



# Atletismo

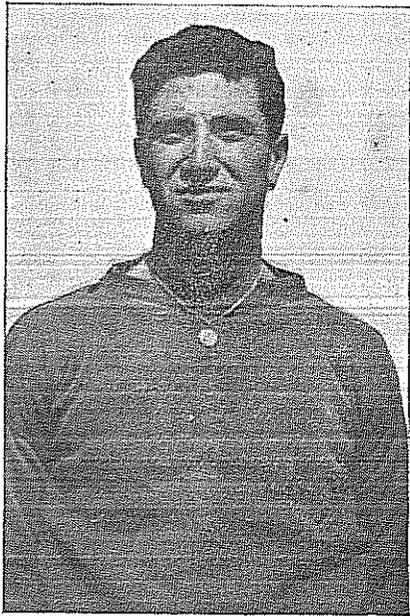
CIRCULAR DE LA FEDERACIÓN CATALANA DE ATLETISMO



Warmerdam, el atleta americano recordman del mundo con 4'77 metros



## Siluetas



José Luis Torres

El lanzador castellano José Luis Torres procede del campo universitario y empezó a destacar en 1942. Dotado de una gran afición se halló seguidamente con una firme base para progresar, pues practicó durante varios años la gimnasia educativa.

Al principio, sus actuaciones se efectuaron sobre pruebas tan dispares como el salto de altura y los lanzamientos de disco y jabalina, sin decidir su especialización. Su verdadera transformación se efectuó en la concentración de los atletas del Frente de Juventudes, en Tolosa. Durante aquellas semanas Ernesto Pons tuvo ocasión de desarrollar sus condiciones pedagógicas y pronto Torres pasó a señalar distancias apreciables con los pesos y dis-

cos reducidos para los elementos juveniles, alcanzando los 12'62 en peso y las 43'28 en disco.

En 1943 es ya una figura de relieve y consigue sus primeros títulos regionales absolutos en peso (11'40), triple salto (11'99) y disco (39'485) presentándose en esta última prueba como favorito en los Campeonatos de España, donde la experiencia supera a la juventud y es vencido por el vizcaíno Erauzquin. Lo mismo le ocurrirá en 1945, en Gerona. Baja considerablemente en el Torneo de Campeones, donde sólo consigue lanzar el disco a 33'69, pero en cambio se rehabilita en peso y obtiene 12'82 metros.

Su temperamento y condiciones, le inducen en 1944, contra toda lógica, a concurrir a las más varias pruebas. Desde los cuatro lanzamientos olímpicos a los saltos de altura y triple. Y consigue quedar campeón de España, en Tolosa, logrando 38'92 m. en el disco. Es en esta prueba y en el peso, donde adelante dedicará todas sus preferencias y donde le aguardan tantos éxitos. Su mejora técnica va en aumento. Y en el año actual, supera varias veces — oficialmente — los 40 metros en disco y los 13 metros en peso, ganando esta última prueba del Campeonato de España, en Gerona, con 12'995 metros batiendo el record castellano.

Ante el anuncio del III España-Portugal, prosigue cuidadosamente su preparación después de los Campeonatos. Seleccionado, gana en Lisboa sus dos lanzamientos con 41'02 metros en el disco y 13'025 en peso, e incluso participa en el triple salto — ya que su titular, Adarraga, se le reserva para el relevo 4 x 400 metros — consiguiendo su mejor marca con 13'10 metros, siendo la figura más eficiente del equipo, despertando elogiosos comentarios de los técnicos lusitanos.

La característica esencial de Torres, en el disco, es su buen golpe de brazo y su bien coordinada vuelta en el círculo, aun cuando el cambio de pie no guarda el debido nexo con el momento del lanzamiento. Una vez corregido este detalle poco le costará la obtención del record español, que tal vez tiene hoy a su alcance. Mejor es su coordinación en el lanzamiento de peso, y lo más destacado, su ya proverbial regularidad, afición y entusiasmo.

## Editorial

### EL AFAN DE SUPERACION

Terminada ya, virtualmente, la temporada de pista, no será por demás recordar los acontecimientos acaecidos durante la campaña atlética finalizada.

Durante la época 1944-45, nuestra Federación ha visto con satisfacción como se han inaugurado oficialmente dos nuevos terrenos adecuados para la práctica de los deportes atléticos. El del C. N. Reus "Ploms", de Reus y el del G. E. y E. G. de Gerona. Señalamos este hecho ya que demuestra la vitalidad de nuestras comarcas y el entusiasmo de aquéllos Clubs y directivos que de un modo tan eficaz laboran en pro del atletismo. Conviene pues, estimular obras tan positivas no solo con el elogio sino con la práctica, ayudando cada uno con sus posibilidades y especialmente los Clubs barceloneses acudiendo con sus elementos a los festivales y torneos que en las comarcas se organizan, como justa compensación por los desplazamientos que aquéllos efectúan a Barcelona, y para que no se malogre la obra atlética que allí se efectúa.

Asimismo interesa destacar la reafirmación de la superioridad atlética de la Federación Catalana en los Campeonatos de España, dilucidados sin color por la diferencia de valía de los equipos presentados en la palestra gerundense. En este sentido ha influido notablemente la cantidad de atletas fichados por Cataluña, que ascienden a 434, contra los 141 de Castilla y los 138 de Guipúzcoa, nuestros inmediatos seguidores. Claro está que la cifra indicada no llega con mucho a las logradas

antes de la guerra de España, en que rozaron las 1.000 licencias en nuestra Federación. Este límite debe constituir uno de nuestros principales objetivos.

También constituye un hecho digno de ser destacado la reanudación del contacto internacional, del que tanto se habló y que finalmente se ha hecho realidad. Como es natural y lógico, ha sido Portugal el primer país con el que nos hemos enfrentado y con el que nuevamente contenderemos en 1946. Por cierto que se anuncian como posibles los Campeonatos de Europa para el mismo año y los Juegos Olímpicos para 1948, en Londres. Como todo ello lleva trazas de realidad, es indudable que habrá que transformar radicalmente la costumbre de muchos atletas de descuidar la preparación invernal y limitar su participación a dos o tres certámenes importantes del año. Es necesario progresar continuamente y esta mejora solo se consigue con el estudio, el entrenamiento y el hábito de la lucha. Es ahora que hay que pensar en los Campeonatos y encuentros de 1946 y 1948.

Este sentido de la superación no solo deben sentirlo los atletas, sino también los Clubs, las Federaciones e incluso los aficionados. Unos, participando y efectuando festivales atléticos; otros mejorando sus planes y organizaciones atléticas, porque siempre hay algo nuevo que aprender o perfeccionar, y los demás, con su presencia y aliento siempre tan estimable.

Junto a todas estas consideraciones, una noticia que no dejará de afectar a todos los que siguen el desarrollo

Acaba en la página 13

Dirección postal:

Federación Catalana de Atletismo

Vía Layetana, 94 - Barcelona



## EL SALTO DE PÉRTIGA

por el Dr. SALAZAR CARREIRA

**Record del mundo:**  
**WARMERDAM, 4'78 m.**

**Record de España:**  
**CULÍ, 3'74 metros**

aprovechamiento del esfuerzo atlético.

Ejercicio complejo y completo, este salto es, de todos los incluidos en el programa de competiciones de atletismo, aquel que exige más variedad del sistema muscular, más perfecta educación gimnástica, y también mayores virtudes morales. La fuerza física y la destreza no bastan para sobrepasar los cuatro metros; se necesita decisión,

audacia, dominio, sangre fría, todo hasta apurar al máximo por el entrenamiento constante y riguroso.

Considerando su esencia utilitaria, el salto de pértiga es conocido desde épocas remotas como recurso auxiliar para transposición de obstáculos, y figura como ejemplo una cita de Ovidio cuando describe una peripecia de caza en la que Nestor, perseguido por un jabalí, se libra del ataque de la fiera, elevándose a las altas ramas de un árbol por medio del apoyo de la lanza, utilizada como nuestra caña.

El perfeccionamiento deportivo de esta modalidad data de los últimos años, cuando el noruego Hoff pasó por primera vez cuatro metros y fue entonces cuando los americanos se

consagraron con todo entusiasmo a la práctica del salto de pértiga, estudiándolo cuidadosamente y creando técnica propia que les ha permitido elevar de año en año el record mundial, siendo de esperar que pasarán de los cinco metros en fecha no lejana.

El ejercicio del salto de pértiga consiste someramente en la transposición del atleta al lado opuesto de un listón horizontal, aprovechando la fuerza ascensional que resulta del brusco trabado del movimiento horizontal acelerado (carrera), por medio del apoyo de la punta de la pértiga en una caja empotrada en el suelo, un poco antes y frente del obstáculo.

Los reglamentos oficiales establecen que esta caja debe ser de madera con el fondo inclinado por abajo y para adelante, cubierto interiormente por una chapa de hierro de 0'6 milímetros de espesor y con 800 milímetros de su fondo. El cajetín tendrá 600 mm. de ancho en su parte abierta y a nivel del suelo, y va estrechándose hasta terminar en un ancho de 150 mm. Su longitud tomada sobre el suelo, es de un metro, y su profundidad máxima vertical de 200 mm.

El reglamento determina que ningún saltador en el momento de la elevación puede subir la mano superior ni pasar la inferior por encima de la otra. También se considerará como intento fallado si el listón es derribado por la caña del saltador, aún después de haberlo pasado; o si el saltador una vez fijada la pértiga despega los dos pies del suelo aún cuando no veriflque totalmente el salto. Es igualmente considerado intento fallado si la pértiga toca el suelo más allá del plano que determina la pared posterior del cajetín.

Ninguna persona puede tocar o coger la pértiga, a menos que clara-

mente caiga separadamente del listón o postes.

Si hay necesidad de descolocar los postes por conveniencia del concursante para marcar la distancia que mejor le convenga entre el plano del listón y el tope del cajetín para el apoyo de la pértiga — facultad que se le concede libremente hasta un máximo de sesenta centímetros — y en cualquier ocasión, debe procederse a nueva medición de la altura del listón en relación al suelo, para hacer la comprobación.

Las pértigas pueden ser de madera o de bambú, aún que sólo estas últimas son actualmente utilizadas por su gran ventaja en el peso. Su longitud, diámetro y peso son libres, no pudiendo ser provistas de ningún dispositivo auxiliar, y si sólo vendajes adherentes con espesor uniforme.

Como el reglamento permite al saltador el uso de pértigas propias (de las cuales no podrá servirse ningún otro concursante sin el consentimiento de su dueño) éstas deben ser utilizadas con el mayor escepticismo en cuanto a su conservación.

Una pértiga de cinco metros, permite marcas de record, y su espesor depende de la amplitud de la mano; aconsejamos la preferencia por los bambús poco flexibles y mejor equilibrados, pues cuanto más alto se halle el centro de gravedad, menos pesada parecerá la pértiga en la carrera preparatoria, cuando por la mayor altura a franquear, haya de sostenerse por su extremidad.

Es siempre conveniente enrollar en espiral la pértiga con cinta adhesiva (esparadrapo, cinta aislante, etc.), sobre todo en el tramo donde deben aplicarse las manos, procurando no exagerar, ya que únicamente se persigue el aumentar la seguridad e impedir que puedan resbalar las manos durante el salto. Otra recomendación muy impor-

El salto de pértiga, a pesar de ser una de las especialidades más espectaculares, es de las que tiene menos practicantes, estimándolo en proporción al número de atletas en activo. Sin duda que ello es debido al complicado y meticuloso trabajo técnico que se requiere, así como un profundo conocimiento de la mecánica del estilo moderno en el que los americanos y los japoneses son unos maestros.

La impresión general que nos lleva al análisis de la acción de la mayoría de nuestros saltadores, es que ellos conocen en general las maniobras que constituyen la técnica del salto de pértiga, pero ignoran aquellos pormenores que encierra en sí, lo que podríamos llamar el secreto del completo

tante es la de confiar a un ayudante la recogida de la pértiga en su caída, una vez que el saltador la haya desprendido.

El saltador no deberá nunca olvidar que el uso constante de una misma pértiga, puede representarle sus mejores triunfos, y por ello deberá cuidar de la misma con todo su cariño.

## EL SALTADOR

Hemos clasificado el salto de pértiga como ejercicio completo y complejo y esta definición explica por qué puede valorizarse esta especialidad que posee un rico conjunto de virtudes físicas y morales, perfeccionadas por el entrenamiento metódico y por el estudio concienzudo.

La ejecución del salto de pértiga es particularmente difícil porque obliga a la ejecución de una larga serie de gestos y acciones musculares en muy corto espacio de tiempo, con la agravante de ser indispensable la coordinación de los esfuerzos sucesivos y la sincronización exacta de movimientos simultáneos de varios sectores del cuerpo del atleta.

Rapidez, agilidad, destreza y fuerza forman el primer grupo de cualidades necesarias; calma, coraje, sentido del equilibrio y rapidez de reflejos, constituyen la segunda lista de requisitos, a la cual pueden añadirse la confianza moral y la resistencia física precisa para soportar las emociones y las fatigas de un concurso que puede durar largas horas. Recordamos como indicativo característico, la prueba final del torneo olímpico de Berlín que dió principio a las tres de la tarde y terminó a las nueve de la noche, siendo precisa la luz artificial de los reflectores.

Existe, por lo tanto, un conjunto de cualidades que el atleta podrá desarrollar, pero no crear, y que representan

la habilidad natural, sin la cual no se puede llegar a la categoría de los grandes campeones de salto de pértiga; y es por eso que lo importante es descubrir y cultivar los aprendices, independientemente de cualquier indicación morfológica, pues la historia nos prueba que entre los mejores saltadores de pértiga del mundo se encuentran hombres de todos los tipos.

Los individuos bajos y de miembros cortos ejecutan tal vez con mayor facilidad los movimientos finales, gracias a su rapidez, los longilíneos o los de elevada estatura se benefician por su mayor balanceo en el movimiento pendular.

El atleta que posea las cualidades antes apuntadas, bien musculado (sobre todo de brazos, tronco y abdominales) pero sin demasiado peso, puede conseguir buenos resultados con pértiga, cualquiera que sea su estatura, dentro naturalmente de los límites razonables.

El secreto de los éxitos, reside en una meticulosa preparación y perfeccionamiento de estilo; sin una u otro, no hay clase que valga.

## TECNICA DEL SALTO

**Sujetar la pértiga.** — La pértiga es para los principiantes un motivo de embarazo durante las maniobras que anteceden al salto. Los movimientos de carrera se complican por el transporte de una larga caña, en desequilibrio de peso hacia adelante, y a la cual las manos se agarran, haciendo imposibles las habituales oscilaciones antero-posteriores de los brazos.

El entrenamiento de la carrera de pértiga, ocupa un lugar importante en el aprendizaje del salto, y es necesario llevarlo con la más perfecta voluntad.

La pértiga es colocada junto al flanco opuesto al pie de batida en dirección al eje de carrera, y la mano al

mismo lado a retaguardia y la otra al frente, separadas por una distancia algo superior a la de los hombros.

Suponemos, como hemos fijado en los capítulos anteriores para el efecto descriptivo, el caso más corriente del atleta que hace la batida con el pie izquierdo y partiendo de esta hipótesis subordinaremos las consideraciones del estudio que sigue.

La mano izquierda asegura la caña por encima con el pulgar en oposición y la derecha la agarra en sentido inverso con la palma hacia arriba; el punto de apoyo de la mano derecha es aquel que se conserva inmutable para el salto, (si bien, durante la carrera, la presión no es firme) y marca el punto en el que debe de aplicarse la suspensión, en dependencia relativa con la altura del listón.

La mano izquierda en el momento de clavar la caña y preparar la impulsión, se deslizará a lo largo de la caña para reunirse con la derecha.

El saltador, antes de dirigirse al punto de la pista desde donde iniciará la carrera preparatoria, va junto a los saltómetros a medir el punto de apoyo para la mano derecha (la superior); introduce la caña en la caja y la coloca vertical, junto al listón transversal, cuyo nivel le indica el punto requerido para los intentos hasta los 3'30 ó 3'50 metros. En alturas mayores la posición de la mano superior se fija por debajo del nivel del listón transversal; la práctica será la mejor consejera del saltador en este pormenor, sobre el cual es imposible proporcionar indicaciones generales, pero la diferencia puede ser tanto más acentuada (circunstancia favorable) cuanto más fuertes sean los músculos de la cintura abdominal que intervienen al final del movimiento pendular para elevar las piernas al frente de los brazos.

Se citan campeones que han pasa-

do los cuatro metros, apoyándose en la caña en un punto medio metro más bajo.

Simultáneamente el saltador debe ocuparse de la colocación de los saltómetros a la distancia que crea conveniente del fondo de la caja de apoyo de la pértiga. Para las tentativas hasta los 3'20 m. una retrocesión de 30 centímetros es la media habitual, que disminuirá con la subida del listón, esto es los postes se adelantan al frente a medida que el listón se eleva por encima de los 3.20 metros.

Una vez fijado el punto de apoyo de la mano derecha, la pértiga se acerca al flanco de este lado, apuntando en la dirección exacta del eje de la carrera, de forma que la mano izquierda, apoyada con la palma y el pulgar abrazando la caña por debajo, quede colocada junto al costado derecho, cruzando el antebrazo respectivo horizontalmente al frente del cuerpo.

En estas condiciones y como ya hemos dicho que las manos se aplican sobre la pértiga separadas por la distancia equivalente al diámetro escapular, el brazo derecho colocado a retaguardia del cuerpo, flexionado por el codo; la posición de las manos tiene por objeto distribuir equitativamente sobre ambos brazos el esfuerzo de sustentación del peso de la pértiga, motivado porque éste aumenta con la aproximación de la empuñadura al extremo de la caña.

La posición de la mano derecha, empuñando por arriba, inversamente a la izquierda, si fuera mantenida con firmeza sería incompatible con la perpendicularidad del eje de la pértiga y la línea de los hombros, condición sin embargo, indispensable para la naturalidad de la carrera preparatoria; el mal se remedia dejando rodar la mano hacia adentro, sin dejar la caña, ya en posición de carrera, hasta que el pul-

gar pase por debajo de la pértiga y vaya a apoyarse junto a su borde inferior abrazándola como una cubierta o sea con la mano en pronación completa.

Las manos se mantienen en esta posición durante la carrera, pero al lanzar la pértiga con una elevación de los brazos, la mano derecha gira naturalmente hacia fuera, y al ser alcanzada por la izquierda está ya en oposición con ésta y empuñando la pértiga con seguridad.

**Carrera preparatoria.** — La carrera para el obstáculo, transportando la pértiga, difiere considerablemente de la carrera con independencia de movimientos, como por ejemplo sucede a los saltadores de longitud.

La velocidad no puede ser llevada al máximo porque perjudicaría a la ejecución del posterior movimiento pendular (L. Mang) y será graduada por la altura del listón a pasar, evitando esfuerzos superiores y aplicando solamente el necesario. El peso de la pértiga es un estorbo y su transporte provoca un movimiento de los brazos, que tiene por consecuencia el acortamiento del paso normal.

El aprendiz a saltador debe entrenarse especialmente a correr con la pértiga, sin la idea del salto, auxiliando la progresión equilibrada en el terreno con oscilación cadenciada de los hombros en sustitución de imposible oscilación de los brazos, conservando en lo posible inmóvil la pértiga en el eje de la carrera, pues cualquier movimiento de lateralidad en el momento de picar la pértiga, desequilibraría la eficacia del salto.

Para armonizar estos requisitos es indispensable que los brazos no se mantengan rígidos ni pegados al cuerpo; más bien han de actuar en perfecta desconstracción, compensando en re-

lación a la pértiga por ligeros movimientos inversos las oscilaciones rítmicas de hombros y busto.

Aconsejan algunos autores que la pértiga se conserve durante la carrera con la punta baja, para mejor garantía del apoyo en el cajetín; otros prefieren que sea mantenida ligeramente inclinada hacia arriba, con la extremidad inferior en el plano de los ojos, explicando que así se vuelve menos pesada por el auxilio de sustentación efectuado por la resistencia del aire. Dejaremos a opción del propio saltador, que experimentará a cuál de los dos métodos se adapta mejor para conseguir la velocidad necesaria con el menor esfuerzo.

Resumiendo lo que queda expuesto, el entrenamiento de la carrera tendrá la atención en los siguientes puntos:

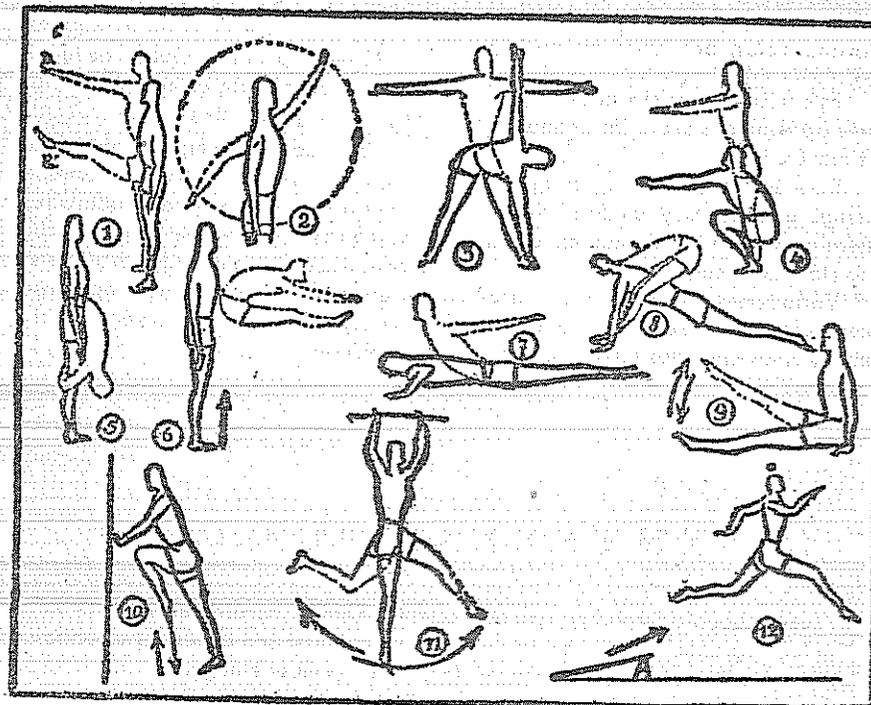
- Posición transversal de los hombros.
- Posición longitudinal de la pértiga y estudio de su inclinación relativamente al suelo.
- Perfecta desconstracción muscular de los brazos y busto y oscilación rítmica de los hombros.
- Suspensión de la pértiga con la mano anterior y su orientación con la mano posterior.
- Velocidad regular y progresiva, pero graduada para evitar fatiga antes de conseguir el punto de batida.

Como regla general para todos los saltos, la carrera preparatoria debe estar medida para garantía de exactitud en el punto de batida. La extensión de la carrera no precisa que sea superior a los 20 ó 30 metros.

L. Mang recomienda la conveniencia de expirar en el momento de clavar la pértiga en el cajetín, para inspirar luego durante la subida pendular.

Por nuestra parte recomendamos a los saltadores que el esfuerzo de con-

## EL SALTO DE LONGITUD



Seguimos con los estudios gimnásticos de especialidades del Dr. Salazar Carreira y hoy publicamos el correspondiente al salto de longitud.

1 — Saltar en el mismo lugar, alternativamente, a pies juntos y con proyección anterior de una pierna del brazo opuesto a la elevación.

2 — Oscilaciones antero-posteriores simultáneas de brazos, con circundación de abajo para arriba y atrás, también simultánea y repetida cada tres oscilaciones.

3 — Piernas separadas, brazos extendidos en posición horizontal: flexión y torsión del tronco de frente, tocando con la mano izquierda en el pie derecha y viceversa, manteniendo siempre

la prolongación de la línea de los brazos.

4 — Gran flexión de las rodillas y extensión inmediata de las piernas, sin levantar los calcáneos del suelo.

5 — De pie: Gran flexión del tronco de frente, abrazando las piernas y forzando por tocar la cabeza a la rodilla.

6 — Salto, elevando al frente las dos piernas extendidas y flexionando el tronco, con las manos y procurar tocar los pies.

7 — En sentido facial: Apoyo de las manos en el suelo. Extensión dorsal, levantando el tronco hasta el máximo, llevando los brazos extendidos lateralmente, en forma de cruz.

Acaba en la página 14

8 — También en sentido facial: Apoyo sobre las puntas de los dedos, y los pies extendidos hacia atrás en su máximo. Luego, pasar ambas piernas flexionándolas, por entre ambos brazos.

Este mismo ejercicio podrá ejecutarse apoyándose sobre las palmas de las manos.

9 — Sentado: Manos en apoyo, piernas extendidas y unidas: levantar alternativamente las piernas en extensión (15 ó 20 veces).

Variaciones de progreso: Cruzamientos, levantar flexionando la rodilla, lanzamientos cruzados laterales.

10 — Manos en apoyo a una pared, cuerpo un poco inclinado adelante; elevación alterna y acelerada de las rodillas.

11 — Suspendido: Golpes de tijera, juntar y separar por extensión anterior de piernas; golpes de riñones.

12 — Con un trampolín bajo, una cuerda atravesada entre dos postes, a 2 metros de altura y separada otros dos metros del plano de impulso: con media docena de pasos de corrida, saltar en extensión procurando tocar con la cabeza una cuerda y cayendo sobre un colchón.

## INTERESE QUE...

El sueco Leonard Strand ha batido recientemente el record mundial de la milla, logrando 4'00"8. En la misma prueba Andersson quedó en segundo lugar con 47"2, siguiéndoles Marcel Hansenne y Gunder Haegg.

Werner Hardmo, el campeónísimo marchador sueco, ha batido los records mundiales de las 2 millas (3.218,65 m.) realizando el tiempo de 12'45", y el de los 3 kms. en 11'51"8. Ocho días más tarde de esos records, en Malmoe batía dos records más, el de los 10.000 metros en 42'40"4 y el de las siete millas (11.265,20 m.) en 48'15".

En Praga, un marchador desconocido internacionalmente, Balsan, ha batido a Hardmo, sobre 10.000 metros, adjudicándose el record del mundo dejándolo en 42'32".

Mikaëlsson, el otro as sueco de la marcha, ha vuelto a adueñarse del record de la hora, que detentaba Hardmo. La distancia lograda por Mikaëlsson es de 13.812,78.

El valenciano Alfonso Sebastián, ha mejorado varias marcas regionales. Ha establecido las de la hora en 16.434,22 metros; de los 20 kms. en 1 h. 14'49"3; los 25 km. en 1 h. 37'31"2, y los 30 kms. en 1 h. 56'16".

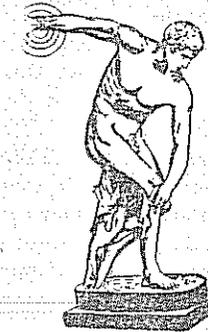
Andersson, ha hecho un intento de record sobre la marca mundial de los 2.000 metros, corriendo la distancia en 5'13" o sea un segundo seis décimas más que el record, que está en poder de Haegg.

## Técnica de la velocidad y métodos de preparación

En nuestro trabajo anterior dimos cuenta de algunas generalidades sobre las carreras de velocidad pura y ahora, para terminar, exponemos algunos métodos sencillos para la preparación y puesta a punto de los sprinters.

Ante todo, el aficionado debe asegurarse antes de iniciar su adiestramiento y a medida que avance en el mismo, de que su corazón y sus pulmones funcionen normalmente y no acusen el duro trabajo en la pista. Una vez cerciorado de su normalidad fisiológica puede empezar la labor de preparación con sesiones de cultura física de 30 minutos de duración, ejecutando de la forma más correcta y científica posible aquellos movimientos que tiendan al desarrollo de las pantorrillas, rodillas, tobillos, muslos y músculos abdominales. La gimnasia practicada correctamente, debe formar parte del plan general de entrenamiento y ha de proceder o seguir cada día al trabajo en la pista. A medida que el atleta adelante en su trabajo gimnástico podrá apreciar por sí mismo cuales son los ejercicios que mayormente fatigan sus músculos y los dejan en estado de debilidad. Si el atleta posee algunas nociones de Anatomía, podrá precisar los movimientos y sacar de estos el máximo beneficio.

Existe un método para el entrenamiento de la velocidad durante la carrera. Este es el entrenamiento de los nervios y su rapidez de transmisión. Pruébese así: Se apoyan las manos



Se marcha con los músculos, se corre con los pulmones, se galopa con el corazón, se resiste con el estómago y se llega a la meta con el cerebro.

Dr. TISSIÉ

sobre una valla u otro obstáculo más o menos a la altura de la cintura, a fin de disminuir en lo posible la presión que ejerce el peso del cuerpo sobre las piernas. En seguida

las piernas se ponen en movimiento, como si en verdad estuvieran corriendo, y se notará que la velocidad posible es muy superior a aquella que se puede desarrollar corriendo de verdad.

Una vez terminado este entrenamiento se experimentará un poco de fatiga y, después de algunos días, dos o tres, parecerá que los muslos estuvieran rotos. Pero todo esto pasará y ello prueba que no se estaba en condiciones para desarrollar grandes velocidades. No solamente son los músculos los fatigados, sino también los nervios motores que transmiten la impulsión al cerebro. Estos nervios deben estar perfectamente entrenados para una gran rapidez de transmisión.

Otro método muy importante y efectivo es el llamado de "pedaleo". Tendido de espaldas en el suelo y apoyando la nuca en el mismo, se levantan las piernas al aire. El equilibrio se logrará apoyando los codos en tierra y sosteniendo el tronco con las manos colocadas sobre los riñones. Las piernas deben moverse a la mayor velocidad posible, doblando energicamente las rodillas. Bien entrenado, un atleta

puede llegar a velocidades extraordinarias. Este movimiento constituye, además, un entrenamiento directo de los nervios y hace que afluya la sangre a las piernas después de la carrera.

Es muy conveniente para el velocista habituarse a correr distancias superiores a las que piensa especializarse.

Si se quiere mantenerse largo tiempo en "forma", hay que ir despacio y **jamás terminar los entrenamientos bruscamente**. La mayoría de nuestros atletas abandonan de golpe los entrenamientos al terminar la temporada y esto resulta fatal en todos los casos. A muchos atletas les ha sido imposible recobrar su puesto a punto en la temporada siguiente por este motivo, que para algunos resulta incomprensible. Los suecos y finlandeses son de una prudencia extremada en este sentido y, en Otoño, al terminar la temporada, van disminuyendo sus ejercicios paulatinamente, no haciéndolo jamás de una manera brusca.

Un entrenamiento duro y enérgico es necesario. El reposo de la noche devolverá al atleta sus energías.

Otro factor muy importante para el atleta y tanto o más efectivo que el propio entrenamiento, es la regularidad de su vida privada. No queremos decir nada sobre la alimentación por la disparidad de criterios reinante a este respecto, pero es innegable que un horario regular para las colaciones y el descanso, (mínimo ocho horas) influye de forma poderosa en el rendimiento del atleta.

Para terminar daremos a conocer un estudio de plan de entrenamiento para los principiantes, aplicable también a los ya iniciados y en activo. Estos deberán aumentar las "dosis" a medida de sus necesidades y llegando a desarrollarlo cada día:

**MARTES:** Cuatro o cinco partidas.

Dos carreras de 100 metros. Entrenamiento de los muslos y tobillos. Seguidamente, de nuevo, cuatro o cinco salidas. Dos carreras de 200 metros, con 15 minutos de intervalo y terminar con un poco de marcha o trote ligero.

**JUEVES:** Ocho o diez salidas. Gimnasia con movimientos de abdomen. Dos veces 100 metros con 10 minutos de reposo intermedio. Terminar con 1.000 metros a velocidad regular.

**SABADO:** Gimnasia. De ocho a diez salidas, las dos últimas hasta los 70 metros. Un poco de salto alto. Dos carreras de 200 metros con un intervalo de 15 minutos, la última a plena velocidad. Marcha o trote ligero para terminar.

**DOMINGO:** Cuatro o cinco partidas. Un poco de gimnasia especialmente para el entrenamiento de los nervios. Dos carreras de 75 metros con intervalo de 10 minutos. Entrenamiento de los músculos de los muslos, tobillos y abdomen. Para terminar: 800 metros a media velocidad.

A medida que el atleta vaya entrando en forma, aumentará las salidas y forzará la velocidad en las carreras de 800 y 1.000 metros.

Este es un plan racional para principiantes que solamente exige un pequeño esfuerzo de voluntad. Al principio el trabajo resulta duro y monótono, pero a medida que el atleta ve aumentar sus posibilidades y su resistencia, el entrenamiento se convertirá en un placer.

### ¿SABE VD....

Vea respuestas en la página 18

1 ...cuántos atletas españoles han pasado el 1'80 metros en altura?

2 ...qué atleta español ha ostentado simultáneamente el cargo de Presidente de Federación Reginal, Alcalde, Juez de salidas y atleta?

3 ...quién venció en la decathlon de la Olimpiada de 1912 y a quién se adjudicó el primer lugar?

## x Aspectos del III España - Portugal

por JOSE COROMINAS

Los velocistas lusitanos usaron, sin excepción, «starting-blocks». Ello supone una mejora por lo menos de una décima de segundo en 100 metros y una mejor conservación de la pista de ceniza.

Sampaio Peixoto, estudiante de Porto. Un valor netamente europeo y, a mi juicio, un menos de 22" en 200 metros para la próxima temporada, si sus ocupaciones militares le permiten dedicarse a su preparación.

Un gran valor y una firme promesa del atletismo español: Luis Pérez, 50"9 en 400 metros y vasco por más señas.

Fernando Ferreira, co-recordman portugués de 110 m. vallas, junto con Martins Viera, ya conocido de los barceloneses. Muy bien dotado, inteligente y conocedor de las modernas técnicas norteamericanas. Fué superado por el fogoso Gómez Cruza, "tirador de vallas".

El más completo atleta lusitano: Matos Fernandes, recordman ibérico de decathlon. Se presentó en baja forma, pero su clase innata es mucha por lo que triunfó en los 400 m. vallas, sin nuestros mejores especialistas.

Como se auguraba, Pons se aseguró holgadamente el salto de altura, con 1'85 al primer intento. Los tres siguientes, con 1'80, dieron el mejor resultado de conjunto en una reunión peninsular.

En el salto de longitud, los portugueses con un «conocimiento exacto de la carrera» sólo hicieron un «nulo» en los intentos de clasificación. Los nuestros, cinco «nulos». Todo un detalle.

Si se pudiera unir la técnica de Joao Vieira, con las facultades de Alcide, el record ibérico de triple salto rondaría hoy los 15 metros.

Pinto Basto, 12'84 metros en peso y 22 años. Ruivo, 12'42 metros, casi un metro menos de su record obtenido en 1939. Ambos superados por nuestro campeón Torres.

Con mejores velocistas y mejor cambio, Portugal triunfó con facilidad en el 4 x 100 metros. No podía escapar a España el 4 x 400 metros, perdidos en el primer relevo por una infantería de Blanco.

# Calendario

## NOVIEMBRE

Día 18 — IV Trofeo "Federación Catalana de Atletismo" para Neófitos y Debutantes.

1.ª prueba. Fondo. Circuito urbano. Trofeo "Alberto Charlot" de marcha. Circuito urbano.

Día 25 — Trofeo "Luis Planells" de carrera a pie. Todas categorías.

Organización: R. C. D. Español.

## DICIEMBRE

Día 2 — Campeonatos Provinciales de marcha atlética. 20 kms.

Día 2 — Vuelta a Tarrasa a pie. Todas categorías.

Organización: E. y D. Tarrasa.

Día 9 — Trofeo "Antonio Gracia" de carrera a pie, para Neófitos y Debutantes.

Organización: R. C. D. Español.

Día 16 — Carrera pedestre libre participación. Mataró.

Organización: C. A. Layetania.

## Editorial

(Viene de la pág. 3)

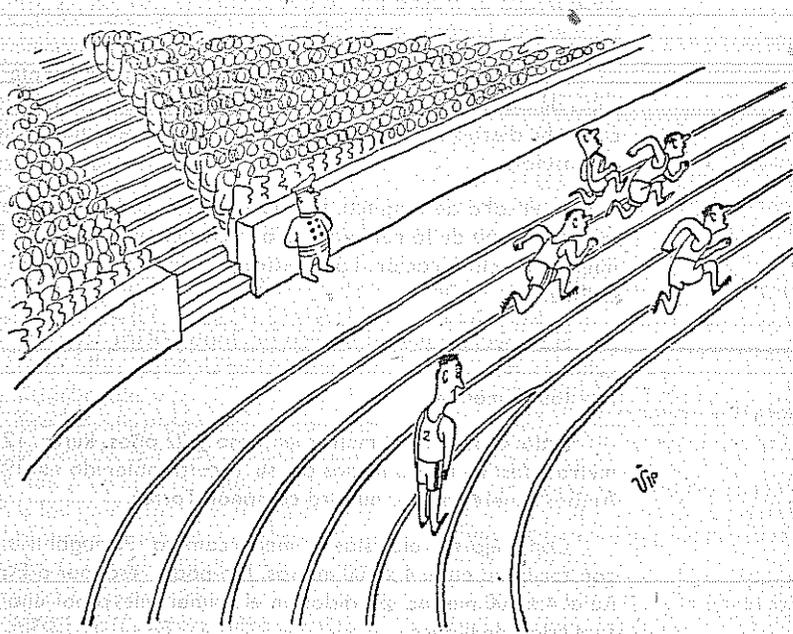
del atletismo. El Club Gimnástico de Tarragona, fundador de la Federación Catalana de Atletismo y cuyos atletas tantos días de gloria dieron a nuestro deporte y a la región, ha sido dado de baja por falta de pago. Es siempre sensible una defecación y mucho más si se considera que coincide con una temporada de auge del Club Gimnástico y en la época de su mayor euforia en el deporte profesional.

## El salto de pértiga

(Viene de la página 8)

La concentración principia y se define antes de iniciada la carrera, y que a partir de este momento, toda atención se fijará exclusivamente sobre el objetivo; durante los últimos pasos a recorrer fijarse en el cajetín, para apuntar con seguridad, y luego después de clavar la pértiga en el terreno, será el listón su única preocupación.

(N. R. — Por su extensión, continuaremos en otro número, las otras diferentes fases de este salto).



# Marcas y clasificaciones

## Pruebas atléticas en el intermedio y principio de la final de la Copa de Fútbol

Estadio de Montjuich - 24 junio 1945  
Tarde a las 6

3.000 m. OBSTACULOS — 1 Miranda Esp. 9'43" (record de Cataluña) - 2 Guixá Barc. 10'14" - 3 Franc ind. 10'14"6 - 4 Miliá Barc. 10'40"8 - 5 Llopart Layet.

1.000 m. lisos — 1 Piferrer HFr. 3'36"6 - 2 Arxé Barc. 2'37"2 - 3 Fontseré id. 2'40"2 - 4 Brunet Lay. 2'40"3 - 5 Serra Vich 2'40"3 (Hasta 11 clasificados).

## XXV Campeonatos Generales de Cataluña - Bodas de Plata

2.ª jornada - Estadio de Montjuich

8 julio de 1945 - 9'15 mañana.

BARRA — 1 Mora Ger. 29'23 - 2 Genero HFr. 28'63 - 3 Jaime Esp. 27'55 - 4 Massa Barc. 27'37 - 5 Roca id. 22'92 - 6 Flores 21'82.

PESO — 1 Gimena Sitges. 13'01 - 2 d'Alexandry HFr. 12'015 - 3 Parés Barc. 11'19 - 4 Massa id. 11'12 - 5 Planas Esp. Mora Ger. 10'48.

LONGITUD — 1 Méndez Ger. 6'615 - 2 Navarro CNB 6'39 - 3 Lemmel Españ. 6'325 - 4 Escolá HFr. 6'295 - 5 Salam Barc. 6'21 - 6 Altafulla Esp. 6'10 m.

Tarde a las 5'15

110 m. VALLAS — 1 D'Alexandry HFr. 17" - 2 Par id. 17"8 - 3 Bordons Barcel. 18"1 - 4 Brillas id. 18"5 - 5 Juliá Ger.

MARTILLO — 1 Montes CNB 34'68 - 2 Mora Ger. 33'73 - 3 Tremps id. 30'70 - 4 Porras CNB 28'38 - 5 Massa Barc. 28'37 - 6 Jaime Esp. 27'07.

100 m. lisos — 1 Méndez Ger. 12"1 - 2 Belmonte Bar. 12"1 - 3 Pallás id. 12"1 - 4 Peralta Léri. 12"6 - 5 Navarro CNB - 6 Portolés CAM.

1.500 m. lisos — 1 Rojo Esp. 4'12"2 - 2

2 Arxé Barc. 4'17"2 - 3 Brunet La. 4'19"4 - 4 Serra Vich 4'23" - 5 Solá HFr. 4'28"2 - 6 Cases Barc.

400 m. lisos — 1 Piferrer HFr. 53"2 - 2 Martí Esp. 53"3 - 3 Sales CNB 53"4 - 4 Morera Barc. 54"8 - 5 Valera id.

TRIPLE SALTO — 1 Planas Esp. 13'02 - 2 Giró Ger. 12'915 - 3 D'Alexandry HF. 12'87 - 4 Naaarro CNB 12'73 - Figueras Reus 12'37 - 6 Méndez Ger. 12'30.

10.000 m. lisos — 1 Miranda Español 33'37" - 2 Guixá Barc. 33'45"8 - 3 Camí ind. 34'11"4 - 4 Franch ind. 34'21" - 5 Miliá Barc. 34'52"2 - 2 Martínez id.

RELEVOS 4 x 100 m. — 1 Barc. 47"3 - 2 HFr. 47"6 - 3 CNB 48"3 - 4 Ger. 48"4 - 5 CAM 50"9.

PUNTUACIÓN — 1 Bar. 140 - 2 Ger. 75 - 3 Esp. 68,5 - 4 HFr. 53 - 5 CNB 30 - 6 Lay. 19 - 7 CAM 13 - 8 N. Sitges 6 - 9 Manresa 5,5 - 10 Luises G. 5 - 11 Badalona 4 - 12 Vich 3 - 13 Lérida 3.

## Festival de preselección para los Campeonatos de España

15 julio 1945 - Estadio Montjuich

A las 9.30 mañana

110 m. VALLAS — 1 D'Alexandry HF. 16"7 - 2 Par id. 17"6 - 3 Brillas Barcelo, 18"5 - 4 Bordons id.

100 m. lisos — 1 Esquerra Lay. 11"6 - 2 Belmonte Barc. 11"6 - 3 Codolá Laye. 11"7 - 4 Correro Barc.

5.000 m. lisos — 1 Ribalaiga Español 16'05"

10.000 m. lisos — 1 Marés C.A.M. 34'25"6.

BARRA — 1 Genero HFr. 33'08 - 2 Massa Barc. 32'08 - 3 Jaime Esp. 28'95 - 4 Flores HF. 25'80.

PERTIGA — 1 Consegal Luises 3'27 - 2 Rallo Vich 3'27 - 3 Esteve Esp. 3'20 - 4 Gálvez ind. 3'12 - 5 González ind. 3'12.

ALTURA — 1 Martínez Barc. 1'77 - 2 Franquet Tarragona 1'70 - 3 D'Alexandry HFr. 1'70 - 4 Esquerra Lay. 1'60.

1.500 m. lisos — 1 Arxé Barc. 4'13"6 - 2 Serra Vich 4'16"2 - 3 Brunet Layetan. 4'19"2 - 4 Solá HFr. 4'25 - 5 Cases Barc. 6 Fost CAM.

400 m. VALLAS — Mercadé Barcelo. 1'00"8 - 2 Valera id. 1'01" - 3 Portolés CAM 1'02"5.

200 m. lisos — 1 Belmonte Barc. 23"7 - 2 Codolá Lay. 23"9 - 3 Sales CNB. 24" - 4 Correro Barc.

JABALINA — 1 Fernández Barc. 44"20 - 2 Esteve Español 43"92 - 3 Genero HF. 32"86 - Sagnier Esp. 30"91.

### Campeonatos Provinciales de Gerona

Gerona - 15 julio 1945 - 9.30 mañana

3.000 m. lisos — 1 Duarte 10'16" - 2 Nicolás 10'16" - 3 Clarés 10'34.

PESO — 1 Fita 10'91 - 2 Bassó 10'78 - 3 Mora 10'56 - 4 Plajas 10'41 - 5 Bonet 9'43 - 6 Sais 8'14.

100 m. lisos — 1 Méndez 12" - 2 Giralt (f. conc.) 13"1 - 3 Bassó - 4 Plajas.

MARTILLO — 1 Mora 39"16 - 2 Sais 26"095.

PERTIGA — 1 Vives 3'01.

ALTURA — 1 Escolá 1'72 - 2 Juliá 1'65 - 3 Metge 1'65 - 4 Vives 1'455 - 5 Sais 6 Giralt (f. conc.)

JABALINA — 1 Bassó 43"50 - 2 Plajas 41"28 - 3 Vives 39"22 - 4 Sais 36"31.

800 m. lisos — 1 Torres, 2'19"4 - 2 Duarte.

LONGITUD — 1 Méndez 6'47 - 2 Escolá 5'75 - 3 Juliá 5'43 - 4 Metge 5'36 - 5 Giralt (f. conc.) 5'15 - 6 Duarte 4'39.

Todos los atletas pertenecen al G. E. y E. Gerundense.

### Trofeo Ayuntamiento de Esplugas

Esplugas de Llobregat - 22 de julio 1945  
6 tarde

1 Bonjons Barc. Badajoz 26 21'40" - 2 Camí ind. 22" - 3 Sellés Barc. Badaj. 26 22"10" - 4 Portero Españ. 22"12 - 5 Solá HF. 22'52"8 - 6 De Pedro Esp. 23'12"4 -

7 Coch ind. 23'29" - 8 Cervantes Españ. 23'34" (hasta 14 clasificados).

Por equipos: 1 Barc. 15 puntos.  
Militares: 1 Badajoz 26, 15 puntos.

### XXV Campeonatos de España de Atletismo en pista

Organizados por la Federación Catalana de Atletismo en colaboración con el Grupo Exc. y Esp. Gerundense

Gerona 28-29 julio 1945 - Campo Marte  
1.ª jornada - 28 julio - 9.30 mañana

5.000 m. lisos final — 1 Gregorio Rojo, Cat. 15'59"2 - 2 Francisco Cassart, 16'00"4 - 3 Juan Mari, Levantina, 10'06"4 (record Levante) - 4 Manuel Ribalaiga, Cat. 16'08" - 5 Rodolfo Antón, Arag. 16'09"2 - 6 Mariano Sierra, Arag.

PESO final — 1 José L. Torres, Cast. 12'995 (record Castilla) - 2 Félix Erauzquin, Viz. 12'43 - 3 José L. Adarraga, Guip. 12'24 - 4 Gerardo d'Alexandry Cat. 12'07 - 5 Juan R. Gimeno, Ca. 11'91 - 6 Manuel Szigriszt, Vizc. 11'02.

TRIPLE SALTO final — 1 Ernesto Pons Cat. 13'44 - 2 José Planas, Cat. 12'89 - 3 Joaquín Marzo, Arag. 12'83 - 4 Andrés Serralta, Guip. 12'77 - 5 Luis Giró Cat. 12'73 - 6 Eladio Saavedra, Galicia 12'71.

Tarde a las 5.30

3.000 m. OBSTAC. final — 1 Constantino Miranda, Cat. 10'21"4 - 2 Antonio Franch, Cat. 10'25"8 - 3 Luan Mari, Lev. 10'29" - 4 Manuel Macías, Cast. 10'30"6 - 5 Joaquín Escudero, Guip. 10'34"8 - 6 Francisco Juan, Lev.

BARRA final — 1 Félix Erauzquin, Vi. 41"98 - 2 Santiago Urquijo, Guip. 37"81 - 3 Faustino Martiarena, Guip. 36"77 - 4 Agustín Lázaro, Arag. 33"37 - 5 Luis Genero, Cat. 32"90 - 6 Emilio Mora, Cataluña, 32"38.

ALTURA final — 1 Pedro Martínez, Cat. 1'80 - 2 Ernesto Pons, Cat. 1'75 - 3 Samuel Franquet, Cat. 1'70 - 4 Miguel Lacunza, Guip. 1'70 - Manuel Serrano Cast. 1'65 - 6 José L. Torres, Cast. 1'65.

JABALINA final - 1 Pedro Apellaniz Vizc. 47"85 - 2 Francisco Fernández, Ca. 45"15 - 3 Miguel Pérez, Cast. 44"32 - 4 Ramón Bassó, Cat. 43" - 5 Inocencio

Ugarteburu, Guip. 42"78 - 6 Alfredo Melín, Gal. 42"40.

100 m. lisos final — 1. Francisco Villanueva, Vizc. 11"6 - 2 Francisco J. Núñez, 11"7 - 3 Francisco Bayo, Aragón. 11"8 - 4 José M. Estevez, Gal. - 5 Arturo Delgado, Guip. - 6 Fernando Méndez, Cat.

800 m. lisos final - 1 Luis Blanco, Cas. 2'04" - 2 Andrés Sánchez, Viz. 2'05"4 - 3 Agustín Arxé, Catal. 2'05"8 - José L. Adarraga Guip. 2'05"8 - 5 José M. Pérez, Cast. - 6 José L. Flores, Cast.

2.ª jornada - 29 julio - 8.45 mañana

10.000 m. MARCHA (fuera de puntuación) — 1 Alberto Gurt, Cat. 47'49" - 2 Agustín Gimeno, Cat. 49'22"6 - 3 Miguel Pellicer, Lev. 51'09"2 (record Levante) - 4 José Ruiz, Gal. 51'19"6 (record Galicia) - 5 Joaquín Colín, Cat. - 6 José Arqué, Cat. - 7 Juan Garay, Cat.

10.000 m. lisos final — 1 Constantino Miranda, Cat. 33'58"8 - 2 Francisco Marés, Cat. 34'18"2 - 3 Rafael Bielsa, Ara. 34'27"2 - 4 Jesús Urrutia, Vizc. - 5 Francisco Juan, Lev. - 6 Luis Miró, Gal.

PERTIGA final - 1 Miguel Consegal, 3'30 - 2 Joaquín Rallo, Cat. 3'30 - 3 Juan Ibáñez, Ara. 3'20 - 4 Miquel Pérez, Cas. 3'10 - 5 Juan Esteve, Cat. 3' - 6 José Gimeno, Lev. 2'90.

MARTILLO final — 1 Santiago Urquijo, Guip. 39"11 - 2 Emilio Mora, Cat. 37"56 - 3 Alfonso Broto, Ara. 36"90 - 4 Ramón Montes, Cat. 35"78 - 5 Alfredo Forcano, Cast. 34"04 - 6 Agustín Lázaro, Arag. 32"31.

110 m. VALLAS final — 1 Jesús Gómez, Vizc. 16"7 - 2 Gerardo d'Alexandry, Cat. 17" - 3 Gustavo Massé, Guip. 18"3 - 4 José Serrano, Cast. - 5 Gaspar Gómez, Guip. 6 - Alfonso Par, Cat.

RELEVOS 4 x 400 m. final — 1 Guipuzcoa (Pérez, Gómez, Elósegui, Adarraga) 3'35"4 - 2 Castilla (Petinto, Flores, Leirana, Blanco) 3'35"6 - 3 Cataluña (Piferrer, Martí, Serra, Sales) 3'44"4 - 4 Vizcaya (Martínez, Villanueva, Gómez, Sánchez) 3'56"8 - 5 Galicia (Soto, Castro, Uzal, Varela) - 6 Aragón (Marzo, Alonso, Antón, Aguado).

Tarde a las 5.30

400 m. VALLAS final — 1 Salvador Mercadé, Cat. 59"2 - 2 Gaspar Gómez,

Gui. 59"5 - 3 José Serrano, Cast. 1'00"1 - 4 Santiago Pérez, Guip. 1'01"8 - 5 Jesús Gómez, Vizc. - 6 Gustavo Valera, Cat.

DISCO final — 1 Félix Erauzquin, Vi. 40"03 - 2 José L. Torres, Cast. 39"28 - 3 José L. Celaya, Viz. 36"61 - 4 Luis Prátmarsó, Cat. 34"80 - 5 Pedro Ricart, Cat. 34"47 - 6 Inocencio Ugarteburu, Guip. 33"56.

200 m. lisos final — 1 Francisco J. Núñez, Cast. 24" - 2 Mariano Barrera, Ar. 24"1 (record Aragón) - 3 Ricardo Saez, Cast. 24"7 - 4 Juan Correro Cat. - 5 Emilio Sanchis, Lev. - 6 Arturo Delgado, Guip.

1.500 m. lisos final — 1 Gregorio Rojo, Cat. 4'12"2 - 2 José Granero, Cast. 4'16" - 3 Rodolfo Antón, Arag. 4'17 (record Aragón) - 4 Juan Serra, Catal. - 5 Prudencio Ayerra, Guip. - 6 Agustín Arxé, Cat.

LONGITUD final — 1 Fernando Méndez, Cat. 6'44 - 2 Francisco del Canto, Viz. 6'15 - 3 Raúl Navarro, Cat. 6'02 - 4 Juan J. Arzac, Gui. 5'96 - 5 Eladio Saavedra, Gal. 5'91 - 6 Joaquín Marzo, Ar. 5'795.

400 m. lisos final — 1 Luis Blanco, Ca. 52"7 - 2 Manuel Leirana, Cast. 54"3 - 3 José L. Flores, Cast. 54"7 - 4 Francisco Martí, Cat. 56" - 5 Enrique Sales, Cat. - 6 Jaime Malea, Lev.

RELEVOS 4 x 100 m. — 1. Guipuzcoa (Azcarate, Arzac, Pérez, Delgado) 47"1 - Cataluña (Esquerro, Correro, Serra, Belmonte) 48"2 - 3 Aragón (Mir, Alonso Aguado Barrera) 48"6.

PUNTUACION POR EQUIPOS DE FEDERACION — 1 Cataluña 156 puntos - 2 Castilla, 87 - 3 Guipuzcoa 67 - 4 Vizcaya, 58 - 5 Aragón, 42 - 6 Levante, 15 Galicia, 10.

PUNTUACION POR EQUIPOS DE SOCIEDAD — 1 S.E.U. de Madrid, 48 puntos - 2 R.C.D. Español, 37 - 3 C.F. Barcelona, 37 - 4 C.D. Fortuna (Guip.) 27 - 5 Real Madrid, 26 - 6 C.D. Moraza (Vizc.) 25 - 7 G.E.E. Gerundense, 18 - 8 C.D. Varconie (Guip.) 17 - 9 C.N.Helios (Arag.) 16 - 10 C.C. Galdácano (Vizc.) 15 - 11 Zaragoza F. C. 15 - 12 C.D. Hispano Francés 11 - 13 C.N. Barcelona, 9 - 14 Unión Deportiva de Vich, 8 - 15 E. y D. de Madrid, 8 - 16 E. y D. de Albal (Val.) 8 - 17 A. Deportiva (Vizc.) 7 -

18 C.D. Hernani (Guip.) 7 - 19 Alerta F. J. (Gal.) 7 - 20 S. D. Arenas (Arag.) 6. Hasta 31 equipos clasificados.

Con 26 puntos, Cataluña se adjudica la copa Mariano Cugueró Lanzamientos Olímpicos, seguida de Vizcaya con 22 puntos.

### III Gran Premio de Gracia

15 agosto 1945 - Circuito urbano  
A las 11'30 mañana

1. Bernabeu, Barc. 18'57" - 2 Guixá id. 19'06" - 3 Franch ind. - 4 Miliá Barc. Badajoz, 56 - 5 Bonjorn id. id. - 6 Sellés id. id. - 7 Manuel Ribalaiga Esp. Alcántara 33 - 8 De Pedro id. - 9 Coch ind. - 10 Cervantes Esp. Alcántara 33. (Hasta 49 clasificados).

Por equipos: 1 Barcelona 15 puntos - 2 Montnegre 40 puntas.

Por equipos militares: 1 Badajoz 26 15 puntas - 2 Policía Armada 40 puntas.

### \* Campeonato de Cataluña de Decathlon

Estadio de Montjuich - 1.ª jornada  
1 Septiembre 1945 - Tarde a las 5

100 m. lisos — 1 Sagnier Esp. 12" - 2 Portolés CAM 12"4 - 3 Peralta Lér. 12"4 - 4 Oller ind. 12"7 - 5 Junqueras Barc. 12"5. - 6 Salom id. 12"5.

LONGITUD — 1 Salom Barc. 6'08 - 2 Sagnier Esp. 5'63 - 3 Portolés CAM 5'62 - 4 Junqueras Barc. 5'60 - 5 Esteve Esp. 5'45 - 6 Peralta Lér. 5'32.

PESO — 1 Mateu Barc. 9'15 - 2 Esteve Esp. 9'09 - 3 D. Galvez Barc. 9'04 - 4 Sagnier Esp. 8'555 - 5 Roig 8'46 - 6 Peralta Lér. 7'42.

ALTURA — 1 Esteve Esp. 1'56 - 2 Portolés CAM 1'56 - 3 Junqueras Barc. 1'56 - 4 Sagnier Esp. 1'53 - 5 Salom Barc. 1'45 - 6 Mateu id. 1'45.

400 m. — 1 Sagnier Esp. 55"4 - 2 Portolés CAM 25"7 - 3 Junqueras Barc. 56"3 - 4 Oller ind. 56"7 - 5 Peralta Lér. 56"7 - 6 Salom Barc. 57"5.

Se han clasificado 11 atletas en todas las cinco pruebas.

### Prueba de preparación para el España-Portugal

Estadio Montjuich - 1 septiembre 1945  
Tarde a las 6

10.000 m. lisos — 1 Bernabeu Barc. 32'52"2 - 2 Gimeno id. 38"03"2 - 3 Ciurana ind.

### \* Campeonato de Cataluña de Decathlon

Estadio Montjuich - 2.ª jornada  
2 Septiembre 1945 - Mañana a las 9.45

110 m. vallas — 1 Salom Barc. 19"6 - 2 Portolés CAM 10"8 - 3 Sagnier Espa. 20"1 - 4 Junqueras Barc. 20"4 - 5 Roig ind. 20"8 - 6 Peralta Lér. 21"3.

DISCO — 1 Esteve, Esp. Esp. 26'12 - 2 Sagnier Esp. 25'81 - 3 Salom Barc. 25'63 Bisbal, ind. 24'85 - 5 Roig ind. 23'60 - 6 Junqueras Barc. 23'50.

PÉRTIGA — 1 Sagnier Españ. 2'95 - 2 Esteve id. 2'68 - 3 Salom Barc. 2'52 - 4 Peralta Lér. 2'25 - 5 Bisbal ind. 2'25 - 6 Oller.

JABALINA — 1 Esteve Esp. 39'50 - 2 Junqueras Barc. 37'25 - 3 Sagnier Espa. 32'82 - 4 Roig ind. 32'80 - 5 Bisbal ind. 30'68 - 6 Portolés CAM 28'50.

1.500 metros — 1 Oller ind. 4'46" - 2 Peralta Lér. 4'58" - 3 Junqueras Barcel. 5'07"4 - 4 Salom id. 5'08" - 5 Esteve Esp. 5'15"2 - 6 Portolés CAM 5'15"2.

PUNTUACIÓN — 1 Sagnier Español 4.137 puntos - 2 Esteve id. 4.004 - 3 Salom Barc. 3.912 - 4 Junqueras id. 3.707 - 5 Portolés CAM 3.704 - 6 Peralta Lérica 3.573 - 7 Oller ind. 3.244 - 8 Roig ind. 3.043 - 9 Bisbal ind. 2.721.

### RESPUESTAS

Vea preguntas en la pag. 12

1 Ernesto Pons con 1'91; José Lacomba con 1'82; Pedro Irigoyen con 1'81 y Pedro Martínez con 1'80.

2 Lafitte, que fué alcalde de San Sebastián y Presidente de la Federación Guipuzcoana.

3 El vencedor fué el indio americano James Thorpe, y se otorgó el primer lugar al sueco H. Wieslander, por descalificación de aquél como profesional en base-ball.

## PLATERIA Y ORFEBRERIA DEL CARMEN

ESPECIALIDAD EN COPAS DE DEPORTE

HIJO DE  
B. CAPO VARET

BARCELONA

VENTA:  
PASEO DE GRACIA, 91  
TELEFONO 80921

VENTA:  
FERNANDO, 44  
TELEFONO 2588

FÁBRICA:  
PASO DE LA ENSEÑANZA, 1 y 2

*Adquiera antes de que se agote la  
Tabla de Puntuación  
Finlandesa*

*y con ella podrá valorar todas las marcas*

*Adquirla inmediatamente a*

**MAPERM IMPRESORES**  
*Casanova, 24 - Teléf. 30061*