

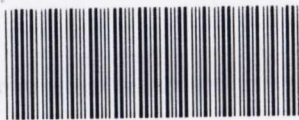
HANDBOK
I
GYMNASTIK

II. FIGURER

2 —

Vf 180139
XX 002172896

Biblioteka Gl. AWF w Krakowie



1800053112

39066

HANDBOK

GYMNASTIK

KÖRLEN OCH FLÖTTAN

AV HANS JACOBSEN



422/L

UNIVERSITY OF TORONTO



HANDBOK

I

GYMNASTIK

FÖR

ARMÉEN OCH FLOTTAN

UTGIFVEN PÅ NÄDIGSTE BEFALLNING

II. DELEN

FIGURER



STOCKHOLM

KUNGL. BOKTRYCKERIET. P. A. NORSTEDT & SÖNER

1902



376

796.41.01-057.36(07)

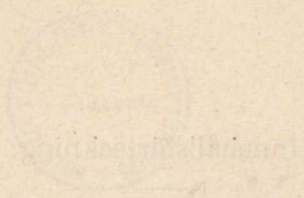
Innehållsförteckning.

II. Delen.

Förteckning öfver gymnastiska ställningar och rörelser, vid hvilka hänvisas till figurer.

Figurer öfver gymnastiska ställningar och rörelser.

~~Z BIBLIOTEKI~~
~~e. k. kursu naukowego gimnastycznego~~
W KRAKOWIE.



U. D. 1890

Faint, illegible text, possibly a title or header, appearing as a series of horizontal lines.

~~THE UNIVERSITY OF CHICAGO~~
~~LIBRARY~~

Z BIBLIOTEKI
c. k. kursu naukowego gimnazyjnego
W KRAKOWIE.

Förteckning

öfver ställningar och rörelser, vid hvilka hänvisas
till figurer.

tf = terminologifigur (mom. 32—35); f = figur i del II;
m = moment.

Ställningar.

- Balansst.: tf 6, m 331.
- Båghäng.: tf 12, f 73, m 292.
- Båg(b)häng.: f 73.
- Bågkn. st.: tf 13.
- Bågst.: tf 10, m 32.
- Böjgr. vändbågst.: f 137, m 460.
- Böjgång(b)vändst.: f 126, m 420, 427.
- Böjkn. st.: tf 9, m 389.
- Böjnigsitt.: f 45, m 239, 328.
- Böjsitt.: tf 8.
- Böjst.: tf 7, f 14, m 161.
- Böjst. m. gevär: f 42, m 231 anm. 2.
- Böjutfall(a)st.: f 141 B, m 469.
- Böjvågtåstödj.: f 101, m 363.
- Böjvågvrinstödj.: f 103, m 369.
- Böjvändutfall(a)st.: f 102, m 365, 431.
- Fallhäng.: tf 16, f 72, m 291.
- Fall(b)häng.: f 74, m 293.
- Fallkn. st.: tf 17, m 389 anm.
- Famn(a)bågst.: f 173, m 603.
- Famn(c)bågst.: f 173, m 603.
- Famn(a)gång(b)bågst.: f 174, m 603.
- Famn(c)gång(b)bågst.: f 174, m 603.
- Famn(a)st.: f 15, 196, m 162, 603.
- Famn(b)st.: f 196.
- Famn(c)st.: tf 18, f 12, 196, m 158, 175.

- Famn(d)st.: f 196.
 Famn(e)st.: f 196.
 Famngr. nigst.: f 41, m 231.
 Famnigsitt.: f 45, m 239, 328.
 Famn(a)tvärframbågligg.: f 97, m 345, 349.
 Famn(c)tvärframbågligg.: tf 19.
 Famntåst.: f 16.
 Famn(a)utfall(b)st.: f 175, m 603.
 Famn(c)utfall(b)st.: f 175, m 603.
 Frambågligg.: tf 11, m 345.
 Framligg.: tf 20, m 345 anm. 1.
 Frånhäng.: tf 21, f 59, m 276.
 Från(b)häng.: f 66, m 282.
 Gr. fallhäng. m. undergrepp: f 51, m 256.
 Gr. kn. st.: tf 24, m 389.
 Gr. sitt.: tf 23.
 Gr. spännbøj. (bom): f 51, m 256.
 Gr. spännbøj. m. gevär: f 53, m 262.
 Gr. st.: tf 22, f 4, m 148.
 Gr. stupsitt.: tf 68.
 Gr. stupst.: tf 67, m 196.
 Gångbalansst.: f 94, m 331.
 Gång(a)st.: tf 25, f 3, m 147.
 Gång(b)st.: tf 26, f 5, m 149.
 Gångst. utg. vid hopp m. staf: f 168 A, m 567.
 Halfhäng. halfjämnväg.: tf 29, f 61, m 546 anm.
 Halfkn. st.: tf 30, m 392.
 Halfsitt.: tf 28.
 Halfspännsidfall. (redskap): f 130 A, m 442.
 Halfspännsidfall. (:): f 130 B, m 442 anm.
 Halfst.: tf 27 b.
 Halfstr. halffamnst.: f 20, m 183, 463.
 Halfstr. sidfall.: f 131, m 443.
 Halfstr. sidmotgångstöd.: tf 70 b.
 Halfstr. sidmotvåghalfst.: f 104, m 375.
 Halfstr. slutgångstöd.: f 129, m 440.
 Halfstr. slutst.: f 29, m 201, 435.
 Halfstr. st.: tf 27 a, f 19, m 182, 462.
 Halfstr. utfall(a)st. m. effacering: f 141 A, m 468, 469, 470, 471.
 Halfstr. utfall(b)st.: f 142, m 472.
 Halfstr. vändutfall(a)st.: f 141 C, m 469.
 Handfästsideshålln.: f 135, m 448.
 Helsitt.: tf 31.
 Huksitt.: tf 32, m 535.
 Huksitt. m. stödda händer: f 116, 121, m 396.

- Hvalffligg: tf 34, m 258.
 Hvalfstupst. (mot redskap): tf 33, f 120 C, m 409.
 Hvalfstupst. m. tillfällig hjälp (::): f 120 A o. B, m 409.
 Hvalfstupst. (:): f 121, m 409 anm. 2.
 Hvalfstupst. (:) (öfver bom): f 122, m 409 anm. 3.
 Hvilgr. vändst.: f 124, m 419.
 Hvilkn. st.: tf 38.
 Hvilligg.: tf 37, m 676, 680.
 Hvilmotsitt.: tf 36.
 Hvilslutst.: f 127, m 435.
 Hvilst.: tf 35, m 157.
 Häng. grundställning: tf 4, f 58, m 276.
 Höghalsitt.: tf 28, f 179, m 340, 664.
 Högmotst.: tf 39, m 532.
 Högridsitt.: tf 50, m 515.
 Högridsitt. m. gevär: f 178, m 662.
 Högsidsitt.: tf 54, f 171, m. 340, 664.
 Högsitt.: tf 40, m 534.
 Högst. Öfverslag (::) [Utg. för stöden]: f 166 A, m 563.
 Högst. Öfverslag (::) [Slutställn. för stöden]: f 166 B, m 563.
 Högtvärsitt.: tf 72, f 171, m 340, 534.
 Jämnväg. (bom): f 148 A, 171, m 508 anm. 1, 583.
 Jämnväg. (jämnlöpande bommar): tf 85 b, f 151, 550 anm. 2.
 Jämnväg. (sadelbom): tf 85 a, f 148 B, 169, m 35, 508 anm. 1, 576.
 Kn. st. grundställning: tf 5.
 Krokhalfst.: tf 42, f 92, m 321.
 Krokhäng. utg.: tf 43, f 67, m 95, 284, 395, 512 anm. 2.
 Krok(b)häng.: f 67, m 285.
 Ligg. grundställn.: tf 3.
 Lodhäng. (två linor): tf 44, f 60, m 276.
 Lodhäng. (en lina): f 81 A, m 308.
 Lod(b)häng. (två linor): f 60, m 277.
 Motfallhalfst.: tf 14, m 394.
 Motfallsitt.: tf 15, m 383.
 Mot-frånhäng.: f 59, m 276.
 Mot-från(b)häng.: f 64, m 280.
 Mothalfst. (:) (fotens fäste): f 115 B, m 394.
 Mothäng.: tf 47, f 59, m 276.
 Mot(b)häng.: f 66, m 282.
 Motnigsitt. (::): f 39, m 227.
 Motsitt.: tf 46, f 109, m 383.
 Motst.: tf 45.
 Motst. m. uppstödd fotspets: f 38 A, m 224.
 Nigsitt.: tf 49, f 144, m 227, 396, 485.

- Nigst.: tf 48, f 17, m 171, 396.
 Ridsitt.: tf 50, f 149, 153, 172, m 511, 513, 515, 553.
 Räckkn. bågst.: tf 53, m 391.
 Räckmotfallsitt.: tf 52, m 386.
 Räckst.: tf 51, f 13, m 159, 343.
 Räckutfall(b)st.: f 100, m 360.
 Sidfall.: tf 87, m 443 anm.
 Sidmothalfst.: tf 55 a.
 Sidmothalfst. (: (fotens fäste): f 115 B, m 446.
 Sidmothög: f 155, m 531.
 Sidmotkorshalfst.: f 132, m 444.
 Sidmotkorshögst.: tf 41, f 155, m 531.
 Sidmotkrokhalfst.: f 92, m 322 anm.
 Sidmotspjärnst.: f 92, m 217.
 Sidmotspjärntåst.: f 33, m 217.
 Sidmotst. (m. ena handen stödd): tf 55 b.
 Sidsitt.: tf 54, f 171, m 583.
 Sitt. grundställning: tf 2.
 Slutgångst.: f 6, m 150.
 Slutgångtåst.: f 31, m 207.
 Slutst.: tf 56, f 2, m 146.
 Slututfallst.: f 9, m 154.
 Spetsstupfall. (mindre lutning): tf 90 a, f 119 A, m 407.
 Spetsstupfall. (starkare lutning): tf 90 b, f 119 B, m 407.
 anm. 2.
 Spetsstupfall. (öfver bom): f 122, m 407 anm. 3.
 Spetsstupst.: tf 57, f 26, m 197.
 Spjärnst.: tf 58, m 217.
 Spännbågkn. st.: tf 62.
 Spännbågspjärnst.: f 123, m 413.
 Spännböj.: f 46, tf 86 a, 86 b, m 248.
 Spännhäng.: tf 61, f 156, m 533.
 Spännligg.: tf 60.
 Spännst.: tf 59, m 412.
 St. grundställning: tf 1, f 1 A o. B, m 112.
 Str. bågst.: f 25, m 195, 414.
 Str. frambågligg., utan fotstöd: f 98, m 346 anm., 677.
 Str. gr. bågst., m. gevär: f 57, m 265 anm.
 Str. gr. nigst.: f 41, m 231.
 Str. gr. nigst. m. gevär: f 44, m 231.
 Str. gr. spetsstupst.: f 28, m 198.
 Str. gr. st.: f 27, 128 A, 134, m 229, 344, 436, 438, 447.
 Str. gr. st. m. gevär: f 43, 128 B, m 231, 436 anm.
 Str. gr. stupst.: f 27, m 344.
 Str. gr. stupst. m. gevär: f 57, m 265 anm., 378.

- Str. gr. vändbågst.: f 137, m 454.
 Str. gr. vändst.: f 138, m 419, 454, 455.
 Str. gr. vändst. m. gevär: f 125, m 419 anm. 1.
 Str. gr. vändstupst.: f 137, m 454, 460 anm.
 Str. gång(b)bågst.: f 56, m 264, 414.
 Str. gång(b)stupst.: f 56, m 264 anm. 1.
 Str. gång(b)vändst.: f 126, m 420, 427.
 Str. halfkn. bågst.: f 113, m 392.
 Str. kn. gr. bågst.: f 112, m 389.
 Str. kn. gr. fallst.: f 112, m 390.
 Str. kn. st.: tf 66, m 389.
 Str. ligg.: tf 65, m 387.
 Str. motfallhalfst.: f 115 A, m 394.
 Str. motfallsitt.: f 109, m 383.
 Str. motgångst., m. uppstödd fotspets: f 38 B, m 226.
 Str. motgångstupst.: f 38 B, m 226.
 Str. mothalfst.: f 115 A, m 394.
 Str. mothelfallsitt.: f 110, m 385, 386.
 Str. nigsitt.: f 45, m 239, 328.
 Str. sidmothalfst.: f 133, m 446.
 Str. sitt.: tf 64.
 Str. slutgångståst.: f 31, m 229.
 Str. sluttåst.: f 40, m 229.
 Str. slutvändst.: f 30, m 202, 418, 424.
 Str. st.: tf 63, f 12, 13, m 160, 176.
 Str. stödbågst.: f 54, m 263.
 Str. stödbågst. (:): f 55 A, m 263 anm. 1.
 Str. stödst.: f 54, m 263.
 Str. tvärfambågligg.: f 99, m 346.
 Str. tåst.: f 16, m 229.
 Str. utfall(a)st. m. effacering: f 140, m 430, 457.
 Str. utfall(b)st.: f 8, 100, m 153, 360.
 Str. utfall(b)st. m. gevär: f 105, m 377.
 Str. våghalfst.: f 104, m 375.
 Str. vågtåstödj.: f 101, m 364.
 Str. vågvrilstödj.: f 103, m 369.
 Str. vändutfall(a)st.: f 102, 139, m 365, 429, 456.
 Stupfall.: f 116, tf 88, m 396.
 Stuphäng.: tf 69, f 71, m 290.
 Stupvåghäng.: f 78 A, m 302.
 Ställning m. båda händer fatta gevär: f 42, m 231 anm. 2.
 Stödst.: tf 70 a.
 Tvärbalausst.: tf 71, m 332.
 Tvärframligg.: tf 73, f 95, m 345.
 Tvärsitt.: f 171, m 583.

- Tåst.: tf 74, f 16, m 166.
 Tåstödj.: tf 91, f 35, m 218, 625.
 Underhäng.: tf 75, f 58, m 276.
 Under(b)häng.: f 58, m 277.
 Under(b)häng. (m. ena handen framför den andra): tf 75, f 63, m 278.
 Utfall(a)st.: tf 76, f 7, m 152.
 Utfall(b)st.: tf 77, f 8, m 153.
 Vingbågst.: tf 10, f 24, m 195.
 Vingframågligg.: tf 11.
 Vinghalfkn. bågst.: f 113, m 392.
 Vingkn. bågst.: tf 13, m 389.
 Vingkn. gr. bågst.: f 112, m 389.
 Vingkn. gr. fallst.: tf 17, m 389 anm.
 Vingkn. st.: tf 80, m 389.
 Ving[sidmot]krokhalfst.: tf 42, f 92, m 321, 322.
 Vingmotfallhalfst.: tf 14, m 394.
 Vingmotfallsitt.: tf 15, m 383.
 Vingmothelsitt.: tf 31, m 384.
 Vingmotkrokfallhalfst.: f 114, m 393.
 Vingmotkrokhalfst.: f 114, m 393.
 Vingmotsitt.: tf 46, f 109, m 383.
 Vingnigsitt.: tf 49, m 227, 396.
 Vingnigst.: tf 48, f 17, m 171, 396.
 Vingsitt.: tf 79.
 Vingslutgångståst.: f 31, m 207.
 Vingsluttåst.: f 40, m 167.
 Vingslututfallst.: f 9, m 154.
 Vingslutvändbågst.: f 136 A, m 449.
 Vingslutvändst.: f 30, m 202, 418.
 Vingslutvändstupst.: f 136 B, m 449.
 Vingspetsstupst.: f 26, m 197.
 Vingst.: tf 78, f 10, m 156.
 Vingstupst.: f 26, m 196.
 Vingstödst.: tf 70 a.
 Vingtvärframågligg.: f 96, m 345.
 Vingtåst.: f 17, m 166, 171.
 Vingtåstödj.: tf 91, f 35, m 218.
 Vingutfall(a)st.: tf 76, f 7, m 152.
 Vingutfall(b)st.: tf 77, f 8, m 153.
 Vingvriststödj.: tf 92, f 36, m 219.
 Vingvåghalfst.: tf 81, m 275 anm.
 Vingvändst.: tf 84.
 Vriststödj.: tf 92, f 36, m 219.
 Vågfall.: tf 89, m 95, 404.

Våghalfst.: tf 81.

Våghäng. (vågrät bom): f 77, m 299.

Våghäng. (båglina): tf 83 f 78, E, m 300.

Vågligg.: tf 82.

Vändst.: tf 84.

Rörelser.

Anspring. balanshopp: f 160, m 541.

Anspring. fritt hopp framåt i höjd: f 146, m 500, 523.

Anspring. grenhopp till gr. st. på redskapet (redskapet på tvären): f 165 A, m 555 anm.

Anspring. grenhopp till ridsitt. (redskapet på längden): f 153, m 553.

Anspring. grenhopp öfver redskapet (häst el. dyl. på längden): f 165 B, m 557.

Anspring. hopp m. frånvändn. o. med stöd af gevär: f 176, m 657.

Anspring. hopp m. staf framåt i längd: f 168 A, m 569.

Anspring. hopp m. staf i höjd m. vändn. 90°: f 168 B, m 570 anm.

Anspring. mellan hopp (sadelbom): f 150, m 550.

Anspring. mellan hopp, snedt (jämnloppande bommar): f 151, m 550 anm.

Anspring. nedlöppning (lutande redskap): f 177 B, m 653.

Anspring. sidohopp m. frånvändn. mellan redskapet (dubbelbom): f 162, m 544.

Anspring. sidohopp m. frånvändn. öfver redskapet o. med stöd af en hand (delad sats): f 163 A, m 548.

Anspring. sidohopp m. frånvändn. öfver redskapet (bom): f 161, m 545.

Anspring. sidohopp m. åtvändn. mellan redskapet (dubbelbom): f 157, m 536.

Anspring. sidohopp m. åtvändn. öfver redskapet (häst på tvären): f 152, m 537.

Anspring. sidohopp m. åtvändn. öfver redskapet o. med jämnvägande mellanställning (dubbelbom): f 158, m 538.

Anspring. sidohopp m. åtvändn. öfver redskapet med halfhäng. halfjämnväg. fattning (dubbelbom): f 159, m 540.

Anspring. upplöpn. (lutande redskap): f 177 A, m 653.

Anspring. öfverslag: f 167, m 565.

Balansgång m. gevär och packning: f 177 C, m 661.

Bröstsimm. (i gördel): f 187, m 682.

Båghäng. 2 A.-böjn.: f 73, m 293.

- Bøjgr. vändbågst. 2 A.-strn. uppåt: f 137, m 460.
 Bøjvågtåstödj. 2 A.-strn. uppåt: f 101, m 363.
 Bøjvågriststödj. 2 A.-strn. uppåt: f 103, m 369.
 Bøjvändutfall(a)st. 2 A.-strn. uppåt: f 102, m 365.
 Fallhäng. 2 A.-böjn.: f 74, m 293.
 Fall(b)häng. Växel B.-uppböjn.: f 72, m 294.
 Famnbågst. 2 A.-slagn.: f 173, m 603.
 Famngr. st. Häfn. på tå o. 2 Kn.-böjn.: f 41, m 231.
 Famngång(b)bågst. 2 A.-slagn.: f 174, m 603.
 Famnst. 2 Pl. A.-böjn. (:): f 108 A o. B, m 95.
 Famnst. Häfn. på tå: f 16, m 166.
 Famnutfall(b)st. 2 A.-slagn.: f 175, m 603.
 Frånhäng. 2 A.-böjn.: f 66, m 282.
 Frånhäng. Öfverkastn.: f 69, m 289, 395.
 Gr. spännbøj. 2 A.-böjn. f 50, m 255.
 Gr. spännbøj. Häfn. på tå (:): f 52, m 261.
 Gr. spännbøj. Växling. mellan fallhäng. o. spännbøj.: f 51, m 256.
 Gr. st. Lyftning m. samsidigt liftag: f 192, m 702.
 Gr. st. Lyftning m. växelsidigt liftag: f 193, m 702.
 Gr. st. samsidigt liftag: f 191, m 701.
 Gr. st. Växelsidigt liftag: f 190, m 700.
 Gångst. Balansgång, framåt (m. gevär): f 93 A, m 661.
 Gångst. Balansgång m. halfknästående mellanställning: f 93 B, m 336.
 Gångst. Grenhopp till ridsitt.: f 153, m 515.
 Gång(a)st. Häfn. på tå o. Kn.-böjn.: f 32, m 213.
 Gång(a)st. Häfn. på tå o. Kn.-böjn. m. neckf.: f 32, m 213.
 Gångst. Hopp m. staf framåt i längd: f 168 A, m 567.
 Gångst. Mellanhopp (bom m. sadel): f 150, m 512.
 Gångst. Mellanhopp (::): f 164, m 552.
 Gångst. Sidhopp m. åtvändn. öfver redskapet (Redskapet på tvären): f 152, m 514.
 Halfhäng. halfjämnväg. 2 B.-öfversvängn.: f 61, m 546 anm.
 Halfspännsidfall. B.-deln.: f 130 A, m 442.
 Halfspännsidfall. B.-deln. (:): f 130 B, m 442 anm.
 Halfstr. halffamnst. A.-skiftn.: f 20, m 183, 463.
 Halfstr. sidfall. B.-deln.: f 131, m 443.
 Halfstr.[slut]gångstöd. Sidoböjn.: f 129, m 440.
 Halfstr. slutst. Sidoböjn.: f 29, m 201, 435.
 Halfstr. st. A.-skiftn.: f 19, m 182, 462.
 Halfstr. utfall(b)st. Förflytt. framåt under A.-skiftn.: f 142, m 472.
 Hvilgr. st. Sidovridn.: f 124, m 419.
 Hvilgång(a)st. Häfn. på tå o. Kn.-böjn.: f 32, m 213.

- Hvilslutst. Sidoböjn.: f 127, m 435.
 Häng. Omslagsgång: f 66, m 282.
 Höghaltsitt. Sidesflytt. f 179, m 340, 664.
 Högridsitt. Förflytt. framåt m. gevär o. packning: f 178, m 662.
 Högst. Öfverslag: f 166 A o. B, m 563.
 Jämnväg. 2 A.-böjn.: f 169, m 576.
 Jämnväg. Sidesflytt. m. vändn.: f 171, m 583.
 Jämnväg. Vändn. till sidsitt.: f 171, m 583 anm.
 Jämnväg. Vändn. till tvärsitt.: f 171, m 583 anm.
 Jämnväg. Växel B.-skift. n.: f 170, m 581.
 Krokhalft. Kn.-strn. framåt m. hftf.: f 92, m 325.
 Krokhalft. Kn.-strn. bakåt m. hftf.: f 91, m 324.
 Krokhalft. Vristuppböjn. o. strn. m. hftf.: f 92, m 322.
 Krokhäng. 2 Kn. strn.: f 67, m 286.
 Krok(b)häng. 2 B.-deln.: f 68, m 287, 395.
 Krypmarsch: f 181, m 666.
 Ligg. Inl. till B.-simn. (1. tidmättet): f 183 A, m 676.
 Ligg. Inl. till B.-simn. (2. tidmättet): f 183 B, m 676, 680.
 Ligg. Inl. till B.-simn. (3. tidmättet): f 183 B, m 676, 680.
 Lodhäng. 2 A.-böjn.: f 60, m 277.
 Lodhäng. 2 A.-gång uppåt o. nedåt: f 65, m 281.
 Lodhäng. Fastgöring: f 81 B, m 308 anm. 4.
 Lodhäng. Sidesflytt. n.: f 82, m 309.
 Lodhäng. Äntring: f 81 A, m 308.
 Lodhäng. Öfverkastn.: f 70, m 290.
 Motgående växel klifgång (lejdare): f 76, m 298 anm. 3.
 Motgående växel klifgång (stege): f 75, m 298.
 Mothäng. 2 A.-böjn.: f 66, m 282.
 Mothäng. Uppsitt. till jämnväg.: f 80, m 307.
 Motst. Häfn. på tå o. 2 Kn.-böjn. till nigsitt. f 39, m 227.
 Motst. Inl. till bundna hopp: f 147, m 508.
 Motst. Inl. till öfverslag: f 154, m 516.
 Motst. Vadspänning: f 38 A, m 224.
 Nigsitt. 2 A.-strn uppåt, utåt o. uppåt: f 45, m 239, 328.
 Nigsitt. Svikthopp: f 144, m 486.
 Omkulläggning bakåt: f 194, m 702.
 Omkulläggning åt sidan: f 195, m 702.
 Ridsitt. Afsitt. till sidan: f 149, m 513.
 Ridsitt. 2 B.-svängn. bakåt: f 149, m 511 anm., 584.
 Ridsitt. Saxn. genom 2 B.-svängn. bakåt: f 172, m 587.
 Ridsitt. Uppstigning till gångbalansst.: f 94, m 333 punkt. b och c.
 Räckspjärnst. Kn.-böjn.: f 37, m 220, 328.
 Räckst. 2 A.-svängn.: f 13, m 343.
 Sidmotkorshalfst. B.-deln.: f 132, m 444.

- Sidmotkorshögst. Djuphopp: f 155, m 531.
 Sidmotkrokhalfst. Kn.-strn. framåt m. hftf.: f 92, m 325.
 Sidmotkrokhalfst. Vristuppböjn. o. strn. m. hftf.: f 92, m 322.
 Sidmotspjärnst. Häfn. på tå: f 33, m 217.
 Sidmotspjärnst. Häfn. på tå o. Kn.-böjn.: f 34, m 217.
 Sidmotst. Hopp m. frånvändn. o. med stöd af gevär: f 176, m 657.
 Sidmotst. Sidhopp m. frånvändn. mellan redskapet (dubbelbom) f 163 B, m 546.
 Sitt. Kors slingr. nedåt m. benen före: f 88, m 313.
 Sitt. Kors slingr. nedåt m. hufvudet före: f 89 A o. B, m 314.
 Sitt. Kors slingr. uppåt m. hufvudet före: f 87, m 313.
 Sitt. Lodslingr. nedåt: f 86, m 312.
 Sitt. Lodslingr. uppåt: f 85, m 312.
 Sitt. Vågslingr. m. benen före: f 84, m 311.
 Sitt. Vågslingr. m. hufvudet före: f 83, m 310.
 Slutst. Fotflytt. framåt [bakåt]: f 6, m 150.
 Slutvändst. R.-böjn. bakåt m. hftf.: f 136 A, m 449.
 Slutvändst. R.-böjn. framåt m. hftf.: f 136 B, m 449.
 Smygmarsch: f 180, m 665.
 Spetsstupfall. 2 A.-böjn. o. strn.: f 119 A, m 408 anm.
 Spännbågst. Kn.-uppböjn.: f 123, m 413.
 Spännbågst. Kn.-uppböjn. o. strn.: f 123, m 413.
 Spännböj. B.-uppböjn. o. häfn. på tå: f 49, m 254.
 Spännböj. Häfn. på tå: f 47, m 249.
 Spännböj. Kn.-uppböjn. o. strn.: f 48, m 253.
 Spännböj. Växel B.-uppböjn.: f 48, m 252.
 Spännböj. Växel Kn.-uppböjn.: f 48, m 251.
 Spännhäng. Djuphopp: f 156, m 533.
 St. Aktiv Hufvudböjn. (:): f 106, m 95.
 St. 2 A.-böjn. uppåt: f 14, m 161.
 St. 2 A.-böjn. uppåt m. gevär: f 42, m 231 anm. 2.
 St. 2 A.-framförböjn.: f 15, m 162.
 St. 2 A.-lyftn. framåt: f 13, m 159.
 St. 2 A.-lyftn. framåt-uppåt: f 12, m 160.
 St. 2 A.-lyftn. utåt: f 12, m 158.
 St. 2 A.-lyftn. utåt-uppåt: f 12, m 160.
 St. 2 A.-lyftn. utåt-uppåt o. sänkn. utåt-nedåt: f 12, m 594.
 St. 2 A.-strn. bakåt: f 18, m 179.
 St. 2 A.-strn. framåt: f 13, m 177.
 St. 2 A.-strn. uppåt: f 12, m 176.
 St. 2 A.-strn. utåt: f 12, m 175.
 St. Fotflytt. framåt [bakåt]: f 5, m 149.
 St. Fotflytt. till sidan: f 4, m 148.
 St. Fotflytt. utåt [bakutåt]: f 3, m 147.

- St. Fetsslutn. o. fotutvridn.: f 2, m 146.
 St. Fritt hopp framåt i längd (m. samlad enkel sats): f 145, m 492, 519.
 St. Hufvudböjn. framåt: f 21, m 188.
 St. Hufvudböjn. bakåt: f 21, m 188.
 St. Hufvudvridn.: f 22, m 189.
 St. Hufvudvridn. o. böjn. bakåt: f 23, m 191.
 St. Häfn. på tå: f 16, m 166.
 St. Höftfäste: f 10, m 156.
 St. Inl. till A.-simn. (1. tidmättet): f 182 A, m 675.
 St. Inl. till A.-simn. (2. tidmättet): f 182 B, m 675.
 St. Inl. till A.-simn. (3. tidmättet): f 182 C, m 675.
 St. Nackfäste: f 11, m 157.
 St. Utfall framåt [bakåt] under 2 A.-strn. uppåt: f 8, m 153.
 Str. gr. nigst. 2 A.-strn. uppåt m. gevär: f 44, m 240 anm.
 Str. gr. nigstödst. R.-böjn. bakåt: f 55 B, m 263 anm. 2.
 Str. gr. st. 2 A.-strn. uppåt m. gevär: f 43, m 231.
 Str. gr. st. Hjulning: f 134, m 447.
 Str. gr. st. Häfn. på tå o. 2 Kn.-böjn.: f 41, m 231.
 Str. gr. st. Häfn. på tå o. 2 Kn.-böjn. m. gevär: f 44, m 231.
 Str. gr. st. R.-böjn. bakåt m. gevär: f 57, m 265 anm.
 Str. gr. st. R.-böjn. framåt: f 27, m 344.
 Str. gr. st. R.-böjn. framåt m. gevär: f 57, m 265 anm.
 Str. gr. st. R.-böjn. framåt o. nedåt: f 28, m 198, 243.
 Str. gr. st. R.-böjn. framåt o. nedåt m. gevär: f 57, m 265 anm., 378 anm.
 Str. gr. st. Sidoböjn.: f 128 A, m 436, 438.
 Str. gr. st. Sidoböjn. m. gevär: f 128 B, m 436 anm.
 Str. gr. st. Sidovridn. m. gevär: f 125, m 419 anm. 1.
 Str. gr. vändbågst. 2 A.-strn. uppåt: f 137, m 460.
 Str. gr. vändstupst. 2 A.-strn. uppåt: f 137, m 460 anm.
 Str. gr. vändst. R.-böjn. bakåt o. framåt: f 137 m 454.
 Str. gr. vändst. Sidoböjn.: f 138, m 455.
 Str. gång(b)st. R.-böjn. bakåt: f 56, m 264, 414.
 Str. gång(b)st. R.-böjn. framåt: f 56, m 264 anm. 1.
 Str. gång(b)st. Sidovridn.: f 126, m 420.
 Str. gång(b)vändst. 2 A.-strn. uppåt: f 126, m 427.
 Str. halfkn. st. R.-böjn. bakåt: f 113, m 392.
 Str. kn. gr. bågst. 2 A.-svängn.: f 112, m 391.
 Str. kn. gr. st. R.-böjn. bakåt: f 112, m 389.
 Str. ligg. 2 B.-lyftn. (minsta lyftning): f 111 A, m 387.
 Str. ligg. 2 B.-lyftn. (till halfrät vinkel): f 111 B, m 387.
 Str. ligg. 2 B.-lyftn. (till rät vinkel): f 111 C, m 387.
 Str. motgångst. R.-böjn. framåt: f 38 B, m 226.
 Str. motgångst. R.-böjn. framåt o. nedåt: f 38 B, m 226.

- Str. mothalfst. R.-fälln. bakåt: f 115 A, m 394.
 Str. mothelfallsitt. 2 A.-sväng: f 110, m 386.
 Str. mothelsitt. R.-fälln. bakåt: f 110, m. 384.
 Str. motkrokfallhalfst. 2 A.-strn. uppåt: f 114, m 393 anm.
 Str. motsitt. R.-böjn. bakåt: f 109, m 383.
 Str. motsitt. R.-fälln. bakåt: f 109, m 383.
 Str. sidmothalfst. Sidoböjn.: f 133, m 446.
 Str. slutgångst. Häfn. på tå: f 31, m 229, 328.
 Str. slutst. Häfn. på tå: f 40, m 229.
 Str. slutst. Sidovridn.: f 30, m 202, 418.
 Str. st. B.-förn. utåt: f 90, m 323 anm. 2, 441.
 Str. st. Häfn. på tå: f 16, m 229.
 Str. st. R.-böjn. bakåt: f 25, m 195, 414.
 Str. st. Spännböjn.: f 46, m 248.
 Str. stödst. R.-böjn. bakåt: f 54, m 263, 414.
 Str. stödst. R.-böjn. bakåt (::): f 55 A, m 263 anm. 1.
 Str. tvärfambågligg. R.-böjn. framåt [nedåt]: f 99, m 350.
 Str. utfall(a)st. m. effacering. Sidoböjn.: f 140, m 457.
 Str. utfall(b)st. 2 A.-strn. uppåt m. gevär: f 105, m 377.
 Str. utfall(b)st. 2 A.-svängn.: f 100, m 360.
 Str. utfall(b)st. 2 A.-svängn. nedåt o. uppåt: f 100, m 360.
 Str. utfall(b)st. R.-böjn. framåt m. gevär: f 105, m 377 anm.
 Str. utfall(b)st. R.-böjn. framåt o. nedåt m. gevär: f 105, m 377 anm.
 Str. vågtåstödj. 2 A.-svängn.: f 101, m 364.
 Str. vågtåstödj. 2 A.-svängn. nedåt o. uppåt: f 101, m 364.
 Str. vågvriststödj. 2 A.-strn. uppåt: f 103, m 369.
 Str. vändutfall(a)st. 2 A.-strn. uppåt: f 102, m 365, 431.
 Str. vändutfall(a)st. 2 A.-svängn.: f 102, m 367, 432.
 Str. vändutfall(a)st. 2 A.-svängn. nedåt o. uppåt: f 102, m 367.
 Str. vändutfall(a)st. R.-böjn. framåt: f 139, m. 456.
 Str. vändutfall(a)st. R.-böjn. framåt o. nedåt: f 139, m 456.
 Stupfall. 2 A.-böjn. (m. upplyft ben): f 117, m 401 anm.
 Stupfall. 2 Fotflytt. framåt o. bakåt: f 116, m 397, 512 anm. 2.
 Stupfall. Nackresn. (:): f 107, m 95.
 Stupfall. Växel B.-lyftn.: f 117, m 401.
 Stupvåghäng. Omslagsgång (båglin): f 79 A—F, m 305.
 Stupvåghäng. Omslag till våghäng.: f 78 A—E, m 303.
 Stupvåghäng. Slagäntr. m. benen före: f 78 A, m 302.
 Stupst. Inl. till A.-simn. (1. tidmättet): f 185, m 678.
 Tvärfambågligg. A.- o. B.-simn. (1. och 2. tidmätten): f 186 A, m 681.
 Tvärfambågligg. A.- o. B.-simn. (3. tidmättet): f 186 B, m 681.
 Tvärfambågligg. Inl. till B.-simn. m. ringstöd (1. tidmättet): f 184, m 676 anm., 680 anm.

- Tåst. Svikhopp: f 143, m 485.
 Underhäng. 2 A.-böjn.: f 58, m 277.
 Underhäng. 2 A.-gång: f 63, m 278.
 Underhäng. 2 A.-gång m. växelsidig häfn.: f 64, m 280.
 Underhäng. 2 B.-öfversvängn.: f 62, m 560 anm.
 Vinggång(a)st. Häfn. på tå o. Kn.-böjn.: f 32, m 213.
 Vinghalfkn. st. R.-böjn. bakåt: f 113, m 392.
 Vingkn. gr. st. R.-böjn. bakåt: f 112, m 389.
 Vingkn. gr. st. R.-fälln. bakåt: f 112, m 389.
 Vingmotkrokhalfst. R.-fälln. bakåt: f 114, m 393.
 Vingnigsitt. Svikhopp framåt: f 144, m 486.
 Vingslutgångst. Häfn. på tå: f 31, m 207.
 Vingslutst. Häfn. på tå: f 40, m 167.
 Vingslutst. Sidovridn.: f 30, m 202, 418.
 Vingslutst. Utfall framåt [bakåt]: f 9, m 154.
 Vingslutvändst. R.-böjn. bakåt: f 136 A, m 449.
 Vingslutvändst. R.-böjn. framåt: f 136 B, m 449.
 Vingst. B.-förn. utåt: f 90, m 323, 441.
 Vingst. Häfn. på tå: f 17, m 166.
 Vingst. Häfn. på tå o. 2 Kn.-böjn.: f 17, m 171, 208.
 Vingst. R.-böjn. bakåt: f 24, m 195.
 Vingst. R.-böjn. framåt: f 26, m 196.
 Vingst. Utfall. framåt [bakåt]: f 8, m 153.
 Vingst. Utfall. utåt [bakutåt]: f 7, m 152.
 Vingstupst. R.-böjn. nedåt: f 26, m 197.
 Vingtåstödj. Kn.-böjn.: f 35, m 218.
 Vingutfall(a)st. Häfn. på tå m. Kn.-böjn.: f 7, m 215.
 Vriststödj. Kn.-böjn. m. hftf.: f 36, m 219.
 Vågfall. 2 A.-böjn. o. strn.: f 118, m 405.
 Våghäng. Slagäntr. m. hufvudet före: f 78 E, m 300.
 Våghäng. Uppsittn. till jämnväg: f 80, m 306.

FIGURER

ÖFVER

GYMNASTISKA STÄLLNINGAR OCH RÖRELSER



~~Z BIBLIOTEKI~~
c. k. kursu nauki i wychowania
W KRAKOWIE

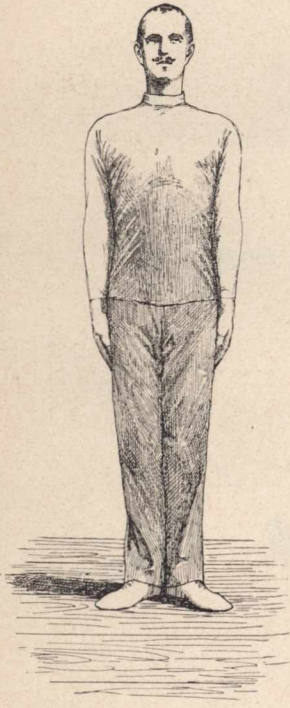


Fig. 1 A.
St. Grundställning.



Fig. 1 B.
St. Grundställning.

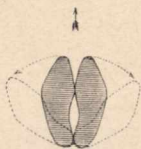


Fig. 2.

Slutst.

Rr: *St. Fotslutn. o. fotutvidn.*

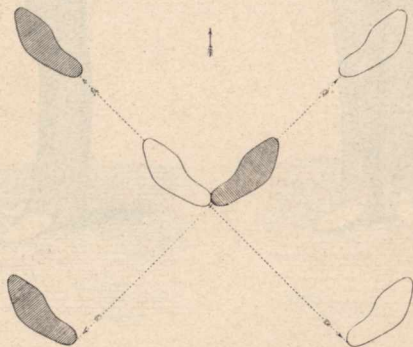


Fig. 3.

Gång(a)st.

Rr: *St. Fotflyttn. utåt [bakutåt].*



Fig. 4.

Gr. st.

Rr: *St. Fotflyttn. till sidan.*

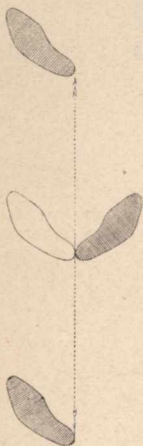


Fig. 5.

Gång(b)st.

Rr: *St. Fotflyttn. framåt*
[bakåt].



Fig. 6.

Slutgångst.

Rr: *Slutst. Fotflyttn.*
framåt [bakåt].

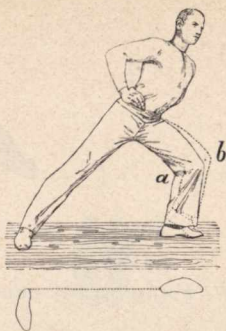


Fig. 7.

a. Utfall(a)st. m. hftf.

Rr: Vingst. Utfall utåt [bakutåt].

a. . b. Vingutfall(a)st. Häfn. på tå m. Kn.-böjn.

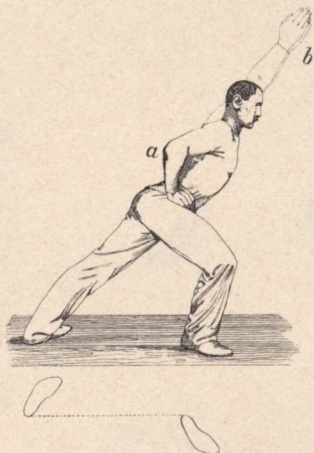


Fig. 8.

a. Utfall(b)st. m. hftf.

Rr: Vingst. Utfall framåt [bakåt].

b. Str. utfall(b)st.

Rr: St. Utfall framåt [bakåt] under 2 A.-strn. uppåt.

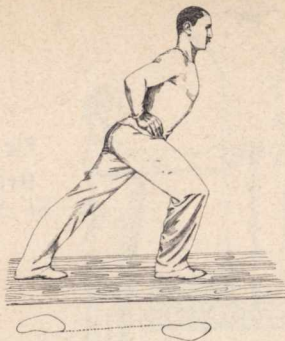


Fig. 9.

Slututfallst. m. hftf.

Rr: *Vingslutst. Utfall framåt [bakåt].*

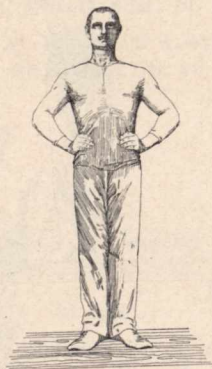


Fig. 10.

Vingst.

Rr: *St. Höftfäste.*

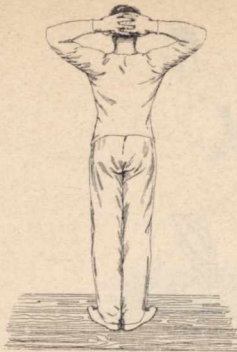


Fig. 11.

Hvilst.

Rr: *St. Nackfäste.*

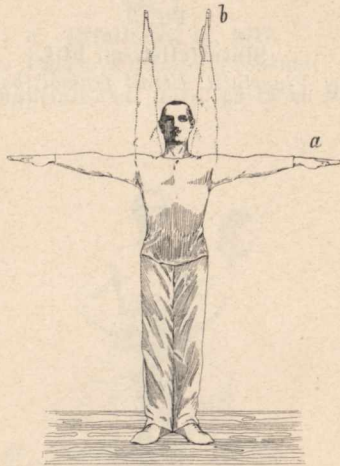


Fig. 12.

a. Famnst.

Rr: *St. 2 A.-lyftn. utåt; eller: St. 2 A.-strn. utåt.*

b. Str. st.

Rr: *St. 2 A.-lyftn. utåt-uppåt [framåt-uppåt]; eller:
St. 2 A.-strn. uppåt.*

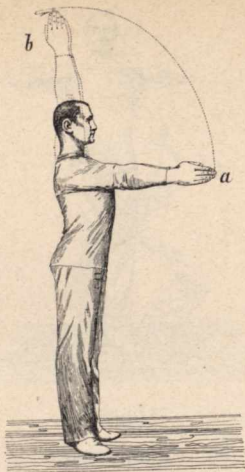


Fig. 13.

a. Räckst.

Rr: *St. 2 A.-lyftn. framåt*; eller: *St. 2 A.-strn. framåt*.

a . . b. Räckst. 2 A.-svängn.

Slutställn.: *Str. st.*



Fig. 14.

Böjst.

Rr: *St. 2 A.-böjn. uppåt*.

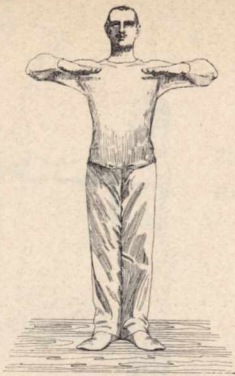


Fig. 15.

Famn(a)st.

Rr: *St. 2 A.-framförböjn.*

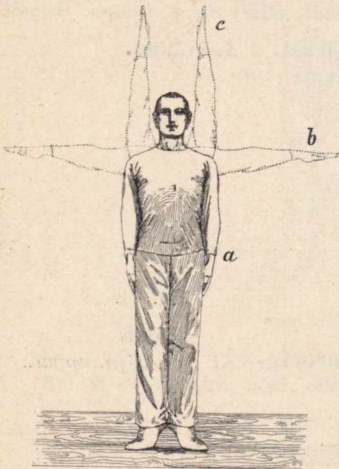


Fig. 16.

a. St. Häfn. på tå.

Slutställn.: *Tåst.*

b. Famnst. Häfn. på tå.

Slutställn.: *Famntåst.*

c. Str. st. Häfn. på tå.

Slutställn.: *Str. tåst.*

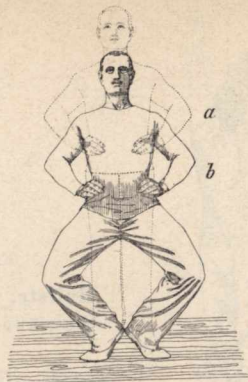


Fig. 17.

a. Vingst. Häfn. på tå.
Slutställn.: Vingtåst.

a . . b. Vingst. Häfn. på tå o. 2 Kn.-böjn.
Slutställn.: Vingnigst.



Fig. 18.

St. 2 A.-strn. bakåt.
Slutställn.



Fig. 19.

Halfstr. st. A.-skiftn.
Slutställn.: *Halfstr. st.*



Fig. 20.

Halfstr. halffamnst. A.-skiftn.
Slutställn.: *Halfstr. halffamnst.*



Fig. 21.

a. **St. Hufvudböjn. bakåt.**
Slutställn.

b. **St. Hufvudböjn. framåt.**
Slutställn.



Fig. 22.

St. Hufvudvridn.
Slutställn.



Fig. 23.

St. Hufvudvridn. o. böjn. bakåt.
Slutställn.

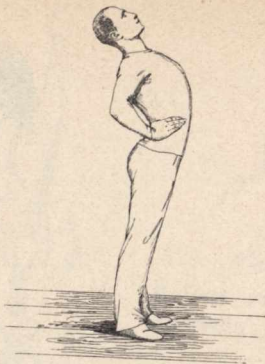


Fig. 24.

Vingst. R.-böjn. bakåt.
Slutställn.: *Vingbågst.*



Fig. 25.

Str. st. R.-böjn. bakåt.
Slutställn.: *Str. bågst.*

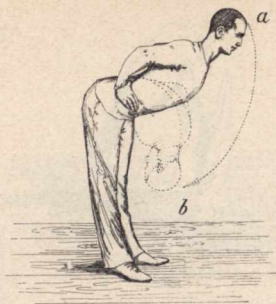


Fig. 26.

a. Vingst. R.-böjn. framåt.
Slutställn.: Vingstupst.

b. Vingstupst. R.-böjn. nedåt.
Slutställn.: Vingspetsstupst.

a . . b. Vingst. R.-böjn. framåt o. nedåt.



Fig. 27.

a. Str. gr. st.

a . . b. Str. gr. st. R.-böjn.
framåt.

Slutställn.: Str. gr. stupst.



Fig. 28.

Str. gr. st. R.-böjn. framåt o. nedåt.
Slutställn.



Fig. 29.

a. Halfstr. slutst.

a . . b. Halfstr. slutst. Sidoböjn.



Fig. 30.

- a.* **Vingslutst. Sidovridn.**
 Slutställn.: *Vingslutvändst.*
- b.* **Str. slutst. Sidovridn.**
 Slutställn.: *Str. slutvändst.*



Fig. 31.

- a.* **Vingslutgångst. Häfn. på tå.**
 Slutställn.: *Vingslutgångtåst.*
- b.* **Str. slutgångst. Häfn. på tå.**
 Slutställn.: *Str. slutgångtåst.*



Fig. 32.

a. Gång(a)st. Häfn. på tå o. Kn.-böjn. m. hftf.
Slutställn.

b Gång(a)st. Häfn. på tå o. Kn.-böjn. m. neckf.
Slutställn.

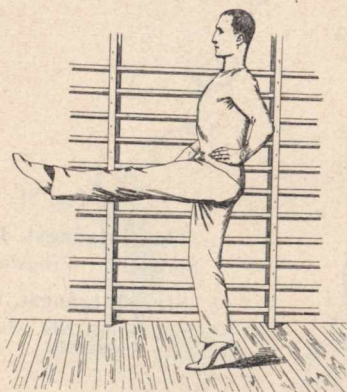


Fig. 33.

Sidmotspjärnst. Häfn. på tå.
Slutställn.: *Sidmotspjärntåst.*

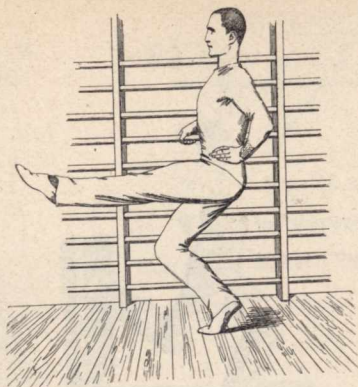


Fig. 34.

Sidmotsjärnst. Häfn. på tå o. Kn.-böjn.
Slutställn.



Fig. 35.

a. Vingståstöd.

a . . b. Tåstöd. Kn.-böjn. m. hftf.



Fig. 36.

a. Vingriststödj.

a . . b. Vriststödj. Kn.-böjn. m. hftf.

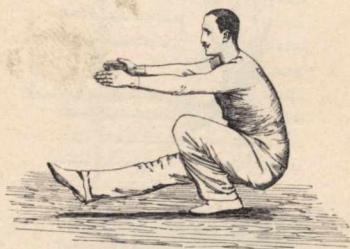


Fig. 37.

Räckspjärnst. Kn.-böjn.
Slutställn.



Fig. 38 A.

a. Motst. m. uppstödd fotspets.

a . . b. Motst. Vadspänning.

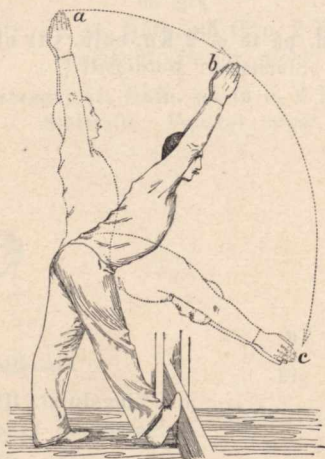


Fig. 38 B.

a. Str. motgångst. m. uppstödd fotspets.

a . . b. Str. motgångst. R.-böjn. framåt.

Slutställn.: Str. motgångstupst.

a . . c. Str. motgångst. R.-böjn. framåt o. nedåt.

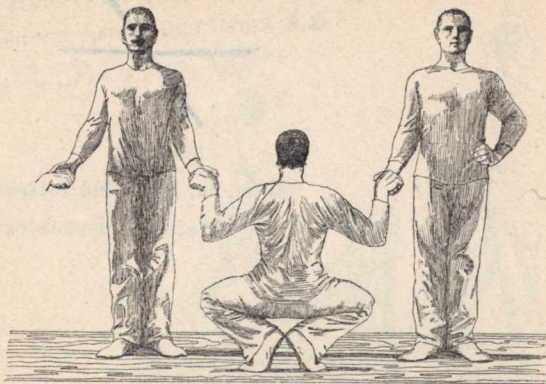


Fig. 39.

Motst. Häfn. på tå o. 2 Kn.-böjn. till nigsitt (: :).
 Slutställn.: *Motnigsitt (: :).*

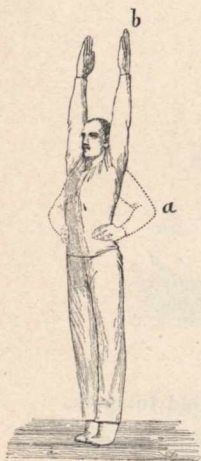


Fig. 40.

a. Vingslutst. Häfn. på tå.
 Slutställn.: *Vingsluttåst.*

b. Str. slutst. Häfn. på tå.
 Slutställn.: *Str. sluttåst.*

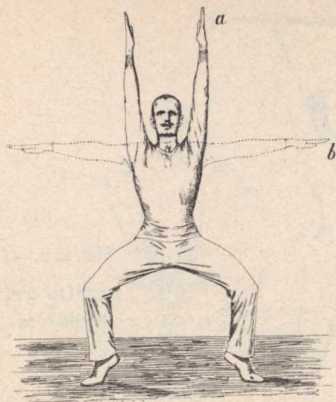


Fig. 41.

- a.* **Str. gr. st. Häfn. på tå o. 2 Kn.-böjn.**
 Slutställn.: *Str. gr. nigst.*
- b.* **Famngr. st. Häfn. på tå o. 2 Kn.-böjn.**
 Slutställn.: *Famngr. nigst.*

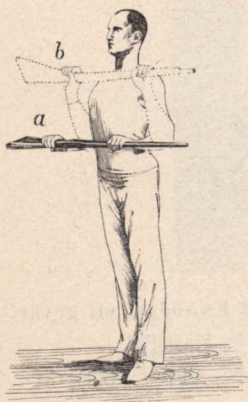


Fig. 42.

- a.* **Ställning m. båda händer
 fatta gevär.**
- b.* **St. 2 A.-böjn. uppåt m. gevär.**
 Slutställn.: *Böjst. m. gevär.*



Fig. 43.

a. Str. gr. st. m. gevär.

a . . b. Str. gr. st. 2 A.-strn.
uppåt m. gevär.

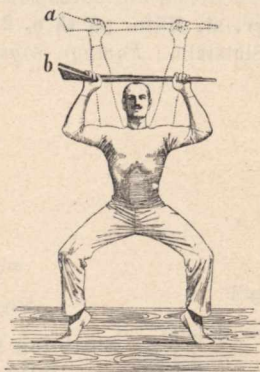


Fig. 44.

a. Str. gr. st. Häfn. på tå o. 2 Kn.-böjn. m. gevär.
Slutställn.: Str. gr. nigst. m. gevär.

a . . b. Str. gr. nigst. 2 A.-strn. uppåt m. gevär.

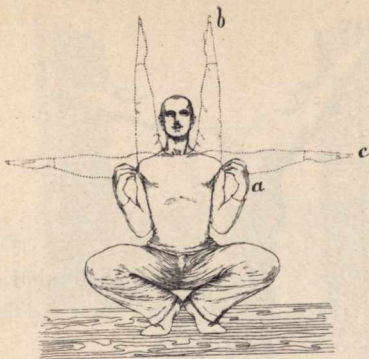


Fig. 45.

a (b) (c). Böj (Str.) (Famn) nigsitt.

a . . c. Nigsitt. 2 A.-strn. uppåt, utåt o. uppåt.

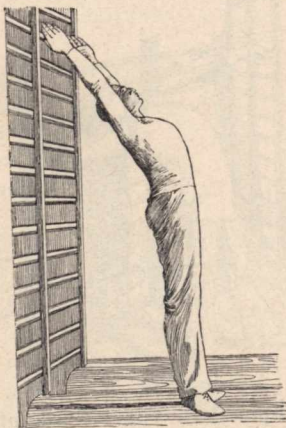


Fig. 46.

Spännböj. utg. (Utan fattning.)

Rr: *Str. st. Spännböjn.*



Fig. 47.

Spännböj. Häfn. på tå.
Slutställn.

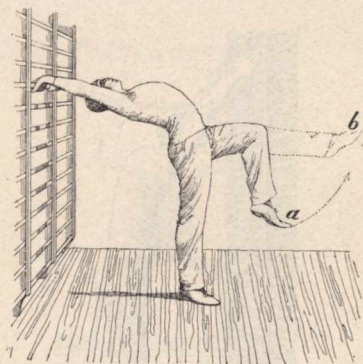


Fig. 48.

a. **Spännböj. Växel Kn.-uppböjn.**
Slutställn.

b. **Spännböj. Växel B.-uppböjn.**
Slutställn.

a . . b. **Spännböj. Kn.-uppböjn. o. strn.**

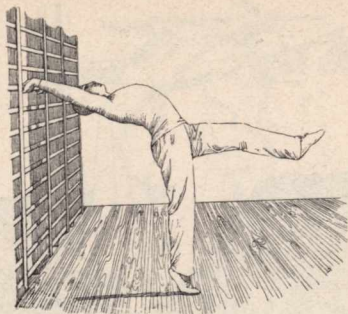


Fig. 49.

Spännbøj. B.-upphöjn. o. häfn. på tå.
Slutställn.

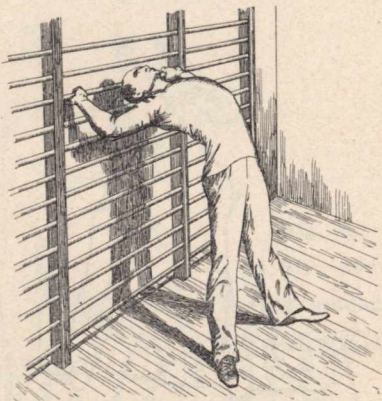


Fig. 50.

Gr. spännbøj. 2 A.-böjn.
Slutställn.

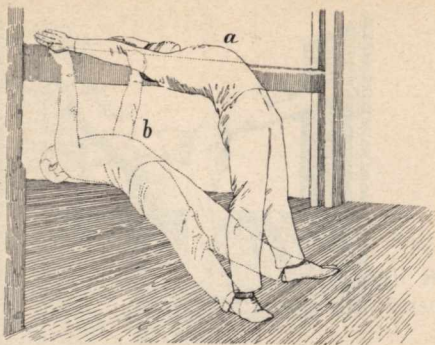


Fig. 51.

a. Gr. spännböj.

b. Gr. fallhäng. m. undergrepp.

a . . b. Gr. spännböj. Växling mellan fallhäng.
o. spännböj.

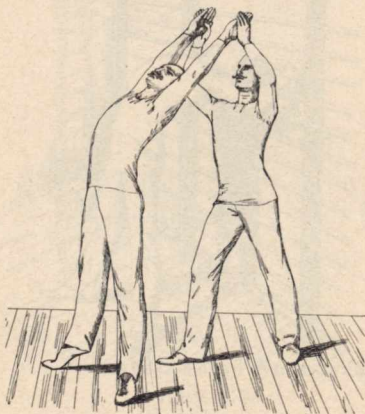


Fig. 52.

Gr. spännböj. Häfn. på tå (:).
Slutställn.

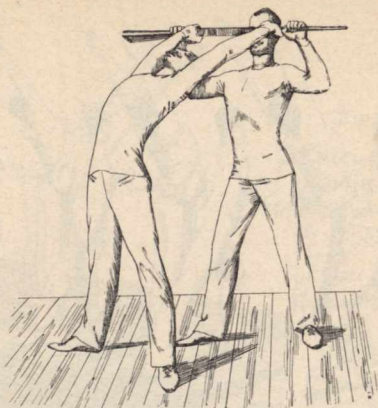


Fig. 53.

Gr. spännböj. m. gevär (:).

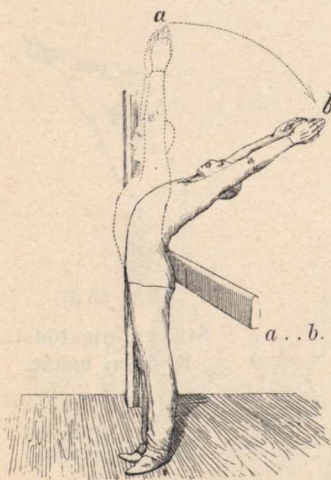


Fig. 54.

a. Str. stödst.

b. Str. stödbågst.

a . . b. Str. stödst. R.-böjn. bakåt.

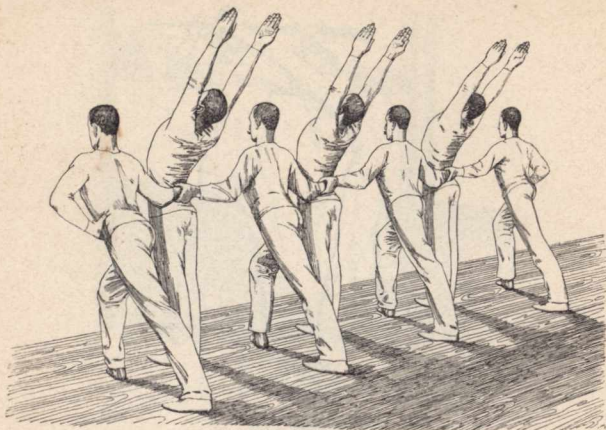


Fig. 55 A.

Str. stödst. R.-böjn. bakåt (::).
 Slutställn.: *Str. stödbågst. (::)*

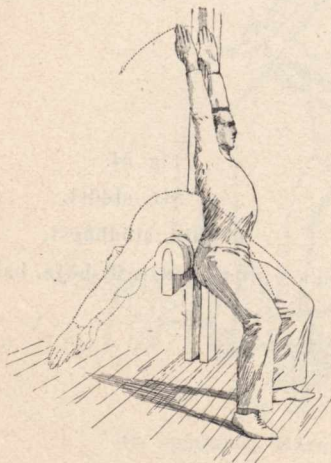


Fig. 55 B.

Str. gr. nigstödst.
R.-böjn. bakåt.

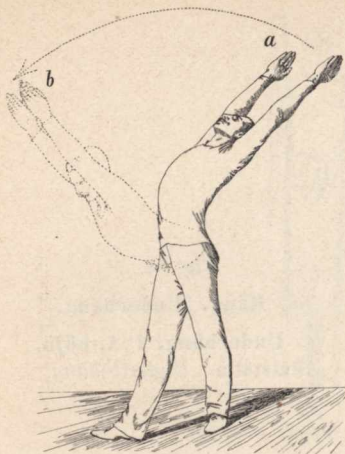


Fig. 56.

a. Str. gång(b)st.
R.-böjn. bakåt.

Slutställn.: Str. gång-
(b)bågst.

b. Str. gång(b)st.
R.-böjn. framåt.

Slutställn.: Str. gång-
(b)stupst.



Fig. 57.

a. Str. gr. st. R.-böjn.
bakåt m. gevär.

Slutställn.: Str. gr. bågst.
m. gevär.

b. Str. gr. st. R.-böjn.
framåt m. gevär.

Slutställn.: Str. gr. stupst.
m. gevär.

c. Str. gr. st. R.-böjn.
framåt o. nedåt m. gevär.

Slutställn.



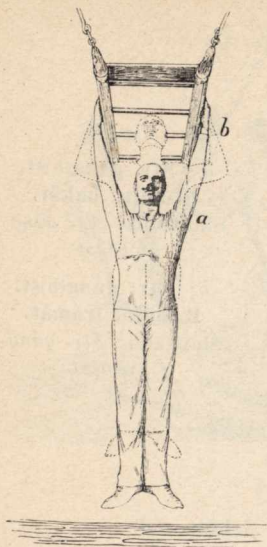


Fig. 58.

a. Häng. [Underhäng.]

b. Underhäng. 2 A.-böjn.
Slutställn.: *Under(b)häng.*

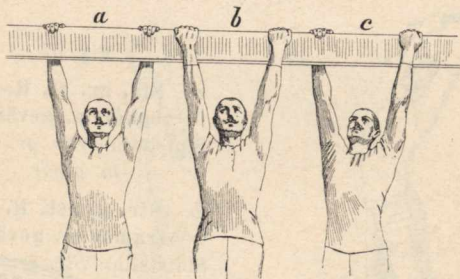


Fig. 59.

a. Mothäng.

b. Frånhäng.

c. Mot-frånhäng.

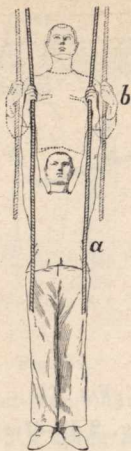


Fig. 60.

a. Lodhäng.

b. Lodhäng. 2 A.-böjn.

Slutställn.: *Lod(b)häng.*

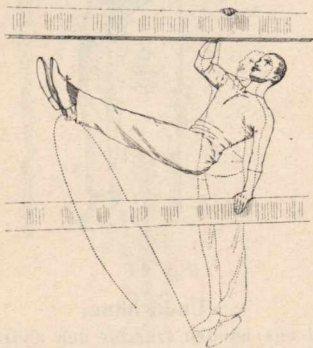


Fig. 61.

Halfhäng. halfjämnväg. 2 B.-öfversvängu.

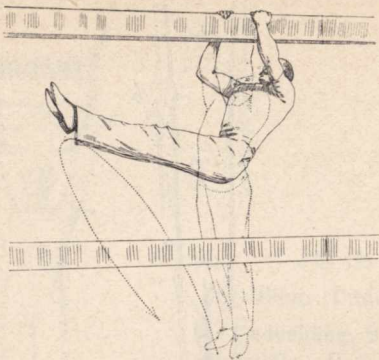


Fig. 62.

Underhäng. 2 B.-öfversvängn.

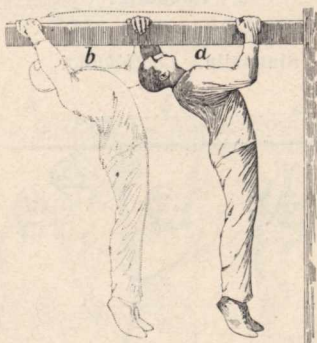


Fig. 63.

a. Underhäng.

(Med ena handen framför den andra.)

a . . b. Underhäng. 2 A.-gång.

[Vågrätt redskap.]

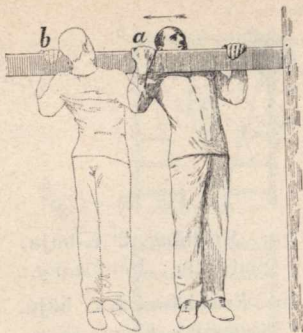


Fig. 64.

a. Mot-från(b)häng.

a . . b. Underhäng. 2 A.-gång m. växelsidig häfn.



Fig. 65.

Lodhäng. 2 A.-gång uppåt o. nedåt.

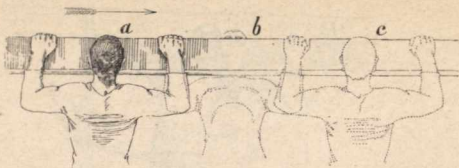


Fig. 66.

a. **Mothäng. 2 A.-böjn.**

Slutställn.: *Mot(b)häng.*

b. **Frånhäng. 2-A. böjn.**

Slutställn.: *Från(b)häng.*

a . . c. **Häng. Omslagsgång.**

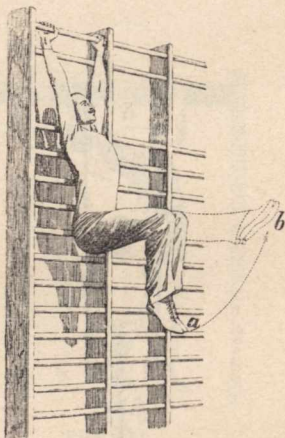


Fig. 67.

a. **Krokhäng.**

b. **Krok(b)häng.**

a . . b. **Krokhäng. 2 Kn.-strn.**

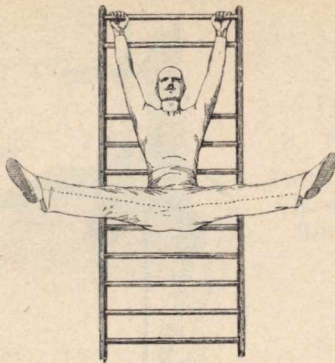


Fig. 68.

Krok(b)häng. 2 B.-deln.
Slutställn.

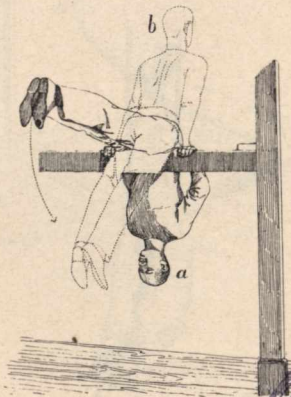


Fig. 69.

a . . b. **Frånhäng. Öfverkastn.**





Fig. 70.

**Lodhäng. Öfverkastn.
Slutställn.**



Fig. 71.

Stuphäng.

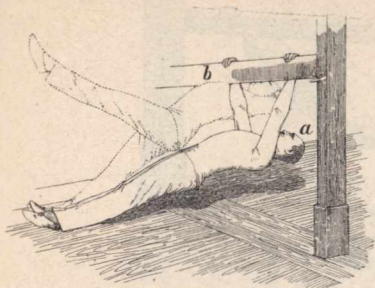


Fig. 72.

a. Fallhäng.

b. Fall(b)häng. Växel
B.-uppböjn.
Mellanställn.

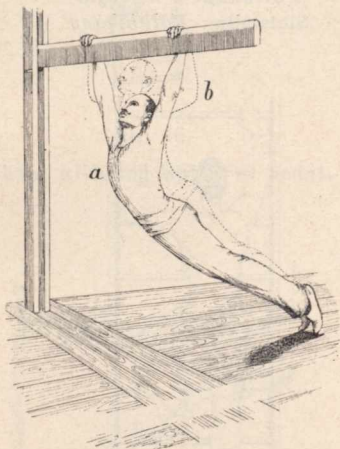


Fig. 73.

a. Båghäng.

b. Båghäng. 2 A.-böjn.
Slutställn.: Båg(b)häng.

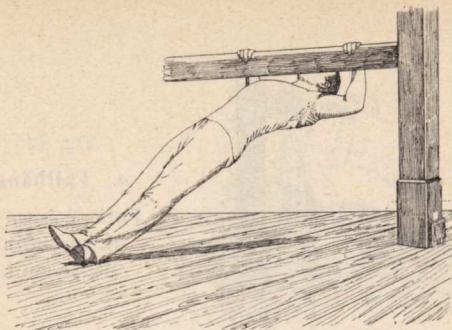


Fig. 74.

Fallhäng. 2 A.-böjn.
Slutställn.: *Fall(b)häng.*

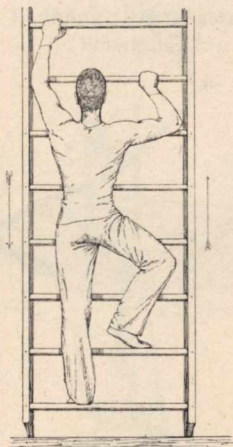


Fig. 75.

Motgående växel klifgång uppåt o. nedåt. (Stege.)

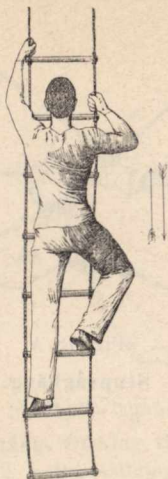


Fig. 76.

Motgående växel klifgång uppåt o. nedåt. (Lejdare.)



Fig. 77.

Våghäng. (Bom.)

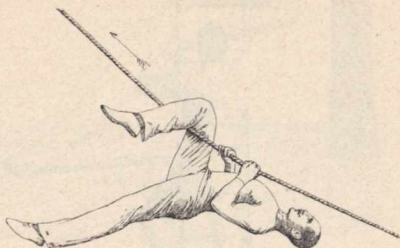


Fig. 78 A.

Stupvåghäng.

Rr: *Stupvåghäng. Slagäntr. m. benen före.*

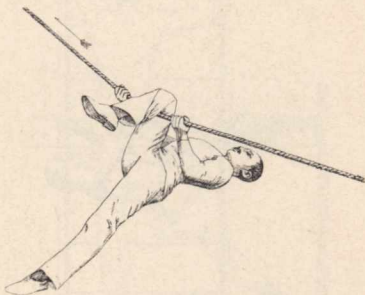


Fig. 78 B.

Stupvåghäng. Omslag till våghäng.

1. mellanställningen.

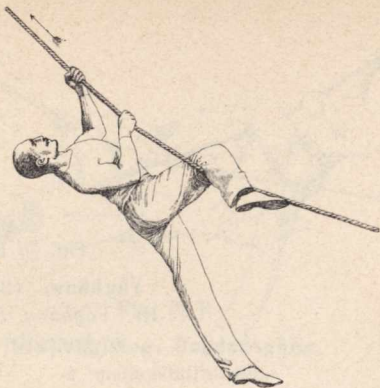


Fig. 78 C.

Stupvåghäng. Omslag till våghäng.
2. mellanställningen.

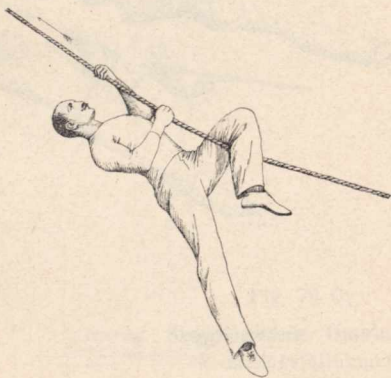


Fig. 78 D.

Stupvåghäng. Omslag till våghäng.
3. mellanställningen.

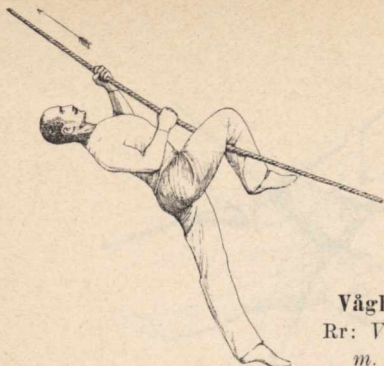


Fig. 78 E.

Våghäng. (Båglina.)
 Rr: *Våghäng. Slagäntr.*
m. hufvudet före.

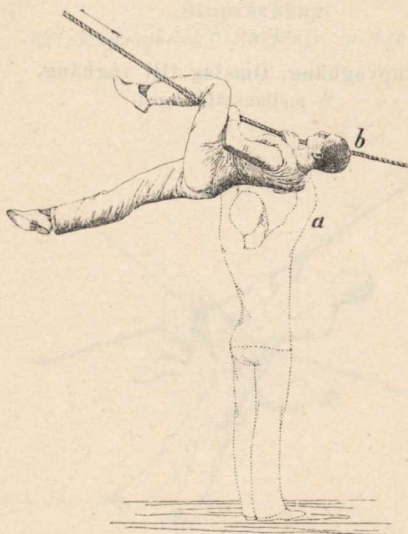


Fig. 79 A.

- a.* Motst. utg. för Stupvåghäng. Omslagsgång.
b. Stupvåghäng. m. öfvergrepp.



Fig. 79 B.

Stupvåghäng. Omslagsgång.
1. mellanställningen.

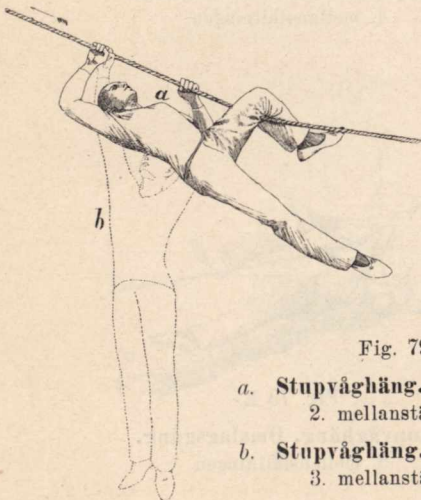


Fig. 79 C.

- a.* **Stupvåghäng. Omslagsgång.**
2. mellanställningen.
- b.* **Stupvåghäng. Omslagsgång.**
3. mellanställningen.



Fig. 79 D.

Stupvåghäng. Omslagsgång.
4. mellanställningen.



Fig. 79 E.

Stupvåghäng. Omslagsgång.
5. mellanställningen.

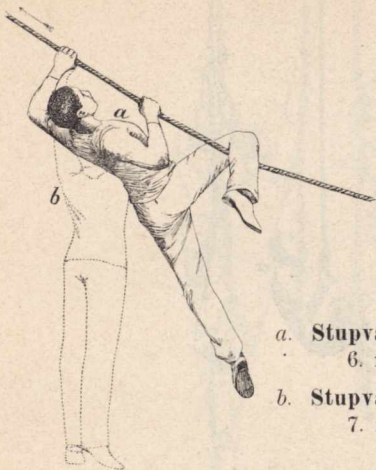


Fig. 79 F.

- a.* Stupvåghäng. Omslagsgång.
6. mellanställningen.
- b.* Stupvåghäng. Omslagsgång.
7. mellanställningen.

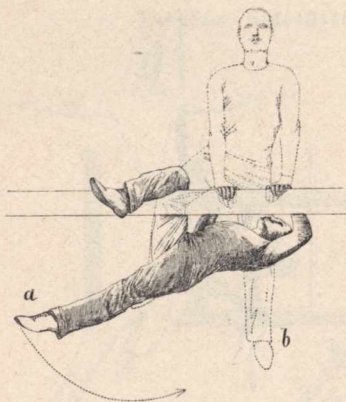


Fig. 80.

Våghäng. [Mothäng.] Uppsittn. till jämnväg.

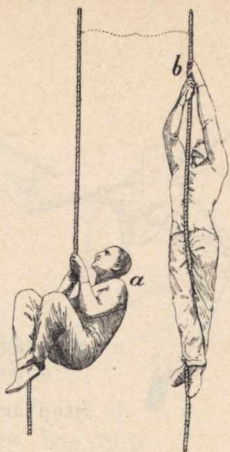


Fig. 81 A.

a . . b. **Lodhäng. Äntr.**



Fig. 81 B.

Lodhäng. Fastgöring.
Slutställn.

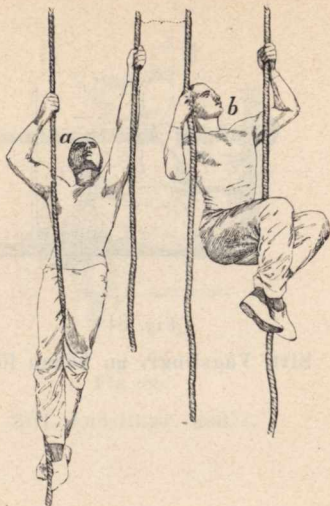


Fig. 82.

a . . b. Lodhäng. Sidesflyttn.

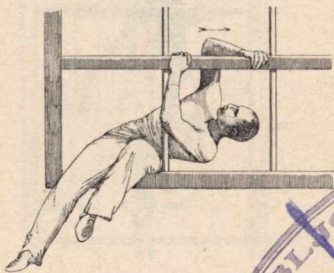
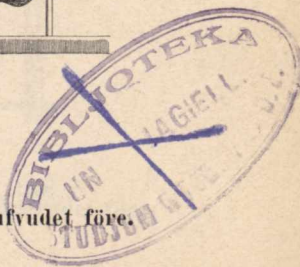


Fig. 83.

Sitt. Vågslingr. m. hufvudet före.



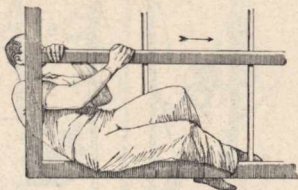


Fig. 84.

Sitt. Vågslingr. m. benen före.

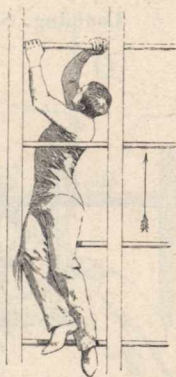


Fig. 85.

Sitt. Lodslingr. uppåt.



Fig. 86.

Sitt. Lodslingr. nedåt.



Fig. 87.

Sitt. Korsslingr. uppåt m. hufvudet före.

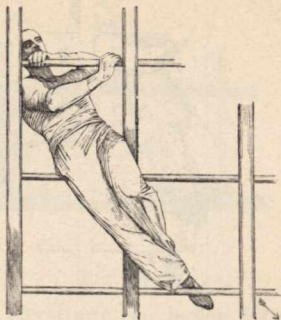


Fig. 88.

Sitt. Korsslingr. nedåt m. benen före.



Fig. 89 A.

Sitt. Korsslingr. nedåt m. hufvudet före.

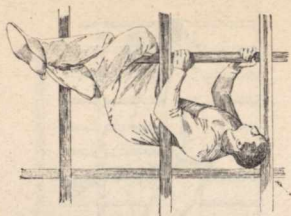


Fig. 89 B.

Sitt. Kors slingr. nedåt m. hufvudet före.



Fig. 90.

a. Vingst. B.-förn. utåt.
Slutställn.

b. Str. st. B.-förn. utåt.
Slutställn.





Fig. 91.

Krokhalfst. Kn.-strn. bakåt. m. hftf.
 Slutställn.



Fig. 92.

a. Sidmotkrokhalfst. m. hftf.

a . . b. Sidmotkrokhalfst. Kn.-strn. framåt.
 Slutställn.: *Sidmotspjärnst.*

a . . c. Sidmotkrokhalfst. Vristuppböjn. o. strn.



Fig 93 A.

Gångst. Balansgång. framåt m. gevär.



Fig. 93 B.

Gångst. Balansgång m. halfknästående mellanställn.

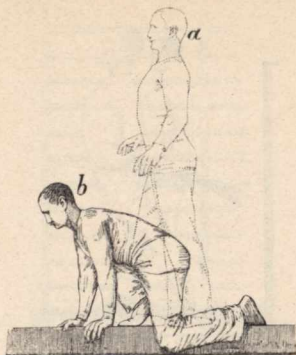


Fig. 94.

a. Gångbalansst.

b. Ridsitt. Uppstigning till gångbalansst.
Mellanställning.

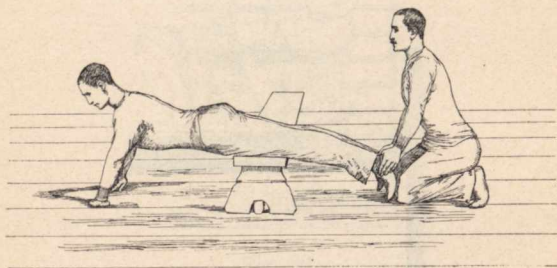


Fig. 95.

Tvärframligg.

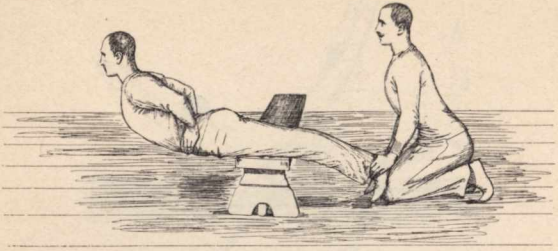


Fig. 96.

Vingtvärframbågligg.

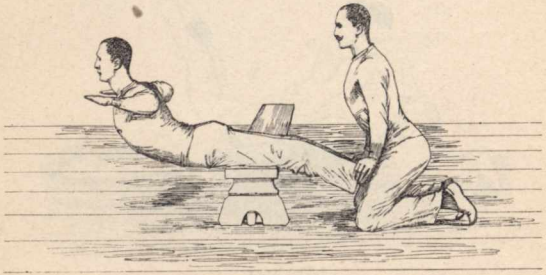


Fig. 97.

Famn(a)tvärframbågligg.

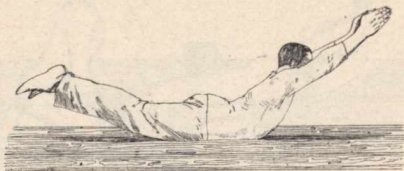


Fig. 98.

Str. frambågligg.

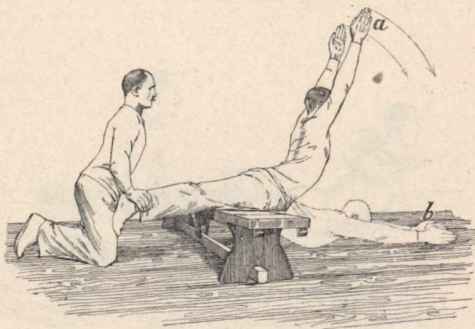


Fig. 99.

a. **Str. tvärframbågligg.**

a . . b. **Str. tvärframbågligg. R.-böjn. framåt [nedåt].**

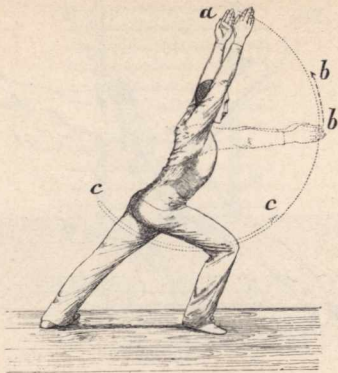


Fig. 100.

a. Str. utfall(b)st.

a . . b. Str. utfall(b)st. 2 A.-svängn.

a . . c. Str. utfall(b)st. 2 A.-svängn. nedåt o. uppåt.

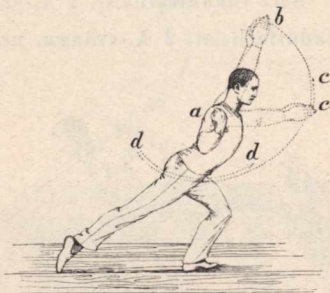


Fig. 101.

a. Böjvågtåstödj.

b. Str. vågtåstödj.

a . . b. Böjvågtåstödj. 2 A.-strn. uppåt.

b . . c. Str. vågtåstödj. 2 A.-svängn.

b . . d. Str. vågtåstödj. 2 A.-svängn. nedåt o. uppåt.

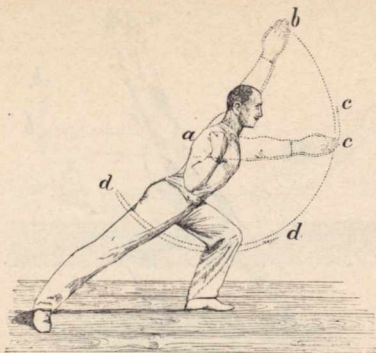


Fig. 102.

a. Böjvändutfall(a)st.

b. Str. vändutfall(a)st.

a . . b. Böj [Str.] vändutfall(a)st. 2 A.-strn. uppåt.

b . . c. Str. vändutfall(a)st. 2 A.-svängn.

b . . d. Str. vändutfall(a)st. 2 A.-svängn. nedåt o. uppåt.

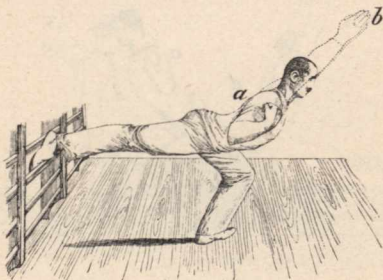


Fig. 103.

a. Böjvågvrinstödj.

b. Str. vågvrinstödj.

a . . b. Böj [Str.] vågvrinstödj. 2 A.-strn. uppåt.

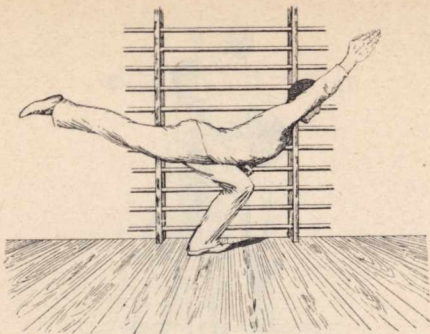


Fig. 104.

Halfstr. sidmotvåghalfst.

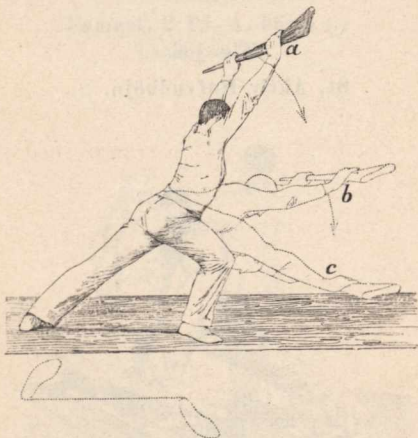


Fig. 105.

a. **Str. utfall(b)st. 2 A.-strn. uppåt m. gevär.**
 Slutställn.: *Str. utfall(b)st. m. gevär.*

a . . b. **Str. utfall(b)st. R.-böjn. framåt m. gevär.**

a . . c. **Str. utfall(b)st. R.-böjn. framåt o. nedåt m. gevär.**

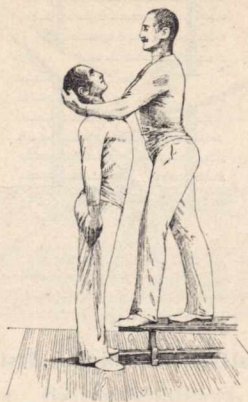


Fig. 106.

St. Aktiv Hufvudböjn. (:)

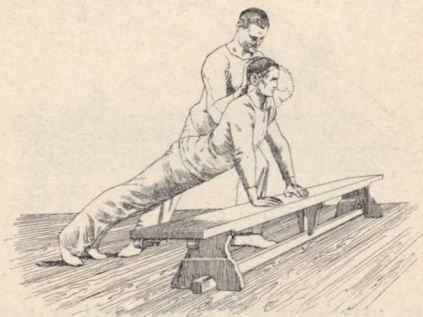


Fig. 107.

Stupfall. Nackresn. (:)



Fig. 108 A.

Famnst. 2 Pl. A.-böjn. (:)
Utgångsställn.

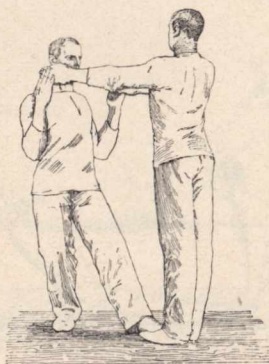


Fig. 108 B.

Famnst. 2 Pl. A.-böjn. (:)
Mellanställn.

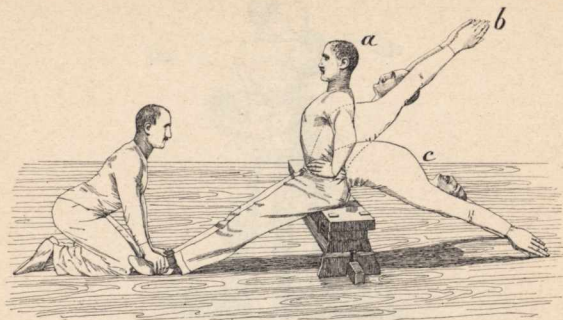


Fig. 109.

a. Vingmotsitt.

b. Str. motsitt. R.-fälln. bakåt.
Slutställn.: Str. motfallsitt.

c. Str. motsitt. R.-böjn. bakåt.
Slutställn.

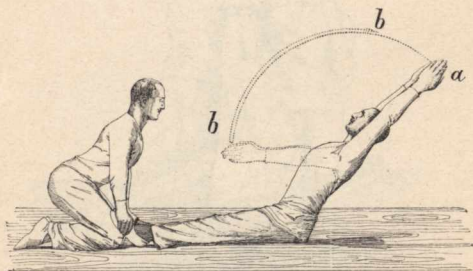


Fig. 110.

a. Str. mothelfallsitt.

a . . b. Str. mothelfallsitt. 2 A.-svängn.



Fig. 111 A.

Str. ligg. 2 B.-lyftn.
(Minsta lyftning.)



Fig. 111 B.

Str. ligg. 2 B.-lyftn.
(Till halfrät vinkel.)

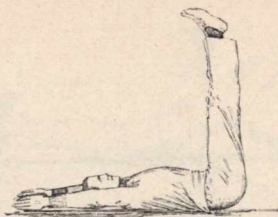


Fig. 111 C.

Str. ligg. 2 B.-lyftn.
(Till rät vinkel.)

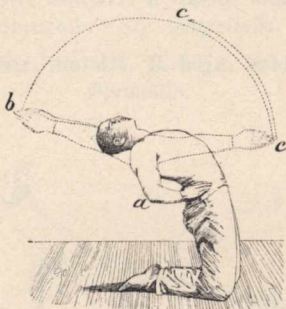


Fig. 112.

- a.* **Vingkn. gr. st. R.-fälln. [R.-böjn.] bakåt.**
Slutställn.: *Vingkn. gr. fall[båg]st.*
- b.* **Str. kn. gr. st. R.-böjn. bakåt.**
Slutställn.: *Str. kn. gr. bågst.*
- b . . c.* **Str. kn. gr. bågst. 2 A.-svängn.**

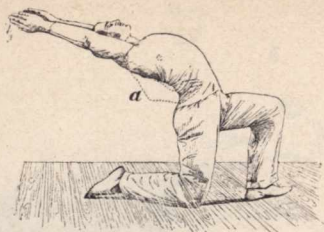


Fig. 113.

- a. Vinghalfkn. st. R.-böjn. bakåt.
Slutställn.: Vinghalfkn. bågst.
- b. Str. halfkn. st. R.-böjn. bakåt.
Slutställn.: Str. halfkn. bågst.

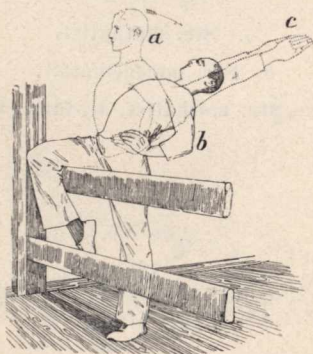


Fig. 114.

- a. Vingmotkrokhalfst.
- a . . b. Vingmotkrokhalfst. R.-fälln. bakåt.
Slutställn.: Vingmotkrokfallhalfst
- c. Str. motkrokfallhalfst. 2 A.-strn. uppåt.
Slutställn.



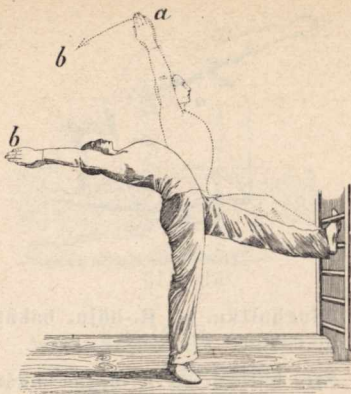


Fig. 115 A.

a. Str. mothalfst.

b. Str. motfallhalfst.

a . . b. Str. mothalfst. R.-fälln. bakåt.



Fig. 115 B.

Fotens fäste vid: **Mothalfst. (Sidmothalfst.)**
m. lefvande stöd.

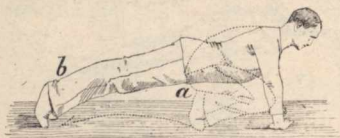


Fig. 116.

a. Huksitt. m. stödda händer.

Mellanställning.

b. Stupfall.

a . . b. Stupfall. 2 Fotflytt. framåt o. bakåt.

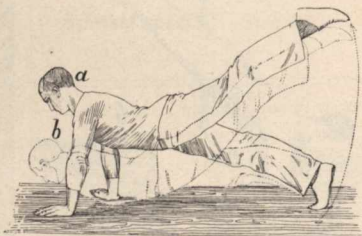


Fig. 117.

a. Stupfall. Växel B.-lyftn.

Mellanställning.

b. Stupfall. 2 A.-böjn. m. upplyft ben.

Slutställn.

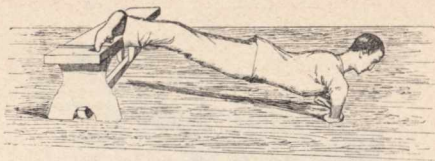


Fig. 118.

Vågfall. 2 A.-böjn.
Slutställn.

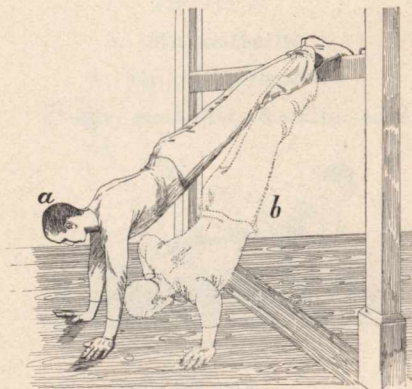


Fig. 119 A.

a. **Spetsstupfall.** (Bom.)

b. **Spetsstupfall. 2 A.-böjn.**
Slutställn.

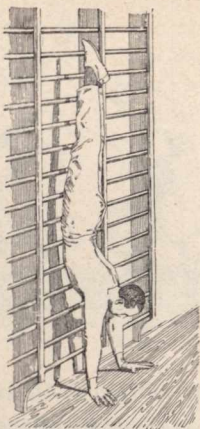


Fig. 119 B.

Spetsstufall. (Stegrad.)

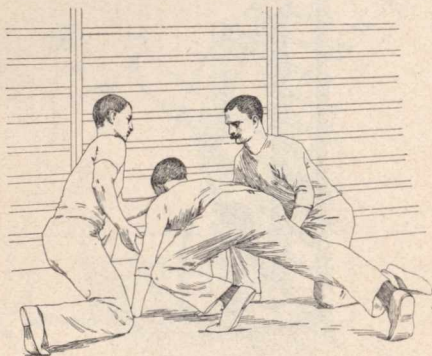


Fig. 120 A.

Utg. till: Hvalfstupst. m. tillfällig hjälp. (:)

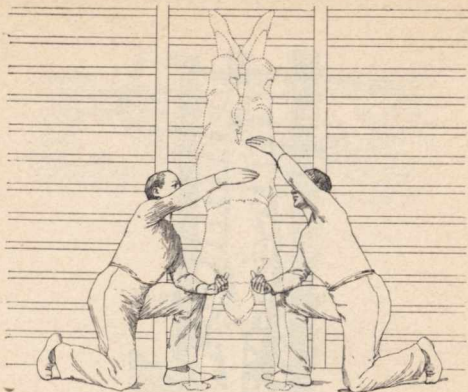


Fig. 120 B.

Stödens ställning vid: Hvalfstupst. utg. (::)



Fig. 120 C.

Hvalfstupst. utg.
[Mot redskap.]

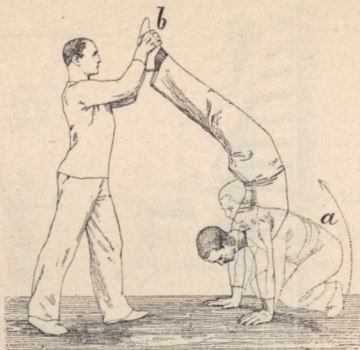


Fig. 121.

a. Huksitt. m. stödda händer.

b. Hvalfstupst. (:)

[Mot lefvande stöd.]

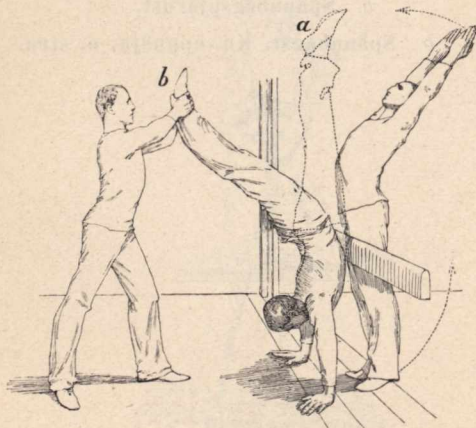


Fig. 122.

a. Spetsstupfall. [öfver bom].

b. Hvalfstupst. (:) [öfver bom].

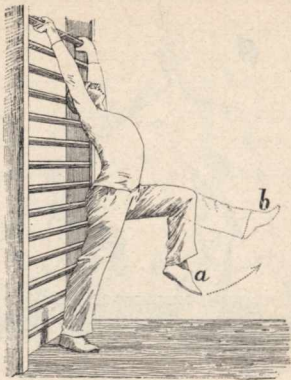


Fig. 123.

a. Spännbågst. Kn.-uppböjn.
Slutställn.

b. Spännbågspjärnst.

a . . b. Spännbågst. Kn.-uppböjn. o. strn.



Fig. 124.

Hvilgr. st. Sidovridn.
Slutställn.: *Hvilgr. vändst.*



Fig. 125.

Str. gr. st. Sidovridn. m. gevär.
 Slutställn.: *Str. gr. vändst. m. gevär.*

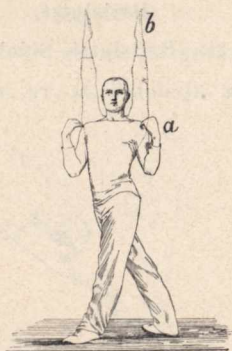


Fig. 126.

a. **Böjgång(b)vändst.**

b. **Str. gång(b)st. Sidovridn.**

Slutställn.: *Str. gång(b)vändst.*

a . . b. **Str. gång(b)vändst. 2 A.-strn. uppåt.**



Fig. 127.

a. Hvilslutst.

a . . b. Hvilslutst. Sidoböjn.

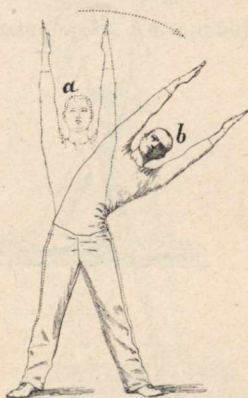


Fig. 128 A.

a. Str. gr. st.

a . . b. Str. gr. st. Sidoböjn.



Fig. 128 B.

a. Str. gr. st. m. gevär.

a . . b. Str. gr. st. Sidoböjn. m. gevär.

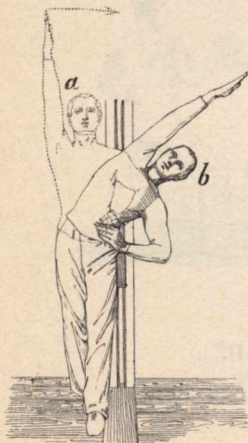


Fig. 129.

a. Halfstr. slutgångstöd.

a . . b. Halfstr. slutgångstöd.
Sidoböjn.

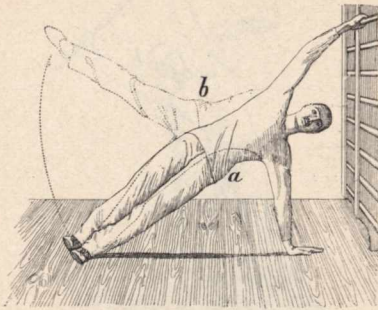


Fig. 130 A.

a. **Halfspännsidfall.**

a . . b. **Halfspännsidfall. B.-deln.**

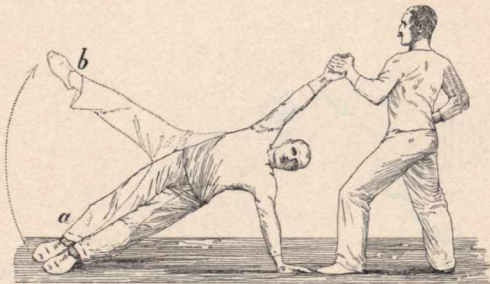


Fig. 130 B.

a **Halfspännsidfall. (:)**

a . . b. **Halfspännsidfall. B.-deln. (:)**

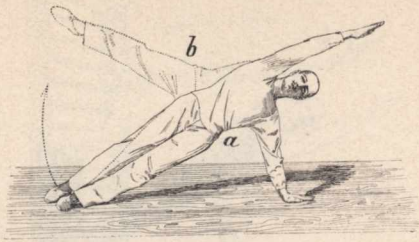


Fig. 131.

a. Halfstr. sidfall.

a . . b. Halfstr. sidfall. B.-deln.

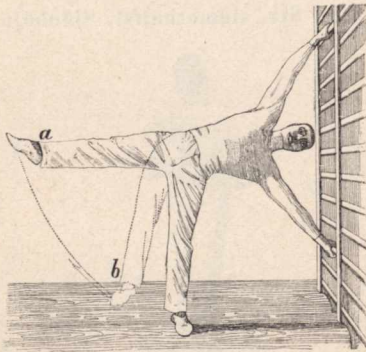


Fig. 132.

a. Sidmotkorshalfst.

a . . b. Sidmotkorshalfst. B.-deln.

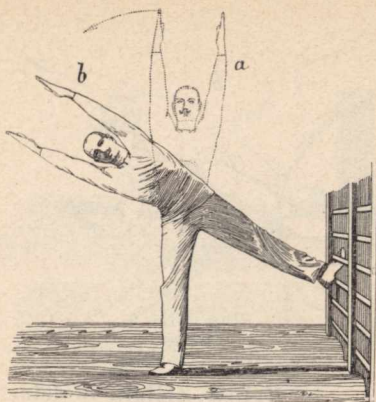


Fig. 133.

a. Str. sidmothalfst.

a . . b. Str. sidmothalfst. Sidoböjn.

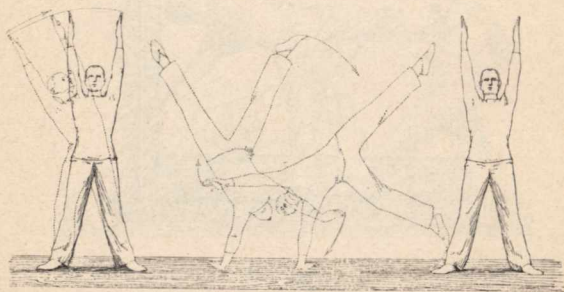


Fig. 134.

Str. gr. st. Hjulning.

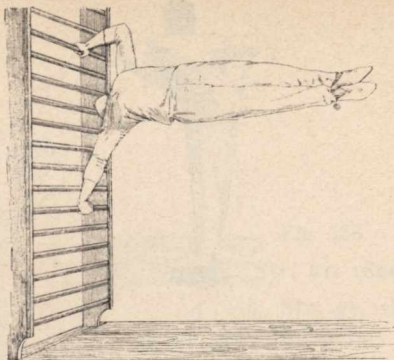


Fig. 135.

Handfäst. sideshålln.



Fig. 136 A.

Slutvändst. R.-böjn. bakåt m. hftf.
Slutställn.: *Vingslutvändbågst.*



Fig. 136 B.

Slutvändst. R.-böjn. framåt m. hftf.
 Slutställn.: *Vingslutvändstupst.*



Fig. 137.

a. **Böjgr. vändbågst.**

a . . b. **Böj [Str.] gr. vändbågst. 2 A.-strn. uppåt.**

b . . c. **Str. gr. vändst. R.-böjn. bakåt o. framåt.**

Slutställn.: *Str. gr. vändstupst.*



Fig. 138.

a. Str. gr. vändst.

a . . b. Str. gr. vändst.
Sidoböjn.

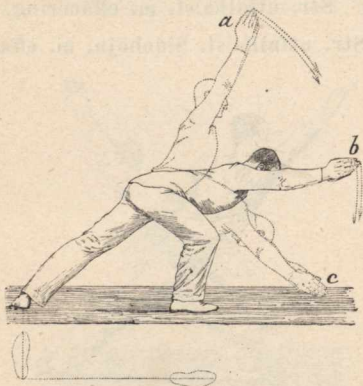


Fig. 139.

a. Str. vändutfall(a)st.

a . . b. Str. vändutfall(a)st. R.-böjn. framåt.

a . . c. Str. vändutfall(a)st. R.-böjn. framåt o. nedåt.

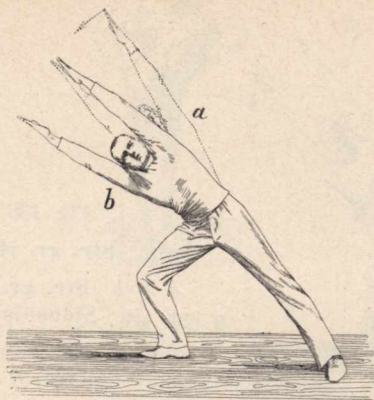


Fig. 140.

a. Str. utfall(a)st. m. effacering.

a . . b. Str. utfall(a)st. Sidoböjn. m. effacering.

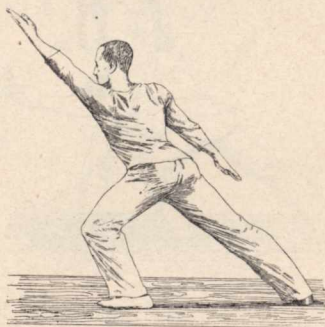


Fig. 141 A.

Halfstr. utfall(a)st. m. effacering.



Fig. 141 B.
Böjutfall(a)st.



Fig. 141 C.
Halfstr. vändutfall(a)st.

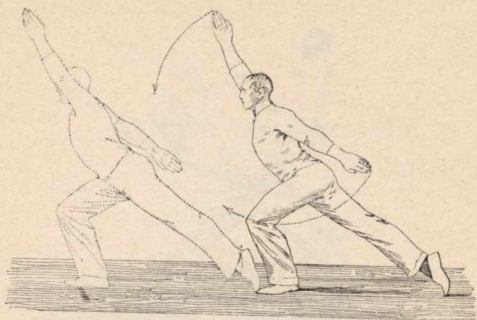


Fig. 142.

**Halfstr. utfall(b)st. Förflytt. framåt under
A.-skiftn. genom svängn. nedåt o. uppåt.**



Fig. 143.

Tåst. Svikhopp.



Fig. 144.

Nigsitt. Svikthopp framåt.

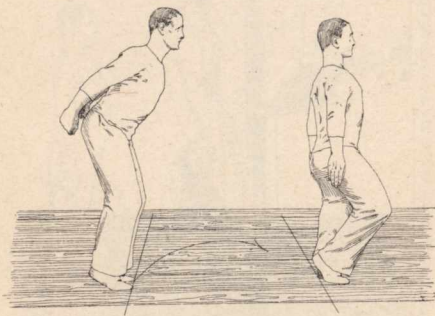


Fig. 145.

St. Fritt hopp framåt i längd m. samlad enkel sats.

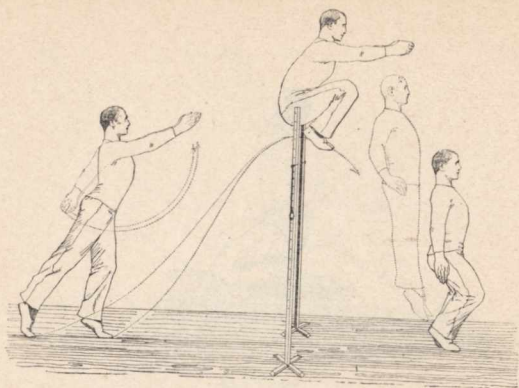


Fig. 146.

Ansprung. fritt hopp framåt i höjd.

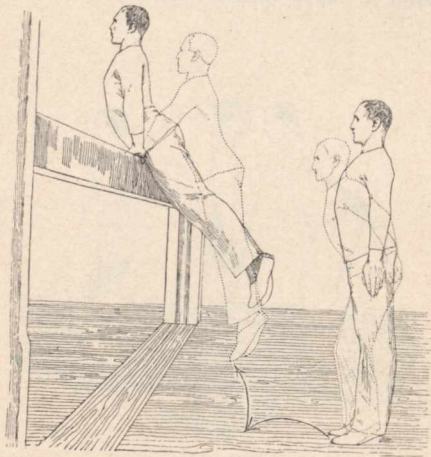


Fig. 147.

Motst. Inl. till bundna hopp.



Fig. 148 A.
Jämnväg. (Bom.)



Fig. 148 B.
Jämnväg. (Sadel.)

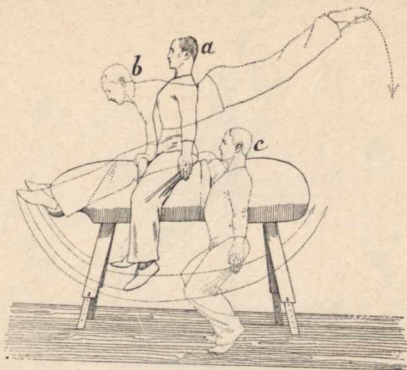


Fig. 149.

a. Ridsitt.

a . . b. Ridsitt. 2 B.-svängn. bakåt.

a . . c. Ridsitt. Afsittn. till sidan.

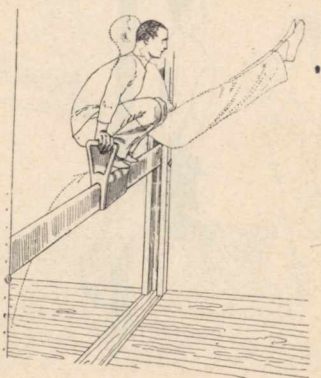


Fig. 150.

Gångst. (Ansprung.) Mellanhopp.

[Bom m. sadel.]

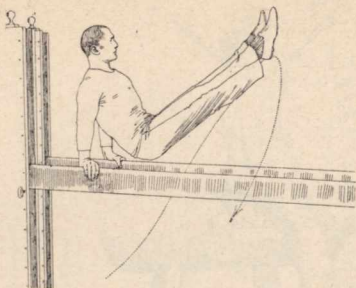


Fig. 151.

Anspring. snedt mellan hopp.
 [Jämnlöpande bommar.]

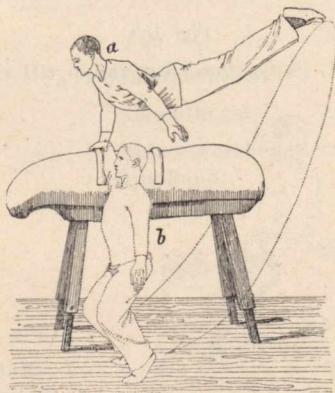


Fig. 152.

Gångst. (Anspring.) Sidhopp m. åtvändn.
 [Redskapet på tvären.]

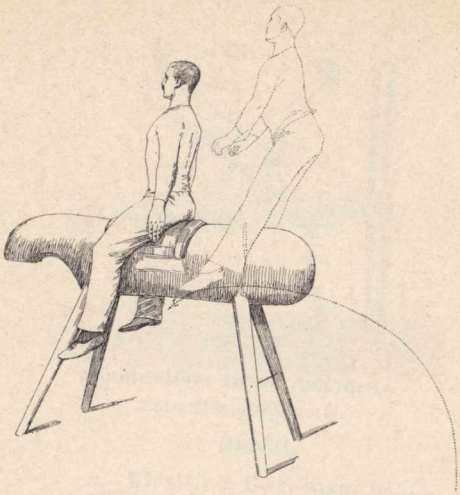


Fig. 153.

Gångst. (Anspring.) Grenhopp till ridsitt.

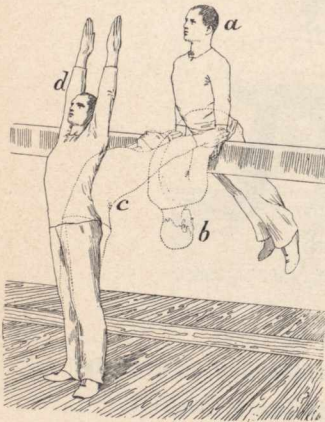


Fig. 154.

a . . d. Motst. Inl. till
öfverslag.
Mellan- och slutställn.

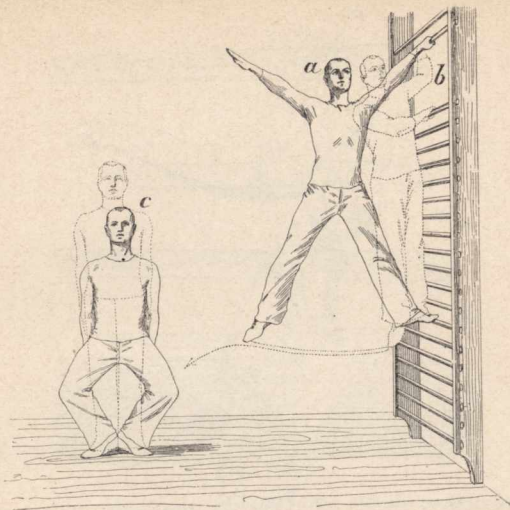


Fig. 155.

a. Sidmotkorshögst.

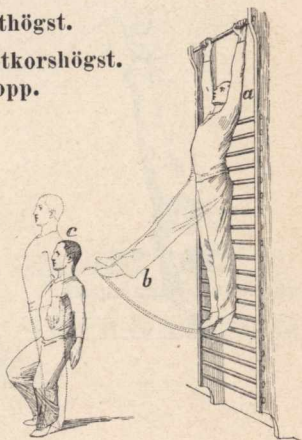
b. Sidmothögst.

a . . c. Sidmotkorshögst.
Djuphopp.

Fig. 156.

a. Spännhäng.

a . . c. Spännhäng. Djup-
hopp.



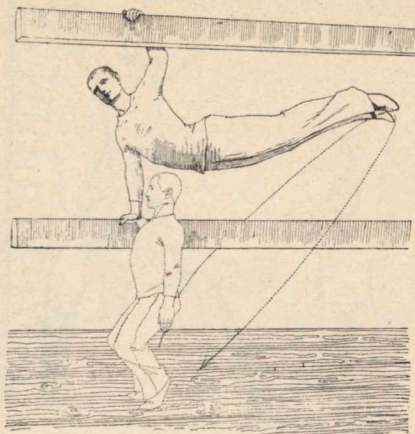


Fig. 157.

Ansring. sidhopp m. åtvändn. mellan redskapet.
 [Dubbelbom.]

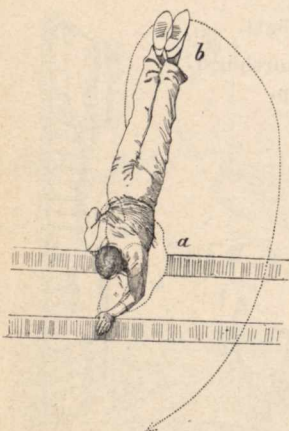


Fig. 158.

Ansring. sidhopp m. åtvändn. öfver redskapet o. med jämnväg. mellanställning.
 [Dubbelbom.]

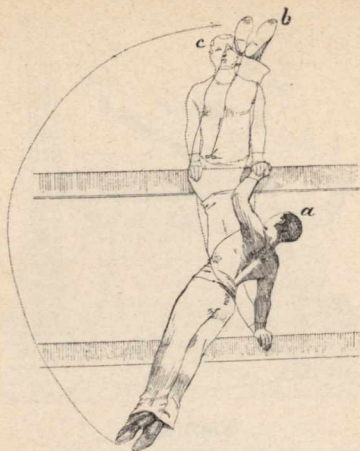


Fig. 159.

**Anspring. sidhopp m. åtvändn. öfver redskapet
med halfhäng. halfjämnväg. fattning.**
[Dubbelbom.]

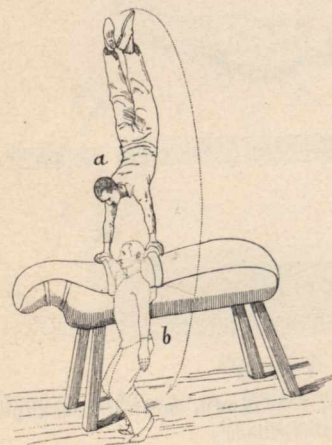


Fig. 160.

Anspring. balanshopp.

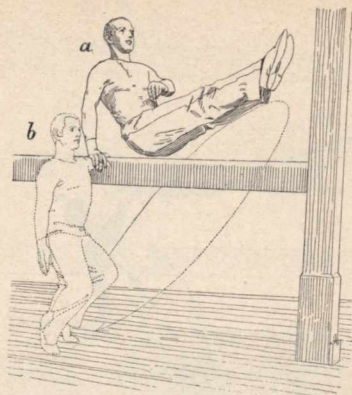


Fig. 161.

Anspring. sidhopp m. frånvändn. [Bom.]

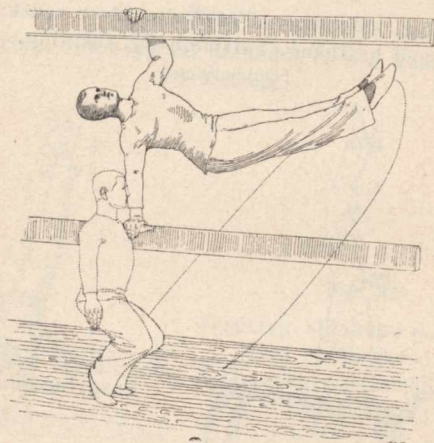


Fig. 162.

Anspring. sidhopp m. frånvändn. mellan redskapet.
[Dubbelbom.]

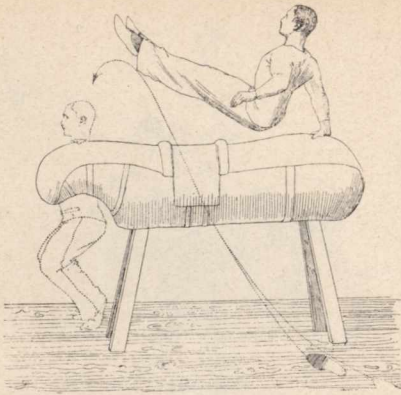


Fig. 163 A.

Anspring. sidhopp m. frånvändn. o. med stöd af en hand (delad sats).

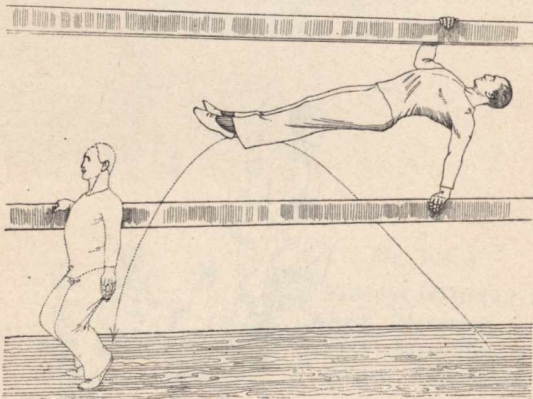


Fig. 163 B.

Sidmotst. Sidhopp m. frånvändn. mellan redskapet.
[Dubbelbom.]

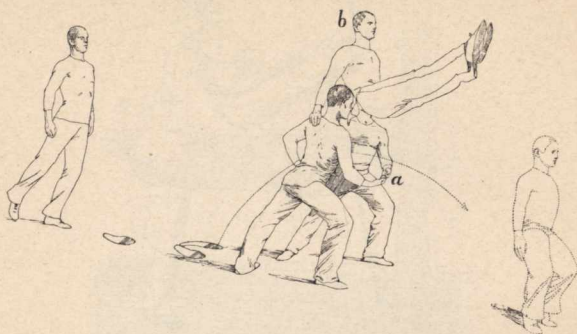


Fig. 164.

- a.* Stödets ställning vid: **Gångst. Mellanhopp.** (::)
b. **Gångst. Mellanhopp.** (::)

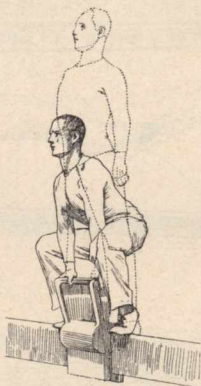


Fig. 165 A.

Ansprång. grenhopp till gr. st. på redskapet.
 [Inl. till »grenhopp öfver redskapet».]

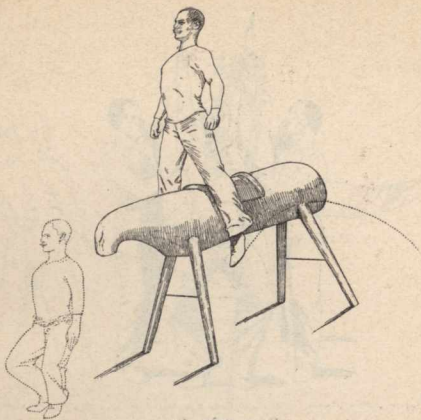


Fig. 165 B.

Ansprång. grenhopp öfver redskapet.

[Häst el. dyl. på längden.]

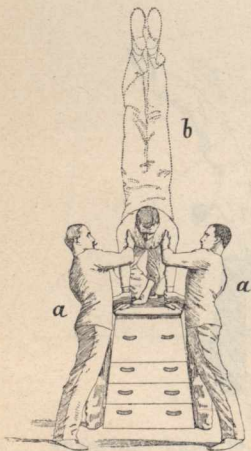


Fig. 166 A.

a Stödets ställning vid:
Högst. Öfverslag. (:)

[Utgångsställn.]

b. **Högst. Öfverslag. (:)**

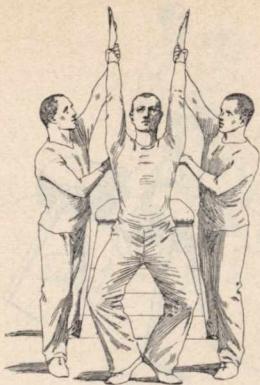


Fig. 166 B.

Stödens ställning vid: Högst. Öfverslag. (: :)
[Slutställn.]

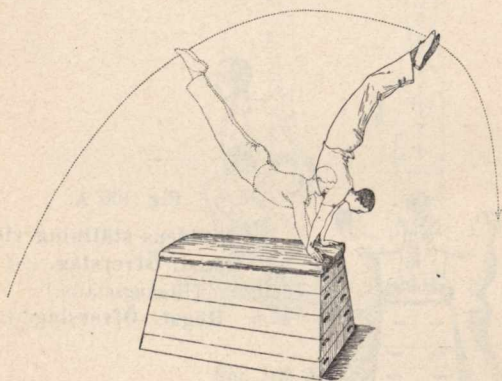


Fig. 167.

Ansring. Öfverslag.

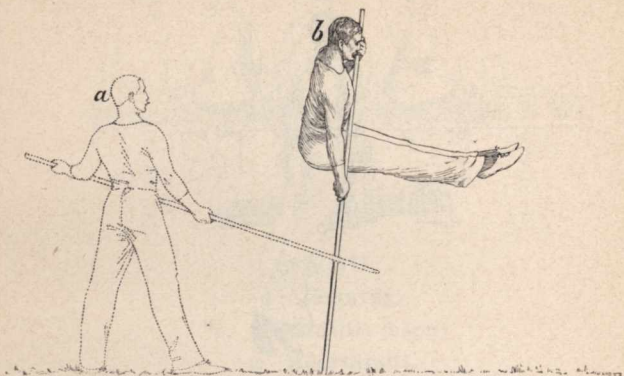


Fig. 168 A.

a. Gångst. utg. vid hopp m. staf.

a . . b. Gångst. (Anspring.) Hopp m. staf framåt i längd.

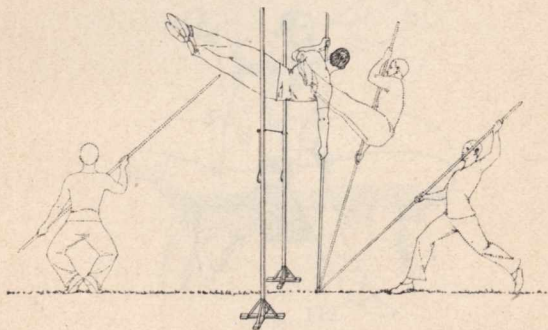


Fig. 168 B.

Anspring. hopp m. staf i höjd m. vändn. 90°.

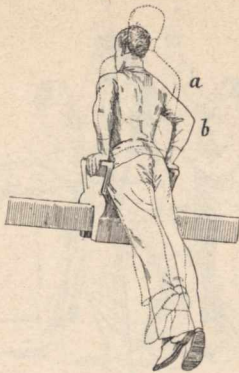


Fig. 169.

a. Jämnväg. utg.

a . . b. Jämnväg. 2 A.-böjn. o. strn.



Fig. 170.

Jämnväg. Växel B.-skiftn.

[Mellanställning.]

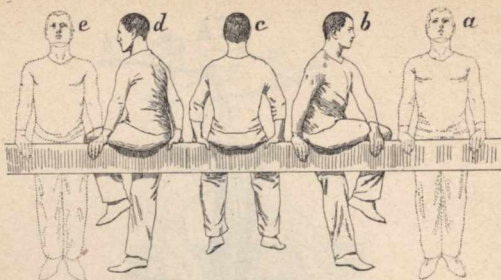


Fig. 171.

a. Jämnväg.

b. Högsidsitt. (höger).

c. Högtvårsitt.

d. Högsidsitt. (vänster.)

a . . e. Jämnväg. Sidesflytt. m. vändn.

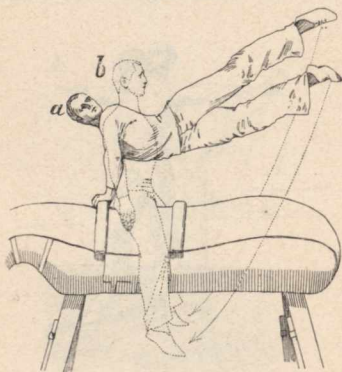


Fig. 172.

a . . b. Ridsitt. Saxn. genom 2 B.-svängn. bakåt.

b. Ridsitt.

Slutställn.



Fig. 173.

a. Famn(a)bågst.

b. Famn(c)bågst.

a . . b. Famnbågst. 2 A.-slagn.



Fig. 174.

a. Famn(a)gång(b)bågst.

b. Famn(c)gång(b)bågst.

a . . b. Famngång(b)bågst. 2 A.-slagn.



Fig. 175.

a. Famn(a)utfall(b)st.

b. Famn(c)utfall(b)st.

a . . b. Famnutfall(b)st. 2 A.-slagn.

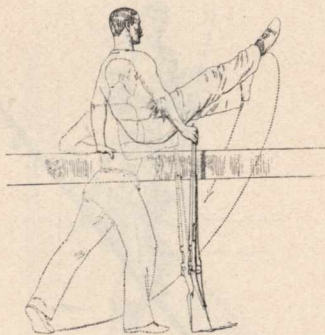


Fig. 176.

Sidmotst. (Ansprung.) Hopp m. frånvändn.
o. med stöd af gevär.

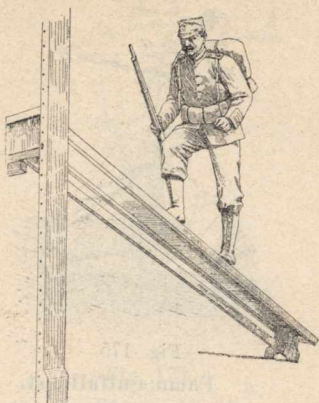


Fig. 177 A.

Anspring. upplöpn. [Lutande redskap.]

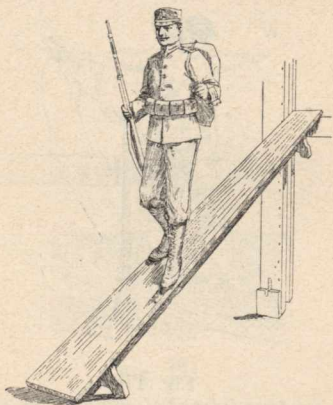


Fig. 177 B.

Anspring. nedlöpn. [Lutande redskap.]



Fig. 177 C.

Balansgång m. gevär o. packning.



Fig. 178.

Högridsitt. Förflytt. framåt.



Fig. 179.

Höghalfsitt. Sidesflytt.

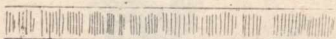


Fig. 180.

Smygmarsch.

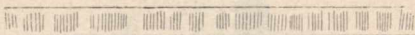


Fig. 181.

Krypmarsh.



Fig. 182 A.

St. Inl. till A.-sinn.
Slutställn. i 1. tidmättet.



Fig. 182 B.

St. Inl. till A.-simn.
Slutställn. i 2. tidmättet.



Fig. 182 C.

St. Inl. till A.-simn.
Slutställn. i 3. tidmättet.



Fig. 183 A.

Ligg. Inl. till B.-simn.
Slutställn. i 1. tidmättet.



Fig. 183 B.

- a.* **Ligg. Inl. till B.-simn.**
Slutställn. i 2. tidmättet.
- b.* **Ligg. Inl. till B.-simn.**
Slutställn. i 3. tidmättet.

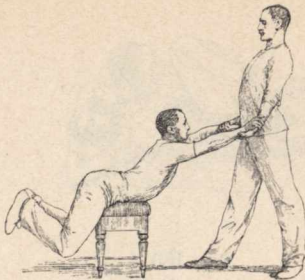


Fig. 184.

Tvärframbågligg. B.-sinn. m. ringstöd.
Slutställn. i 1. tidmättet.



Fig. 185.

Stupst. Inl. till A.-sinn.
Slutställn. i 1. tidmättet.

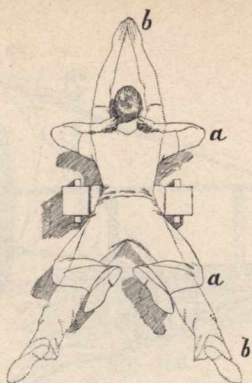


Fig. 186 A.

a. Tvärframbågligg. A.- o. B.-sinn.
Slutställn. i 1. tidmättet.

b. Tvärframbågligg. A.- o. B.-sinn.
Slutställn. i 2. tidmättet.

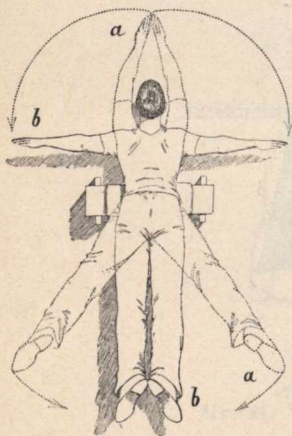


Fig. 186 B.

a . . b. Tvärframbågligg.
A.- o. B.-sinn.
3. tidmättet.

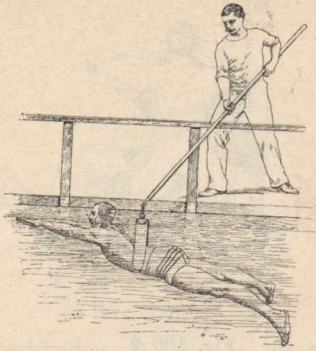


Fig. 187.

Bröstsimm. i gördel.

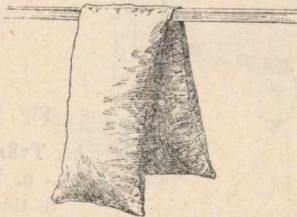


Fig. 188.

Simkudde.

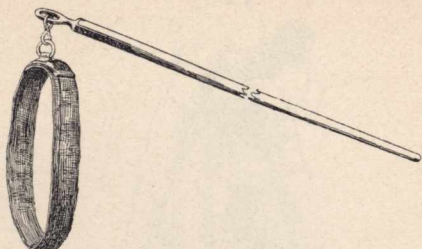


Fig 189.
Simgördel m. stång.



Fig. 190.
Gr. st. Växelsidigt liftag.



Fig. 191.

Gr. st. Samsidigt liftag.



Fig. 192.

Gr. st. Lyftning m. samsidigt liftag.



Fig. 193.

Gr. st. Lyftning m. växelsidigt liftag.



Fig. 194.

Omkullägning bakåt.



Fig. 195.

Omkullägning åt sidan.

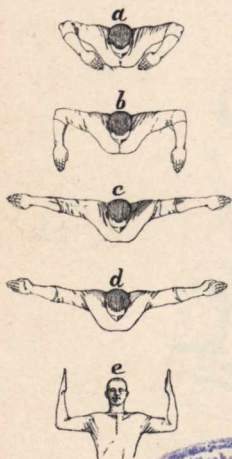


Fig. 196.

- a. Famn(a)st.
- b. Famn(b)st.
- c. Famn(c)st.
- d. Famn(d)st.
- e. Famn(e)st.





Fig. 175.

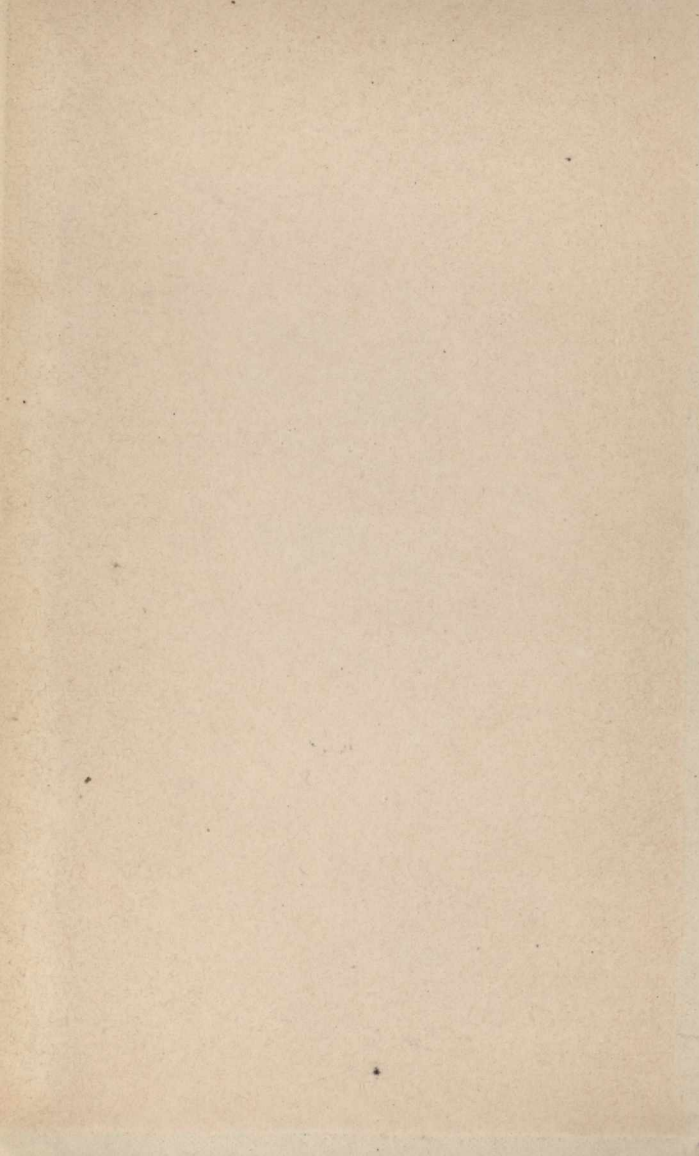
Unkännigast av skinn.



Fig. 176.

- a. Farnst.
- b. Farnst.
- c. Farnst.
- d. Farnst.
- e. Farnst.





**KOLEKCJA
SWF UJ**

376

Biblioteka Gl. AWF w Krakowie



1800053112