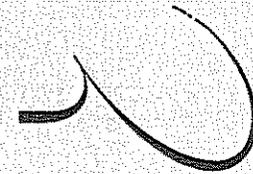


Atletismo

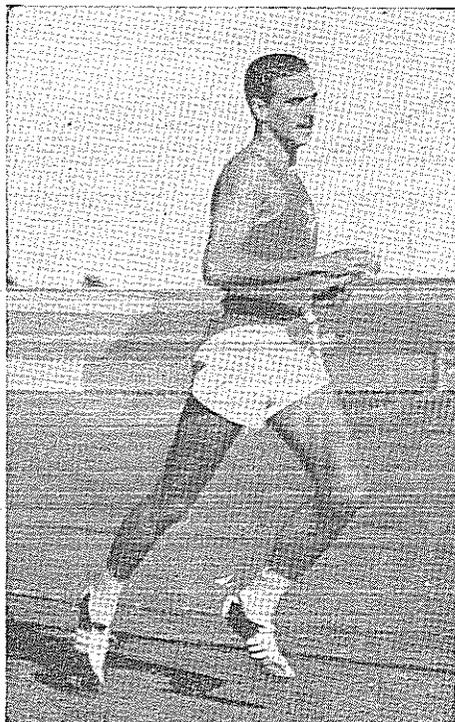
CIRCULAR DE LA FEDERACION CATALANA DE ATLETISMO



De nuevo la temporada de cross



Siluetas



ANGEL BADIA

El atleta del C. N. Barcelona, con actuaciones irregulares, viene no obstante figurando entre los mejores saltadores españoles, y salvo Junqueras y Campanal, es posible que no existe

hoy día en España, otros saltadores que superen a Badía.

Atleta de condiciones innatas, ha fiado siempre sus actuaciones, más a sus condiciones naturales, que no al entrenamiento. Así se explica que mientras un día alcanza, pongamos por ejemplo 6 m. 77, su mejor marca personal en 1952, no sea capaz de pasar de los 6 m. 30 al cabo de ocho días. Como ya hemos dicho, Badía figuró en 1952, en el «ranking nacional», en segundo puesto detrás de Junqueras, y en 1953, en tercero detrás de Campanal y Junqueras.

Actualmente, Badía, se ha propuesto lo que no había hecho hasta el presente. Entrenarse. A las órdenes del Sr. Virho, y con el trabajo diario de la pista, Badía, puede llegar a los siete metros.

Internacional, por méritos propios, ha defendido su suerte en algunos encuentros, y con la Selección Catalana, actuó en París y Chiavari. Ha actuado en varios concursos sociales del atleta completo de su club, obteniendo honrosas clasificaciones.



Editorial

Es con satisfacción que el Consejo Directivo de la F. C. A. ha cumplido esta primera etapa de su programa, poniendo al servicio de nuestros atletas un competente entrenador, que durante nueve meses, cuidará de su preparación a fin de que en estos II Juegos del Mediterráneo, que ha de tener por escenario nuestra ciudad, veamos en la selección nacional, al mayor número de atletas nuestros.

Nunca podremos agradecer a la Federación Finlandesa y en particular a nuestro buen amigo Sr. Garriga Marqués, que ha sido quien ha cuidado de los principales trámites para el desplazamiento en España del Sr. Olli Virho, hasta concluir el contrato, para que fuera un hecho este plan que ambicionábamos desde tanto tiempo.

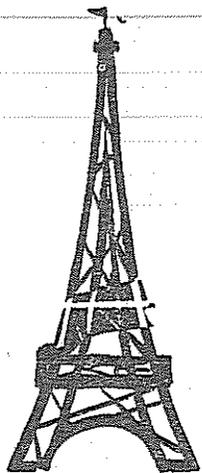
Y también hemos de hacer público reconocimiento a nuestro Excmo. Ayuntamiento, y a su delegado Ilmo. Sr. Carlos Pena, que ha hecho viable con su ayuda, el que los atletas catalanes puedan contar con un entrenador.

Ya entre nosotros, solo aspiramos que el Sr. Virho, se halle como en su propia casa, y que todos los atletas, se pongan bajo sus órdenes, con la esperanza, de elevar el nivel medio de nuestro atletismo.

Demos pues un margen de confianza al Sr. Virho, en su trabajo, y laborando todos por el ideal que perseguimos llegaremos a la ansiada meta, de mejorar la clase de nuestros atletas.

Ya en plena temporada de cross, no hemos de olvidar que dentro de tres meses y medio, España deberá celebrar en su suelo, el Cross de las Naciones, y que es obligación de todos preparar a nuestros crossmen para que puedan desempeñar el mejor papel posible.

Y todavía habremos de decir sobre esta especialidad, que nuestra Federación, ha recibido algunas invitaciones, para que nuestros crossmen, participen en importantes competiciones internacionales, que por no estar concluidos todavía los trámites, daremos a conocer otro día. Mientras tanto sólo resta decir: ¡Crossmen atención a la preparación!



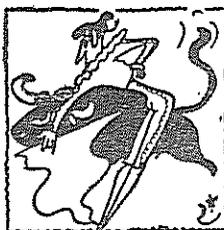
EL I ESPAÑA-FRANCIA

SAN SEBASTIAN



Francia: 126 puntos

España: 55 puntos



Los días 25 y 26 de septiembre, en San Sebastián, y en el coquetón estadio de Anoeta, fué disputado el I encuentro España-Francia, que mucho nos tememos que por esta vez, de muy poca cosa sirviera a nuestros atletas, pues si siempre hemos abogado por el contacto internacional, ya que hemos creído que nuestros atletas habían de tener contacto con el exterior, resulta que por esta vez, la mayor parte de nuestras primeras figuras estuvieron ausentes, por lo que uno llega a preguntarse para quién se montaría este encuentro, cuyo resultado en puntuación estaba previsto de antemano, aun que no esperábamos el triste papel— así hemos de decirlo— que hicieron nuestros representantes contra los franceses. Poco importaría perder un encuentro si y otro también, si en cada una de estas actuaciones internacionales se superasen— por lógica— los nuestros. Pero no es así. Un repaso a los resultados de este I Francia-España, y habremos de sonrojarnos por la pobreza de los mismos.

Poca historia tuvieron las pruebas de reto dominio galo, y en contadas oca-

siones, pudimos luchar para el segundo puesto.

Consignemos la actuación de Laethier, la revelación del año en Francia en el fondo, que ganó como quiso los 5.000 m., la de Thiolon, el joven saltador de triple, Cury, que se limitó a ganar los 400 m. vallas sin esforzarse, el saltador con pértiga Presing, y ya poco más, pues a partir de la primera prueba, la superioridad era tan manifiesta en los franceses que no se empleaban a fondo. Otros franceses destacados el vallista Dohen y el cuatrocentista Camús.

De los españoles, Campanal, Gaspar Gómez, Ruano, Macías y Apellaniz, los mejores.

Poca cosa más a reseñar, como no sea dejar constancia de este encuentro, con los resultados que hablan con más elocuencia que ningún otro comentario.

110 metros vallas: Dohuen (F), 14"9; Heindich (F), 15"3; Lacunza (E), 16"2; Oruña (E), 17"2.

Peso: Darot (F), 14 m. 49; Heindich (F), 13 m. 32; Del Pino (E), 13 m. 31; Quadra Salced 12 m. 70.

400 metros: Camus, (F), 49"8; Carral, (F), 50"9; Bremon, (E), 51"3; Gaspar Gómez, (E), 51"8.

Triple Salto: 1.º, Thilon, (F), 14'74 metros; 2.º, Gaidon, (F), 13'93 metros; 3.º, Campanal, (E), 13'88 m.; 4.º, Utiel, (E), 13'883.

Salto parcial: Thiolon, 13'46, 14'56, 14'27, 14'54, 14'74, 14'41.

100 metros: Ombonwan, (F), 10"9; Ruano, 11"2; Hosta, 11"2; Jamois, 11"4.

Salto de altura: 1.º, Fournier, (F), 1'85 mts.; 2.º, Meunier, (F), 1'80; 3.º, Martínez, (E), 1'75; 4.º, Ariño, (F), 1'75 metros.

800 metros lisos: 1.º, Felicité, (F), 1'54"1-10; 2.º, Macías, (E), 1'56"3-10; 3.º, Bancourt, (F), 1'58"6-10; 4.º, Marín, (E), 1'59"6-10.

Tiempos parciales: Felicité, 200 metros: 27"8-10; 400 metros: 56"2-10; 600 metros: 1'25"1-10.

Lanzamiento martillo: 1.º, Legrain, (F), 51, 53 metros. 5 puntos; 2.º, Bailly, (F), 45,85 m. 3 puntos; 3.º, Quadra Salcedo, (E), 42,85 m. 2 puntos; 4.º, Bosch, (E), 42'57 m. 1 punto.

Lanzamientos parciales (intentos): Legrain, 49,53; 51,53; 50,18; 48, 53.

5.000 metros lisos: 1.º, Laethier, (F), 14,48"8-10; 2.º, Labidi, (F), 15,07"8-10; 3.º, Hurtado, (E), 15,17"4-10; 4.º, Bidegui, (E), 15,24"2-10.

Tiempos parciales: Laethier, 1.000 metros: 2,50"4-10; 3.000 metros: 5,51"4-10; 4.000 metros: 11,56"2.

Carrera de relevos 4X100 metros: 1.º Francia, Thian - Meneux - Camus-Ombonwan, 42"9-10. 4 puntos. 2.º España, Hosta - Tuduri - Hoz - Ruano 44"7-10.

400 metros vallas: 1.º, Cudy, (F), 55"4-10; 2.º, Voillequin (F), 56"3-10; 3.º, G. Gómez, (E), 57"1-10; 4.º, Oruña, (E), 58".

Salto con pértiga: 1.º, Presigny, (F), 3,90 metros; 2.º, Gras, (F), 3,80; 3.º, Bonet, (E), 3,40; 4.º, Massé, (E), 3,20 metros.

Lanzamiento jabalina: 1.º, Macquet, (F), 58,90 metros; 2.º, Apellaniz, (E), 54,95; 3.º, Guenard, (F), 54,26; 4.º, Al-dazabal (España), 49,81.

Tiros parciales (intentos): Macquet, 51,55; 58,90; 52,99; 53,98; 53,55; 50,95. Apellaniz, 54,9; 53,59; nulo; 50,39, nulo; 53,21.

1.500 metros lisos: 1.º, Badet, (F), 3,59"2-10. 5 puntos; 2.º, Vaillant, (F), 4,01"2-10. 3 puntos; 3.º, Macías, (E), 4,04"2 puntos; 4.º, Marín, (E), 4,14"2-10. 1 punto.

Tiempos parciales: Macías, 300 metros: 44"—; 700 metros, 1,49"—.

200 metros lisos: 1.º, Thian, (F), 22"1-10; 2.º, Meneux, (F), 22"3-10; Tercero, Ruano, (E), 22"9-10; 4.º, Hostas, (E), 23"—.

Salto de longitud: 1.º, Cucuat, (F), 6,83 metros; 2.º, Campanal, (E), 6'79; 3.º, Ombonwan, (F), 6'77; 4.º, Larrauri, (E), 6'40.

Lanzamiento de disco: 1.º, Guesdon, (F), 45'79 metros; 2.º, Darot, (Francia), 44'59; 3.º, Quadra Saicedo, (E), 43'38; 4.º, Vidal Quadra, (E), 38'27.

10.000 metros lisos: 1.º, Labidi, (F), 31'49"; 2.º, Joly, (F), 32'54"4-10; 4.º, Bidegui (se retiró).

4 X 400 metros lisos: 1.º, Francia, Beigbader, Cury, Carral, Camus, 3'25"; 2.º, España, Bremon, Calarain, Gómez, Oruña, 3'28"2-10.



La carrera del gentleman Chataway y el marino Kuts

Sólo hay dos hombres en el estadio. Dos hombres, que codo a codo, «foule» sobre «foule», el primero con una camiseta roja, el segundo, un pelirojo con camiseta blanca. Sobre el fondo de la noche, los haces de los proyectores, eliminando los bruscos halos, dejando riáfana la silueta de los luchadores. El rubio, es quien manda en la carrera, con ferocidad diríamos, y una insesatez de tren. El otro, atraído por el rubio, comunica su paso, esta emoción rítmica de la carrera de fondo, que Platón, experimentaba como la música, o André Obey, como las notas más graves del «órgano del estadio».

Los dos protagonistas de estos 5.000 metros, son el ruso Wladimir Kuts, campeón de Europa, recordman del mundo de la distancia, y el inglés Chris Chataway, corredor sin título ni record, siempre segundo, y jamás primero. 60.000 londinenses repartidos este 13 octubre en nocturna sobre los graderíos gigantes de White City, componen la tela de fondo para siete millones de telespectadores, que en Gran Bretaña y en Francia, asisten al «match» con los pies dentro de las

pantufilas y el aliento cortado bajo la emoción de la carrera.

Después de diez minutos, Kuts, corre con estiradas a lo Zatopek. Chris Chataway, sigue el ritmo de la carrera, bajo la mirada indiferente del público. Llegan en el tumulto de la última vuelta y el instante de dolor, cuando los «clavos de las zapatillas» comienzan a martillar furiosamente la ceniza, y las piernas se mueven a ritmo acelerado, y el corazón sube hasta la boca en un gusto de muerte.

A pocos metros de la meta, Kuts en cabeza, marcha como un alucinado. Pero Chataway, pietórico de facultades, sigue sus pasos.

Ocho metros, seis metros, cinco metros; bajo el delirante clamor de sus compatriotas, coreando su nombre, el inglés pasa al ruso y se lanza sobre el hilo, ¡él ha ganado!

Cristopher John Chataway, rompió con el maleficio de sus tres años de infortunio. Y también al mismo tiempo tiró por el suelo los métodos modernos de preparación para los records.

El primer corredor de fondo del siglo que inauguró los métodos modernos fué el finlandés Paavo Nurmi, que

en 1924 y durante 20 años, fué el recordman de los 5.000 metros (14' 28"2). El nórdico mejoró sus records, bajo una seriedad impenetrable, y el ojo bajo el cronómetro. A su lado, un Jean Bouin, un Kohlemain, un Ritola, parecían galopeadores románticos. Después en 1942, el sueco Gunder Haegg, gracias a los métodos de entrenamiento escandinavos y a su rival Gunder Andersson, bajó por vez primera de los fatídicos 14 minutos; su tiempo mundial de 13'58" 2-5 había de durar doce años. Y he aquí que en 1954, cuatro corredores: Zatopek a Colombes, en julio (13 m. 57); Kuts a Berna en agosto, (13'56"5); Kuts (13'51"8) y Chataway (13'51"6) en Londres, el 13 de octubre, demolieron el record de Haegg reputado e inaccesible.

El recordman de las ocasiones perdidas conservó siempre su popularidad.

Esta misteriosa fuerza que galvaniza en un momento dado los músculos y nervios de los atletas internacionales, quizás en ningún otro año como en el presente ha sido puesto de manifiesto por todas las pistas del mundo. Habría que creer que un complejo de superioridad telepático se comunica de un candidato recordman a otro, desde que el primer «crono» vencedor ha sido anunciado. El 6 de mayo, en Oxford, el inglés Roger Bannister, por primera vez en la historia del atletismo derribó el muro de los cuatro minutos: el 4 de junio, en Comton (Florida), el americano Wes Santee batió el record de los 1.500 metros; el 22 de junio, en Turku (Finlandia, el

australiano John Landy pulverizó el uno y otro record. Los 1.500 en 3'41"8 y la milla en 3'58.

De todos estos records, el de los 5.000 metros, es quizás el más «apretado». Para darse cuenta de lo que representa, nada más hay que imaginarse un buen «milier» internacional corriendo unos 1.500 m. después otro, y aun otro, sin mostrar el signo de la sofocación. Cuando uno sabe que Chataway rebajó de cinco segundos el último record del mundo (del mismo Kuts en Berna), uno comprende que un enigma psicológico se produjo en White City, y que todos los métodos de entrenamiento del mundo, no servían para nada.

El «eterno segundo» «la liebre de todos», «el renard rubio», apodose que se han atribuido a Chataway en los diferentes estadios del continente, habían rodeado a este apuesto atleta de 23 años, de una reputación de recordman de las ocasiones perdidas. Todavía se recuerda sus famosos 5.000 metros de Helsinki, en 1952, y su caída a 100 metros de la llegada — el drama más doloroso de los Juegos — cuando había llevado el tren de carrera delante de Zatopek. Todavía en 1954, sus grandes infortunios: su papel de «liebre» el 6 de mayo en Oxford, el día del record de Bannister; su segundo puesto detrás de Landy, en Turku, el 21 de junio, su segundo puesto en Berna cuando Kuts llevó el record de los 5.000 metros a una mejora, y ante las propias narices del hasta entonces recordman Zatopek.

Su caída en Helsinki, podía ser atribuida a «un mal de ojo», parecido al maleficio de los corceles griegos.

La derrota de Berna, puede ser atribuida a una coalición consciente y organizada de los atletas de las demeracias populares. Pero, el suicidio de Oxford, no puede ser explicado de otra manera, que la de su gran amistad con Bannister.

Amateur cien por cien, salido de una familia aristocrática, practicante de todos los deportes después de su entrada en Oxford en 1949, hoy día director de transportes de las «brasserie» Guinness, Chris Chataway se halla alejado en lo posible del tipo de atleta ascético que encarna el ex marino de Leningrado, Kuts, o el coronel Zatopek, ligados a un Estado por trabajos forzados de la carrera a pie. Dotado de un temperamento excepcional (mide 1 m. 73, y pesa 68 kg); tiene una fuerza vital y se entrena como él entiende, una hora como máximo por día, ya que él no puede permitirse este lujo oriental de dedicar largas horas del día a la preparación física.

La cara a pecas, con su pelo rubio, tiene un carácter franco y entiende como buen británico el sentido del humor: es el bromista en las reuniones del consejo de los «viejos» de Oxford. No sigue régimen alimenticio alguno, aprecia la buena comida, el «whisky» y la cerveza. Su ración de tabaco diario: diez cigarrillos, que harían rugir a un entrenador soviético. No tiene entrenador. Su soio compañero de es-

tadio en Paddington, cuando este no trota por las colinas de Surrey, es Bannister. La amistad Bannister-Chataway, es la de dos buenas camaradas.

La carrera a pie, deporte de intelectuales debe a Oxford su tandem de campeones.

Chris Chataway conoció a Bannister en Oxford, cuando estudiante de ciencias económicas. Con dos años de edad más que Chataway, Bannister preparaba su carrera de medicina, como becario. Los días ociosos de la Universidad, después del mediodía, reunía a los dos amigos en el estadio. En Oxford, la carrera a pie es reputada como el deporte que más conviene a los intelectuales. Bannister, con seriedad, cree en las virtudes del deporte, mientras Chataway, se libra a este porque le gusta divertirse. La conjunción de estos dos temperamentos en apariencia opuestos, debía formar la más fiel pareja de amigos en la vida y en el estadio el mejor tandem de millers del mundo, después de la rivalidad Harbig-Lanzi y Haegg-Andersson.

Sir Adilphe Abrahams, que después de cuarenta años es el médico de los equipos atléticos olímpicos de la Gran Bretaña, estima que el extraordinario tono de Chataway reside en la riqueza de su sangre.

Chataway, a través del humo de su cigarrillo, fija la vista a lo lejos, seguramente que por su mente pasan los 5.000 metros de Melbourne. Kuts, entrenándose 5 horas por día, tiene una ambición más próxima, batir en Praga a Zatopek, y el record de White City.

Z A T O P E K

Por Frantizek Kosik

(Bajo este título han aparecido las memorias de Zatopek, descritas por el escritor Kosik, que por haber sido también atleta, ha podido trasladar con más fidelidad, las de la «locomotora humana». Hoy damos uno de sus capítulos).

* * *

Fué Zlín, la villa que tuvo la dicha de asistir a la primera carrera de Zatopek, el día 15 de mayo de 1941.

Emilio Zatopek, nació en Koprivnice, pequeña localidad situada al norte de Moravia. Aquí pasó la mayor parte de su infancia. Todavía adolescente solicitó un empleo en Zlín. Después de haber pasado por el examen de entrada en la Escuela Profesional, ingresó en los establecimientos Bata, y se pasó a vivir a la villa. Durante la jornada trabajaba en la fábrica, y por la noche seguía sus estudios. Fué en aquella época que se interesó por la química.

Las fábricas de Bata, producen miles de zapatos por día. Una buena publicidad es indispensable para asegurar y aumentar la venta. Con esta finalidad utilizan el deporte. Así se buscan futbolistas y atletas, para inscribirlos en sus equipos. Cada año, se disputa una carrera denominado «Vuelta a Zlín», a la que deben de participar todos los estudiantes de la Escuela Profesional. llevando en su camiseta las iniciales de los Establecimientos Bata.

La dirección de la fábrica viene manteniendo, de largo tiempo, estas carreras, y ni la guerra, fué capaz de

borrar esta costumbre, ya que también en aquel período continuaron disputándose.

No todos los estudiantes, están satisfechos de esta obligación de hacer deporte. Zatopek en particular, tenía sus reservas para esta carrera publicitaria. Sus camaradas que aprovechaban aquella oportunidad para satisfacer sus gustos deportivos, intentaron vanamente de convencerle para que participara, aunque fuera sólo por una vez. Pero él, no tenía ningún interés por el atletismo, y sólo deseaba una cosa: abstenerse.

Uno de los instructores del internado, intervino y le dijo a Zatopek:

«—Tú correrás el domingo.

»Pero si yo no sé correr.

«—No importa. Que tú llegues primero o último, es cosa de tu incumbencia, pero tú debes participar.»

En el internado reina una disciplina de hierro. Y es difícil de obtener una plaza en la fábrica, si no se han podido terminar los estudios en la Escuela Profesional. A pesar de todo Zatopek intentó una excusa, pretendiendo estar lesionado en una rodilla, por haber saltado una balastrada. El médico que le vió, le examinó la rodilla, y le dijo: «Esto no es nada, tú puedes correr».

Pero Zatopek no había perdido la esperanza. El domingo por la mañana se vistió rápidamente y se marchó a la sala de estudios. Puede — se dijo — que no sea notada mi ausencia.

Y examinando un libro, meditaba no obstante, pensando en sus padres. El trabajo intensivo de la fábrica, durante todos los días de la semana, no le dejaba ni un momento para pensar en aquellos seres tan queridos. Sólo era posible el domingo, y aún...

Qué diría su padre si sabía que había de participar en una carrera.

El, cuya habitud era la de trabajar todos los días de la semana a la fábrica, para asegurar el sustento de sus seis hijos, cuya existencia había asegurado con su trabajo, no podía pensar, ni le interesaba, el fútbol ni la carrera.

Los consejos de su padre, eran por este estilo: «Haciendo deporte, pierdes el tiempo. Si no tienes nada por hacer ves y arregla los panales para las abejas».

Qué de recuerdos de su infancia, no pasaron por la mente de Zatopek en aquellos momentos que con el libro abierto, procuraba escapar de la carrera que le querían obligar a correr.

Tiempos, en que mozalbete de diez años, habían de recorrer tres kilómetros para irse a bañar. Y muchas veces, estos kilómetros habían de ser corridos a buen tren, pues había de llegar a casa, antes que su padre regresara de la fábrica.

Sus años de escuela primaria, su interés por la Escuela normal, que tuvo que renunciar por el gran número de candidatos y el tren que le llevó, como a muchos otros tantos jóvenes, a Zlín, concretamente Bata.

Y su lucha por la vida, más dura de lo que hasta entonces podía imaginar. Por esto había que aprovechar el tiempo, y no pensar en cosas, como esta «vuelta a Zlín».

Pero de pronto, se desvanecieron sus recuerdos, por el gran alboroto de sus camaradas que irrumpiendo en la sala, le llamaron para que precipita-

damente marchara con ellos al sitio designado para tomar la salida.

Esto fué el principio de la carrera de Zatopek.

Muchos han sido los campeones que fueron descubiertos, gracias al azar. Una vez en carrera, Zatopek, todavía tenía la duda si había de tomarse o no la cosa seriamente. Pero, la divisa de su padre siempre había sido: «Si tú haces cualquier cosa, debes hacerla bien». Y estas palabras, parecían martillar su cerebro. Pronto fué pasando, a corredores, hasta quedar situado en segunda posición, quedando delante su amigo Krupicka. Zatopek, ya no pudo alcanzarle, pero su segundo puesto le valieron numerosas felicitaciones y la admiración de muchos que veían en Zatopek a un corredor extraordinario. Incluso, el mismo ganador, estaba más contento por la brillante clasificación de Zatopek que por su misma victoria.

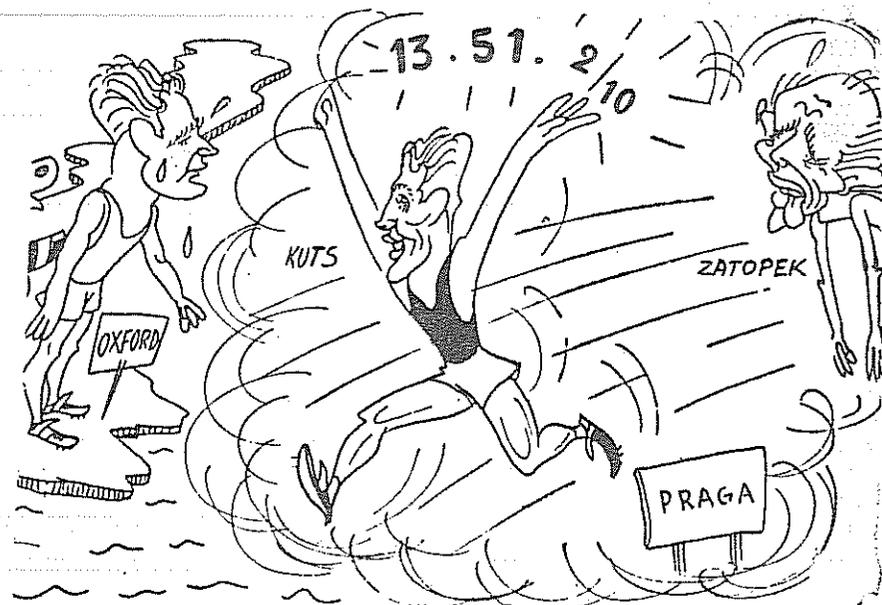
Pero, a pesar de este éxito, Zatopek conservó su sangre fría. Mientras seguía sin interés la llegada de los otros corredores. Y es que, en el fondo, pensaba igual que antes de haber conseguido este segundo lugar.

«Como premio recibirás una estilográfica», Tampoco le impresionó esto lo más mínimo, y procuró desaparecer lo más pronto posible.

Fuó su maestro de estudio, que le dijo: «Tendremos necesidad de ti para la carrera de relevos de la próxima semana».

«No pienso participar — respondió Zatopek —. No quiero continuar este oficio de corredor. Pero había de ser su amigo Krupicka quien le dijera «Emilio, tú tienes un talento natural y debes entrenarte conmigo».

«Que yo haya llegado segundo, no prueba nada. En cuanto a mí, me es igual. En todo caso, he corrido hoy por última vez...»



K U T S

nuevamente con los records mundiales de los 5.000 m. y 3 millas

Por Gerardo García

Poca duración he tenido el record de los 5.000 metros, de Chataway. Diez días han bastado, para que nuevamente, Kuts en el rápido galopar de su carrera deportiva, derribara el record que dejara en Londres, no por mayor clase de Chataway, sino más bien por el irresistible final del británico.

Kuts, que dió la campanada en Berna, al batir como lo hizo, a todos los contrincantes — incluso el hasta entonces invencible Zatopek — pasó desde entonces a ser el mejor corredor mundial de 5.000 metros. Y esta creencia, se ha mantenido incluso hasta

después de ser batido por Chataway, pues la batalla la dió en todo momento Kuts. Se dijo que Chataway se había aprovechado del ruso, para que éste le sirviera de liebre, porque Kuts ha demostrado que puede llevar la carrera en solitario hasta el record, mientras que Chataway, para llegar a los 13'51»6, tuvo que valerse de Kuts.

Ahora, nuevamente en Praga, y esta vez contra el gran Zatopek, Kuts como un autómatas robot, fué ganando metros desde la primera vuelta al que hasta Berna se había proclamado como el mejor corredor mundial desde los 5.000 metros hasta la marathón.

Y como en Berna primero, y más tarde en Londres, Kuts dió también cuenta del record mundial de las 5 millas, al señalar el tiempo de 18'28"4, mejorando, por tanto, el tiempo establecido en Londres por seis décimas.

El cuadro de velocidades de Kuts en su carrera contra Zatopek, ha sido desde comienzo más rápido que en Berna, pudiendo decirse que la ganancia la había adquirido en el primer kilómetro, manteniendo esta ventaja en los tiempos parciales, hasta cerca de los 3.000 metros en los que ha señalado ahora 8'25"9 por 8'29"9 en Berna.

En los dos últimos kilómetros, Kuts, aumentó el tren de velocidad, ya que los tiempos que dió fueron de 5'25"6, corriendo lo restaba de 5.000 metros o sea 172 metros con el mismo tiempo que en su sprint contra Chataway en Londres o sea 24"8. No ha sido mucha la ganancia al record — 4 décimas sobre el tiempo de Chataway — pero el caso es que Kuts vuelve a ser recordman mundial.

Después de las grandes hazañas de Kuts, cabe preguntarse si tendrán mucha vida los actuales records de Zatopek, el principal de ellos los 10.000 metros. Los principales críticos de atletismo europeos, estiman que el record de los 10.000 m. tiene todavía margen de mejora, dados los tiempos en otras distancias. ¿Será capaz Kuts, en la próxima temporada — ya que la presente puede darse por finalizada — de atacar abiertamente los 10.000 metros?

La hazaña del ruso, ha sido extraordinaria, y el mismo Chataway en un telegrama que le dirigió horas después de ser conocida decía: «Sinceras felicitaciones, una gran hazaña». He aquí, el verdadero sentido del deporte, que viniendo de los ingleses no tiene nada de extrañar.

Diganos antes de terminar, que este choque, Kuts—Zatopek, lo fué con motivo del encuentro, URSS—Checoslovaquia, uno de los últimos de la temporada.

De Zatopek a Kuts pasando por Chataway

| 1954 | 1 er km. | 2.º km. | 3.º km. | 4.º km. | 5.º km. | 3 millas |
|----------------------------|----------|------------------|------------------|-------------------|-------------------|----------|
| ZATOPEK Colombes, 30-5 | 2'47"2 | 5'34"3 2'47"1 | 8'23"4 2'49"1 | 11'13"4 2'50" | 13'57"2 2'43"8 | 13'32"4 |
| KUTS Berna, 30-7 | 2'44 | 5'36"7 2'52"7 | 8'23"9 2'47"8 | 11'12"3 2'48"4 | 13'56"6 2'44"3 | 13'27"4 |
| ZATOPEK Stockholm, 3-9 | 2'43' | 5'30" 2'47" | 8'19" 2'49" | 11'11" 2'52" | 13'57" 2'46" | 13'31"2 |
| CHATAWAY Londres, 13-10 | 2'41"5 | 5'31"6 2'55"1 | 8'16"5 2'45"9 | 11'9"8 2'56"3 | 13'51"6 2'41"8 | 13'27" |
| KUTS Londres, 13-10 | 2'41"5 | 5'31"6 2'55"1 | 8'16"5 2'45"9 | 11'9"8 2'56"3 | 13'51"8 2'41"8 | 13'27" |
| KUTS Praga, 23-10 | 2'38"4 | 5'30"1 2'52"4 | 8'25" 2'55"2 | 11'7"6 2'42"6 | 13'51"2 2'43"6 | 13'26"4 |

Exceso en el deporte

por Sebastián J. Arbó

Nuestra época es, en verdad, la época de los deportes. La pasión por las competiciones, en el orden deportivo, ha alcanzado proporciones inusitadas, podemos decir alarmantes.

No pasa día, en efecto, sin que en medio del tumulto y de los gritos, se levante una voz de aviso, una voz serena que nos advierta los peligros de esta carrera desenfrenada.

No van estas voces, es cierto, contra la práctica del deporte; van contra la manera cómo se practica. Por ejemplo, Huizinga, una de las mentes más claras de nuestro tiempo, el que ha visto tal vez mejor los peligros del momento actual, ha señalado el mal, pero ha señalado el bien de los deportes. «El deporte moderno — ha escrito — es en gran parte un regalo que Inglaterra he hecho al mundo».

Es cierto, y los beneficios que procura son incontables cuando se practica como un deporte, como un recreo, un estímulo para los hechos de la vida y un alivio en lo espiritual, de que todos, practicantes y espectadores participan. El mal no está en el deporte; está en el exceso, como está siempre el mal en los excesos. El propio Huizinga, después de enumerar

los beneficios, señala los riesgos que comporta, cuando la práctica del deporte se lleva a la exageración. El lo pone a la cuenta de ese puerilismo que, en su opinión, es la característica principal de nuestra época y causa de la mayoría de los males que nos afligen. El deporte, según él, incurre en el exceso «cuando el certamen toma formas que requieren por completo el interés en lo espiritual, como sucede — dice — en algunas Universidades americanas; se halla — continúa — en la organización excesiva de la vida deportiva misma y en la importancia exagerada que va tomando la sección de deportes en periódicos y revistas y que muchos consideran como su alimento espiritual. Se muestra — prosigue aún — en forma elocuentísima allí donde la sinceridad del certamen tropieza con las pasiones nacionales.»

Esto se escribió por el año 30, es decir, antes de la gran catástrofe, que el pensador atribuyó en gran parte al puerilismo de la época. La afición desde entonces, la fiebre deportiva, ha alcanzado aún mayor intensidad. De las Universidades americanas, a que aludía Huizinga, el exceso ha pasado a todas las Universidades, a todos los lugares donde se practica, o comenta.

el deporte; las pasiones nacionales y hasta comarcales, como podemos comprobar todos los días. Los periódicos han aumentado el espacio dedicado a los deportes, respondiendo a las exigencias del público; las revistas deportivas se han multiplicado, y cada día se ha ofrecido nuevo pasto a la avidez del público, en detrimento de otras cuestiones de mayor importancia espiritual. Las pasiones han llegado a un punto—y también esto anunciaba Huizinga—en que el árbitro apenas se atreve a hacer justicia en las competiciones, por temor—¡y cuán justificado!—a las reacciones del público.

He aquí el cuadro completo de los síntomas de que nos hablaba el sabio. Estas, que eran allí amenazas, son ahora realidades, hechos que estamos viviendo todos los días.

La misma Inglaterra, la que nos dió el regalo, padece el mal como cualquier otra nación. Este hecho se refleja en el acento angustioso de una declaración reciente de Lord Beaverbrook, que todos hemos podido leer. «Vine a Inglaterra—dijo—lleno de esperanzas y entusiasmos, a ayudar a la labor en pro de un Imperio unido, pero el Imperio está liquidándose en medio de la indiferencia de un pueblo preocupado por las apuestas de fútbol.»

El mismo día en que se leía esto, un cronista de Londres nos hablaba de la profunda desolación causada en Inglaterra por la derrota sufrida en Moscú por uno de sus equipos de fútbol.

No cabe duda que la gran masa del pueblo británico estaba más interesada en el resultado de aquel partido que en el éxito o el fracaso de la Conferencia de «los nueve», de la cual dependían nuestra existencia y nuestra

libertad. La defensa de Die Bien-Phu no hallaba en Francia, según otro cronista, mayor eco que cualquiera de las grandes competiciones deportivas. Y lo que ocurre en Inglaterra, lo que nos dicen de Francia, ocurre entre nosotros y en todas partes. «El deporte en sí no es malo—escribía nuestro Gagnivet, antes de Huizinga, y con palabras proféticas—, pero si se exagera tiene el inconveniente de aturdir nuestro espíritu y privarle de su facultad más elevada: la contemplación».

Este es el peligro mayor, y es el que estamos viviendo. La gente acaba por perder la noción de los valores morales. Un futbolista llega a ser, a sus ojos, más importante que un sabio eminente, que un gran inventor, que un médico famoso, que se han pasado la vida en sus laboratorios, en sus cuartos de estudio, preocupados por el bien de la humanidad, y un partido de fútbol se convierte en un acontecimiento nacional, y hasta internacional, de primerísima importancia.

Tal vez sería hora de levantar la cabeza, y de considerar serenamente las cosas, con respeto a la locura deportiva; sería tal vez hora de devolver al deporte lo que corresponde al deporte y de dar al espíritu lo que debemos al espíritu. Habría que hacer que el deporte fuese otra vez aquel regalo que hizo Inglaterra al mundo, de que nos hablaba Huizinga, lo que era en nuestra juventud: un saludable ejercicio, un poderoso estimulante, en el jugador, de las energías vitales, y un recreo y un gozoso pasatiempo para el público, aunque tenía también de ambas cosas para los dos. Después, se volvía con más ánimo a las obligaciones, a los deberes que le impone a uno la sociedad, la vida nacional y la internacional, el cuidado de nuestro espíritu.

No sean calmasas advierte el director del "Woman's Medical College"

De «News Release», trad. por M.^a F. Espanyol

¡Lleven un trote ligero cuando tengan prisa!

¡Marchen cuando anden!

Estas son las máximas formuladas por el Dr. Burgess L. Gordon, presidente del «Woman's Medical College», (Pensilvania), en un escrito leído ante el III Congreso Internacional de Enfermedades del Tórax, Barcelona, España, el viernes, 8 de octubre de 1954.

«Si usted es hombre que el juego de baseball con sus compañeros de oficina desaprovecha un tiro ganador porque sus fuerzas no le lleven más allá de la segunda base, no puede esperar empezar a correr o a marchar rápidamente a media edad, sin que medie algún entrenamiento», aclara el Dr. Gordon. «Por otra parte», añade, «cuando nuestros amigos nos dicen que tomemos las cosas con calma, nos dan el peor de los consejos. Si seguimos su, sin duda, bien intencionada advertencia, es posible que nos haga más mal que bien.»

El Dr. Gordon—presidente del único colegio médico para mujeres de América, el mismo que hace dos años recomendaba a los hombres ceñirse bien para mantener la línea en competición con las mujeres—opinaba que el «trotar ligeramentes», el marchar, son los mejores medios para encajar con el ajeteo de la vida moderna.

Nuestro autor basa sus opiniones en extensos estudios sobre corredores de larga distancia, llevados a cabo durante un largo período de tiempo. Como consecuencia sienta que al parecer no se produce ningún efecto perjudicial para el cuerpo normal, como resultado de correr largas distancias en plan de carrera. Y, destaca, muchos de los hombres que corrieron a los 20 siguen aún corriendo cross country, sea en competiciones, sea como recreo, en edades rebasando los 60.

En cambio, sigue diciendo, corredores de larga distancia que abandonaron su especialidad para dedicarse a los campeonatos de baile de resistencia, presentaron rápidamente alteraciones de la función pulmonar a causa del paso indolente adoptado para resistir largo tiempo bailando.

De sus estudios sobre atletas, el Dr. Gordon concluye que apresurarse en TODO momento—trotando SIEMPRE ligeramentes para alcanzar el tren, marchando SIEMPRE con viveza—es menos perjudicial para la salud, que tomarse las cosas con calma, las más de las veces, y luego precipitarse en un momento de apuro.

«Tales momentos están destinados a presentarse», filosofa el Dr. Gordon, «Luego podríamos nosotros también estar siempre preparados para ellos, man-

teniéndolos continuamente bien entrenados».

El examen de corredores de larga distancia antes y después de las carreras, así como en los intervalos que median entre ellas, muestra que aquellos que habitualmente cubren largas distancias llevando trote ligero y andando con viveza—estilo militar—, no perjudican su corazón ni sus pulmones, suponiendo que los tengan normales, al correr. En realidad se puede desarrollar un elevado tono muscular con una estimulación máxima de la circulación sanguínea por todo el cuerpo.

La costumbre de tomar usualmente las cosas con calma, por lo que a la parte física se refiere, y luego exigir el cuerpo un esfuerzo repentino en un momento de emergencia es lo que nos cuesta la vida, dice el doctor Gordon.

Naturalmente, el autor indica que debe darse la requerida atención a los peligros de la tensión nerviosa, obesidad, respiración fatigosa o insuficiente. Pero él tiene la opinión de que a excepción de los casos que requieren un cuidado médico, el hombre y la mujer que habitualmente «trotan» o marchan en su vida cotidiana, empezarán ya por no experimentar tales molestias.

Sus estudios sobre corredores de larga distancia enseñan que en términos generales tales sujetos son de un peso inferior y que tampoco presentan el tipo de hombre robusto, musculoso y de boxeador que acostumbramos a asociar con el atleta. En una palabra que físicamente no son seres diferentes de nosotros. Incluso a veces los hay con piernas flacas, hombros estrechos y pecho hundido.

Por esta razón el Dr. Gordon es del parecer que los hallazgos de sus estudios pueden igualmente ser útiles al

viajero apresurado, al ciudadano fatigado o al colono duramente acosado por el trabajo.

El Dr. Gordon, además de presidir el «Woman's Medical College» de Pensilvania—primera escuela de medicina para mujeres del mundo y que lleva ya más de un siglo de existencia—, es una reconocida autoridad nacional en enfermedades del pecho. Antes de su nombramiento a la presidencia del Colegio fué profesor de medicina clínica en el «Jefferson Medical College» (Filadelfia). Durante la segunda guerra mundial estuvo en activo en el «Army Medical Corps».

Antes, durante su servicio como médico residente en el hospital Peter Bent Brigham de Bosto, fué solicitado para ayudar al estudio de los participantes en las carreras del Boston Maraton de 1923, 24 y 25. El doctor S. A. Levine, de Boston, dirigía entonces un proyecto de investigación para determinar los efectos sobre el cuerpo humano de los esfuerzos soportados durante las carreras de cross country. De los resultados de dichos estudios y de los estudios posteriores, en todos los cuales contribuyó ya el Dr. Gordon, se han hecho comunicaciones científicas. Todos estos datos y asimismo los de nuevas observaciones realizadas hasta la fecha, se hallan reunidos en el escrito presentado por el autor ante el III Congreso Internacional de Enfermedades del Tórax, en España.

He ahí dicha relación:

«Los resultados obtenidos del estudio de unos 50 competidores fueron los siguientes: las radiografías descubrieron corazones esencialmente normales, en cuanto al tamaño y a la forma. En algunos casos hubo una reducción de los diámetros transversales, con un gradual retorno a la normalidad en el tiempo aproximado de un día.

Fué interesante que la hipertrofia cardíaca no se presentara ni tan solo en corredores que habían pasado muchos años en competición activa.

»Después de la carrera se apreció una reducción de la capacidad vital de los pulmones en un 17 %, con un gradual retorno a la normalidad en 24 horas. Fué interesante observar que años de entrenamiento físico no habían aumentado la capacidad vital pulmonar más allá de la que se considera normal. Y asimismo que la capacidad del atleta para correr no estaba relacionada con el porcentaje de dicha capacidad vital. Por ejemplo: un corredor con una capacidad de más de 6.000 cc. llegó en el lugar 33 de la carrera, en tanto que uno de los corredores de más éxito presentaba una capacidad inferior a 2.600 cc.

»En los análisis químicos, en nivel de azúcar en la sangre se presentó normal en tres corredores, algo reducido en dos y marcadamente disminuido en cuatro. Los que ofrecían las cifras más bajas presentaban las características clínicas de shock nervioso, palidez extrema y espasmos musculares semejantes a los que produce una sobredosis de insulina. Las observaciones referentes a los alimentos ingeridos hicieron pensar que tales corredores habían consumido una dosis insuficiente de hidratos de carbono antes de la carrera. Así por ejemplo, algunos de los competidores tenían la idea equivocada de que las verduras o la carne sola, eran suficientes e indicadas para corredores de larga distancia. Sobre esto se obtuvieron datos decisivos en la carrera de 1925.

Sucedió que ciertos competidores que habían ingerido previamente una dosis inadecuada de hidratos de carbono, presentaban niveles e azúcar más altos en la sangre y aparecían en mejor condición. Mientras que no se excluyó

en la explicación de los síntomas un intercambio defectuoso del oxígeno-dióxido, de carbono en los pulmones, demostró ser significativo y a los menos uno de los factores importantes en el estado de los corredores el metabolismo efectivo del azúcar».

El Dr. Gordon tuvo la oportunidad de llevar adelante e ir completando estos primeros estudios hechos sobre los corredores del Boston Maraton, cuando en 1928 actuó como observador médico en la carrera transcontinental a pie, celebrada en los Estados Unidos. En ella los participantes tenían que correr desde la costa occidental hasta la oriental, mediante una serie de carreras de ciudad a ciudad. Los corredores eran espoleados en cada etapa por la concesión de premios que ofrecían las ciudades situadas a lo largo del recorrido, y aun más, por las grandes recompensas que les aguardaban en Nueva York City, punto final de la carrera.

Los resultados de los estudios sobre estos corredores son referidos por el Dr. Gordon a sus colegas de España del siguiente modo:

«La competición empezó en los Angeles (California) y prosiguió a través de Oklahoma, Arizona, Nueva Méjico, Missouri, Ohio, Illinois, Indiana, Ohio y Pensilvania, hasta Nueva York City. La diversidad de condiciones que ofrecía el trayecto, incluyendo diferencias e temperatura, de altitud, desniveles en las rutas, mayor o menor posibilidad de obtener alimento adecuado, etc., pusieron a menudo en gran aprieto a los competidores.

»Los estudios incluían exámenes generales de carácter físico, de cada uno de los 199 correores que figuraron al empezar la competición; continuación de las observaciones durante la carrera, y un examen físico completo, incluyendo rayos X, en el Jefferson Hos-

pital (Filadelfia), de 25 de los 57 competidores que alcanzaron Nueva York City.

»Las observaciones iniciales pusieron al descubierto variaciones notables en la condición física de los corredores respecto a la edad, complexión, peso, desarrollo muscular y proezas atléticas.

»Los corredores más jóvenes contaban de 17 a 28 años; 30 eran de 35 a 40, algunos de 50 a 60, y uno de 64. La mayoría eran de poco peso y de complexión mediana. Su desarrollo físico era pobre comparado con el «standard» usual de los atletas.

»La competición duró 84 días consecutivos, el millaje medio por día fue de 44.2 millas, y la distancia total cubierta de 3,844 millas. Casi en cada momento de la carrera hubo violación de todos los principios de régimen, descanso, higiene y atención a la resistencia humana, generalmente aceptados. Parecía que el afán por los premios en metálico daba poder a la mente para resolver al cuerpo a ocultar y a prescindir de sus necesidades físicas.

»Durante la primera semana se retiraron 19 corredores de la competición, luego semanalmente iban fallando dos o tres. Los fadistas y cultitas fueron los primeros en abandonar, principalmente por que tales gentes observan dietas y planes de vida poco adecuados para una tal competición. Fue sorprendente ver que la mayoría de corredores empezaban muy pronto a comer grandes cantidades de hidratos de carbono, así como de otros alimentos a su alcance.

»Entre las causas que motivaron el abandono de la carrera en etapas ya avanzadas, hubo un desgarramiento de la cresta anterior, de la tibia, infecciones de la piel, heridas en los pies y fatiga. Causó sorpresa, sin embargo, que sólo

7 corredores desistieran por agotamiento físico.

»Los exámenes llevados a cabo en Filadelfia no revelaron cambios esenciales en la apariencia de los corredores, excepto que parecían hallarse en condición física mejor; tres habían ganado 6 libras de peso y 4 habían perdido de 5 a 3. En 6 de los corredores se presentó la osteoartritis hipertrófica; uno de los atletas, de 64 años de edad, y otro, un corredor de carreras de distancia, de más de 40 años, presentaban espolones marcados en las vértebras torácicas inferiores sin síntomas. Estos últimos trastornos fueron considerados como compatibles con el cuadro de edad avanzada. Tocante a los corredores del Boston Maraton, participantes, no se registró ningún cambio significativo, ni referente al tamaño del corazón, ni a la capacidad vital de los pulmones.

El Dr. Gordon no abandonó sus estudios sobre estos corredores cuando las observaciones referentes al Boston Maraton y a la carrera transcontinental se dieron por terminadas. Despertado ya su interés, se ha mantenido en contacto, a lo largo de los años, con el mayor número de competidores posible e incluso, en caso de perder dicho contacto, se ha preocupado para seguir sabiendo de ellos. La relación que presenta en España nos pone al corriente de sus observaciones respecto a algunos de los corredores con los cuales ha estado en contacto periódico. Resume los datos sobre otros de quienes, durante la preparación del presente escrito, ha podido, directa o indirectamente, obtener noticias. El contacto indirecto incluyendo a personas tales como redactores de temas deportivos de los periódicos de la metrópoli, que habían sido testigos oculares de actuaciones de dichos corredores, cuando contaban ya edad avan-

zada, o amigos médicos que conocían su estado físico, aun no siendo su médico particular.

»Aunque la longevidad con actividad continuada ha sido digna de señalarse en ciertos corredores», comenta el autor al discutir su escrito en España, «no pretendo decir que el ejercicio prolongado haya sido en sí mismo la causa de ella. El aspecto más interesante de la cuestión es el hecho que atletas de edad avanzada han seguido corriendo largas distancias, año tras año, sin experimentar efectos desfavorables».

El Dr. Gordon analiza la situación del modo siguiente:

»Parece que el correr largas distancias empieza regularmente sunram en plan de carrera no resulta nocivo para el cuerpo normal. Las razones son quizá múltiples:

»El corredor de larga distancia empieza regularmente su entrenamiento en edad temprana y lo sigue con constancia a través de los años.

»Ordinariamente dicho corredor evita otros tipos de competiciones atléticas que piden un esfuerzo físico súbito.

»En sus actuaciones usa en alto grado de la precisión física, casi podríamos decir mecánica; en cambio, las técnicas para lograr agilidad o para llevar a cabo proezas las considera secundarias.

»Reconoce la importancia que tiene el conservar la fuerza y la necesidad de utilizar los movimientos de su cuerpo en vistas a la «tirada larga».

»Respira libremente y plenamente tanto en el tiempo de entreno como en la competición, con objeto de desaprender a efectuar una pausa para re-

ponerse con algunas respiraciones más profundas, cuando se encuentra fatigado o alterado.

»El corredor moderno experimentado excluye de su dieta toda clase de bacalillos u otros caprichos. Su régimen, tanto mientras cumple su programa de entrenamiento como en la competición, está en sano equilibrio con la toma suplementaria de hidratos de carbono que conviene en competiciones largas.

Consecuente con las anteriores conclusiones nuestro autor aconseja lo siguiente:

»El jugador de golf que ha alcanzado los 70 sin indicios de enfermedad y que ha venido jugando regularmente durante varios años, no debe sentarse en la mecedora, sino, que, al igual que el corredor de larga distancia, le es bueno continuar practicando su juego, tanto en plan de diversión como para prolongar su vida. Teniendo en cuenta los peligros que el envejecimiento de los tejidos trae consigo, es necesario controlar las tendencias a la obesidad, la tensión nerviosa, la fatiga y los ejercicios de apresuramiento repentino».

El Dr. Gordon llama la atención contra la respiración insuficiente y el mantenerse de pie durante mucho tiempo. Una postura correcta es esencial para respirar adecuadamente y recomienda de nuevo que los hombres de media edad usen fajas, sobre todo si sufren de un «abdomen caído». Aquellos hombres que siguen un régimen a base de proteínas para adelgazar deberían, dice, ingerir «hidratos de carbono para procurarse la energía necesaria».

En apoyo de su consejo en contra del andar perezoso e indolente, el doctor Gordon cita el caso de cuatro corre-

dores de larga distancia, los cuatro en buen estado físico, que desertaron de su especialidad para tomar parte en campeonatos de baile de resistencia. Sobre ello el observador profano podría opinar que puesto que el mantenerse largo tiempo bailando exige también energía física, la prueba debía seguir siendo beneficiosa para el estado físico de los antiguos corredores, pero el Dr. Gordon lo contradice basándose en sus estudios. De ellos resulta que si bien el baile verdaderamente activo, sea de salón o de espectáculo, es un ejercicio excelente, no lo es la actitud habitual del compite para ganar a fuerza de bailar. Los movimientos de éste son indolentes y su paso arrastrado, señala el autor con énfasis.

Y luego continúa:

«Al cabo de tres meses que los competidores de Maraton se habían vuelto bailarines, registraron pérdida de peso y marcado deterioro de los músculos del abdomen, tórax, brazos y cuello.

»Una característica importante fue la relajación en dos de ellos de la pared abdominal, disturbio que trajo consigo la caída en pliegues sobre el pubis de los bordes inferiores de grasa y músculos.

»Los rayos X descubrieron en dos casos viceroposis con descenso del diafragma y aumento de la iluminación en los campos pulmonares, características del enfisema, y, en los exámenes llevados a cabo 3 ó 4 meses más tarde, se evidencian un mayor deterioro acompañado de fatiga y disnea.

Una carta de uno de estos competidores fechada en 1935, decía:

«No puedo respirar bien... Antes me era posible correr, ahora no puedo hacerlo. Tan corto es mi aliento».

«Se exulicó la dilatación excesiva de los pulmones como resultante de la viceroposis, del descenso del diafragma y de la respiración defectuosa»

Tales, cree el Dr. Gordon fueron los efectos de un largo periodo de movimientos indolentes y arrastrados, como se llevan a cabo en las competiciones de baile mencionadas. Por haber conocido a los mismos hombres en sus días de corredores de cross country, sabía que eran ejemplares físicamente sanos cuando se dieron al baile. Al cabo de algunos meses, físicamente eran ya sólo una ruina y ya no podrían correr de nuevo. De ello el doctor Gordon concluye que el correr y el marchar con viveza son saludables, en tanto que el movernos perezosa e indolentemente puede hacernos más mal que bien.



Montés

DULCES Y GALLETAS

MANSO, 24 - TEL. 23 27 06
FONTANELLA, 1 - TEL. 21 91 35

INDICE ANUAL

ATLETISMO EXTRANJERO.—*El atletismo en el Uruguay*, núm. 115. - *Panorama del atletismo británico*, núm. 125. - *Los Juegos Británicos de Vancouver*, núm. 123. - *Los V Campeonatos de Europa de Atletismo*, núm. 124. - *Los IV Campeonatos de Europa de Atletismo Femeninos*, núm. 125. - *Resultados de los V Campeonatos de Europa de Atletismo*, núm. 125.

BIOGRAFÍAS.—*John Landy, o el triunfo de la perseverancia*, núm. 125. - *Nadejde Koniavera*, núm. 122. - *Un crossman, Fred Green, llega a recordman del Mundo de 3 millas*, núm. 122. - *El nuevo recordman de Europa de los 1 500*, Sandor Iharos, núm. 123. - *Las memorias de J. Kusocinski, campeón olímpico 1952*, núm. 123. - *Zatopek*, núm. 125 bis.

CAMPEONATOS NACIONALES.—*Antonio Amorós y Cataluña, grandes vencedores en el XXXVI Campeonato de España de cross*, núm. 116. - *Francisco Juan y Pascual Aparici, campeones de España de Marathon y Marcha*, núm. 121. - *Cataluña se adjudica una vez más, los Campeonatos de España disputados en Tetuán*, núm. 125.

CAMPEONATOS PROVINCIALES.—*De Barcelona campo a través*, núm. 116. - *De Baleares campo a través*, núm. 116. - *De pista para juveniles*, núm. 121.

CAMPEONATOS REGIONALES.—*De Cataluña de gran fondo*, núm. 121. - *De Cataluña de juniors*, núm. 121. - *De Cataluña de juniors*, núm. 122.

COMENTARIOS.—*Peligros del atleta principiante*, núm. 115. - *Nuevos horizontes con el atletismo «Indoor»*, núm. 115. - *Bellezas y rigores del «cross country»*, núm. 115. - *Comentarios sobre la temporada atlética de 1953*, núm. 115. - *Las dos salidas internacionales de los crossmen españoles en Chartres y Mezdón*, núm. 116. - *Un nuevo valor mundial para la milla, Murray Halberg, 4'4"4*, núm. 116. - *Décima de segundo*, núm. 116. - *Los Juegos Olímpicos en 1900*, núm. 116. - *Consideraciones en torno a los V Juegos Universitarios Nacionales*, núm. 117. - *VI Juegos Nacionales Escolares*, núm. 118. - *Un fenómeno curioso en nuestro atletismo*, núm. 118. - *Cada día es más difícil prever el límite de las posibilidades humanas. Tras los últimos «records» de lanzamientos y la marca de Bannister*, núm. 117. - *Los 30'30"6 del record de Amorós*, núm. 119. - *Operación Haegg en todos los continentes*, núm. 119. - *La carrera del año ¿Zatopek o Pirie?*, núm. 120. - *Rhoden (400 m.), Harbig (800 m.), Bannister (milla), Reiff (3 000), Zatopek (20 000)*, núm. 120. - *Un indio y un caballo revelaron a Wes Santee el secreto de la carrera a pie*, núm. 120. - *Una opinión de John Landy sobre Santee, Bannister, Chataway y Cia*, núm. 120. - *Santee, como Landy les faltó un Chataway*, núm. 120. - *En el 50º aniversario de los Juegos Olímpicos de San Luis*, núm. 121. - *Los cinco records de Manuel Macías*, núm. 122. - *Buen balance en los Campeonatos de Cataluña 1954*, núm. 122. - *Percy Cerutti, el más célebre entrenador australiano, opina sobre John Landy y Roger Bannister*, núm. 123. - *Un europeo se codea con los norteamericanos en salto de altura*, núm. 123. - *La organización de los Campeonatos de Europa de Atletismo en Berna*, núm. 124. - *Prepárense a tiempo a los corredores para el Cross de las Naciones*, núm. 125.

COMPETICIONES Y PRUEBAS.—*«Jean-Bouin»*, núm. 115. - *XIII Manresa-San Vicente*, núm. 116. - *XXXIII Campeonatos de España de Atletismo*, núms. 117, 119 y 120. - *Con nuestros juniors en el triangular Levante-Aragón-Cataluña B*, núm. 121. - *Encuentro inrer-regional Cataluña-Renania*, núm. 121. - *Castilla-Cataluña*, núm. 122. - *VI Flota de U S A -Selección Catalana*, núm. 123.

EDITORIAL.—Núms. 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125 y 125 bis.

ENCUENTROS INTERNACIONALES.—*El I Cataluña-Renania*, núm. 117. - *Mimoun e Inglaterra grandes vencedores del Cross de las Naciones*, núm. 117. - *El I España-Alemania*, núm. 118. - *I España-Francia*, núm. 125 bis.

HISTORIALES.—Evolución del record de España de 200 metros lisos, núm. 117. - El record mundial del lanzamiento de peso, núm. 118. - Del record de España y del Mundo de 10 000 metros, núm. 119. - Del record de España de 1 500 metros, núm. 119. - Del record del mundo de los 5 000 metros, núm. 119. - Historial del record de los 5 000 metros, núm. 125.

JUEGOS OLIMPICOS. - El «cross country» en los Juegos Olímpicos, núm. 115.

MEJORES MARCAS.— Los 10 mejores atletas de cada especialidad, núm. 115. - Los mejores atletas españoles de todos los tiempos, 1 500 metros, núm. 115. - Los 10 mejores españoles sobre 10 000 metros, núm. 119. - Españolas de 1 500 metros y martillo, núm. 119. - Los mejores 5 000 metros, núm. 119. - Mejores marcas mundiales 1954, núm. 120. - Los mejores saltadores europeos y mundiales de todos los tiempos, núm. 123. - De todos los tiempos en 1 500, 5 000 y 10 000 metros, núm. 123. - Los mejores 5 000 metros, núm. 125. - Los veinte mejores corredores de 5 000 metros, núm. 125.

OIDOS DEL MUNDO.—Núms. 118, 120, 121 y 122.

RECORDS.—Tabla de los absolutos de CATALUÑA al 31 de Diciembre de 1955, núms. 115 y 116. - Tabla oficial de los NACIONALES juveniles en 31 de Diciembre de 1955, núm. 116. - La Federación INTERNACIONAL de Atletismo homologa los siguientes: 800 yardas, 6 millas, 1.000 metros, 10.000 metros, 30 000 metros, 4 x 1.000 metros, 4 x 1 500 metros, 400 metros vallas masculinos y 100 metros, 800 metros, 5 x 880 yardas 4 x 220 yardas, 4 x 100 metros, 4 x 200 metros, 5 x 800 metros, lanzamiento del peso y disco femeninos, núm. 116. - BANNISTER, ha rebajado los 4 fatídicos minutos en la milla, núm. 118. - Del MUNDO de 4 x 100 yardas, 4 x 880 yardas, 4 x 800 metros, 5 000 metros y peso masculinos y altura y jabalina femeninos. De ESPAÑA de 1 500 metros, martillo, relevos 4 x 1 500 metros, 2.000 metros y decathlon. De Cataluña de martillo y penthalon, núm. 119. - ZATPEK derriba el de los 5 000, 10.000 y 6 millas, núm. 119. - De ESPAÑA de 1 000 y 800 metros y del MUNDO de 1 500 metros y peso, núm. 120. - De ESPAÑA de 1 500 metros, núm. 122. - De CASTILLA de 400, 10 000, 5.000 y jabalina, y de CATALUÑA de 800 y 1 500 metros, núm. 122. - Del MUNDO de 5 millas, 4 x 1 500, 1 500, una milla, 10 millas marcha y 15 kilómetros masculinos y 880 yardas femeninos, núm. 122. - De EUROPA de Decathlon, disco y altura masculinos y 80 metros vallas femeninos, núm. 122. - De ESPAÑA de 1 500 metros y 5 000 metros, núm. 122. - De CATALUÑA del martillo' núm. 122. - Tabla de records de CATALUÑA de la categoría juvenil al 15 de Junio de 1954, núm. 123. - Del MUNDO de 1 milla, 100 yardas, 5 000 metros, 6 millas, 10 000 metros, relevos 4 x 1 milla, jabalina, 10 millas marcha, 15 000 metros marcha, 20 millas marcha y 1 500 masculinos y 880 yardas, relevos 4 x 220 yardas, peso, longitud, 80 metros vallas, jabalina y salto de altura femeninos, núm. 124. - Chataway, nuevo recordman del MUNDO de los 5 000 metros, núm. 125.

SILUETAS.—José Molins, núm. 115. - Alfonso Vidal-Quadras, núm. 116. - Joaquín Roca Sauri, núm. 119. - Salvador Bosch Peris, núm. 120. - Francisco Juan López, núm. 121. - Luis García Serna, núm. 122. - Juan Figuerola Giralt, núm. 123. - Agustín Juliá Plana, núm. 124. - Fernando Bremón, núm. 125. - Angel Badía, núm. 125 bis.

TECNICA.— Los 110 vallas y su técnica, núm. 116. - Del cross country, núm. 117. - Consideraciones sobre el entrenamiento, núm. 117. - Fisiología del esfuerzo. El ejercicio muscular, núm. 118. - La fatiga en el silencio, núm. 119. - Como O'Brien ha transformado el clásico «croschet» de los lanzadores en «Bolo-punch», núm. 119. - La educación física natural y el desarrollo corporal, núm. 122. - Exceso en el deporte, núm. 125 bis.

VARIA.—¿Teneis en regla vuestros pasaportes?, núm. 120. - Atletismo. Definición y orígenes. «De Larousse des Sports». núms. 121 y 123.

Recopilado por ALVARO FERRER



HELIODORO ERA UN ATLETA
QUE RESPIRABA MUY MAL
Y CLARO, COMO ES NATURAL
LLEGABA TARDE A LA META

DE VENTA EN TODAS
LAS FARMACIAS

LABORATORIO FARMACÉUTICO
LUIS JIMENEZ CORRAL
BARCELONA

PERO USANDO NARISOL
QUE ES ALGO PIRAMIDAL
ES AHORA GANPEON
CON UN "RECORD" COLOSAL

PEÑARROTA.

FABRICA DE ACEITES VEGETALES Y
TORTAS DE SEMILLAS OLEAGINO-
SAS PARA LA ALIMENTACION DEL
GANADO

Caila & Parés

CASPE, 2 TELS. 223639-227577
BARCELONA

MANUFACTURAS

F. Puig Farnellas
S. A.

DESDOBLAMIENTO DE GRASAS,
ESTEARINA, GLICERINA, OLEI-
NA, VELAS Y BUJIAS, JABONES
COMUNES Y PERFUMERIA

PRINCESA, 52 - TEL. 21 24 02
BARCELONA