SŁOWNICTWO
GIMNASTYCZNE

zestawił

Wenanty Piasecki,
kierujący nauczyciel gimnastyki

„SOKOŁA".

LWÓW.
Z DRUKARNI E. WINIARZA.
1867.

Biblioteka Gł. AWF w Krakowie

1800065580

25 (Broschüren) Mag.-Florm.

SŁOWNICTWO GIMNASTYCZNE

zestawił

Wenanty Piasecki,
kierujący nauczyciel gimnastyki
u
„SOKOŁA".

Własność 1867 Gustaw Lettner

LWÓW.
Z DRUKARNI E. WINIARZA.
1867.

BIBLIOTEKA JAGIELLOŃSKA - BIBLIOTEKA GŁÓWNA UNIWERSYTETU JAGIELLOŃSKIEGO w Krakowie

Rkps. 7924
I

Ako. 1958 K 232
796.41(038) = 112.2 = 162.1

PRZEDSŁOWIE.

Chcąc, ażeby gimnastyka, ta piękna i zbawienna sztuka, którąśmy od uczeńszych sąsiadów przyjęli. stała się zupełnie naszą, trzeba ją sobie przyswoić i w czynie i w słowie. Wykonuje się u nas wprowadzona przez Niemców gimnastyka już od lat kilkunastu. Z tej szkoły wyszli niektórzy dość biegli — aczkolwiek jednostronnie tylko wyrobieni — gimnastycy: może więc Lwów już obecnie postawić kilkunastu dzielnych młodzieńców, którzy choć pod pewnemi względy z wyćwiczoną młodzieżą zagraniczną jako gimnastycy mogliby iść w zawody; lecz zato słownictwo gimnastyczne dotąd zupełnie leży odłogiem.

Młodzież tutejsza nazywa przyrządy i pojedyncze ćwiczenia gimnastyczne niemieckiemi wyrazami, jak takowe jeszcze pierwsi nasi nauczyciele, Niemcy — lub też pod względem językowym opieszali Polacy — w używanie wprowadzili. Jest to rażąca nieprawidłowość, jakiej

myślący i czujący po polsku gimnastyk znieść nie potrafi.

Niniejszy słowniczek gimnastyczny ma na prędce zaradzić temu wielkiemu brakowi. Znajdzie w nim przychylny czytelnik zestawione w abecadłowym porządku niemieckie wyrazy gimnastyczne, które biegły w obu językach nauczyciel gimnastyki, znający nadto odpowiednie słownictwo Czechów, przepolszczyć usiłował.

Jako pierwsze dziełko w tym rodzaju słowniczek ten zapewne daleki od doskonałości; lecz obecnie i taki będzie niezawodnie mym rodakom pożądanym, nim za pomocą dalszych prac i usiłowań w tym kierunku utworzy się coś lepszego. To też właśnie w tym celu upraszam mych kolegów gimnastycznych, aby po przejrzeniu tego pisemka raczyli mi ustnie lub pisemnie wytknąć jego braki i wady; a znając może na ten lub ów wyraz gimnastyczny tłómaczenie właściwsze, z koleżeńskiej przychylności chcieli mi takowe udzielić dla poprawy.

We Lwowie w miesiącu lipcu 1867.

Wenanty Piasecki.

A.

Abburzeln, odmagnąć; (odskoczyć z kozioł-
kiem) Das A. odmagnięcie (odsk. z koz.)
Abfroschen, zeskoczyć w rozkroczu skulo-
nem; das Ab. zeskok w rozkr. sk.
Abgrätschen, zeskoczyć w rozkroczu; das
A. zeskok w rozkrok.
Abhocken, zeskoczyć w kuczce; das A. ze-
skok w k.
Abhüpfen, zeskoczyć; das A. zeskok.
Abhurten, odbić się udami; das A. odbicie
się udami.
Abschwingen, odmachnąć; das A. odma-
chnięcie.
Abschwung, (Reck) zemknięcie się.
Abschwingen, odskoczyć.
Abschwung, odskok.

Absitzen, zesiąść; das A. zsiadanie.
Abstand, rozstęp.
Abstrecken, die Arme, odprężyć, die Fussspitzen, wyprostować; das A. odprężenie. wyprostowanie.
Abtreten, odstąpić.
Abwechselnd, naprzemian.
Abwippen, zemknąć się; das A zemknięcie się.
Affenhocke, kuczka małpia.
Affenkehre, przewrotka małpia.
Affenwende, zawrotka małpia.
Anmunden, dotknąć ustami.
Anfersen, uderzyć się piętami (w posladki).
Angriff, zaczepka.
Anlauf, rozpęd, rozbieg.
Anmann, przyboczny.
Anschultern, dotknąć się barkami.
Anschulterwippe, pociąganie się do dotyku barkami.
Anschweben, wznieść się.

Ansprung, przyskok.

Anziehen, die Arme, przyciągnąć; die Fussspitzen, przygiąć; das A. przyciągnięcie, przygięcie.

Arme, ramiona, Arme breit, ramiona w szerz.

Arme ausdrehen, wykręcać ramiona.

Armgehen, iść na rękach.

Armhauen, machać ramionami.

Armschnellen, wyprężyć ramiona.

Armstehen, stać na ramionach.

Armstossen, trącać ramionami.

Aufgriff, chwyt, wierzchni (nadchwyt).

Aufkippen, wymknąć się w przód do podporu.

Aufsitzen, wsiąść; das A. wsiądnięcie, wsiadanie.

Aufstemmen, wspierać się; das A. wspieranie.

B.

Bahn frei! z drogi!
Ballen, opuszki, brzuśce.
Băresprung, skok niedźwiedzi.
Barren, wspieradła, porączki.
Barrenschwingen, wywijanie na wspieradłach.
Bauchfelge, kołowrot brzuszny.
Beinheben, wznosić nogi.
Beinschnellen, wyprężyć nogi.
Beinstossen, trącać nogami.
Beugen, die Gliedermassen, ogiąć, den Rumpf tułów nakłonić.
Bock, kozioł.
Bocksprung, skok przez kozła.
Bratenwender, rożeń.
Burzelbaum, koziołek; Burzelbäume machen magać (wywracać) koziołki.
Burzelwelle, kołowrot koziołkowy.

D.

Dauerlauf, kłus, bieg.
Diebsprung, skok złodziejski.
Diskus, krążek.
Doppelkehre, przewrotka podwójna.
Doppelreck, dwójdrążek.
Doppelsprünge, (Schwingel) dwójskoki.
Doppelspreizen, wznieść obie nogi.
Doppelwende, zawrotka podwójna.
Drängen, pociskać.
Drehhocke, kuczka z półobrotem.
Drehkatzensprung, skok koci z półobrotem.
Drehkehraufsitzen, wsiadanie przewrotne z półobrotem.
Drehkehre, skok przewrotny z półobrotem (Drehkehre rechts, skok przewrotny w prawo z półobrotem w lewo).
Drehling, obwódka.
Drehung, obrót.

Froschsprung, skok żabi.
Fusshang, zawieszenie na zgięciu skokowem.

G.

Gabelgriff, chwyt widełkowy.
Galloplauf, cwał.
Genükstehen, stanie na karku.
Ger, oszczep.
Gerätübungen, ćwiczenia na przyrządach.
Geschwünge, wywijania.
Gesäss, posladki.
Gleicharmig, oburamiennie.
Gleichbeinnig, obunożnie.
Gleichhändig, oburącz.
Gleichschultrig, obu barkami.
Gleiten, sunąć się.
Grätschabschwung, zamknięcie się w rozkroczu.
Grätsche (als Sprung) skok rozkroczny, G.

in den Stand auf dem Pferde, wskok rozkroczny na konia.

Grätschen, rozkroczyć.

Grätschschwebe, wzniesienie się w rozkroczu.

Grätschsitz, siedzenie w rozkroczu.

Grätschwippen, wywijać w rozkroczu.

Griff, chwyt.

Griffwechsel, zmiana chwytu.

Grundstand, postawa pierwotna, zasadna.

H.

Häckelhang, zawieszenie haczkowe.

Halbkreis, półkole.

Hals (Schwingel), kark.

Handeln, rączkować w podporze.

Handgehen, chód na rękach.

Handhabe, rękojeść, trzonek.

Handhang, wiszenie na rękach.

Handschnellen, odbić się.

Handstehen, stanie na rękach.
Hang, wiszenie, zawieszenie.
Hangbein, zwisła noga.
Hangeln, rączkować w zawieszeniu.
Hangübungen, ćwiczenia w zawieszeniu.
Hangwage, waga w zawieszeniu.
Hangwechsel, zmiana zawieszenia.
Hanteln, ciążki, ważydła, ciężarki.
Herablassen sich, spuścić, spuszczać się.
Hieb, cięcie.
Hinken, kulać.
Hinkkampf, walka w kulaniu.
Hinksprung, skok w kulaniu.
Hinterpausche, bradło tylne.
Hintersprünge, skoki od tyłu.
Hochreichen, dosięgać.
Hochsprung, skok na wysokość.
Hochtiefsprung, skok wysoko-głęboki; S. przez wysokość do głębi.
Hochweitsprung, skok wysoko-daleki, sk. przez wysokość na odległość.

Hochwippen, wywijać wysoko.
Hockabschwung, zemknięcie się w kuczce.
Hocke, kuczka.
Hocken, kucznąć, przykucznąć.
Hockbandeln, rączkować w kuczce.
Hockriesensprung, skok olbrzymi w kuczce.
Hockwende, zawrotka w kuczce.
Hockwippen, wywijać w kuczce.
Holm, poręcz, półdrabek.
Hüpfen, podskakiwać.

K.

Kammgriff, chwyt grzebieniowy, dłoniowy.
Kammhieb, cięcie dłoniowe.
Kammlage, położenie dłoniowe.
Katzendrehsprung, skok koci z półobrotem.
Katzenriesensprung, skok koci olbrzymi.
Katzensprung, skok koci.
Kehrabsitzen, zsiadanie w przewrotce.

Kehraffensprung, skok małpi w przewrotce.
Kehraufsitzen, wsiadanie w przewrotce.
Kehre, przewrotka.
Kehre mit Drehung, przewrotka z półobrotem (K. mit Dr. rechts, przewrotka w prawo z półobrotem).
Kehre in den Stand auf dem Pferde, wskok na konia w przewrotce.
Kehrschwung, zamach przewrotny.
Kehrwende, przewroto-zawrotka
Kehrwendeaufsitzen, wsiadanie przewroto-zawrotne.
Kernwurf, rzut środkowy.
Klappen, klaskać.
Klettergerüst, przyrząd do wspinania.
Klettermast, słup do wspinania.
Klettern, wspinać się.
Kletterschluss, chwyt do wspinania się.
Kletterstange, tyczka do wspinania.
Klettertau, lina.

Klimmen, drapać się na coś.
Klimmhang, wiszenie o zgiętych łokciach.
Knicken, zgiąć.
Knickstütz, podpór o zgiętych łokciach, podp. łamany.
Knickwippen, wywijanie o zgiętych łokciach.
Kniebeugung, przyklękanie.
Kniefall, zemknięcie się do wiszenia w kolanach.
Kniehang, wiszenie w kolanach
Kniehangsaufschwung, wymknęcie z wiszenia na kolanach.
Kniehangwechsel, zmiana zawieszenia na kolanach.
Knieschnellen, wyprężyć kolana.
Kniesprung, klęczka, a. skok kolankowy.
Kniewelle, kołowrot kolanowy.
Kommandowort, rozkaz.
Knoten, węzeł.
Kopfstehen, stanie na głowie.
Kraftmesser, siłomierz.

Kreis, koło, okrąg.
Kreisen, kołować, krążyć.
Kreiswechsel, zmiana koła.
Kreuz (Schwingel), tył.
Kreuzaufschwung, wynyk grzbietny.
Kreuzaufzug, wywlek grzbietem.
Kreuzbiege, aus dem Oberarmhange, kołowrót w zawieszeniu na nadramionach; K. mit gestreckten Armen, kołowrot na wyprostowanych ramionach.
Kreuzen, skrzyżować.
Kreuzüberschwung, przemyk grzbietem.
Kurzwippen, wywijanie krótkie.

L.

Längenaufsitzen, wsiadanie wzdłuż.
Leiter, drabina, senkrechte L. d. pionowa, schiefe L. d. pochyła, wagrechte L. d. pozioma.
Leiterbaum, drabina skrzydlata, ostrzew.

Liegehang, zawieszenie leżące.
Liegestütz, podpor leżący.

M.

Matraze, siennik.
Mühlaufschwung, wymyk w rozkroku.

N.

Nachgriff, pochwyt.
Nachmann, zaplecnik.
Nadel, nawlek..
Nadelwage, waga nawleczna.
Nest, gniazdko.
Niederlassen, spuścić.
Niedersprung, zeskok.

P.

Pausche, bradło.

Q.

Queraufgriff, nadchwyt poprzeczny.
Quergrätschen, roznożyć w poprzek.
Querhang, wiszenie poprzeczne.
Querliegehang, zawieszenie leżące poprzek.
Querschwebe, wzniesienie się poprzek.
Querschwebehang, zawieszenie we wzniesieniu poprzek.
Quersitz, siedzenie poprzek.
Querstand, postawa poprzek.
Queruntergriff, podchwyt poprzek.
Querwage, waga poprzek.
Querzwiegriff, dwójchwyt poprzek.

R.

Radschlagen, kołem iść.
Reck, drążek (stały).
Reckschwingen, wywijanie na drążku.
Reckübungen, ćwiczenia na drążku.

Reif, obręcz.
Reigen, rej.
Reihe, szereg; der Reihe nach, rzędem.
Reiteln, hopkać.
Reitsitz, siedzenie konno.
Rennbahn, wyścigowisko.
Riege, zastęp.
Riesengriff, chwyt olbrzymi.
Riesenaufschwung, wymyk olbrzymi.
Riesenschwung, halber, półwrot olbrzymi, ganzer, całowrot olbrzymi.
Riesensprung, skok olbrzymi.
Ringen, pasować się, iść w zapasy, mocować się.
Ringer, zapaśnik.
Ringkampf, zapasy, mocowanie się.
Ringplatz, mocowisko.
Ringschwebel, kółka, kręgi.
Ristabschwung, zemknięcie się na podbiciach.
Ristgriff, chwyt grzbietny.

Risthang, wiszenie na podbiciach.
Risthieb, cięcie grzbietne.
Ristlage, położenie grzbietne.
Ristwelle, kołowrot na podbiciach.
Rittlings, konno jadąc.
Rolle, wałek.
Rücklings, tyłem.
Rückschwung, (Barren, Reck,) zamach w tył.
Rückwärts, w tył.
Rückwärts abschieben, odsunięcię w tył.
Rückwärts abschnellen, (Reck) odbicie się w tył.
Rumpf, tułów.
Rundlauf, krążenie.
Rundlaufzeug, krążydło.

S.

Schafsprung, skok z przyciągnięciem pięt. s. owczy.

Schaft, drzewiec.
Schaukel, huśtawka.
Scheeraufsitzen, wsiadanie nożyczkowe; w. krzyżem.
Scheere, nożyczki.
Scheerriesensprung, skok olbrzymi nożyczkowy.
Schlagen den Ball, podbijać piłkę.
Schlängellauf, bieg wgżykowaty.
Schluss, zetknięcie.
Schneidersitz, siedzenie krawieckie.
Schneidersitzwechsel, zmiana siedzenia krawieckiego.
Schneidersprung, wskok krawiecki.
Schnellauf, szybko-bieg; (schnell laufen, biedz szybko).
Schnellen, odprężyć.
Schnellgang, prędki chód; schnell gehen, prędko iść.
Schocken, kopować.
Schräg, skośno, nawskos.

Schraube, śruba.
Schraubenaufsitzen, wsiadanie śrubowe.
Schwebe, wzniesienie się.
Schwebebaum, równoważnia.
Schwebebein, wzniesiona noga.
Schwebehang, zawieszenie, we wzniesieniu.
Schwebeholme, poręcze wiszące.
Schwebekampf, walka na równoważni.
Schweben, wznosić się.
Schwebereck, drążek wiszący, trapez, orczyk.
Schwebewechsel, zmiana wzniesienia.
Schwengel, pomyk.
Schulterstehen, stanie na barkach.
Schwimmhang, zawieszenie (tęczowe), łukowe.
Schwingel, koń.
Schwingen, wywijać.
Schwungseil, wywijadło.
Schwungstemmen, w spieranie z wywijaniem.

Seitensprünge, skoki z boku.
Seitliegehang, zawieszenie w leżeniu bokiem.
Seitlings, bokiem.
Seitschwebe, wzniesienie boczne.
Seitschwebehang, wiszenie w zniesieniu boczne.
Seitsitz, siedzenie z boku.
Seitstütz, podpór z boku.
Seitwärts, w bok.
Sitz, siedzenie.
Sitzaufschwung, wymyk do siedzenia.
Sitzwechsel, zmiana siedzenia, przesiadanie.
Sitzwelle, otoczenie w siedzeniu, kołowrot w siedzeniu.
Sohle, podeszwa.
Spannstütz, podpór rozciągły, rozparcie.
Speiche, sprycha, otoczenie w zawieszeniu na ramionach tyłem, kołowrot ramienny.
Speichgriff, chwyt sprychowy, paluchowy.

Speichlage, położenie sprychowe, paluchowe.
Spille, wrzeciono.
Spreizabsitzen, zsiadanie w rozkroczu.
Spreize, rozpiętka.
Spreizen, vorwärts, wznieść nogę w przód, seitwärts, w bok, rückwärts, w tył.
Spriessel, szczebel.
Springel, skocznia.
Springen, skakać.
Springstab, tycz, żerdź.
Sprung, skok, von der Stelle, z miejsca, mit Anlauf, z rozpędem, rozbiegiem, mit geschlossenen Füssen, z stulonemi nogami, mit Vortritt, z wykrokiem, mit Vorsprung, z przedskokiem, zum Stütz, do podporu.
Sprungbein, noga skoczna.
Sprungbrett, odskocznia.
Stab, kij.
Stabsprung, skok o tyczy.
Stampfen, tupać.
Stand, postawa.

Standbein, noga stojąca.
Standort, stanowisko.
Stehschwung, aus dem Kniehange, zemknięcie się do stania z zawieszenia na kolanach.
Stehsprung, skok do stania.
Steifwippen, wywijanie wymuszone.
Stellung, postawa.
Stemmen, wspierać się.
Stemmübungen, ćwiczenia we wspieraniu.
Stoss, pchnięcie.
Stossen, trącać, kłuć.
Stosswippen, wywijanie z trącaniem.
Strecken, wyprostować, wyciągnąć, napiąć.
Streckhang, zawieszenie proste.
Strackstütz, podpór prosty.
Sturmlauf, bieg napadowy.
Sturmlaufbrett, skocznia napadowa, kładka.
Sturmsprung, skok napadowy.
Stütz, podpór.
Stützkehre, półobrot z podporu.

Stützübungen, ćwiczenia w podporze.
Stützwechsel, zmiana podporu.

T.

Tiefsprung, skok do głębi.
Todenriesensprung, skok śmiertelny olbrzymi.
Todensprung, skok śmiertelny.
Turner, gimnastyk.
Turnkür, ćwiczenia dowolne.

U.

Uibergriff, przechwyt.
Uiberheben sich, przedźwignąć się.
Uiberschlagen, przerzucić się; das Uiberschlag, przerzut.
Uiberschlagenwende, zawrotka przerzutna.
Uiberschub, przesmyk.
Uiberwinder, zwycięzca (Ringk).
Unterarme, przedramiona.

Unterarmhang, zawieszenie na łokciach.
Unterarmstütz, podpór na przedramionach.
Untergriff, podchwyt.
Unterschenkel, podudzie.
Unterschwung, podmyk.

V.

Vorderpausche, przednie bradło.
Vorlings, przodem.
Vormann, poprzednik.
Vorschweben, wznieść wprzód.
Vorschwung, przedni zamach.
Vorturner, przewódca ćwiczeń.
Vorwärts, wprzód.

W.

Wage, waga.
Wageliegen, waga w leżeniu.
Wagefelge, kołowrot w wadze.
Wagewechsel, zmiana wagi.

Wageschwebe, wzniesienie do równi.
Walzen, toczyć się, katulać się.
Wechselarmig, ręka po ręce, na przemian.
Wechselbeinig, noga po nodze, na przemian.
Wechselhandig, ręka po ręce, na przemian.
Wechselhang, zawieszenie zmienne.
Wechselschulterig, bark po barku.
Weithochsprung, skok daleko-wysoki, skok z dali na wysokość.
Wellaufschwung, wymyk z zawieszenia.
Welle, otoczenie, kołowrot.
Wende, zawrotka, Wende mit Drehung, zawrotka z półobrotem.
Wendeabsitzen, zsiadanie w zawrotce.
Wendeaffensprung, skok małpi w zawrotce.
Wendeaufsitzen, wsiadanie w zawrotce.
Wendekehraufsitzen, wsiadanie zawrotno-przewrotne.
Wendekehre, przewrotka zawrotna.

Wenderückschwung, zamach w tył.
Wendeschwung, zamach zawrotny.
Wettlauf, zawód, wyścigi.
Wettlaufbahn, miejsce wyścigów.
Wettläufer, zawodnik.
Winkelwende, zawrotka pod kątem.
Winkelwippen, wywijanie pod kątem.
Wippe, zginanie i prostowanie.
Wippen, zginać i prostować.
Wipphandeln, rączkowanie w wywijaniu.
Wolfssprung, skok wilczy.
Wurf, rzut, ciśnięcie.

Z.

Zehengang, chód na palcach.
Zehenhang, wiszeniu na śródnożu.
Zehenstand, wspięcie się.
Zickzacklauf, bieg zygzakowaty.
Ziehen, przeciągać.
Ziehklimmen, wyciągać się.

Ziehstemmen, wspinanie się w podporze.
Ziel, meta.
Zurückwenden, obrócić się.
Zwiegriff, dwójchwyt.
Zwischenschwung, międzymach, zamach pośredni.
Zwischensprung, międzyskok, skok pośredni.

---

29. IV. 1939
w. Z

*KSIĘGARNIA
ANTYKWARIAT
DOM KSIĄŻKI
DOM
D Nº 250415

BIBLIOTEKA
WYŻSZEJ SZKOŁY WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
W KRAKOWIE
Nr inw. A 7924

Biblioteka Gł. AWF w Krakowie

1800065580