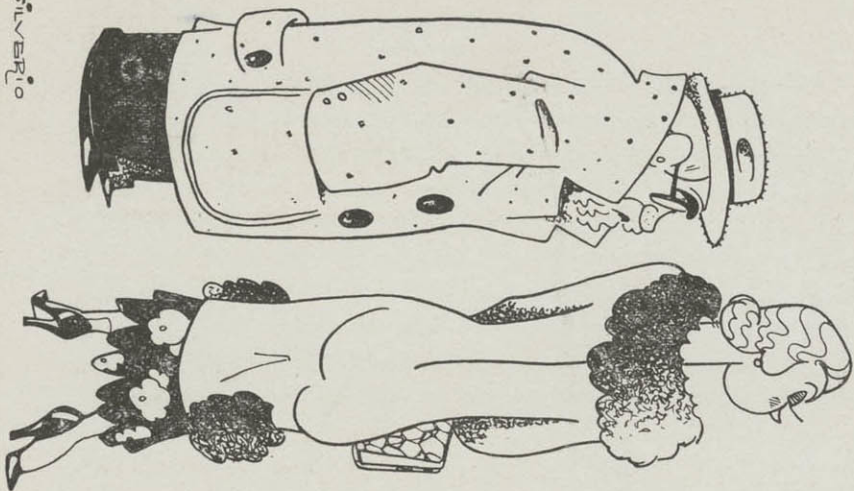
---



**SAE**

D. PEDRO PASCUAL  
(Visto por Vizcaíno)

Silverio



## CAMPEONATO DE BASKET-BALL

—«Está que chuta».

*Dibujo de Silverio.*



# Aparatos de Gimnasia y Deportes



VAMOS a comenzar hoy la publicación de croquis y diseños de aparatos de toda clase empleados en gimnasia educativa, continuando más adelante con los reglamentarios en las diversas pruebas de atletismo, por considerar de interés para el profesorado la difusión de tales croquis debidamente comentados y acotados, que faciliten o hagan posible su construcción por carpinteros u obreros de la localidad o del cuerpo.

Comenzamos hoy por el modelo de la espaldera sueca, que acompañaremos con un ligero comentario, que puede servir de referencia en casos particulares, espalderas para niños, tallas extraordinarias, etc.

Considerando el primer peldaño, es decir, el más alto o de suspensión, normalmente, debe estar ligeramente adelantado del plano que forman los restantes peldaños, los que constituyen el apoyo del dorso del individuo, en razón de que el movimiento o por mejor decir la capacidad de movimiento de la articulación escapulo-humeral, es de unos  $120^\circ$ , en el sentido de proyección hacia adelante del húmero, que aún contando con la parte que la escápula toma en el movimiento no llega a alcanzar los  $180^\circ$  que serían precisos para que sin actitudes forzadas pudiera suspenderse el individuo de un peldaño aplomado con los demás.

A esta razón, puede añadirse que el exceso elevación del miembro superior, lleva consigo una gran elongación de los músculos que relacionan este miembro con el tronco, como sucede con los serratos mayores y pectorales, mayores también, entre otros, que provocan una tendencia a la elevación o avance del tronco, que cuando el individuo trata de adosar su espalda al aparato, le obliga a una lordosis lumbar, que se evita con adelantar cinco centí-



metros el peldaño superior, con relación al plano vertical que determinan los demás.

Por la misma razón, en evitación de lordosis lumbares, es necesario que el tercer peldaño, que determina el borde inferior de la ventana de la espaldera, esté situado a nivel del ángulo inferior de la escápula, para permitir tomar a ésta la parte que le corresponde en la mecánica del movimiento del hombro.

El cuarto y quinto peldaños, retrasados aunque en distinta medida, permiten el paso del brazo y consiguiente aprehensión en ciertos ejercicios como posiciones de estirado y otras semejantes, sin forzamiento ni incomodidad para el individuo.

La altura de la espaldera responde a la de un adulto talla media de nuestro pueblo, 1,65, a la que hay que añadir la diferencia hasta el puño, suponiendo el brazo arriba, más una altura de caída desde la suspensión, que como máximo ha de ser la de las caderas, límite que se fija en las caídas de las saltos en suspensión.

Esto, arroja un total aproximado a los 2,75 m. que si bien puede parecer algo reducido, va en beneficio del coste del material y del aparato.

La anchura, debe ser por lo menos igual a la longitud del eje biacromial más dos longitudes de húmero, es decir, la que media de codo a codo, cuando los brazos se elevan en cruz, a fin de permitir la higiénica colocación de los brazos, cuando el individuo se suspende con brazos flexionados en ángulo recto. Corresponde a unos 90 centímetros, también para adultos de talla media.

En adultos de tallas extraordinarias, o en gimnasios públicos, puede establecerse un cierto número de espalderas «talla XX», añadiendo un nuevo peldaño, aumentando la altura de la ventana hasta 0,67 y dando a la espaldera una anchura de un metro.

El peldaño inferior, debe quedar a una altura del suelo no mayor de 20 centímetros, para efectuar los apoyos de los pies en ejercicios dorsales, abdominales, de extensión de las pantorrillas, etc.





# HISTORIA DEL JIU - JITSU

Más de 2000 años antes de Jesucristo, el Japón tenía ya 40 millones de habitantes, de los cuales uno tan sólo pertenecía a la privilegiada casta de los Samurais, especie de nobleza guerrera análoga a nuestra Caballería medioeval.

El mantenimiento de su poder lo conseguían por la unión estrecha de la clase y la superioridad individual de sus miembros sobre cualquier otro de casta social más inferior. Necesitaban que todo el que no perteneciera a su rama, estuviera convencido de que le era materialmente imposible vencer a un samurai, con armas o sin ellas.

Manejaban a la perfección el arco, la lanza, y sobre todo, el sable, en el que la asiduidad en su esgrima y la larga práctica, les daban una superioridad incontestable sobre todo adversario armado. Pero no les bastaba, pues a veces se veían obligados a luchar cuerpo a cuerpo para capturar al enemigo, por lo cual hubieron de buscar otros medios para combatir sin armas.

Un entrenamiento físico especial prolongado durante años, desarrolló su vigor hasta último extremo, y puso a su disposición procedimientos de combate capaces de asegurarles la victoria contra los no iniciados en los mismos.

De talla pequeña y fuerza muscular restringida, los japoneses necesitaron utilizar para sus medios de defensa, sus excepcionales cualidades de agilidad y flexibilidad, y para suplir a esta falta de fuerza, idearon presas crueles que ponen rápidamente al adversario fuera de combate, sin necesidad de emplear un esfuerzo considerable.

La enseñanza de las mismas, se difundió desde hace cerca de 25

siglos entre todos los miembros de la casta militar, (hombres y mujeres), bajo un secreto absoluto, a lo que contribuyó el extraordinario sentimiento del honor y el bravo espíritu de casta de los samurais.

Las presas y golpes se añadieron unos a otros, fueron clasificados y codificados por profesores especiales que se encargaron de enseñar este nuevo método de defensa llamado en su conjunto JIU-JITSU (lo que literalmente quiere decir rompe-músculos, denominación que como luego se verá no es la más acertada), y las diversas luchas derivadas de él como son el TAI-JITSU o arte de la lucha del cuerpo, el TAWARA o método de la agilidad, el TORITÉ o arte de la lucha con presas de mano, el JUDO o arte de la flexibilidad, (1) etc. No está muy clara ni delimitada la separación entre cada una de estas ramas, por lo que nos bastará con admitir que el JIU-JITSU es un arte o método de combate contra un enemigo desarmado, cuando uno lo está a su vez.

El fundamento del mismo, es el conocimiento perfecto del cuerpo humano, especialmente en lo referente al sistema óseo y nervioso, lo que permite efectuar a un adversario presas, a veces ligeras, capaces de ponerle en algunos instantes a nuestra merced.

Unas de estas presas sirven para desequilibrar al contrario, obligándole a caer, de un modo brutal que casi siempre es peligroso, para que en tierra sea más fácil someterle a nuestra voluntad.

Otras consisten en torsiones dolorosas para los músculos, ligamentos y articulaciones, en presiones o apoyos sobre las piezas esqueléticas, aumentando la potencia de los brazos de palanca y forzando al desencajamiento o luxación de las articulaciones, llegando a la fractura de los huesos, sin emplear gran esfuerzo y sin necesitar poseer una extraordinaria fuerza muscular.

Otras en fin, son llevadas sobre las partes corporales más delicadas, o los órganos de los sentidos, con el fin de obrar sobre terminaciones nerviosas extraordinariamente sensibles, y producir en

---

(1) Jiu significa también ceder; Jitsu es arte o procedimiento; do es el principio o medio. El principio del Jiu-Jitsu será pues «ceder para alcanzar la victoria final».

el antagonista un dolor tal que se vea obligado rápidamente a abandonar la presa que nos hubiese hecho.

Es indudable que para encontrar estas presas y golpes necesitaban los japoneses poseer conocimientos anatómico-fisiológicos bastante desarrollados, lo que dice mucho de su cultura, (bastante mayor que la nuestra en aquella época); así como para poder efectuar estas presas con eficacia era necesario mucho estudio y gran aprendizaje, para llegar a conocer de una manera precisa el lugar exacto de los golpes más dolorosos, lo que nos revela su proverbial tenacidad y férrea voluntad.

Con semejante modo de defensa personal, el feudalismo quedó dueño absoluto del Imperio del Sol Naciente, hasta que con el uso de las armas de fuego, cuando los extranjeros trataron de introducir su civilización occidental a fuerza de cañonazos, el JIU-JITSU fué cayendo rápidamente en desuso, por dudarse ya de su eficacia frente a la pólvora.

Pero la revolución de Meiji, debida a la patriótica intransigencia de los nipones y al horror secreto que profesan a la raza blanca, reemplazó por algunos años el régimen feudal por el monárquico absoluto, del que los samurais fueron sus mejores sostenedores, después de algunas represiones violentas para purificar la casta. Y fué entonces, en 1882 cuando Kano fundó en la sala del Kodokwan (1) con gran éxito, su primer estudio de JIU-JITSU, al que siguieron otros varios, lo que motivó al ser considerado como negocio que este arte dejara de ser del dominio exclusivo de la aristocracia estando ya fácilmente al alcance de todos los que quisieron aprenderlo. Con ello, se ganó también mucho, gracias a la rivalidad de las distintas escuelas, y lo que al principio era sólo un modo de defensa personal, ha resultado ser un método excelentes para el desarrollo del cuerpo, si que también de otras condiciones intelectuales y morales.

Todos los profesores de JIU-JITSU son excelentes hombres, tanto física como moralmente considerados, a consecuencia del trabajo efectuado, aunque no sea esta perfección lo que se pretenda exclusivamente con este arte.

---

(1) Kodokwan, escuela para estudiar la manera,

A pesar de todo, el JIU-JITSU no ha sido nunca la lucha japonesa nacional, pues los nipones han tenido desde los más remotos tiempos otra clase de lucha, parecida a la libre, (de la que ya se habló anteriormente al tratar de las luchas en diferentes países), cuyos luchadores eran los favoritos de los señores a cuya costa vivían, con las consideraciones y honores de un semidiós, y de los cuales hacían alarde como un artículo de lujo, como puede hacer un aristócrata con sus cuadras de caballos de carreras.

Pero desde el momento en que se establecieron distintas escuelas de JIU-JITSU, en cuanto este se divulgó, comenzaron los luchadores a sentir envidia de aquéllos porque les arrebatában el favor de sus señores y los aplausos de la gente. Deseosos de demostrar su superioridad y tomar la revancha, concertaron un encuentro entre su mejor luchador, hombre enorme por su gordura, y un práctico en JIU-JITSU, resultando, como no podía menos de suceder que a los 15 segundos solamente caía aquél de espaldas gimiendo, y se consideraba vencido por un hombre que era casi un decímetro más bajo que él, y que apenas pesaba la mitad. Bastó esta prueba, por lo concluyente, para que se fuera abandonando cada vez más la lucha japonesa substituyéndosela por el JIU-JITSU. Sin embargo, suelen verse todavía algunos restos de la misma, pero más que nada como espectáculos de diversión, en las barracas de las ferias.

En la actualidad, el JIU-JITSU es el deporte nacional japonés, jugando en las Universidades y Escuelas el mismo papel que en nosotros los juego atléticos, entra largamente en la educación de sus soldados, marinos y policías, no sólo por lo que tiene de sano y eficaz para defenderse sin armas, sino también porque contribuye a mantener las viejas costumbres caballerescas.

Desde que en una exhibición en Tokio un nipón que practicaba el JIU-JITSU batió en pocos segundos a adversarios muy superiores en fortaleza física, a presencia de numerosos ingleses, vieron éstos enseguida en él un nuevo deporte, y fueron seducidos por él mismo hasta el punto de llevar a Londres, allá en 1900, profesores japoneses que iniciaron a la alta sociedad en la práctica de este método de combate, organizando también, (como no?), encuentros con fines lucrativos, primero entre dos luchadores de JIU-JITSU, y después

oponiendo al mismo método la lucha en todas sus formas, y hasta el boxeo, resultando siempre vencedores los japoneses, con su arte especial.

No tardó mucho en propagarse la afición a Francia, donde fué importado por el profesor Ré-Nié (Regnier era el verdadero nombre del célebre deportista francés), que lo estudió en Londres con profesores japoneses, dándolo a conocer en su patria en 1907.

En España, puede decirse es desconocido por completo, ya que como ha venido ocurriendo en el extranjero, estos encuentros han degenerado en exhibiciones de music-hall o circos, más que en manifestaciones deportivas, y también porque falto de propaganda y sobre todo, de profesores buenos, oriundos del Japón, su cuna y único país del mundo verdaderamente especializado en JIU-JITSU, ha ido cayendo en olvido, hasta el punto de que mucha gente ignora su significado.

### Necesidad del conocimiento del Jiu-Jitsu

Por lo menos, las presas y golpes principales del JIU-JITSU, es innegable que debían ser conocidas por todos, ya que todos, hombres y mujeres, jóvenes y muchachas, pueden ser víctimas algún día de la rapacidad de los bandidos o grosería de la gente de malos instintos, y encontrarse por lo tanto con la necesidad y hasta la obligación de defenderse o defender a alguien.

Mas no hay que olvidar que el JIU-JITSU, bajo una apariencia menos brutal que la lucha y el boxeo, es más traidor, más felino, más enérgico, con sus desarticulaciones, fracturas, peligrosas presiones sobre puntos esenciales, etc., por lo que debe hacerse uso de él con sumo cuidado.

Para una reyerta sin importancia, bastarán unas patadas o puñetazos, sin tener que recurrir a otros medios más violentos; para los ladrones o los que molesten demasiado, una simple presa será muy eficaz, empleándose tan sólo el JIU-JITSU llevado a fondo, contra las gentes sin escrúpulos que no retroceden ante nada o en caso de agresión, para lo que se necesita únicamente un poco de destreza y decisión, pues caso de ser asaltado, lo mejor es ponerse

a merced del asaltante para impedir toda violencia de momento, se simula ser débil, incapaz de defenderse, y al aproximarse el otro para tocarnos, se le hace una de esas presas que no perdonan, que le desarman y lo ponen a merced nuestra.

Huelga decir que si bien el JIU-JITSU es útil a todos en general, para los que tienen la misión de atacar y defenderse, como son la Policía y el Cuerpo de Vigilancia, es indispensable, ya que no son raros los casos de agentes muertos a puñaladas, y porque el revólver no siempre es suficiente ni necesario.

Pero hay que tener presente, que por las razones que luego se dirán al tratar del entrenamiento para el mismo, el JIU-JITSU es muy poco a propósito para una inteligencia obtusa, por lo que no debe enseñársele a los soldados rasos en el Ejército, pero para los Oficiales será indispensable, ya que si no lo posee a la perfección; no podrá considerarse como superior a su tropa, ni completamente educado, desde el punto de vista físico.

La mujer, por constitución es mucho más débil que el hombre. La eficacia combativa de sus fuerzas aún en las más cultivadas por el ejercicio, (aldeanas o artistas de circo), es muy pequeña. Además, carece de esta disposición física y moral para el combate que el hombre lleva ya en la sangre por haberla heredado en varios siglos de ascendiente guerrero y que le hacen apto instintivamente para la lucha.

De aquí que por mucho boxeo que una mujer tenga, a puñetazo limpio llevaría las de perder con cualquier hombre aunque éste fuera de vida sedentaria, pero en cambio, nadie como la mujer para saber sacar partido del refrán «más vale maña que fuerza», que es completamente aplicable al JIU-JITSU, como después se verá en su estudio. Por lo tanto, toda señora o señorita, que aún dentro de su feminismo, sin las características de brutalidad y fuerza que tan mal le cuadran, sin esos brazos musculados y piernas deformadas que en una hembra nos son desagradables, quiera ponerse en condiciones de defenderse de cualquier inoportuno y no tenga que temer aunque salga sola a la calle, debe y puede entrenarse en este arte japonés al que enseguida se aficionará.

De la obra del Capitán Badenas, «Deportes de combate»  
de la E. C. de Gimnasia.



## PARQUES INFANTILES

*(Conferencia pronunciada en la emisora radiofónica E. A. J. 49, Radio-Toledo el día 18 de Abril de 1934, por el Capitán Don Joaquín Agulla).*

Señores oyentes que me vais a soportar, si me soportáis, ¡buenas noches! Cúmpleme ante todo un deber ineludible cerca del personal de esta emisora, que amable e inmerecidamente me ha honrado con su invitación para esta charla. El de expresarle mi más sentido pésame por tal invitación, ya que dentro de media hora esto no va a ser una emisora, va a ser un cataclismo. La Unión de Radio-oyentes toledanos, en masa, va a ser baja por mi culpa.

El tema de mi charla, ya lo sabéis: Parques Infantiles.

La moderna higiene de las ciudades, el espíritu moderno de la paidología y las construcciones urbanas, se afirma y orienta cada día más en el sentido de dotar a estas ciudades de los espacios libres, de los lugares de expansión infantil donde los niños encuentran amplio campo a sus juegos, aire puro, sol radiante, sombra fresca y alegría sana, bases todas de la formación de su espíritu y cultivo de su cuerpo.

La prensa en aquellas ciudades que por su moderna orientación tiene toda la sensibilidad de que es capaz, clama de continuo y excita a los ediles al estudio y realización de espacios libres y jardines escolares. Cuanto mayor es una población y más grande su densidad demográfica, más necesidad tiene de ellos, llegando en algunas a ser un problema ineludible.

Cada día más, a través de los tiempos, se manifiesta en el mundo esta tendencia: Inglaterra primero, Norteamérica después, Bélgica, Holanda, Alemania, Francia, Italia, Checoslo-

vaquia, todas, en fin, las naciones, acusan una cada día mayor evolución en estas organizaciones. Escasa es, en cambio, en nuestra patria; aparte algunos intentos aislados en Barcelona, Zaragoza, Huesca y algunas ciudades más, no se lleva a efecto la idea clara y moderna de los parques infantiles que representaría un formidable avance en esa corriente demasiado mansa del progreso pedagógico de nuestra Nación.

Es creencia vulgarmente extendida que un jardín más o menos organizado, menos o más floridos, de suelo más o menos polvorientos o húmedos, que tenga tan sólo la condición de estar aislado del tráfico urbano, constituye por sí mismo un jardín escolar.

Nada más lejos de la realidad. Considerando solamente las condiciones de seguridad del jardín, e incluso las bacteriológicas del mismo, no se resuelve este problema que se enfoca así desde un punto de vista unilateral. La higiene ha de ser considerada, si se quiere tener una amplia visión, tanto en lo mental como físico. Un parque infantil que olvida el aspecto cultural, de formación física, psíquica y mental del niño, no podrá ostentar con justicia el título de tal.

¿Cuáles han de ser las condiciones, la forma y orientación que ha de tener un jardín o parque infantil?

Vamos a exponer someramente estas condiciones:

Es, en primer lugar, indispensable cuando de niños se trate, sentir con el niño, pensar en el niño, amoldarse en el fondo y en la forma a las condiciones y características peculiares del niño mismo, dándole los medios de que pueda llegar a poner en práctica su fantasía maravillosa, su imaginación incansable, su volubilidad constante, su actividad máxima, su sed de saber y su curiosidad sana. Estas son las condiciones indispensables de toda obra infantil.

La obligación profesional del niño, y valga la frase, es jugar. Jugar instruyéndose, jugar educándose. Instrucción y educación por el deleite son pues, las obligaciones que cerca del niño tenemos la sociedad toda.

Se hace pues necesario, de este modo, que el parque infantil,

el jardín escolar reuna condiciones de educar física, moral e intelectualmente a estos pequeños seres, siendo por otra parte, poderosos y valiosos auxiliares del maestro, de ese maestro callado, sufrido, abnegado y oscuro, que todo lo dá y tan poco recibe, de tan árdua labor, ingrata tarea y despreciada misión, que no recibe en general más pago a su consciente labor que el clamor de esas tiernas voces infantiles, el acercamiento de las almas de los niños, que tienden sus brazos en ademán de amor y de cariño, compensando así, enjugando de este modo, el sudor que perla la frente del que supo comprenderlos y quererlos.

Si este maestro dispone, además de su escuela más o menos pobre, de sobria, arcaica o moderna construcción, de un lugar donde el arbolado frondoso y vario ofrezca vasto campo a la enseñanza de la botánica y cobijo al sol ardiente, ¿no será ayudada eficazmente la enseñanza?

Imaginad ahora un frondoso jardín de esta manera. Imaginad un río que por él serpentea. En él hay una esclusa, que el mismo niño acciona. Su pequeño bote, su barco de vela, su minúsculo trasatlántico cruza el canal bajo la propia maniobra de los niños, metidos hasta la rodilla en el agua que corre.

Más allá hay una presa, en otro lugar una catarata que riza en su caída el encaje maravilloso del agua. Desemboca ese río en un pequeño lago, lago que es para el niño el mar inmenso. En él existen cabos, golfos, acantilados, playa, y en su centro, un mapa gigantesco y en relieve de nuestro suelo patrio. Y los niños se suben sobre España, y recorren sus valles, y saltan cordilleras y discuten si está aquí Zaragoza y allí Lugo, si este río es Miño o el Guadiana, y todo esto en medio de sus risas, de sus juegos, bajo el sol que les baña y el aire que les curte y el agua que los lava.

Salen después del agua y, en la playa, hacen sus construcciones, sus túneles, montañas, juegan a esas mil cosas que son siempre recreo y enseñanza.

Más allá hay una carretera con su firme especial, su pavimento en lanchas, en las formas que son más empleadas. Y tiene sus señales, ojo al tren, bifurcación, peligro, paso a nivel,

¡escuelas!, las que son en fin utilizadas. Por esta carretera, corren las patinetes, los triciclos, el bólido lanzado... por unos pedales, claro, y el niño aprende lo que en todas las escuelas del mundo se le enseña, las reglas de la circulación urbana y de carretera.

En otro sitio hay un columpio, allá un tío-vivo, acullá un balancín, tobbogán, pim-pam-pum y un traga-bolas, juegos en fin donde marcha, corre, salta o lanza, donde combina el ejercicio físico con la enseñanza de las primeras letras, ya que aquél tobbogán está marcado con una letra, J; el balancín un 9; el pim-pam-pum, la h; el tío-vivo, un cuadrado; el otro, un rombo.

Y aquí un hórreo gallego o asturiano, más allá una barraca valenciana, el famoso molino de la Mancha, un puente de hormigón, otro colgante.

¿Imagináis tal cosa? Pues decidme, ¿es esto útil?

¿No es claro y diáfano que la labor del maestro, del educador moral, físico e intelectual se facilita, se estimula su trabajo y se tiende un lazo que unirá de manera indisoluble al educando con el educador?

¿No será un verdadero orgullo para la entidad que lo organice, saber que es la Sociedad misma, el pueblo en pleno, la masa anónima de los ciudadanos, la que emprende esta cruzada pro-educación y mejoramiento de sus hijos? Es indudable. Es una atracción del niño hacia la Sociedad que le tiende su mano protectora, que le brinda esa protección de que tan necesitado está, ese ser tan débil y tan frágil que es el niño.

¿No se piensa que parece acusarse una repulsión del niño hacia esta Sociedad?

¿Pensáis lo terrible, lo doloroso, lo representativo de esos niños, que no constituyen un caso aislado ya, que se quitan la vida, se apartan de la Sociedad porque la odian, o se concentran en su misantropía, precisamente en esa edad dorada en que la vida es risa?

Pensemos, pensemos todos, que todos somos responsables, y acusémonos de una voluntaria incompreensión del niño. Co-

mienzen los organismos oficiales a despertar del letargo en que parecen sumirse.

Ya en nuestra ciudad, en esta ciudad sublime, añeja y típica, comienza el despertar. Se está construyendo en la Escuela Central de Gimnasia, un pequeño parque infantil bajo estas normas, que no pretende resolver por sí el problema nacional, no tan solo el local; pretende ser tan sólo un incentivo, una maqueta, un reducido de lo que estas construcciones han de ser y al mismo tiempo, cuando esté terminado, lo brindará con todo el cariño y la ternura de que es capaz, a los niños toledanos en homenaje, prez y representación de todos los connacionales.

Para terminar, y aunque yo no entiendo de esto, creo que es costumbre contar una anécdota graciosa. Bueno, pues yo voy a contaros una, que mucha gracia no tiene, pero que como dicen los cuentistas, «esto me ha sucedido a mí».

Estábamos reunidos varios compañeros de la Escuela de Gimnasia dando los últimos toques al trazado del río que está en construcción en el jardín infantil de la misma, y había entre ellos ese mirón que nunca falta y siempre encuentra defectos, en cuyo mirón recaía además, la circunstancia de ser un filólogo impenitente, quien con acento suficiente pone el siguiente reparo:

Este río tiene unas márgenes demasiado regulares, ¿no le váis a hacer ningún meandro?

A lo que contestó otro mirón, menos versado en el idioma de Cervantes:

¿Meandros? De eso ya se encargarán los niños.

Buenas noches. ¡Descansad!

---

---

*Los juegos son la forma de gimnasia más adecuada a las necesidades de la vida escolar. Son a la vez, higiénicos y recreativos. —Mosso.*

---

---

## La Legua Española

Para celebrar el XX aniversario de su fundación, ha celebrado en Madrid la «Sociedad Cultural Deportiva» la prueba de la Legua Española, tomando parte en ella varios equipos militares, compuestos de tres corredores, y clasificándose en el siguiente orden:

- |     |                       |             |
|-----|-----------------------|-------------|
| 1.º | Marina.....           | 130 puntos. |
| 2.º | Infantería núm. 6...  | 146 »       |
| 3.º | Batallón Ciclista.... | 187 »       |
| 4.º | Asalto .....          | 190 »       |
| 5.º | Aviación .....        | 272 »       |




---

*La alegría es algo necesario. Lejos de querer apagarla, tratemos de su conservación. No hay ser más anti-fisiológico, que el que es incapaz de reír. — DEMOOR.*

---

# Correspondencia

**J. M. (Toledo).**—Recibido giro y recibos devueltos.

**S. G. M. (Toledo).**—Agradecido a sus trabajos.

**J. H. (Lérida).**—Recibidos tarjeta y giro pudiendo enviar trabajos anunciados.

**A. G. I. (Barcelona).**—Recibido tarjeta y giro, tomando nota a dirección exacta.

**M. R. (Alcazarquivir).**—Recibido carta y giro.

**B. Z. M. n.º 1. (Carabanchel).**—Recibido giro, tomando nota de su nueva dirección.

**R. G. C. (Segovia).**—Recibido carta e importe.

**R. I. n.º 10 (Barcelona).**—Gracias por su suscripción.

**A. V. (Ronda).**—Recibido giro y carta.

**R. I. n.º 8 (La Coruña).**—Agradecidos carta y giro.

**R. I. n.º 4. (Alicante).**—Tomamos nota de carta y giro.

**B. T. M. (Ceuta).**—Recibimos giro y oficio.

**B. Z. n.º 4 (Barcelona).**—Se ha recibido carta y giro.

**B. A. n.º 3 (Almería).**—Carta y giro en nuestro poder.

**C. M. (Madrid).**—Recibido postal y giro.

**R. I. n.º 31 (Madrid).**—Muy agradecidos a la suscripción.

**S. A. de M. (Ceuta).**—Carta y giro en nuestro poder.

**M. C. (Gijón).**—Recibido giro, conforme en todo.

**L. O. (Barcelona).**—Recibido carta, esperando mande más caricaturas pues gustan mucho.

**B. N. P. (Ferrol).**—Agradecemos carta y giro.

**J. G. Z. (Madrid).**—Recibido tarjeta y giro, se envió número atrasado.

**I. C. M. (Ferrol).**—Agradecidos carta y nueva suscripción, enviando número solicitado.

**R. E. (Zaragoza).**—Recibido carta, giro y recibos devueltos.

**B. P. (Barcelona).**—Agradecemos carta y giro.

**C. G. (La Coruña).**—Muy agradecidos a la suscripción.

**A. E. (Leganés).**—Recibido carta y giro.

**R. Q. (Manresa).**—Agradecido a su suscripción.

**R. I. n.º 28. (P. de Mallorca).**—Recibi carta con suscripción.

**R. A. C. n.º 4. (Villacarlos).**—Recibi carta y giro.

**J. A. (Toledo).**—Recibimos artículos y suscripciones, gracias.

**L. C. (Zamora).**—Recibida caricatura, envíe portada urgencia.



# ¡Atletismo!

---

El libro de todos los atletas.



Único completo en español.



De venta en las principales  
librerías



Autores:

**Villalba y Hermosa**

Profesores de Gimnasia

---

Esta Revista  
ha sido impresa  
en los talleres

**Sucesor de Fournier**

Plaza Mayor, 56

**BURGOS**



## Manufacturas de artículos Gimnásticos y Deportivos

Casa Central:

TOLEDO, 58 - Telf. 71345

Sucursal:

BARCELÓ, 9 y LARRA, 1

Teléfono 47843

(Junto al cine Barceló)

### PROVEEDORES DE LOS REGIMIENTOS:

Escuela Central de Gimnasia, TOLEDO.—Infantería n.º 1, Madrid.—Infantería n.º 6, Madrid.—Infantería n.º 31, Madrid.—Carros de Combate, Madrid.—1.ª Comandancia de Sanidad Militar, Madrid.—Aviación, Madrid.—Regimiento de Ingenieros, Madrid.—Batallón de Zapadores Minadores n.º 1, Madrid.—Grupo de Defensa contra aeronaves, Madrid.—Grupo Escuela de Información Topográfica, Madrid.—Regimiento de Artillería a Caballo, Madrid.—Regimiento de Transmisiones, El Pardo.—Regimiento de Ferrocarriles, Leganés.—Aviación, Getafe.—Regimiento Infantería n.º 35, Zamora.—Regimiento Ligeró n.º 10, Calatayud.—Regimiento de Infantería n.º 7, Valencia.—Regimiento de Infantería n.º 23, Santander.—Regimiento de Infantería n.º 39, Mahón.—Regimiento de Artillería Pesada n.º 1, Córdoba.—Regimiento de Aerostación, Guadalajara.—Regimiento de Infantería n.º 28, Palma.—Regimiento de Montaña n.º 2, Vitoria.—Grupo de Información de Artillería n.º 3, Valladolid.—Regimiento Ligeró n.º 13, Segovia.—Regulares de Ceuta n.º 3, Tetuan.—Cazadores de Africa n.º 4, Melilla.—Regimiento de Ingenieros, Melilla.—Cazadores de Africa n.º 6, Tetuan.—Regulares de Ceuta n.º 1, Ceuta.—Tercio, Riffien.—Grupo de Artillería, Ceuta.—Cazadores de Africa n.º 1, Alcazarquivir.—Grupo de Sanidad Militar, Melilla.—Regimiento n.º 8, Coruña.—Cazadores de Africa n.º 8 Ceuta.—Batallón de Montaña n.º 7, Estella.—Batallón de Montaña n.º 6, Barbastro.—Batallón de Ametralladoras n.º 1, Castellón.—Batallón de Ametralladoras n.º 3, Almería.—Regimiento de Infantería n.º 37, Tenerife.—Batallón de Zapadores n.º 7, Salamanca.—Regimiento Ligeró n.º 15 Pontevedra.—Base Naval de El Ferrol.—Base Naval de La Grana.—Base Naval de San Javier.—Regimiento de Infantería de Marina, El Ferrol.

Pídanos Presupuestos y Catálogos, sin comp  
de aparatos de Gimnasia y artículos para De

IMP. SUCESOR DE FOURNIER. - BURGOS

222

9