

nel tempo stesso che la gamba destra. E' superiore o no agli altri modi di nuoto questo *strud-geon*? Lo si apprezza, ma ogni nuotatore preferisce ancora l'*over arm stroke*.

Ho dato sin qui l'*over arm stroke* completo, ma una modificazione, che ci viene dal Nord dell'Inghilterra, e particolarmente dalla Contea di Lancashire, questo vivaio di navigatori che ci diede i Mittal, i Forsyth, i Billington, consiste in un nuovo movimento delle gambe.

Si sa che la parte attiva di questo modo di

di 40 centimetri all'incirca, senza altro movimento che un leggero giro di caviglia: la gamba deve pendere per conseguenza, allungata, senza rigidità, nè con alcuna costrizione dovendo scendere naturalmente dall'anca.

La parte della gamba inferiore fa un semplice movimento di dondolo indietro e il ginocchio facendola da cerniera, la parte alta della gamba non fa alcun movimento, la coscia destra restando in linea dritta col corpo.

Il movimento del braccio resta lo stesso di

è possibile le nostre forze fisiche d'accordo colla logica. Quante volte non s'è cangiato di metodo nel salto dell'altezza? Ma ogni volta i vecchi records furono battuti.

Noi potremmo moltiplicare gli esempi all'infinito, senza neppure parlare della scienza dell'allenamento e di tutte le sapienti tattiche delle diverse corse, partite al *foot-ball* e di spada.

**La Sottoscrizione "Pro Fiat" e "Campioni Italiani alla Gordon Bennett",**

Abbiamo a suo tempo annunciato la sottoscrizione, aperta per iniziativa degli industriali automobilistici italiani, per offrire alla Fiat e ai suoi tre valorosi guidatori nella Gordon Bennett, un ricordo del grandioso avvenimento che fu affermazione di valore personale e industriale italiano.

La sottoscrizione, libera a tutti, a quota libera, fu promossa con schede diramate a tutti i *garages*, agenzie e fabbriche, e alle più spiccate personalità del mondo sportivo italiano, e fu fissato la fine di agosto il termine per il rinvio delle schede.

Il Comitato a mezzo nostro ricorda tale termine a tutti coloro che riceveranno le schede, e che devono essere comunque ritornate alla segreteria dell'Automobile Club di Torino (via Plana) al più presto possibile per poterne fare lo spoglio.

Pubblichiamo intanto il seguito delle offerte registrate:

	Somma precedente L. 996
E. Reinach, Milano . . . . .	» 50
C. Fugolin, Milano . . . . .	» 10
Cav. P. Gandolfo, Torino . . . . .	» 5
Lista dei fratelli Dei, agenti della casa Picena a Milano:	
E. Bianchi . . . . .	» 100
Maison Talbot . . . . .	» 30
Isotta Fraschini e C. . . . .	» 100
Compagnia Pneumatic Dunlop . . . . .	» 50
M. Turkheimer . . . . .	» 30
Agenzia Freno Bowden . . . . .	» 30
Deuser e Friedeman . . . . .	» 50
	Totale L. 1451

Chi intendesse concorrere a questa sottoscrizione può inviare la sua offerta alla Direzione del nostro giornale.

**NEL COMMERCIO SPORTIVO**

**La Società Italiana della gomma.**

A Milano, nello studio del noialo Guasti (che è diventato ormai il padrino porta-fortuna di tutte le grandi intraprese industriali sportive), si è costituita, col capitale di L. 1.250.000, aumentabile a tre milioni per semplice deliberazione del Consiglio, l'anonima Società Italiana per l'industria della gomma, la quale si propone la fabbricazione ed il commercio di articoli di gomma elastica, gutta-perca, amianto ed affini, con speciale riguardo alla fabbricazione dei pneumatici per automobili, biciclette e gomme per le carrozze e veicoli in genere. Il Consiglio d'amministrazione è così composto: Parego cav. rag. Roberto, presidente; ing. Giulio Rebuschini, vice-presidente; Banchieri Luigi e Roveda Ferruccio, consiglieri delegati; Bordoni ing. Domenico, Balzaretto cavaliere ing. Vittorio, consiglieri. Ne sono sindaci i signori: rag. Carlo Tremolada, prof. cav. rag. Giovanni Rota, ing. Vittorio Tremontani; supplenti i signori: prof. rag. Pietro Bottini e rag. Mario Bozzi.

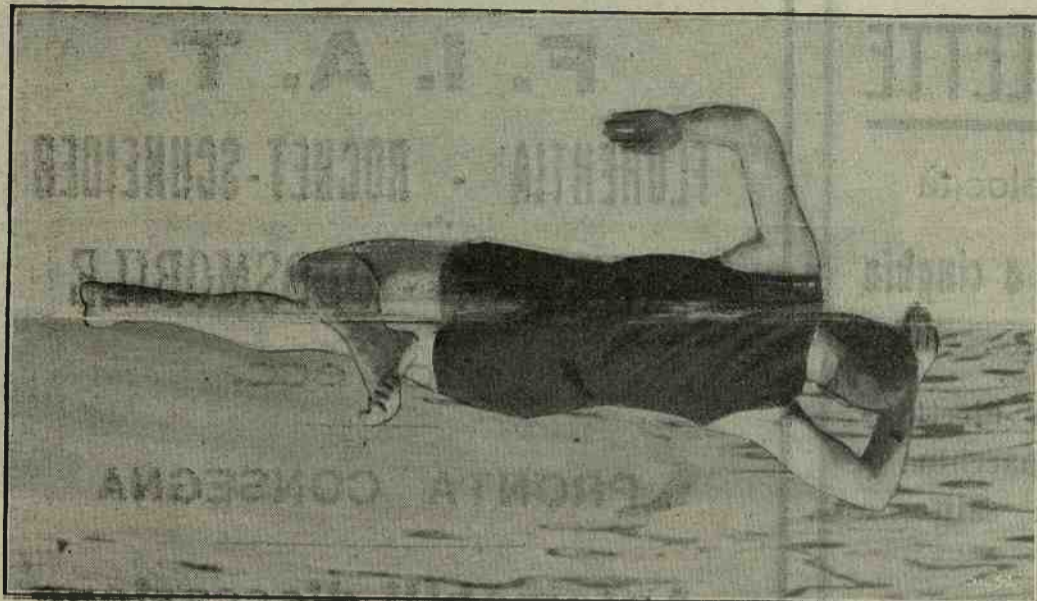
**Alla Carrozzeria Industriale.**

La fiorente Carrozzeria Industriale Lanza e C. di Torino, costituitasi pochi anni or sono, si è ora trasformata in una Società Anonima, portando il suo capitale a L. 800.000, costituito da 82.000 azioni da L. 25 l'una. Durata della Società anni 25.

**A Brescia si prepara la grande settimana sportiva, che costituisce una delle più belle affermazioni dello sport italiano.**

La *Stampa Sportiva* — che già oggi dedica a questa grandiosa riunione parecchie delle sue pagine — ne darà nei prossimi numeri il più esatto ed esteso resoconto illustrato, desiderando ora come sempre meritarsi il suo nome di primo organo della vita sportiva italiana.

**GRANDI MAGAZZINI D'OTTICA**  
Via Roma, n. 1 **A. BERRY** Angolo Piazza Castello  
Specialità: Binocoli Pliant tascabili da L. 15 a L. 28 per Teatro e Campagna  
Binocolo Universale Berry L. 15  
Deposito generale Binocoli veri FLAMMARION

L'over arm stroke modificato.

Nota: la posizione delle gambe che differisce dall'antica. Il principio di aprirle quanto più è possibile viene supplito dall'azione sola dell'estremità delle gambe, mentre il ginocchio farà la funzione di cerniera.

nuotare, e quella che determina la propulsione, è certamente il colpo del piede, poiché in questo movimento le gambe fanno due gesti: aprire e chiudere.

Questo doppio movimento può invero paragonarsi a quello d'un paio di cesoie che alternativamente s'aprono e si chiudono.

Il braccio ha una funzione meno importante, quella cioè d'ausiliare alla marcia e di timone.

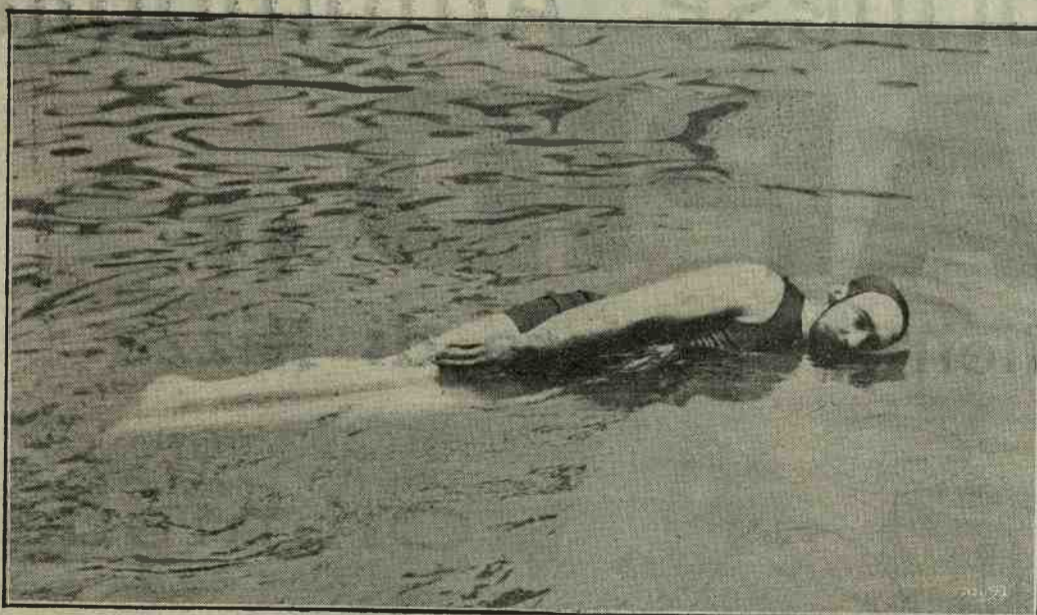
Si è dato dunque alle gambe il merito di fungere da parte essenziale.

E' un fatto ormai riconosciuto che la propulsione risulta dal brusco ricongiungersi delle gambe, l'azione meccanica ricordando quella del cuneo.

quello di prima, nondimeno il bilanciarsi del braccio superiore può essere ridotto, infatti hanno nuotatori che non portano la mano più in alto della sommità del capo.

Ed ora, lettore, non vi meravigliate. Questi modi di nuoto, che piono dapprima molto complicati, sono alla fin fine molto semplici. Incomincerete a fare qualche esercizio sistematico, fuori dell'acqua, sino a che voi vi sarete impraticati di questi movimenti. Ripeterete in seguito questi movimenti nell'acqua, non stancatevi, e ci perverrete. E' l'augurio che vi faccio.

Un'ultima parola circa il perfezionamento che subiscono i vari modi di nuoto.



L'over arm stroke.

La posizione ideale del nuotatore, allorchè il corpo segue la propulsione che fu data dalla spinta delle gambe.

Nell'antico *over arm stroke* il principio è di aprire le gambe quanto più è possibile, affinché ricongiungendosi esse stringano un maggiore volume d'acqua; ma è ormai dimostrato che restringendo l'apertura del compasso e dando un colpo secco del piede o una scrollata insomma, si ottiene una resa d'acqua maggiore.

La gamba superiore, in questo movimento, è semplicemente gettata in avanti a una distanza

E' davvero soddisfacente constatare che gli sports progrediscono, come la scienza, o piuttosto che esiste realmente una scienza dello sport.

Applicando principi meccanici e matematici, noi arriveremo a fare di meglio in meglio, correre più in fretta con un dondolamento ragionato del braccio; conoscere il momento opportuno per la partenza, remare più vigorosamente. Non si tratterà quindi che di saper impiegare quanto meglio

**FORD**

Ford Motor Co - Detroit

La Vettura Americana più accreditata  
**AMERICAN AUTOMOBILES AGENCY**

**Ferrari e C.**

Milano - Ponte Seveso, 6 - Milano