

C.I.S.M.

*Magazine*



4

# C.I.S.M. MAGAZINE

## COMITE DE REDACTION

Rédacteur en chef — Editor :  
Major d'Aviation R. MOLLET,  
Belgique

Commandant E. PETIT,  
France

Membres — Membres :

Colonel J. AGULLA GIMENEZ  
CORONADO,  
España

Col.-Médecin G. TATARELLI,  
Italia

M. A. BIANCO  
U.S.A.

Médecin-Col. G. LARTIGUE  
France

ORGANE OFFICIEL  
DU CONSEIL INTERNATIONAL  
DU SPORT MILITAIRE  
REVUE TRIMESTRIELLE

Rédaction - Publicité  
Abonnement :

Secrétariat Général du C. I. S. M.  
100, av. de l'Université, Bruxelles 5  
Téléphone : 47.69.18  
Adr. télégr. CISMILITAIR-BRUXELLES

La reproduction même partielle des  
articles portant la mention « Copyright »  
est sujette à l'autorisation du  
Secrétaire-Général.

Les autres textes peuvent être repro-  
duits en mentionnant l'origine et le  
nom de l'auteur.

PRIX DE VENTE :

Le numéro : 20 francs belges  
Abonnements (4 numéros) :  
50 francs belges

OFFICIAL PUBLICATION  
OF THE INTERNATIONAL  
MILITARY SPORTS COUNCIL  
QUARTERLY PUBLICATION

Editorial staff - Publicity -  
Subscription :

General Secretariate, C. I. S. M.  
100, av. de l'Université, Bruxelles 5  
Telephone : 47.69.18  
Telegr. addr. : CISMILITAIR-BRUSSELS

Whole or part reproduction of an  
article with mention « Copyright »  
is subject to the General Secretary's  
authorization.

The other articles can be reproduced  
and distributed if their origin and  
author's name are mentioned.

SUBSCRIPTION RATES :

Current copy : 20 Belgian francs  
Per year (4 vol.) :  
50 Belgian francs (one dollar)

Notre couverture : Le soldat Pierre  
ALARD du Bataillon de Joinville à  
l'entraînement.

Cover photo : Pierre ALARD, from  
Bataillon de Joinville, throwing The  
discus.

C.C.P. 2979.41 — Major Mollet. 100, avenue de l'Université, Bruxelles 5

PREMIÈRE ANNÉE - NUMÉRO 4 - JUILLET 1959

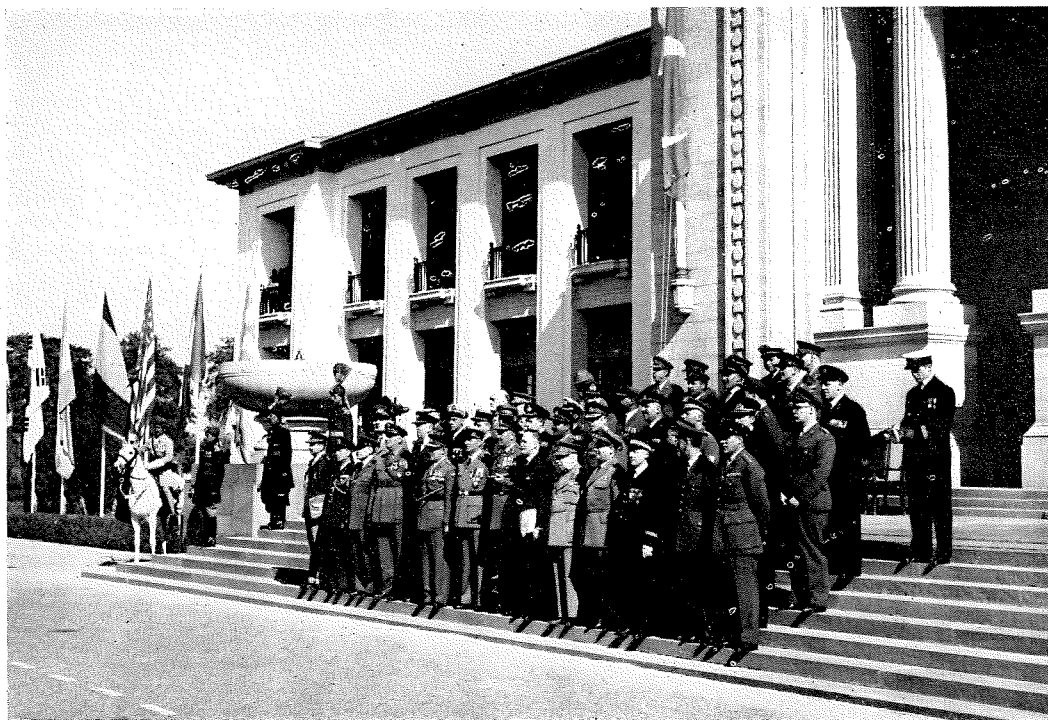
FIRST YEAR - NUMBER 4 - JULY 1959

LOGGING

## Sommaire :

## Contents :

	Pages
Editorial, par le Colonel Henri DEBRUS (Président) . . . . .	4
Maurice HERZOG nous dit . . . . .	6
Training Methods, Techniques and Skills, by Franck Mc BRIDE (U.S.A.) . . . . .	7
ROMA 60, Chronique olympique . . . . .	8
Herb CARPER, by Ist Lt. James ASENTE (U.S.A.) . . . . .	10
La Scuola di Atletica Leggera di Formia, T. Col. Medico G. TATARELLI (ITALIA). . . . .	12
Alain MIMOUN et le Marathon, par Roger DEBAYE (FRANCE) . . . . .	13
Destination... TOLEDO . . . . .	16
El Deporte en la Academia de Infanteria de TOLEDO, por el Coronel D. J. AGULLA (ESPANA) . . . . .	18
Hints from... ATHENAI, par Louis FAUCONNIER (BELGIQUE) . . . . .	20
My Schedule, by Charles PRATT (U.S.A.) . . . . .	23
La Vie au C.I.S.M. . . . .	25
Calendrier C.I.S.M. . . . .	27
Keep them playing ! par le Commandant Edmond PETIT (FRANCE) . . . . .	28



(Photo S.C.A., France)

LAHORE. — Les délégués avant l'ouverture de la XII<sup>e</sup> Assemblée Générale  
*Delegates before the opening of the 12th General Assembly.*

## DES CHIFFRES QUI PARLENT...

- 17 760 jeunes gens appartenant à
- 31 nations se sont rencontrés à l'occasion de
- 138 Compétitions qui ont rassemblé
- 1 028 équipes nationales militaires, devant plus de
- 1 865 000 spectateurs.
- 10 réunions d'études, congrès médico-sportifs et stages d'entraînement,
- 5 créations originales sous forme de compétitions nouvelles (Pentathlon Militaire, Pentathlon Aéronautique, Pentathlon Naval, Ski Militaire, Natation de Combat).
- 1 **Académie**, organisme scientifique et pédagogique.
- 12 publications importantes intéressant la technique sportive et l'entraînement : voilà ce qui a été réalisé par
- 60 délégués qui sont tous des spécialistes enthousiastes, en
- 10 ans d'activité. Tel est le bilan du
- **CONSEIL INTERNATIONAL DU SPORT MILITAIRE**, mais ce qui ne peut se chiffrer, c'est la somme d'
- **AMITIE** que tout cela représente.

## ... IT'S ALL IN STATISTICS

- 17 760 young soldiers belonging to
- 31 nations have met on the occasion of
- 138 competitions with
- 1 028 national military teams, in front of more than
- 1 865 000 spectators.
- 10 conventions, Medical and Sports clinics,
- 5 new original competitions (Military Pentathlon, Aeronautical Pentathlon, Naval Pentathlon, Military Skiing, Combat swimming).
- 1 **Academy**, scientific and pedagogic organization.
- 12 important publications represent the work of
- 60 delegates, all of them eminent specialists, in
- 10 years of activity. This is the summary of the work of the
- **CONSEIL INTERNATIONAL DU SPORT MILITAIRE**, but what is NOT in the statistics is the amount of
- **FRIENDSHIP** developed in the world.





# Editorial

*C'était il y a dix ans exactement. Le C.I.S.M. venait de naître. Deux grands chefs français étaient dans la tribune, le Maréchal de LATTRE de TASSIGNY et le Général CHASSIN. Ils eurent l'occasion d'applaudir le 51 m 97 du Sergent Major TOSI au disque, record qui tient encore. Ils eurent aussi l'occasion d'apporter un encouragement décisif aux jeunes officiers des six nations qui composaient alors le C.I.S.M. Leur présence signifiait que les plus hautes autorités avaient compris la noblesse et l'utilité de cet acte de foi que fut la création de notre Conseil. Et nous avons persévéré.*

*A notre programme de compétitions, nous avons ajouté nos réunions d'études, nos épreuves spéciales, nos congrès médico-sportifs. Nous avons alors lancé notre premier slogan :*

ARMEES MODERNES, ATHLETES COMPLETS.

*Notre idéal, nous l'avions proclamé dès le départ en rédigeant nos statuts, est un idéal d'amitié. Pour affirmer notre volonté dans cette voie, de Stockholm au Caire, de Buenos-Aires à Lahore, nous avons déclaré :*

C.I.S.M., UNE PORTE OUVERTE.

*Nous avons apporté au progrès sportif dans le monde une contribution appréciable grâce aux travaux de notre Académie et aux créations de nos techniciens, et nous avons eu la fierté de pouvoir écrire :*

C.I.S.M., NOUVELLE PAGE DANS L'HISTOIRE DU SPORT.

*Aujourd'hui, forts de nos palmarès, forts de nous compter déjà vingt-trois nations, forts de ce que nous avons donné, forts de nos projets, nous avons la certitude de faire œuvre utile. Nous sommes confiants dans l'avenir parce que nous défendons la cause de la Paix. Nous ne voulons penser qu'à l'intérêt général. Et, si nous évoquons ces milliers de jeunes gens de tous les pays qui, depuis dix ans, se sont rencontrés grâce au C.I.S.M., nous pouvons dire que — toujours — nous avons été*

A LEUR SERVICE.

Colonel Henri DEBRUS (France)  
Président du C.I.S.M.

*It was precisely ten years ago. C.I.S.M. had just been formed. Two great French leaders were in the stands, Maréchal de Lattre de Tassigny and Général Chassin. They applauded Sergeant Major Tosi for throwing his discus 51 m 97, a record still held to-day. On this occasion they were most encouraging to the young officers who were representing the six nations interested in the formation of C.I.S.M. Their attendance signified that the highest authorities had recognized the nobleness and usefulness of this act of faith which was the creation of our council. We went on persevering.*

*To our competitive program, we added technical studies, specialized events, and medical sports conferences. Thus, we established our first slogan :*

MODERN SOLDIERS — ALL-AROUND ATHLETES.

*As we proclaimed it from the very beginning, our ideal is one of friendship. In order to affirm our theory, from Stockholm to Cairo, from Buenos Ayres to Lahore, we declare :*

C.I.S.M. — AN OPEN DOOR.



*We contributed greatly to the progress of sports in the world to-day, thanks to the work of our Academy and to the creations of our technicians, and we are proud to write :*

C.I.S.M. — PROGRESS IN SPORTS.

*Nowadays, supported by our honour-roll of champions, supported by the membership of 23 countries, supported by all we have given, supported by the accomplishment of our projects, we are sure to perform our work more effectively. We have confidence in the future because we defend the cause of Peace. In the general interest, and in behalf of the thousands of young people who were brought together by C.I.S.M. from all over the world during the last ten years, we can say that we always did our utmost to :*

KEEP THEM PLAYING.

# M. Maurice HERZOG

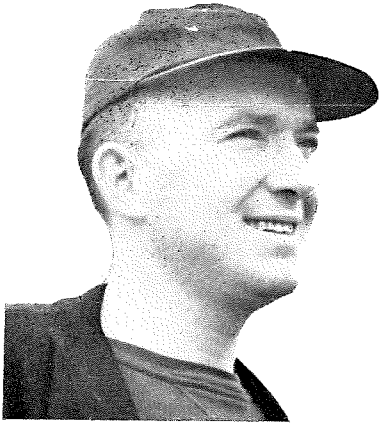
HAUT-COMMISSAIRE A LA JEUNESSE ET AUX SPORTS (France)

*nous dit :*

**A**ccorder au sport une place de choix c'est pour l'Armée, indépendamment même des tâches auxquelles elle doit se préparer, se mettre en mesure de remplir son rôle plus général de formation humaine. Il apparaît de plus en plus que les différents secteurs de la vie nationale ont à contribuer au développement de la personnalité et qu'il ne doit y avoir entre eux ni rupture ni hiatus. Sous les formes qui leur sont propres, l'école, le métier, l'armée participent à une même œuvre éducative. Une institution comme le Haut-Comité de la Jeunesse, où siègent côte à côte les représentants des organisations de jeunesse et ceux des départements ministériels, montre bien l'interpénétration des problèmes, le caractère complémentaire des activités, le but commun qu'elles permettent d'atteindre. Je suis heureux de souligner à ce sujet la collaboration si compréhensive et efficace qui s'est établie entre le Haut Commissariat à la Jeunesse et aux Sports et l'Armée. Celle-ci, en offrant des possibilités de culture et d'épanouissement, réalise ce qui fut la préoccupation constante d'un LYAUTEY, d'un GALLIENI.

**L'**action du C.I.S.M. renforce cette recherche de la valeur humaine. Les relations sportives entre les Forces Armées sont génératrices de bonne entente, d'estime mutuelle. Ce respect d'autrui né des travaux, des efforts entrepris en équipe, a plus d'importance pour l'amitié entre les nations que des déclarations qui restent théoriques. Le sport militaire, grâce aux compétences et aux dévouements qu'il a suscités, doit connaître un essor de plus en plus grand. De cette façon l'armée sera davantage encore un foyer pour la jeunesse et elle sera l'image dynamique de l'avenir que veulent construire ensemble les hommes de notre temps.

*M. Maurice HERZOG, the hero of Annapurna, is presently High Commissary for Youth and Sports of the French Republic. We are happy to present his friendly message to C.I.S.M.*



## TRAINING METHODS, TECHNIQUES, and SKILLS !

By Frank Mc. BRIDE

*M. Frank Mc BRIDE, entraîneur des équipes de l'U.S. Army en Europe, est bien connu des milieux de l'Athlétisme. Sa compétence, sa finesse et sa courtoisie ont été appréciées de tous ceux d'entre nous qui ont eu la chance, au stage de FORMIA (Italie 1957), de le voir diriger Willie WILLIAMS et Charlie PRATT. C.I.S.M.-MAGAZINE présente aujourd'hui un résumé des idées directrices de sa philosophie. Méthode, technique, efficacité ; c'est tout notre ami Mc BRIDE. C'est aussi, en grande partie, le secret du succès.*

In 1902 Arthur Duffey of Boston ran 100 yards in 9.6 seconds. Twenty-eight years later the World Record for the 100 yards dash was 9.6 seconds. The world had begun to believe that the ultimate in human speed had been achieved. As we all know, this record has long since been surpassed and if history is any teacher, one of these days someone will come along and run 9.2 seconds for 100 yards. Yes the 10 second 100 meter the 20 second 200 meter, the 13 second high hurdle race, and the 1 minute 40 second 800 meter are bound to come.

As we observe this phenomenal progress taking place about us, the question always comes to mind, « Why? What is the reason for this seemingly endless progression of record breaking performances? » Is man becoming stronger, or better developed physically? Is the competition keener to day? Is it because of the better facilities, or possibly the greater numbers of competitors? Most of these factors and probably many others have played a part in improving performances over the years; however, there is one factor which in my mind far overshadows all others. It is a portion of this element which I wish to discuss here with you: TRAINING METHODS, TECHNIQUES and SKILLS!

Perhaps it is not appropriate to group these three terms under the classification of one influencing factor. True they are very closely related, so close in fact that many coaches neglect to differentiate between them. There is, however, a distinct difference in meaning which, if not clarified, could bring about misunderstanding or conversely a much clearer picture. For our purpose perhaps the following definitions will serve to assist us:

**METHOD** : An orderly, systematic way of doing something.

**TECHNIQUE** : A method of doing something that produces skill.

**SKILL** : The ability to use one's knowledge effectively in doing something.

There are many different methods and techniques which can be employed in developing the skills we seek. It is well to remember that each of the boys with whom we work is a different individual, what is good for one is not necessarily good for another. Therefore, I believe it behooves each of us to learn as much as we can about each of the varying methods and techniques presently being employed throughout the world. Perhaps someday we will be able to help one boy with the one thing we learned from a passing conversation.

As Dean Cromwell says « A coach cannot put speed in a boy's legs, wind in his lungs, or courage in his heart » No, and we can't help a boy after the starter says « Come to your marks ». We must use the tools which are left to us. Make them be the best that we can gather.

(Copyright)

### QUIZ ? C.I.S.M. ? QUIZ ? C.I.S.M. ? QUIZ ? C.I.S.M. ? QUIZ ? C.I.S.M. ? QUIZ ? C.I.S.M. ? QUIZ ? C.I.S.M. ? QUIZ ? C.I.S.M. ? QUIZ ? C.I.S.M. ?

1. Quel est le nouveau record mondial automobile LE CAP-ALGER établi par le Colonel DEBRUS, Président du C.I.S.M.?
2. Quel était le précédent record ?
3. Quels étaient les équipiers du Colonel DEBRUS au cours de ce raid ?
4. Sur quel type de voiture et à quelle moyenne horaire (arrêts compris) ont-ils établi ce record ?
5. Quel est l'autre record automobile que détiennent le Colonel DEBRUS et le Médecin-Commandant MONNIER ?

(Réponses page 28).

1. What's the new world record of the CAPE TOWN-ALGIERS auto race established by Colonel DEBRUS, President of C.I.S.M. ?
2. What was the previous record ?
3. Who were the members of Colonel DEBRUS team during this long distance drive ?
4. This record was established with what kind of car and what was the average speed per hour (stops included) ?
5. What is the other automobile record held by Colonel DEBRUS and Médecin-Commandant MONNIER ?

(Answers page 28).



# CHRONIQUE OLYMPIQUE

*Le Sport Militaire a deux grands points de contact avec les J.O. Le premier a été fort clairement indiqué par le Docteur GARRONI, Secrétaire Général du Comité d'organisation des Jeux de 1960, dans son article « L'apport des militaires aux Jeux Olympiques. »*

*Le second réside dans la préparation athlétique et technique des athlètes sous les drapeaux : réunion des militaires présélectionnés dans des centres permanents ou occasionnels, octroi de certaines facilités d'entraînement, coopération active avec les Fédérations nationales, il y a bien des façons pour les militaires de « participer ».*

*Il nous a donc paru utile, en cette année pré-olympique, d'ouvrir une chronique Rome-60.*

*Military Sport has two great relations with the Olympic Games. The first one has been clearly indicated by Doctor GARRONI, Secretary General of the Committee of organization of the Olympic Games in 1960 in his article « Army's contribution to Olympic Games ».*

*The second one consists of athletical preparation of drafted men : military men who are preselected are gathered in permanent or occasional centers. They are given some facilities of training. Cooperation with national Federations is active. There is a lot of possibilities for men to « attend ».*

*It seems useful, in this pre-olympic year, to open up our chronicle « Roma 1960 ».*



## ROMA 60

## AUTRICHE

L'Armée autrichienne assure l'entraînement des sélectionnés au Pentathlon moderne. Pour les autres disciplines, la coopération avec le Comité Olympique autrichien est parfaite. Les Forces Armées assurent les plus grandes facilités aux athlètes militaires.

The Austrian Army is in charge of training the preselected men for Modern Pentathlon. In the other sports, cooperation with the Austrian Olympic Committee is perfect. The Armed Forces are giving the military athletes all facilities.

## FRANCE

Les athlètes militaires français qui sont sélectionnés par les Fédérations Sportives en vue de leur participation aux Jeux Olympiques de ROME 1960 sont rassemblés au Bataillon de Joinville. L'entraînement est confié à des entraîneurs nationaux désignés par le Haut Commissariat à la Jeunesse et aux Sports et se poursuit sous la responsabilité technique des Fédérations intéressées.

Le calendrier prévoit un stage de préparation, une cure d'oxygénation et une période de compétitions. Un contrôle médico-sportif très attentif est pratiqué pendant tout le séjour à Joinville et naturellement, le *Carnet d'entraînement du C.I.S.M.* est adopté.

En 1956, la proportion des militaires sélectionnés olympiques a été de 35 %. Pour 1960, la proportion actuelle des présélectionnés est d'environ 50 %.

The French military athletes selected by the Sports Federations for the purpose of participation in Olympic Games in Roma are gathered in the « Bataillon de Joinville ». Their training is given to national coaches appointed by the « Haut Commissariat à la Jeunesse et aux Sports » (High Authority for Youth and Sport) and is run under the technical responsibility of the Federations concerned.

The schedule provides a training course, mountaineerings and a period of competitions. A very careful medical physical check-up is made during the stay in Joinville and as a matter of fact, *C.I.S.M. Training Manual* is adopted.

In 1956, the percentage of military men that were selected for the Olympics was 35 %. For 1960, the present percentage of preselected men is around 50 %.

## SUÈDE

*Pentathlon Moderne.* L'entraînement se fait sous les auspices de la Fédération sportive Militaire de Suède (S.M.I.) qui est affiliée à l'U.I.P.M.

Le Commandant W. GRUT, champion olympique de Pentathlon Moderne à Londres (1948) secondé par le Capitaine G. Gärdin, dirige les entraînements depuis 1958. Des centres fonctionnent à Stockholm, Uppsala, Umea et Jönköping.

Au championnat du monde de 1958 (Aldershot), la Suède était représentée par le Lieutenant S. Ericson, le Cadet P.E. Ritzén et l'étudiant H.G. Liljenwall. Ces jeunes gens (les benjamins de la réunion) ne réussirent qu'à obtenir la cinquième place, après l'U.R.S.S., la Hongrie, la Finlande et les Etats-Unis. Mais le moral est intact et l'entraînement se poursuit avec ardeur.

De son côté, le vétéran Björn Thofelt se payait le luxe de gagner le championnat national 1958 !

*Biathlon Moderne.* La S.M.I. travaille en liaison avec le Comité Olympique de Suède.

C'est le Lieutenant-Colonel Olof Hederen qui est responsable de l'entraînement, commencé depuis 1957. Au départ, près de 400 candidats. Début 1959 il en reste 30 en piste. Aujourd'hui, ils sont 10 présélectionnés parmi lesquels seront choisis les équipiers olympiques.

*Modern Pentathlon.* Training is done under the authority of Sweden Military Institute which is a member of U.I.P.M.

Major W. GRUT, a former Olympic champion of Modern Pentathlon in London (1948) assisted by Captain G. Gärdin, has been running the training since 1958. Training centers are in Stockholm, Uppsala, Umea and Jönköping.

During the world championship of 1958 (Aldershot), Sweden was represented by Lieutenant S. Ericson, Cadet P.E., Ritsén and student H.G. Liljenwall. Those young men, (the benjamins of the meeting) could not rank better than fifth, after U.S.S.R., Hungary, Finland and the United States. But spirit is prevalent and training is attended eagerly.

As for veteran Björn Thofelt, he had a swell time in winning the national championship 1958 !

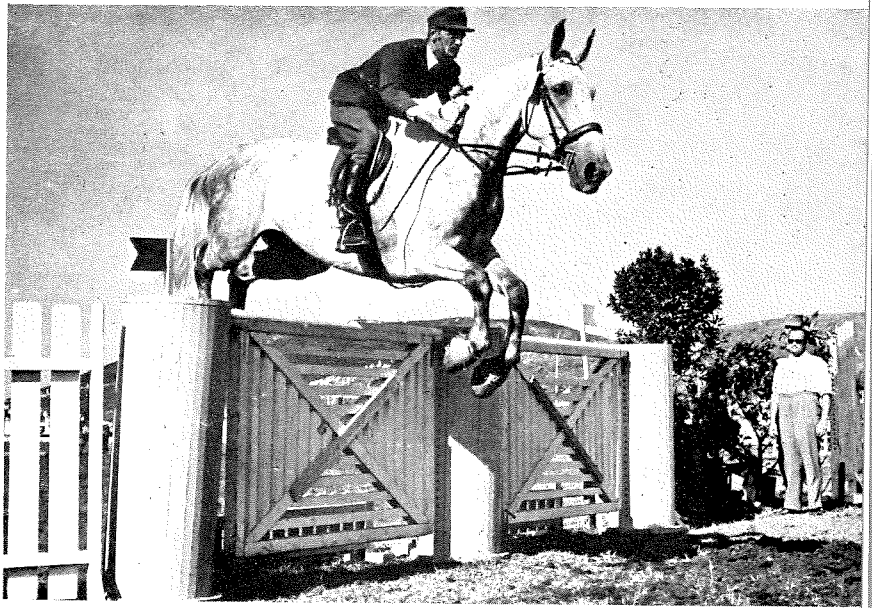
*Modern Biathlon.* S.M.I. is working in connection with Olympic Committee of Sweden.

Lieutenant-Colonel Olof Hederen is actually responsible for the training which started out in 1957. To begin with, there were almost 400 candidates. In early 1959, only 30 remained in the track. Today, 10 are preselected among whom the olympic team mates shall be chosen.

Lieutenant LICHTNER - HOYER  
(Autriche) au C.H.I.O. de Nurem-  
berg.

Lieutenant LICHTNER - HOYER  
(Austria) at the C.H.I.O. in Nu-  
remberg.

(Photo Autriche)



A. WIKZUND (Suède) champion  
du Monde 1958 de Biathlon Mo-  
derne d'hiver.

A. WIKZUND (Sweden) world  
champion in 1958 of Modern Biath-  
lon.

(Photo Suède)

# HERB CARPER:

"THE  
MAIN PART  
OF TRACK



IS IN YOUR MIND"

By 1st Lt James Asente, Athletic Officer  
Berlin Command, United States Army, Europe

Like many track stars, hurrying Herb Carper, the world's newest dash sensation, turned to the boards and cinders with the idea of keeping in condition during the off-season of his favorite sport.

Herb was born in West Bridgewater, Pennsylvania, on 26 February 1936, the youngest of five children in the family of steelworker Roy Carper and his wife Ozelia.

Until 1951, Herb led a normal life; there was nothing unusual about him; nothing to set him apart from his playmates and friends. Then, in the spring of his freshman year in high school at Rochester, Pennsylvania, upon the urging of several of his friends, Herb went out for track.

In his own words, he had entered high school with « the intention of playing football, and perhaps a little baseball. In fact, I didn't even know the school had a track team. Track was a sport I didn't know anything about and actually didn't care to learn about. But, during the football season, it was noted that I had good speed and several people asked me to join the track team. I said I would, because I figured that this would be a good conditioner. At that time I didn't think that I would become too interested in track, because the idea of running around in circles all day didn't appeal to me ».

During his freshman year, Herb ran the 100, 200, broad jumped, and anchored the 880-relay team. In the Beaver (Pennsylvania) County High School Championships, the would-be football player was first in three individual events. A week later, in the Western Pennsylvania Regional Championships, he repeated his three victories. The following week, Herb finished second in the Western Pennsylvania Interscholastic Athletic League 100-yard dash. In the Pennsylvania State Championships he blazed to a fifth place finish, on a muddy track, in a race which was won with a time of only 9.8. Not bad for a freshman who had little interest in running!

In 1952, Carper again returned to the cinders in order to get in shape for the football season. The previous fall, he had been tackled hard in the opening football game, and had injured his leg. By the time spring came, it had healed enough to let him run. That year he just about duplicated his first year's performance, the only outstanding difference being a third place finish in the state meet.

In his senior year, Herb made the All-County team in football. He also began to take a little more interest in « running around in circles ». He again finished third in the state meet, but for the first time he cracked the 10 second barrier, turning in a 9.9 second time.

After graduation, Herb went to work. He says « I wasn't too interested in going to college to run track and it seemed my legs were too susceptible to bruises for college football. So, I decided to forget sports and get a job. I worked until September. When Carl Olson, Track Coach at the University of Pittsburgh, asked me if I wanted to run track for him, I said I was interested, and in February 1954, I entered Pittsburgh as a freshman ».

That spring he ran the Junior and Senior Allegheny Mountains Association indoor 50 yard dash in 5.4 seconds, a new record for both of the competitions. He also ran second to John Haines in the IC4A indoor 60 with a 6.2 time.

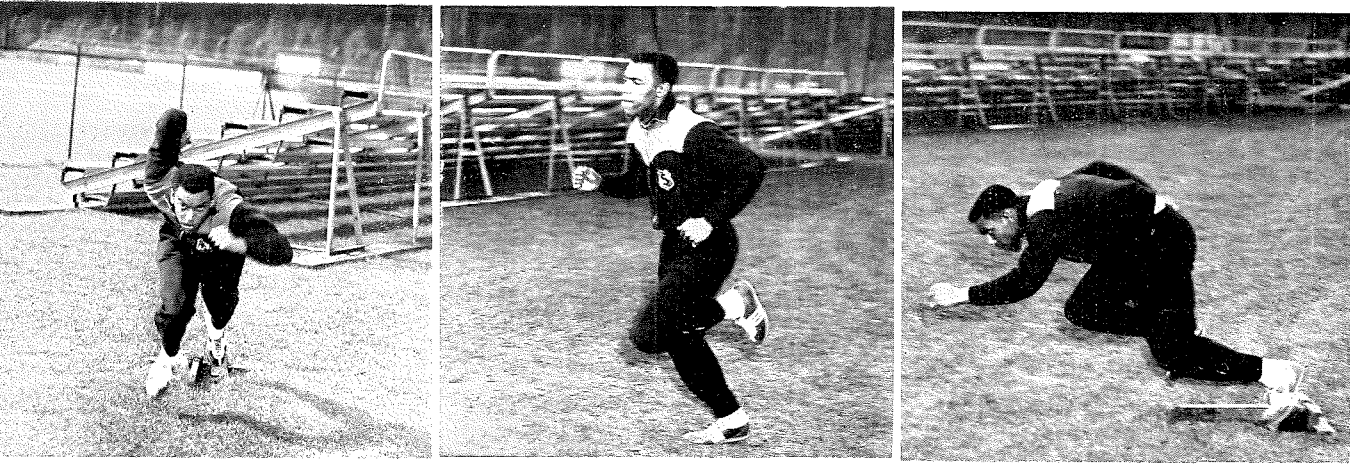
Next year, he started slowly, striding out with a 5.4 to win the 50 in the Knights of Columbus games in Boston. This was followed by a 5.2 in the Chicago Daily News meet, to take first place in that competition. He finished up with a 4.9 in a 45 yard dash in Cleveland.

In 1956, his last year at Pitt, Carper hit the outdoor track world with a fairly big bang. Again it was the same story of starting out at an average pace, and then showing marked improvement as the year moved along.

He opened with a 10 flat against Navy; then came a 9.8 in a dual meet with Notre Dame, followed by a 9.6 against Penn State. Then, in the IC4A championships, he zoomed in at 9.4. The next week, Herb went to Houston, Texas, to run in a warm-up for the impending Olympic tryouts. Thirty-five yards out of the blocks, he came up with a pulled muscle, and his season was over!

« I always wondered what my time would have been if I had been able to go through with that race. The way I had been going, I was due for a 9.2 ». He laughed as he said this, but knowing what he had achieved that year, one wonders if perhaps a 9.2 was not possible for him.

For two years Herb lay in the shadows of the track world. His injured leg kept him out of competition during 1957, and the next spring he was in the Army. In September 1958 he came to Berlin, and was assigned to Mortar Battery, 3rd Battle Group, 6th Infantry.



(Photos U.S.A.)

It was then that Herb got back to the running game, doing a little cross-country work in the fall for Berlin Command. « Running cross-country was good for me. It built up my legs, and also helped me to get back in the feel of running ».

He did not start running indoor track in 1959 until two weeks before the opening meet at the Sport Halle, Berlin-Schoeneberg. In fact, he didn't even know about the Berlin meet until two days before it was to take place, when Berlin Command Track Coach Bob Donnelly asked him to run. Herb accepted, and ran a 5.8 in the 50 meter dash.

Two weeks later, at Dortmund, Herb regained the attention that sports fans had turned his way back in 1956. Despite a slow start off the blocks, he set a new world indoor record in the 60 yard dash, with an unbelievable time of 6.0 ! Just to prove that this was no fluke, he snapped the tape at 6' flat again in Paris the following week. He completed the 1959 indoor season with three successive 5.2s in the 50 yard dash at Helsinki.

This spring and summer, Herb has plans for running in Paris, Helsinki, Dortmund, Scotland and England, as well as the All-Army meet at Fort Dix, and possibly the Pan-American Games.

How does he do all this? Not run for two years, and then stride out with a world's record ?

« Concentration ; that's the key to running track, » Carper says. « Actually, I think that 75 % of track is in your mind. Conditioning ? I don't believe in rigid training schedules », he continues. « I eat no special foods. The only limitations which I place on my diet is that I don't eat for six to eight hours before a race. I like to sleep the afternoon before a race. It helps me relax and takes my mind off the race. As for getting a certain amount of sleep every night ? At the present time, it's not possible for me as a soldier, but I think that if I could, it would definitely help me. For exercises, I do very little hard running during the indoor season. Mainly I concentrate on my start, on stretching my legs, and just jog around a little to loosen up. In a dash as short as those indoors the start is the big thing. A few tenths of a second gained or lost in the blocks can make the difference between a record and coming in last in your heat ».

« Outdoors, I find that it is necessary to do a considerable amount of running. When I was at Pitt, I usually averaged twelve or thirteen 220's each day, running them at three-fourths speed. Now I run five or six 220's, but I want to emphasize that it's best to do as many as you feel you can. Wind sprints with and against the wind also help me. And I believe that running cross-country in the fall is very beneficial. It builds up your calf muscles, and generally strengthens your legs ».

« But », once again he emphasized this point, « the main part of track is in your mind. You have to concentrate. No amount of conditioning will help you unless you constantly push yourself mentally ».

Carper thinks that « conditioning should be a matter for the individual to decide for himself. What is good for me may not be good for the next guy. Certainly, you have to establish a few basic rules. But, if a man wants to stay in top physical condition, he can do it himself. I think that a coach should not set down a rigid conditioning schedule. In my opinion, a coach's job is to instruct a runner as to his form and style, and to use his experience to help perfect these points ».

Another long time must of conditioning — running every day — also comes under Carper's criticism. « I don't think », he states, « that a man should run when he feels bad. Missing a day or two each week is not going to hurt you. I know that when I don't feel like running, I don't do a good job. So why run when you know that you aren't going to do well ».

Unorthodox? Yes, Herb Carper is, but so are almost all of the great modern track stars. The old conditioning and training rules are not for them. Perhaps more track records would be broken if all runners had the courage to back up their own beliefs as Herb Carper has done. The eyes of track fans the world over will be focused upon this Berlin Command, United States Army, Europe soldier this summer in his bid for greater laurels in the Pan American Games Trials at Boulder, Colorado !

(Copyright)

*Herb CARPER, 23 ans, soldat des Forces Américaines en Europe, record du monde du 60 yards, vient de s'imposer. C'est le mot... car il a une conception toute personnelle de l'entraînement. « La Concentration, voilà le secret » dit-il. Et il ajoute : « 75 % du coureur sont dans la tête. Quant à la mise en condition, je n'aime pas les formules toutes faites ». Sa formule, il l'a donc mise au point lui-même et pour lui-même seulement. Le rôle de l'entraîneur, d'après lui, doit se limiter à perfectionner la forme et le style d'un individu donné. Nous sommes loin de l'orthodoxie ? Sans doute, mais c'est que nous arrivons — et CARPER n'en est pas le seul exemple — à la frontière qui sépare le talent du... eh bien, disons-le, du génie !*

# LA SCUOLA DI ATLETICA LEGGERA DI FORMIA

T. Col. Medico G. TATARELLI  
Capo Sezione Medica ACISM

Adagiata sulla ridente riviera del Tirreno, prospiciente l'incantevole Golfo di Gaeta, si trova la città di Formia, a circa Km. 140 da Roma e Km. 100 da Napoli, già sede di ville fastose al tempo della Repubblica e dell'Impero Romano, meta di illustri antichi personaggi quali Orazio e Cicerone e attraente luogo balneare e turistico dell'Italia di oggi.

All'estremo Sud della città, sulla grande arteria consolare Appia, percorsa un tempo dai legionari romani, che affluivano nei possedimenti d'Oriente oltre mare, a lato dell'Albergo Miramare, sorge la Scuola di Atletica Leggera, costruita a cura e spese del Comitato Olimpico Nazionale Italiano (C.O.N.I.) con la soprintendenza del Dottor Bruno ZAULI, Segretario Generale del C.O.N.I. e su progetto dell'Architetto Vitellozzi.

Bisogna risalire alla descrizione di Vitruvio sull'antico ginnasio greco per trovare un precedente storico sul tipo di questa Scuola, di cui all'Estero sono noti analoghi impianti a Maglingen (Svizzera), Vierumäki (Finlandia), Völödalén (Svezia), Taato (Ungheria), Stoccarda e Monaco (Germania), Yalta (Russia).

Essa costituisce un tipico esempio della nuova edilizia scolastica sportiva.

Dal punto di vista logistico la Scuola è stata resa altamente funzionale tenendo di mira due aspetti fondamentali :

a) L'ubicazione. E' fra le più ideali : a Ovest le vette della catena mantuosa degli Aurunci, che riparano dai venti e dal freddo ; a Est il mare, per cui gli allievi si trovano in continuo contatto con la natura nelle più belle e più felici espressioni.

Il distacco dalla vita cittadina e la permanenza in ambiente semplice ed igienico costituiscono la migliore garanzia per la serietà e l'efficienza dell'insegnamento sportivo ;

b) la distribuzione funzionale degli impianti.

La Scuola di Formia è costituita da un complesso di piccoli edifici isolati, circondati dal verde dei prati e dagli uliveti, che la rendono accogliente e riposante su una estensione di circa 8 ettari, di fronte a immense finestre di cielo, di mare e di monti.

All'estremità verso i monti esiste il fabbricato più importante, che contiene le aule di lezione, la biblioteca, la sala cinematografica, il pranzo-soggiorno, la cucina, i gabinetti medici e gli spogliatoi.

Da questo edificio si accede, con passaggio interno, alla grande palestra coperta.

Un padiglione, a destra del viale principale che corre lungo l'asse fondamentale del mare ai monti, è adibito ad alloggio ai letti. Consta di un edificio a 2 piani, con capienza di n. 70 posti letto, sistemati in camere a 1 letto e a 4 letti, tutte indipendenti dal punto di vista funzione e servizi igienici.

In un fabbricato vicino esistono i servizi di lavanderia e stileria con asciugatoio annesso.

A destra dell'ingresso principale un altro edificio ospita una grande sala per proiezioni, la Cappella per il servizio religioso, una sala per i giochi di ricreazione, salottini di lettura e di scrittura.

Due campi di tennis sono nello spazio antistante questo ultimo edificio.

A sinistra dell'ingresso si trova l'abitazione del custode, la accettazione, la sala stampa e la foresteria per gli ospiti.

Al centro della Scuola la grande area dello Stadio degli Aranci con una pista regolamentare a 6 corsie di metri 400 di sviluppo, con due rettilinei di m. 140 ciascuno, e sparse qua e là, i campi di allenamento e le palestre scoperte con corsie per scatti di corse veloci, pedane per salti in alto, in lungo, triplo e con l'asta, corsie per il lancio del giavellotto, pedane per il lancio del disco, del peso e del martello.

Fa parte del grande stadio la tribuna per il pubblico, capace di contenere 2.000 persone sedute.

Inaugurata nel Novembre 1955, la Scuola ha curato sin dall'inizio della sua attività tre settori particolari : formazione dei tecnici (istruttori, allenatori, assistenti tecnici) ; l'avvio prope deutico ai giovani aspiranti atleti ; la preparazione degli atleti italiani di interesse nazionale e internazionale.

Il periodo di attività più intenso della Scuola coincide con i mesi autunnali, invernali e in parte primaverili.

Negli anni 1956, 1957 e 1958 si sono avute in media circa 700 persone con oltre 5.000 giornate di pensione. Sono stati indetti 13 Corsi per assistenti tecnici con la partecipazione di oltre 400 persone, 2 corsi per istruttori e un corso per allenatori, 26 raduni tecnici giovanili con la presenza di oltre 300 giovani fra i 16 e i 18 anni.

Contemporaneamente si sono svolti allenamenti collegiali per gli atleti da impiegare nell'attività internazionale.

Oltre 150 tecnici si sono avvicinati per l'insegnamento nei corsi.

Per il prossimo inverno che precede le olimpiadi di Roma il C.O.N.I. e la Federazione Italiana di Atletica Leggera (F.I.D.A.L.) cui è affidata la diretta responsabilità di tutta l'attività della Scuola di Formia, faranno l'ultimo sforzo per portare ai Giochi Olimpici le migliori forze, convenientemente addestrate e affinate a tutte le specialità.

La parte medico-sportiva della scuola è particolarmente curata dalla Federazione Medico Sportiva italiana, presieduta dal Prof. G. LA CAVA, membro straordinario dell'Accademia C.I.S.M. — Medici sportivi seguono gli atleti nelle loro manifestazioni e ne curano l'igiene e l'alimentazione.

Nell'insieme si può affermare che nella Scuola di atletica di Formia non c'è posto per l'ozio e il rilasciamento fisico ; il giovane vi trascorre una giornata molto attiva « tra lavoro dei muscoli e lavoro del cervello » come felicemente si esprime il Dott. ZAULI.

Fa piacere ricordare che la Scuola non è nuova per il C.I.S.M. ; molti ricorderanno che nell'aprile 1957 essa ospitò i delegati e gli atleti di 10 nazioni del C.I.S.M., ivi convenuti per partecipare al terzo Stage internazionale di addestramento fisico e sportivo militare.

(Copyright).

*Le Centre National Italien d'Athlétisme est situé à Formia, à mi-distance de Rome et de Naples. Doté d'installations modèles, Formia, créé en 1955, a reçu trois missions principales : former des entraîneurs, instruire les jeunes athlètes, préparer les équipes nationales.*

*The National Italian Track and Field Center is located in Formia, half-way between Rome and Naples. Endowed with a model plant, Formia, created in 1955, has received three missions : to train coaches, to educate young athletes and to prepare national teams.*



(Photo « But - et - Club », France)

# Champion de France à 38 ans MIMOUN a démontré que **LE MARATHON** n'était pas une course suicide

par Roger DEBAYE

J'ai eu récemment le plaisir de recueillir, pour un grand magazine sportif français, les souvenirs du champion Olympique du Marathon, Alain Mimoun. Cette évocation des grandes étapes de sa carrière était intitulée « de Cassino à Melbourne », réminiscence de sa véritable résurrection, après la très grave blessure qu'il reçut en combattant dans les rangs de l'armée du Général Giraud, et du chemin parcouru ensuite, dont le point culminant fut le podium du stade Olympique de Melbourne.

Grâce à ce retour en arrière, à ce coup d'œil d'ensemble jeté sur une carrière prestigieuse, il a été possible de se rendre compte des proportions gigantesques du travail auquel il faut se livrer avant de mériter un titre de Champion Olympique.

C'est devenu un lieu commun pour conférences sportives que rappeler l'exemple du héros fameux de l'époque hellénique, qui parcouru une distance de 42,175 km, pour annoncer la victoire de son armée (j'allais écrire de son équipe) sur les Perses et tomba mort.

Selon leur personnalité, certains conférenciers commentent ce vieux fait divers sur le ton de la tragédie, tirant de jolis effets oratoires de ce qu'il y a d'amour de sa Patrie dans le fait d'aller au-delà de ses forces, au-delà de sa vie, pour porter une information qui, tout bien

pesé, n'était pas appelée à changer la face du monde. D'autres, au contraire, parmi lesquels nous nous rangeons, ont toujours exploité le décès prématuré du premier vague-mestre de l'histoire, à des fins dénuées de toute espèce de poésie, mettant l'accent, particulièrement, sur le danger qu'il y a à entreprendre un effort pour lequel on n'est pas préparé.

Incontestablement, le cas du soldat de Marathon est typique. C'est la démonstration magistrale de ce qui arrive à quiconque se lance dans une aventure au-dessus de ses forces. Sans aller jusqu'à cette regrettable extrémité, démontrant que non seulement l'envoyé spécial de Miltiade était mal entraîné, mais, qu'en plus, il était du genre buté : lorsqu'on se sent aussi proche de l'épuisement, on ralentit, ou on s'arrête, car il n'était tout de même pas à un quart d'heure près. D'autant que personne ne l'attendait et qu'il expire à l'entrée de la ville dans les bras d'un vieux berger.

— La guerre est terminée, dit le héros !

— Quelle guerre ? Répondit le berger, tout étonné d'apprendre qu'un conflit eût éclaté quelque part...

— Miltiade a vaincu les Perses !

Le vieux berger n'en sut pas davantage sur la façon dont le grand rival de Thémistocle avait défait les envahisseurs, car le héros avait rendu l'âme.

C'est ainsi que le sacrifice du soldat de Marathon devint le symbole du courage, alors que, sur le plan humain, sur le plan sportif et sur le plan militaire, c'est le plus mauvais exemple que l'on puisse trouver. C'est le geste à classer parmi les paris stupides car c'était une véritable folie que se lancer à corps perdu, c'est bien le cas de le dire, dans une course de plus de 40 kilomètres, sans y être préparé.

Depuis, on a toujours considéré cette épreuve comme une course-suicide, dans laquelle le vainqueur laissait le plus clair de son énergie, voire de sa santé. Cette légende semble malheureusement indestructible car, même de nos jours, le Marathon passe aux yeux du grand public pour une compétition réservée aux chevaux de retour. Une sorte de chant du cygne pour vieux champions. Un cygne qui tiendrait la note, le Marathon durant dans les deux heures et demie !

Emile Zatopek en 1952, Alain Mimoun en 1956, sont deux preuves éclatantes de l'inexactitude de cette façon de considérer cette curieuse épreuve. L'un et l'autre ont fait la démonstration que l'organisme humain supportait fort bien un travail de cette importance. Peu de temps après leurs succès Olympiques, ils réalisèrent d'excellentes performances, démontrant ainsi que leur organisme n'avait absolument pas été affecté par un effort qui avait tué l'infortuné courrier du Général Miltiade.

Seulement, une question se pose : l'entraînement au Marathon ne dépasse-t-il pas le cadre de l'entraînement normal à la course à pied ? La réponse est affirmative. En effet, pour courir 42 fois de suite un kilomètre en 3'41", sans que la santé en soit gravement affectée, il faut

que la préparation déborde largement du cadre purement sportif, c'est-à-dire la recherche d'une meilleure performance par une préparation portant plus particulièrement sur le rendement cardiaque et le jeu des muscles. Il faut que cette préparation porte sur l'être humain dans son intégralité, depuis l'étude d'une alimentation qui permette de soutenir un effort de plus de deux heures et demie sans être pris de fringale, jusqu'au renforcement de l'épiderme des pieds, pour pouvoir courir sur une route, la plupart du temps brûlante, sans blesser, en passant par la connaissance du poids auquel il faut se présenter au départ. Un champion de marathon perd environ quatre kilos pendant la course. Doit-il les avoir en trop au départ ? Doit-il au contraire, être à son poids de forme et laisser ses tissus supporter cette fonte, quitte à récupérer en observant un repos prolongé après la course ?

Ces problèmes se posent à tous ceux qui prennent le marathon au sérieux et qui ne le considèrent pas, précisément, comme le baroud d'honneur d'un champion en fin de carrière, tirant sa dernière cartouche au petit bonheur, priant le Bon Dieu de réussir un beau « carton ».

En relisant les étapes de la carrière d'Alain Mimoun, je me suis parfaitement rendu compte que sa victoire de Melbourne était l'aboutissement normal d'une longue préparation générale. Non seulement sur le plan fonctionnel, mais, surtout, sur le plan spirituel. Il y a beau temps que l'on ne se prépare plus pour une course, ou pour une saison, mais pour une carrière. La courbe de préparation enjambe plusieurs années, au lieu d'être constituée par une succession de petites arches qui, la plupart du temps, ne s'articulent pas entre elles.

— Celui qui recommence à zéro chaque année n'arrivera à rien, m'a-t-il souvent répété. Il faut d'abord rechercher le système de travail qui convient à votre organisme, et qui n'est JAMAIS celui qui convient à tel ou tel champion que vous admirez à vos débuts, puis, une fois que l'on sait s'entraîner, s'alimenter, se reposer, que l'on connaît ses temps de récupération et que l'on a acquis suffisamment de personnalité pour ne pas se laisser embarquer dans des efforts inconsidérés, on se trace une ligne de conduite générale, et on s'en écarte le moins possible, car il faut toujours tenir compte des « impondérables ».

La somme de travail que représente une carrière comme celle de Mimoun est ahurissante. Dans bien des cas, elle dépasse l'entendement de l'homme de la rue. Sait-on, par exemple qu'il a mis quatre ans à trouver la façon de s'alimenter qui lui convenait ? Qu'il en a mis plus encore pour mettre au point son propre système d'entraînement et qu'il ne lui est jamais rien arrivé d'heureux ou de malheureux sans qu'il l'ait noté sur un carnet, avec, en regard, les raisons de sa réussite ou de son échec.

A mon humble avis, la réussite étonnante du champion Olympique, et la prolongation extraordinaire de sa carrière au-delà des limites habituelles (il va sur ses

40 ans !) tient surtout à son prodigieux instinct de l'effort. Non seulement de l'effort propre à la course à pied, mais de l'effort en général.

Son coup d'œil est infaillible. Il apprécie, immédiatement, s'il est de taille à mener telle ou telle tâche à bien ou non. Cette faculté étant valable pour les autres, au même titre que pour lui-même, il a toujours su si ses adversaires « bluffaient » ou non, si leurs attaques, ou leurs défaillances, étaient sincères ou s'il s'agissait de feintes et, pour son propre compte, il ne s'est jamais attaqué à une tâche qu'il savait au-dessus de ses forces.

Cette connaissance de soi-même que peu de sportifs possèdent, lui a permis d'adapter constamment son entraînement à son organisme.

— Avec l'âge nous changeons d'année en année, dit-il. Il faut donc modifier le travail en conséquence et ne pas considérer un système d'entraînement comme une chose définitive. A une certaine époque de ma carrière, je me suis rendu compte que, tout en m'entraînant comme par le passé, non seulement je ne progressais plus, mais que je fatiguais plus vite et que je récupérais moins bien. Étant donné que je fis cette constatation en 1951, donc à 30 ans juste, j'aurais pu croire que j'étais parvenu au bout de mon rouleau et que ce fléchissement était la première manifestation du déclin qui est le sort inéluctable de tout être humain. Au lieu de me laisser aller, d'admettre que j'étais désormais sur le toboggan, j'entrepris de rechercher les causes de ce « plateau » dans ma progression.

Côté alimentation, rien à changer : je sentais que mon régime donnait satisfaction. En ce qui concernait les soins, tout allait également très bien, ce n'était donc pas de ce côté qu'il fallait modifier quelque chose. Restait l'entraînement ! Un coureur de demi fond long a trois cartes à jouer : vitesse, train et résistance. Pour réussir,

il faut que ces trois cartes soient trois atouts-maitres. Si vous êtes battu sur une seule des trois, c'est la « catastrophe ».

Alain Mimoun se révéla alors comme un observateur extrêmement subtil. Sa résistance lui faisait un peu défaut ? Au lieu d'augmenter la dose de travail, ainsi que la majorité des coureurs l'auraient fait, il DEDOU-BLA son entraînement : deux heures de travail étaient trop et diminuaient sa résistance ? Il fit deux fois une heure et demie. La première fois le matin, la seconde le soir. En quelques mois, non seulement il rattrappa sa perte de résistance, mais il devint plus fort qu'avant dans ce domaine.

Il en fit de même pour la vitesse et pour le train. Aucun changement de rythme ne l'affectait, et, en fin de course, sa pointe de vitesse continua de clouer sur place des hommes qui avaient des références chronométriques infiniment plus belles que les siennes.

Ainsi, à 32 ans il battit son record des 5.000 mètres, à 35 ans il battit celui des 10.000 en 29'13", ce que peu de coureurs au monde ont fait depuis et, enfin, à 36 ans, il devenait champion Olympique. Par la suite, il fut encore quatre fois champion de France, sur piste et en cross et l'été dernier, donc à près de 38 ans, il réalisa 29'30" aux 10.000 et 14'10" aux 5.000 mètres, ce qui est absolument stupéfiant.

Est-il un phénomène pour autant ? Pas du tout. Il est le premier à avoir découvert qu'un système d'entraînement devait être modifié parallèlement au « vieillissement » de l'organisme et, qu'en conséquence, rien n'était définitif.

Voilà qui doit donner à réfléchir aux brandisseurs de tableaux passe-partout et à ceux qui entraînent leurs athlètes par correspondance.

(Copyright)

*Alain Mimoun is an extremely keen observer of himself. When he lacked stamina, instead of increasing the proportion of work as the majority of runners should do, he divided his training. Two hours of continuous work were too much for him, and it reduced his stamina. So he trained one and a half hours at two different times. First time, in the morning, second time in the evening. In a few months, he recovered not only his lack of stamina but developed additional stamina.*

*Alain did the same for speed and rate. No change in rhythm was affecting him, and at the end of the race, his final spurt made him beat the men who had chronometrical references so much better than his.*

*At 32 years of age, he beat his own record of 5.000 meters; at 35 years, he beat that of 10.000 in 29'13", and a few runners in the world have succeeded after him. At last, at 36 years of age, he became Olympic Champion. Later on, he became champion of France four times in track and cross country; last summer, nearly 38 years of age, he realized 29'30" in 10.000 meters and 14'10" in 5.000 meters, which is completely astounding.*

*Is he a superman? Not at all. He is the first to discover that a training system has to be modified to parallel the « ageing » of organs and that nothing is definitive by consequence.*

*Here is something to be considered by the dogmatic coach who follows a set plan all the time and also for those accustomed to training their athletes by using the text book to the letter.*





# Destination...

(Photo S.C.A. France)

LAHORE — 24 février. — Avant de quitter le Pakistan, chaque délégué reçoit une réplique du ZAMZAMA, le fameux canon. Le Président AYUB et notre Trésorier, le Colonel CHOME.

February 24 th. Before leaving Pakistan, each delegate receives a replica of ZAMZAMA, the famous cannon-cun. President AYUB and our Treasurer Colonel CHOME.



(Publifoto, Italie)

ROME — 2 mai. — Le Grand Prix du C.I.S.M. a rassemblé les meilleurs cavaliers au C.H.I.O.

Le Capitaine Raimundo d'INZEO.

May 2nd — The Grand Prix of C.I.S.M. has gathered the best military riders for the C.H.I.O.

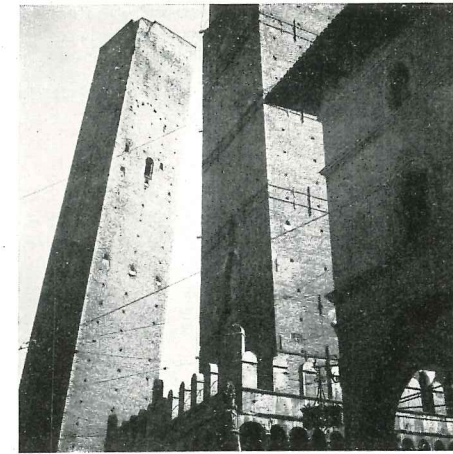
Captain Raimundo d'INZEO.



(Photo Belgique)

BRUXELLES. — 16-28 mars. — Huit nations rassemblées dans la capitale belge pour le BASKET-BALL.

March 16th-28th. — Eight nations represented in the BASKET-BALL.



(Photo Violette, France)

BOLOGNE. — 5-14 mai. — L'Italie organise le championnat de BOXE. Intéressée, la Tour se penche vers le campanile...

May 5th-14th. — Italy is organizing the BOXING championship. The interested Tower is leaning towards the « campanile »...

(Photo Violette, France)

DIEKIRCH. — 4-10 mai. Pour la deuxième fois, le LUXEMBOURG prend à sa charge le championnat d'Escrime. Les meilleurs iront-ils disputer la grande finale en Argentine ?

May 4th-10th. — For the second time, LUXEMBOURG takes over the sponsorship of Fencing championship. Will the best ones fight the final match in Argentina ?



(Photo S.C.A. France)

OSLO — 29 juin-4 juillet. Le C. I. S. M. expérimente son nouveau règlement de TIR au championnat organisé par la Norvège.

June 29th - July 4th. — C.I.S.M. is trying out its new SHOOTING regulations in championship organized by Norway.



# ... Toledo



(Photo Espagne)

# Espagne

## EL DEPORTE EN LA ACADEMIA DE INFANTERIA DE TOLEDO

por el Coronel D. Joaquin Agulla,  
Director de la Academia y Delegado de Espana en el C. I. S. M.

### Ambientacion :

La Academia de infanteria, es en Espana el Centro de estudios del Arma donde los Cadetes — que cursaron los dos primeros años de la carrera militar en la Academia General de Zaragoza, comun a todas las Armas del Ejército de Tierra — adquieren la especializacion de Oficiales de Infanteria. Cursan en esta Academia dos años, para retornar a Zaragoza para un periodo conjunto de tres meses destinados, preferentemente, a mando de tropas.

(Suite page 19)

### LE SPORT A L'ACADEMIE D'INFANTERIE DE TOLEDE

L'Academie de Tolède forme les Officiers d'Infanterie. Les cours durent deux ans. Le programme annuel comprend 36 semaines de travail effectif dont six sont consacrées à l'entraînement physique et au sport. Parmi les séances hebdomadaires, trois sont consacrées à l'équitation et trois à l'entraînement physique militaire et au sport libre. Chaque quinzaine, les Cadets doivent assister à une séance d'entraînement physique au combat, participer à un exercice d'Orientation avec application militaire (tir, lancer de grenades, identification d'objectifs) et faire un « parcours évasion » du type Pentathlon Aéronautique.

L'Académie, composée de 100 Officiers, 400 Elèves et 600 Hommes de troupe environ, a son club sportif « ALIJARES » et ses équipes de Hand-ball, de Basket-ball, de Hockey sur patins à roulettes, de Tennis, de Gymnastique, d'Athlétisme, de Natation et d'Escrime, équipes inscrites aux championnats nationaux organisés par les Fédérations Civiles. L'équipe de Hand-ball de « ALIJARES » est actuellement championne régionale et va participer à la finale. Il est à noter que trois Cadets sont présélectionnés olympiques pour le Pentathlon Moderne.

Tolède accorde la plus grande importance à la formation physique et sportive de ses Elèves. Et c'est bien compréhensible si l'on songe à cette merveilleuse école de volonté qu'est le Sport.

### SPORTS AT THE INFANTRY ACADEMY OF TOLEDO

The Academy of Toledo includes Cadets who attend special training courses of Infantry Officers. The course of instruction is two years long. Each course includes 36 weeks of effective work during which six weeks are completed by P.T. and sport. During these weekly courses, three are completed with equitation and three with combat training and voluntary program. Within a fortnight, Cadets are compelled to be present to a conditioning exercise drill, an « orientation run » with military applications (such as shooting, grenade throwing, target identification) and an « escape contest », of the P.A.I.M. type.

This academy, composed of about 100 officers, 400 cadets and 600 privates has its own sports club « ALIJARES ». This club has teams in hand ball, basket ball, roller skating, tennis, gymnastics, track and field, swimming and fencing and is allowed to enter national championships arranged by civilian federations. At present, the hand ball team of the « ALIJARES » club is a regional champion and must participate in the finals. It is worthy of note that three cadets are pre-selected for the Olympic Games in the Modern Pentathlon.

The Academy of Toledo places great importance in physical training and sports participation of their cadets. It is easy to understand why then we consider how well sports develop will-power and leadership.



(Photo Espagne)

En estos dos años de permanencia en la Academia de Infantería los Cadetes tienen la graduación de Alférez y los cursos se desarrollan entre el 15 de septiembre y el 15 de julio, con un periodo de vacaciones de Navidad desde el 22 de diciembre al 7 de enero. Son unas treinta y seis semanas de duración, de las cuales tres se emplean en ejercicios de conjunto de todas las Academias Militares en campo de maniobras especial y, para la realización de ejercicios de combate.

La Academia de Infantería, antiguamente situada en el Alcazar de Toledo, al ser este destruido durante el heroico asedio que allí sufrieron las tropas que mandaba el Coronel Moscardo — entre ellas Jefes, Oficiales, Cadetes y soldados de la Academia — se encuentra hoy en un nuevo — conjunto de edificios cuya construcción se inició en 1.948. Esta dotada de elementos modernos de instrucción y enseñanza entre los que cuenta — un conjunto de instalaciones deportivas de tipo esencialmente utilitario, suficientes para atender las necesidades de la Academia que se basa: en el empleo para enseñanza y recreo de unos cien Jefes y Oficiales Profesores y de asistencias, unos cuatrocientos Caballeros Cadetes, — cien Suboficiales y unos seiscientos soldados.

### El deporte en la Academia como actividad de formación :

En la concepción del Plan de Estudios, Enseñanzas e Instrucción de la Academia, se concede a la Instrucción Física Militar y al Deporte un papel esencial, tanto por la necesidad de que el futuro Oficial tenga las cualidades físicas precisas al mando de sus hombres, como para que su endurecimiento personal le permita resistir y superar las fatigas y — circunstancias de la vida de campaña y, finalmente, desarrollar cerca de sus soldados esta misma labor de instrucción física que es precisa.

Por otra parte, la intensidad del trabajo intelectual a que el Cadete se encuentra sometido y su edad, que oscila entre los 19 y 23 años, requieren la práctica del deporte como expansión libre y compensación del esfuerzo intelectual.

En consecuencia, dentro del Plan de Estudios se destinan sesenta minutos diarios — seis sesiones semanales — a la instrucción física militar y al deporte.

De estas seis sesiones semanales, tres se dedican a Equitación en exterior o pista y tres a Instrucción física militar o deportes.

La Instrucción física militar tiene lugar a través de una sesión — quincenal de gimnasia de combate y una sesión quincenal de « deporte de orientación » (orienteering) con variantes de utilidad militar. Son del tipo de « las patrullas militares suizas », « el juego de evasión del PAIM » o similares, contándose para ello no solamente con amplioterreno libre, sino también con una « pista de combate » de 200 metros con catorce obstáculos y una « pista de endurecimiento » o « confidence course » de 500 metros con 24 obstáculos. En esta instrucción se incluyen sesiones de judo o de « close combat » y natación de combate.

El deporte se desarrolla en forma de especialización, a cuyo fin el Cadete a su llegada a la Academia elige el deporte que le interesa practicar o para el que tiene mejores condiciones, seleccionando entre los siguientes : Basket Ball, Volley Ball, Hand Ball, Fútbol, Skating-Rolls, Tennis, Gimnasia Deportiva, Pelota española, Atletismo, Natación deportiva y Esgrima.

Las Unidades de tropa tienen, asimismo, cinco sesiones semanales, desarrolladas en sesiones de una hora, para la instrucción física y el deporte.

### El deporte en la Academia como actividad de expansión o recreativa :

Además de las sesiones antes señaladas y que se incluyen en el Plan de Formación del Cadete o del Soldado tienen lugar en la Academia sesiones libres de los sábados y durante los domingos, actividades deportivas libres, bien sea en forma de torneos desarrollados en el ámbito de la Academia o en las Federaciones Deportivas Civiles, formándose el « Club Alijares » que constituye equipos de los diversos deportes, y así, en la Federación de Hand Ball están inscritos dos equipos de Cadetes y — uno de soldados que toman parte en los Campeonatos en concurrencia — con equipos civiles. En este deporte y durante la presente temporada, el equipo « Alijares » formado por Cadetes de la Academia ha quedado — campeón regional y deberá jugar en los meses de abril y mayo la fase final de los Campeonatos de España de este deporte. En el mismo, uno de los Cadetes ha sido seleccionado por la Federación Civil para formar parte del equipo nacional.

Del mismo modo, se participa en los Campeonatos Regionales de la Federación de Basket-ball y en los de Atletismo y Natación. Por otra parte, tres Cadetes han sido seleccionados por la Federación Civil de Pentathlon Moderno para el equipo olímpico de España de dicho deporte.

Con frecuencia los encuentros con equipos universitarios en los diversos deportes que se practican.

Independientemente de estos deportes de aire libre, el Cadete dispone en el Club de Oficiales de instalaciones de tenis-table y Bowling.

### Conclusiones :

El deporte en la Academia de Infantería tiene un gran arraigo y es considerado como formativo y como recreativo, practicándose no solo dentro de los límites de ella sino en concurrencia con los deportes de las unidades civiles.

Esta difusión y amplia práctica deportiva contribuyen en tal medida a la instrucción militar, que el Cadete no solo disfruta de una buena salud, sino que esta influencia del deporte se manifiesta en su aspecto físico y excelente presentación, en la facilidad con que resiste el ritmo de la vida militar de Academia, en su cómoda adaptación a los ejercicios de combate, a las Juras marchas y ejercicios de guerrillas, en su espíritu de alegría, en fin, que es una de las características esenciales que caracterizan al Cadete.

(Copyright)



(Photo Espagne)

ENTENDU A  
HINTS FROM

# AΘHNAI

A DIGEST  
UNE SELECTION

par LOUIS FAUCONNIER  
(BRUXELLES UNIV.)

... At last the time has arrived that coaches all over the world shall organize themselves in the form of an association. They have joined in a voluntary organization in order to promote friendship as well as scientific and technical know-how through interchange of opinions. In other words, they create a common pool of their abilities and experience for the promotion of athletics. Time has proved, as in all sciences, that there should not be personal and national secrets, and that professional cooperation contributes much more to the promotion of a set goal...

Otto SZYMICZEK's welcome greeting  
*Chairman of the I.T.F.C.A.*

Du 4 au 11 janvier 1959, ATHENES ouvrait largement ses portes au II<sup>e</sup> Congrès de l'Association Internationale des Entraîneurs d'Athlétisme (International Track and Field Coaches Association). Tout en étant le deuxième en titre, ce congrès qui groupait 28 participants représentant 17 nations, marque cependant la naissance de cette Association. En effet, si c'est à BERKELEY (U.S.A.) qu'en 1956, l'Association fût conçue, c'est en terre hellénique, au berceau même de l'athlétisme que ces hommes brûlant d'un amour égal pour ce sport d'une essence particulière ont voulu qu'elle voit le jour...

L'accueil extraordinairement chaleureux des Autorités helléniques, le dévouement des organisateurs, l'atmosphère lourdement chargée d'Histoire et enfin, un pèlerinage en terre sacrée, à OLYMPIE, tout devait faire de ce congrès un événement absolument exceptionnel appelé à marquer profondément ceux qui le vécurent.

Réunis dans les ruines de l'Altis (Sacred Altis) après nous être inclinés au passage devant le cœur de Coubertin, entraîneurs venus de Nations parfois tellement dissemblables, nous devions nous sentir là, unis, enfants d'une même et seule famille rassemblés au foyer pour y saluer la mémoire des ancêtres et comme eux, prêter le serment sacré :

... "NO FELONY WILL BE COMMITED" ...

**AUSTRIA** ● PROBLEMS OF TEEN-AGE ATHLETICS, by Dr Guenther BERNHARD, *Prof. GRAZ Univ.*

- « The teen-ager is not a young adult but he has his own psychophysical personality.
- « The effort of improvement of records comes close to the ideal : this is accomplished by harmonious around training and by the learning of the technical details.
- « The problem of the useful spending of the leisure time creates the possibilities for the acquisition of a good way of living ».

THE TASK OF PSYCHICAL TRAINING, by Karl DESCHKA, *Prof. of Track and Field, WIEN Univ.*

- « The task of psychical training lies in the influence it wields upon the psychical faculties for the increase of physical fitness and readiness.
- « The most effective factor concerning external influence is the trainer.
- « Not even the great champion is completely independent from his trainer.
- « Psychical guidance is, consequently, not a passing affair of elementary instruction, but must be a permanent institution for all who need it. It has to fulfill the following functions :
  - 1) Rousing and promoting the right attitude towards sport ;
  - 2) Training of the intelligence ;
  - 3) Influencing the sentiments, emotions and moods so as to be favorable to achievement ;
  - 4) Directing and strengthening the acts of volition ;
  - 5) Education to become a personality ;
  - 6) Cultivation of community feelings ».

**FINLAND** ● SAUNA and RELAXATION, by Major Kalevi ROMPOTTI, *National Coach.*

- « Relaxation, and the ability to relax, are becoming increasingly important for the athlete
- « The best way to remove the tension caused by excessive nervousness is naturally good training and the self-confidence created by it, but we have also another external factor, the best mode of relaxation in the world after hard training : the Finnish sauna.
- « The perspiration which takes place in the dry air of the sauna is different from the perspiration resulting from sports or work. The former, passive perspiration, is caused by the surrounding hot air. The active perspiration on the other hand, is due to one's own muscular activity. In the perspiration which takes place in the sauna the blood is purified of the impurities which have accumulated in it previously.
- « Owing to the enervating effect of the sauna, it is well before an event requiring endurance, not to go to the sauna for 2-3 days.
- « The sauna is most beneficial after hard and exhausting competitions.
- « In such places where one does not have a sauna available, alternate hot and cold showers, may be substituted in which case the cycle should be repeated at least three times ».

**SWITZERLAND** ● MEASUREMENT OF REACTION TIME DURING THE START AND ACCELERATION TIME AFTER IT, by O. MISANGYI, *National Coach.*

- « The acceleration is different for each runner.
- « Acceleration up to the 50 meters was always observed. Due to technical difficulties it was not possible to establish acceleration any further.
- « Another test on sprints of 60 meters measuring every 10 meters proved that in the 60 meters a finish is being made and the slowest 10 meters are between 40th and 50th meters ».

THE MOVIES IN THE SERVICE OF TRACK AND FIELD TRAINING, by Dr Ernst SAXER, *Prof. Bern Univ.*

- « In the use of the movies in track and field training, the following questions have arisen :
  - 1) Is it possible to achieve through the movies a more thorough study and a more precise analysis of the athletes' movements in each track and field event ?
  - 2) Is it possible to ascertain through the movies the interval of time needed for secondary motions of the body, in a way, that we may arrive to physiologically correct conclusions ?
  - 3) Does the study of the athletes' external expression help us to determine the character of the athletes' psychological traits ?
- « We may answer positively question n° 1.
- « As far as question n° 2 is concerned granted that we may achieve the definition of time for the secondary motions ; in collaboration with physiologists it is partly possible to achieve what we want. Research however must be continued for the specification of pressure that the athlete uses on the ground and the concentrated power exercise for the delivery of the shot.
- « The studies of sports-psychologists are of great help to the positive answer for the third question. Mainly during competition, when undoubtedly the unnecessary spasms of the face muscles are indicative of nervousness and stiffness and not a relaxed and easy going performance ».

**U. S. A.** ● WEIGHT TRAINING TEN COMMANDS FOR TRACK AND FIELD ATHLETES, by George L. RIDER, *Head Coach, Miami Univ.*

- « 1) Always warm up with vigorous free hand exercises before using the weights. Between lifts take arm-swinging and other limbering exercises.
- « 2) Use a weight you can lift about seven times and when you can lift it 12 or more times the weight may be increased.
- « 3) Training with weights three times a week is enough for the average person.
- « 4) Maintain correct positions.
- « 5) Breathe freely during exercises.
- « 6) To assume maximum gains in power (strength multiplied by speed) all weight exercises should be done as explosively and quickly as possible. It is also best to go to full extension
- « 7) Remember weight and flexibility exercises are only supplementary. They should be added to regular training and can never be substituted for practicing the event itself.
- « 8) If weight training is given during the competition seasons it should always follow the regular workout for each event.
- « 9) Build your own routine of exercises that meets your own needs and stick to routine.
- « 10) You won't be wrong if you simply ask the question « what are the actions for my event ? » and then proceed to strengthen the muscles which perform those actions ».

« Il faut compter 5 années pour former un athlète de fond susceptible de réaliser des performances de « Classe ».

« Actuellement la maturité d'un athlète de fond, se situe aux environs de 26 ans.

« On pourrait cependant — à mon avis — avec l'appui des médecins envisager un plan de préparation applicable dès l'âge de 12 ans et déjà espérer des résultats 3 ans plus tard.

« De temps à autre, il est indispensable de consentir des efforts représentant 90 % de l'effort de compétition. Il faut par exemple prévoir 2 × 2 000 m à 90 % avec des intervalles suffisamment longs ».

A LIST OF TOPICS FOR ONE OF THE DISCUSSION GROUPS:

RUNNING

1. *Observations and comments as regards the « Closed Start », « Medium Start » and « Long Start ».*
2. *Observations and comments on the so-called « Dyson-Relay change-technique ». (According to this style the baton is handed from above).*
3. *Observations and comments as regards the use of the crouch-start for all runners of a 4 × 100 m relay team. (Soviet-technique).*
4. *In the training for long distance should one limit oneself to the « Interval-training » or is it necessary to add the use of « Fartlek-training » and the running of long-distances ?*
5. *Should we prearrange the number of the repeated distances in the use of the « Interval-training » system, or should we leave it at the discretion of the runner who would judge according to signs of fatigue ?*
6. *Manner of training appropriate for keeping the athlete in his best shape during an interval of two to three weeks having in mind the most important race of the season.*
7. *In the taking of a hurdle in the 110 m race should the leading leg be entirely stretched at the passing of the hurdle ?*
8. *What are the pros and cons in the style of Jack Davis and Lauer who bend their head in taking the high hurdles ?*
9. *Immediately after the passing of the high hurdle should the athlete hasten down his leading leg to the ground ?*
10. *In the 400 hurdles should the runner insist on an even number of steps between the hurdles or is an odd number preferable ?*

L. FAUCONNIER (Belgique) Major  
 K. ROMPOTTI (Finland), Major A. ARNE-  
 SEN (U.S.A.), A. NYTRO (Norway),  
 T.M. HARRIS (Uganda).

(Photo Grèce)



UN NOM... UN VISAGE

# MY SCHEDULE BY CHARLES PRATT



## INDOOR-SEASON

### PRE-SEASON.

When I refer to pre-season I mean that time prior to the indoor track season. The indoor season begins around the third week of January and continues until the end of March. The distances indoors vary from 45 yds to 60 yds, with most races at 60 yds and 5 hurdles.

I begin training for indoors around the second week of October. My program for October and November is as follows :

A) Three days each week I run around 2 1/2 to 3 miles. My reason behind this is to strengthen my legs and stomach. About the second week in November I continue to run for distance. This time I cover the distances at different rates of speed. Example : I try to start by jogging 200 yds and then run at 1/2 speed better for 100 yds. This is very difficult and, if accomplished for 1 1/2 or 2 miles, it is very good.

This phase of practising should bring you up to December. In December you must practice five days a week. My schedule follows : The first two weeks, after I warm up properly I run five 150 yds dashes and finish with a 300 yds dash three days each week. These 150 dashes should stress speed.

B) Last two weeks in December and prior to competition, Monday : Four 50 yds dashes easy and five 80 yds dashes hard. Finish with a 300 yds dashes.

Tuesday : four 50 yds dashes easy, practice running over three hurdles five times, finish running a 50 yds dash hard.

Wednesday : four 50 yds dashes easy, practice running over five hurdles five times ; finish running two 60 yds dashes hard.

Thursday : four 50 yds dashes easy, practice over five hurdles five times, finish with a 300 yds dash.

Friday : four 50 yds dashes easy, practice over one hurdle five times, finish running two 60 yds dashes hard.

Note : Each day before I begin my training I jog two or three minutes and exercise for about 15-.

### IN-SEASON.

Monday : Ten 60 yds dashes at 3/4 speed. Do five at a time and then do the other five. These dashes should be run at short intervals.

Tuesday : Practice running over five hurdles five times, Finish running two 60 yds dashes hard.

Wednesday : Practise running over five hurdles five times, Finish running three 60 yds dashes hard.

Thursday : Practice running over two hurdles three times. Over five hurdles two times. Finish with two 60 dashes hard.

Friday : Run three 60 yds dashes at half speed.

Saturday and Sunday : rest.

### IMPORTANT :

This standard each day and before my actual workout begins.

First : two or three minutes jogging ; Second : four 60 yds dashes at half speed ; Third : fifteen minutes of exercise.

## OUTDOOR-SEASON

### TRAINING SCHEDULE FOR OUTDOORS 110 METRES HURDLES.

The outdoor season begins around the 20 th April in the States. After the indoor season is over I rest for five days which brings me up to approximately April 1 st.

— Prior to competition first week training,

Monday : Five 150 yds dashes. Finish with two 220 yds dashes.

Tuesday : Eight 100 yds dashes. Finish with one 220 yds dash.

Wednesday : Eight 100 yds dashes. Finish running three 50 yds dashes hard.

Thursday : Ten 100 yds dashes. Finish running one 200 yds dash.

Friday : Five 150 yds dashes. Finish running three 50 yds dashes hard.

— Second week and other time prior to competition,

Monday : Five 150 yds dashes. Finish with two 300 yds dashes.

Tuesday : Practice over four hurdles five times. Finish with three 80 yds dashes hard.

Wednesday : Practice over six hurdles five times. Finish with three 50 yds dashes and one 200 yds dash.

Thursday : Practice over eight hurdles four times. Finish with two 80 yds dashes.

Friday : Practice over eight hurdles, three times. Finish with one 100 yds dash.

### IMPORTANT.

Before I do any of the about I do the following :

First : Jog for three minutes ; Second : Run four 60 yds dashes easy ; Third : Exercise for 15 minutes.

### TRAINING DURING COMPETITION FOR THE OUTDOOR SEASON.

Monday : Seven 100 yds dashes. Finish with two 200 yds dashes.

Tuesday : Practice over four hurdles five times. Finish by running five 80 yds dashes.

Wednesday : Practice over six hurdles five times. Finish running two 120 yds dashes and one 300 dash.

Thursday : Practice running over eight hurdles three times. Finish by running two 50 yds dashes.

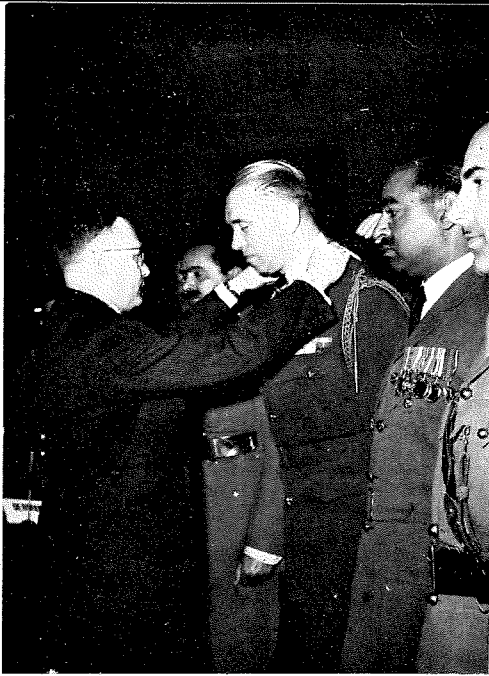
Friday : Run three 100 yds dashes by half speed.

Saturday : Competition.

### IMPORTANT : As usual I start my work by :

First : jogging three minutes ; Second : running four 50 yds dashes easy ; Third : exercise for 15 minutes.

Un des plus brillants démonstrateurs du stage de Formia fut sans conteste le jeune Charles PRATT de l'U.S. Army. Il a eu la gentillesse de nous adresser ces quelques notes sur son entraînement personnel. Ceux de Formia seront heureux de retrouver ici la sympathique silhouette de ce bel athlète. Pour les autres, il est évident qu'ils liront avec profit cet exposé dont la brièveté n'enlève rien à la clarté.

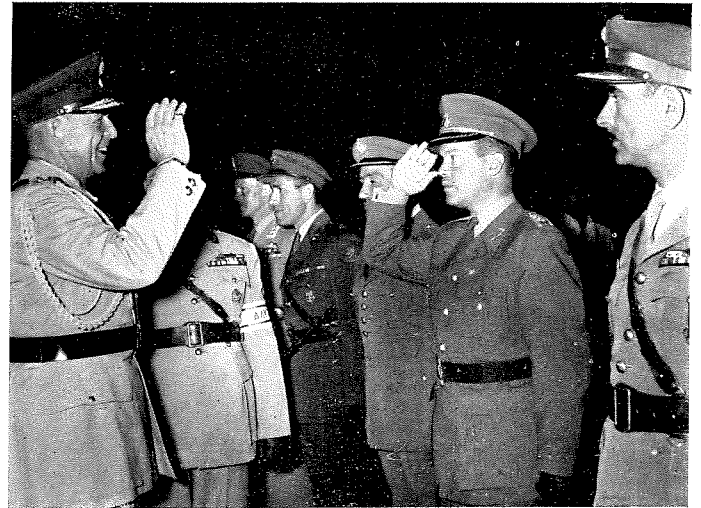


LAHORE, 1959.

— M. THOMY, représentant le Ministre des Armées de la République Française, remet les décorations du Mérite Sportif au Brigadier GUL MAWAZ KHAN (Pakistan), au Major MOLLET, Secrétaire Général (Belgique), au Group Captain PIRACHA (Pakistan) et au Capitaine ABDUL AZIZ SHEIKH (Pakistan).

— M. THOMY, as representative of the Secretary of the Defence of France, confers the cross of Sport Merit to Brigadier GUL MAWAZ KHAN (Pakistan), Major MOLLET Secretary General (Belgium), Group Captain PIRACHA (Pakistan), and Captain ABDUL AZIZ SHEIKH (Pakistan).

(Photo S.C.A. France)



TEHERAN, 1959. — A l'escale, le Général DAFTARI, Secrétaire d'Etat à l'Education Nationale, à la Jeunesse et aux Sports, et le Général PIROOZ, chef de délégation, accueillent les délégués se rendant à Lahore et offrent une gerbe de fleurs à notre vice-président, le colonel PAPARESCOS.

At stop, General DAFTARI, Secretary of National Health and Welfare Department, and General PIROOZ, head of delegation, welcome the delegates on their way to Lahore and offer a bunch of flowers to our vice-président Colonel PAPARESCOS.

(Photo S.C.A. France)

ATHENES, 1958. — S.M. Paul 1<sup>er</sup>, Roi des Hellènes, se fait présenter les chefs de délégation au championnat de Pentathlon Militaire.

The heads of delegations are presented to H.M. Paul 1<sup>st</sup>, King of Greece, at the Military Pentathlon championship.

(Photo Florou, Grèce)

JOINVILLE, 1958. — Le Colonel DEBRUS vient de remettre à l'insigne de chevalier de la Légion d'honneur au Lt-Colonel WENDELEN (Belgique).

— Colonel DEBRUS has conferred the cross of « Chevalier of Legion of Honour » to Lt Colonel WENDELEN (Belgium).

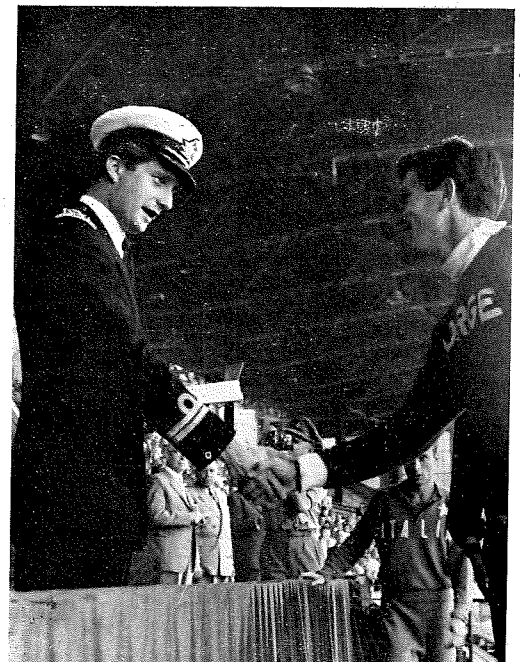
(Photo S.C.A., France)



BRUXELLES, 1958. — S.A.R. le Prince ALBERT de LIEGE avait tenu à féliciter lui-même les gagnants des épreuves du championnat d'Athlétisme.

H.R.A. Prince Albert of Liege had insisted on congratulating personally the winners of Track and Field Championship.

(Ph. S.C.M., Belgique)





# La vie au Life at the C.I.S.M.

*Les hautes autorités qui nous ont reçus :*

Comme le dit le Président dans son *Editorial*, nous avons persévéré. Et nous avons eu la joie et la fierté, tout au long du déroulement de nos manifestations, d'être constamment encouragés dans nos efforts et approuvés dans nos initiatives par les plus hautes autorités de tous les Pays qui sont venus faire partie de la grande famille du C.I.S.M.

Les quelques photographies qui figurent sur la page précédente illustrent les plus récents exemples de ces encouragements.

*The High Personalities who have received us :*

As the President wrote in his *Editorial*, we have persevered. We are pleased and proud to be constantly encouraged in our efforts as long as our demonstrations are going on, and to be approved in our initiative, by the highest authorities of all Countries that have joined our great family of C.I.S.M.

The few photographs shown on the preceding page are illustrating the late examples of those encouragements.

## ACADEMIE DU C.I.S.M. (A.C.I.S.M.)

AVANT LE STAGE DE TOLEDE.

En 1952, lors des Championnats Internationaux Militaires de Natation et des Journées Médico-Sportives organisés par le C. I. S. M. et la France à MONACO, le Médecin-Colonel LARTIGUE présenta une mise au point sur « LA PREVENTION DES NOYADES ET DES HYDROCUTIONS AU COURS DES BAINADES MILITAIRES COLLECTIVES ».

En 1954, lors des Journées Internationales de Médecine Sportive Militaire, organisées par le

BEFORE TOLEDO.

In 1952, during the International Military Swimming Championships and the jamboree of Sports Medecine organized by C.I.S.M. and France in Monaco, Medical Colonel LARTIGUE made a statement about « PREVENTION FROM DROWNING AND HYDROCUTION (watershock) DURING COLLECTIVE MILITARY SWIMMING ».

In 1954, during the International Days of Military Sports Medecine organized by C.I.S.M. and Italy at the Naval Academy of Livorno, during the Sea

C.I.S.M. et l'Italie à l'Académie Navale de LIVOURNE, pendant la Semaine de la Mer, le Docteur LARTIGUE, dans un rapport intitulé « L'HYDROCUTION DU SPORTIF EN SURFACE ET EN PLONGEE SOUS-MARINE » montra que la température de l'eau était le facteur capital commandant les accidents de l'immersion, tandis que les autres facteurs individuels ou extérieurs tels que la digestion ou le choc émotionnel n'étaient que des facteurs favorisants. Cette étude aboutissait aux mêmes conclusions que celles des spécialistes américains sur la survie des naufragés en eau froide.

Avant de présenter, lors du prochain Stage international de Natation de TOLEDE en Septembre 1959 « LE CODE DE L'EAU », c'est-à-dire l'ensemble des précautions à prendre pour éviter les accidents de l'eau, le Colonel LARTIGUE dans un rapport détaillé, présenté lors des Journées Médico-Sportives de LYON, a montré que le mécanisme principal de l'adaptation de l'organisme vis à vis de n'importe quel agent agressif se trouve, comme pour l'agression de l'eau, dans les centres cérébraux de la partie inférieure du cerveau, ou DIENCEPHALE, qui constituerait la « CENTRALE ELECTRO-CHIMIQUE » commandant toutes les réactions de l'organisme du fait que les perturbations ioniques de ses cellules, lorsqu'elles sont brutales et aiguës, se traduisent par des accidents aigus de comas ou de syncopes et lorsqu'elles sont chroniques se traduisent par des affections allergiques ou cancéreuses.

Ces données conduisent le Docteur LARTIGUE à proposer de nouvelles thérapeutiques s'ajoutant aux thérapeutiques actuelles d'action périphérique, en vue d'une action électro-chimique destinée à rétablir le fonctionnement normal de la « CENTRALE DIENCEPHALIQUE ».

En raison de la nature très particulière et de l'intérêt évident de cet exposé scientifique, le C.I.S.M. MAGAZINE a tenu à en informer dès maintenant ses lecteurs. Mais il nous faut attendre le Stage de TOLEDE avant de publier l'étude complète du Colonel LARTIGUE qui aura pour titre : » DE LA FULGURATION A L'ASTHME ET AU CANCER ».

Week, Doctor LARTIGUE in his report « HYDROCUTION OF SPORTSMAN IN SUBMERSION » showed that the temperature of water was the capital factor ruling the accidents of immersion while the other ones, individual or exterior factors, such as digestion or emotional shock were but secondary factors. This study led to the same conclusion as American specialists about survival of shipwrecked people in cold water.

Before presenting, during the coming International Training Course of swimming in Toledo in september 1959, the « CODE OF WATER » so as to say the whole lot of precautions that have to be taken in order to avoid accidents in water, Colonel LARTIGUE, in a very detailed report that was presented on the occasion of the jamboree of Sports Medicine in LYON, has shown that the main mechanism of the adaptation of organism to any aggressive agent is located in the inferior part of brain, so called DIENCEPHALON, would constitute the « ELECTRICAL CHEMICAL GENERATING STATION » in command of every reaction of organism adaptation because the ionic perturbations of its cells, when brutal and sharp, are represented by sharp accidents, comas or syncopes, and when chronic, are represented by allergic or cancerous diseases.

These data lead Doctor LARTIGUE to propose new treatments in addition to present therapeutics of peripheral action for the purpose of an electro-chemical action aiming at setting up again the normal functioning of the « DIENCEPHALIC GENERATING STATION ».

Due to the very particular nature and the obvious interest of this scientific essay, even now, C.I.S.M. MAGAZINE had to give this information to its readers. But we have to wait for the Toledo clinic before the publication of Colonel LARTIGUE's complete study, the title of which is « FROM FULGURATION TO ASTHMA AND CANCER ».

# Calendrier **C.I.S.M.** Calendar

COMPETITION	PAYS/COUNTRY	LIEU et DATE/PLACE and DATE
SEMAINE DE LA MER SEA-WEEK	PAYS-BAS NETHERLANDS	Amsterdam & Den Helder du 10 au 19 juillet From July 10th to 19th
NATATION/SWIMMING	ESPAGNE/SPAIN	Madrid du 2 au 10 août From August 2nd to 10th
PENTATHLON MILITAIRE MILITARY PENTATHLON	SUEDE/SWEDEN	Kristianstad du 17 au 24 août From August 17th to 24th
STAGE DE NATATION SWIMMING CLINIC	ESPAGNE/SPAIN	Toledo du 1 <sup>er</sup> au 9 septembre From September 1st to 9th
P.A.I.M. PENTATHLON AERONAUTIQUE AERONAUTICAL PENTATHLON	SUEDE SWEDEN	Octobre October
ASSEMBLEE GENERALE GENERAL ASSEMBLY	GRECE GREECE	Athènes 10 octobre October 10th
CROSS-COUNTRY	ETATS-UNIS (ALLEMAGNE) UNITED STATES (GERMANY)	26 Novembre November 26th

Who is the stranger ?

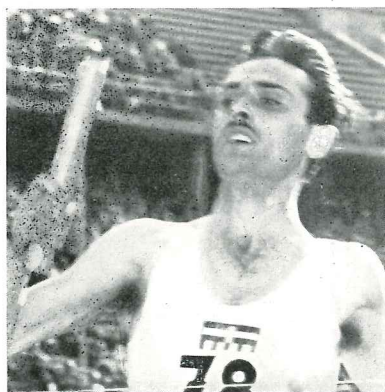
Quel est l'intrus ?



Réponse page 28

Answer page 28.

# KEEP THEM...



L'Intrus est... DEGATS (France) ci-contre — auquel un montage photographique a fait prendre le corps et la place du Grec KORMALIS (ci-dess.) vrai vainqueur de ce relais 4 x 400 m. au cours des championnats C.I.S.M. d'Athlétisme 1956, à BERLIN.

Le second coureur, sur la photo en page 27 est Lee Dong (Corée).

QUEL ET L'INTRUS ?

WHO IS THE STRANGER ?

The Stranger is... DEGATS (France) (right) who after a photographic Setup, took the body and the place of Greece's KORMALIS (here above) real Winner of this 1 600 m relay during the 1956 C.I.S.M. Track and field Championships in BERLIN.

The second runner on picture (page 27) is Lee Dong (Korea).



QUIZ ? C.I.S.M. ? QUIZ ? C.I.S.M. ? QUIZ ? C.I.S.M. ? QUIZ ? C.I.S.M. ?

### REPONSES

1. 9 jours, 1 heure, 18 minutes.
2. 10 jours, 5 heures, 40 minutes.
3. Le Médecin-Commandant Robert MONNIER et Monsieur Robert CLAUSSÉ.
4. Sur Fregate Renault à 63 km/h.
5. Cap de Bonne-Espérance — Cap Nord, établi en 1958 (19.000 km en 16 jours 5 heures 40 minutes).

### ANSWERS

1. 9 days, 1 hour, 18 minutes.
2. 10 days, 5 hours, 40 minutes.
3. Medecin-Commandant Robert MONNIER and Mr Robert CLAUSSÉ.
4. With a Fregate Renault, at 63 km/h.
5. Cape of Good Hope — North Cape, set up in 1958 : (19.000 km in 16 days 5 hours 40 minutes).

## LANGAGE...

Depuis le temps qu'il y a des hommes et qui parlent, de petits groupes se sont formés autour des mots et des phrases. Ces groupes, au cours des siècles et au prix d'innombrables difficultés vaincues, ont mis au point des langages, qu'ils ont voulu différencier à l'extrême. Ils ont poussé le souci de se singulariser jusqu'à l'idiotisme. Peu à peu, ne s'entendant plus les uns les autres, ils arrivèrent insensiblement à ne plus pouvoir se supporter. Quelques esprits bien intentionnés, émus par cette maladie qui ne guérissait pas, proposèrent leurs remèdes : le latin, l'espéranto, interlingua...

Quant au C.I.S.M., tenant compte des réalités, nous avons proposé des rencontres, des échanges. Mélangés sur les stades, et jusque dans notre traditionnel défilé, mélangés au banquet final, mélangés pendant les stades et pendant les voyages, nos jeunes athlètes militaires ont pris l'habitude d'entendre les syllabes des autres langues. Pour jouer, ils s'exercent à en apprendre et à en prononcer quelques mots. Pour la compétition, ils savent bien qu'ils ont avantage à saisir ce que veut dire l'arbitre ou l'adversaire ou l'organisateur...

Sans doute, nous avons nos deux langues officielles, nous avons nos interprètes, mais rien ne vaut le dialogue direct.

Voilà pourquoi nous avons imaginé ce jeu nouveau pour nous distraire : nos mots croisés bilingues. Nous commencerons par un jeu franco-anglais, la prochaine fois, nous changerons de langues.

E.P.

## LANGAGE...

Ever since men have existed and have been able to speak, small groups have gathered around words and phrases. Those groups in the course of centuries and at the cost of numberless difficulties, have made clear some languages that they have wanted to be distinctly different. They were careful in developing words exclusively for their own expressions. Little by little, since they could not understand one another, they came up to the point where it was impossible to get along together. Some well disposed characters, feeling this disease which was getting worse and worse, proposed their remedies : Latin, Esperanto, interlingua...

At C.I.S.M., taking the realities into consideration, we have proposed meetings and exchanges. Mixed together on the field, and even in our traditional parade, mixed together during the training courses and the journeys, our young military athletes got used to the understanding of the other languages. As a game, they train themselves to learning and to pronouncing a few words. So far as competition is involved, they know perfectly the advantage of understanding what the referee and the opponent mean...

As a matter of course, we have two official C.I.S.M. languages, we have our interpreters, but nothing is worth the direct dialogue.

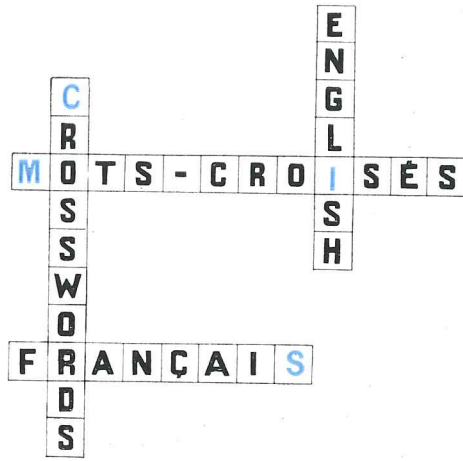
That is the reason why we have developed a new puzzle to entertain everybody : our bilingual cross-words. We shall start out with a French-English game, next time, we shall change the languages.

# ...PLAYING

## EN FRANÇAIS

HORIZONTALEMENT, (Clues across, in French).

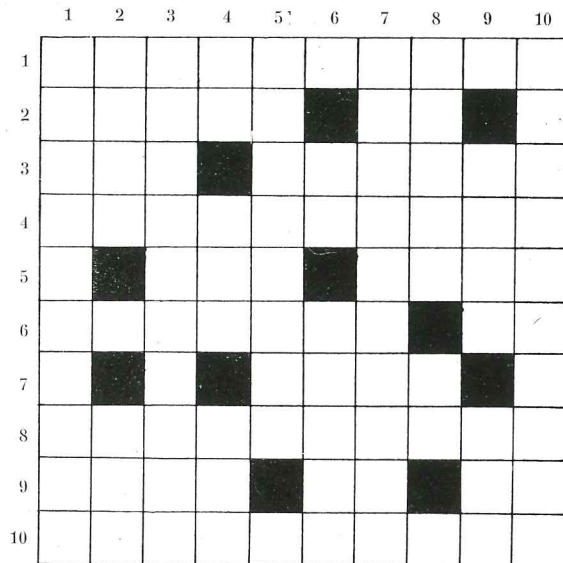
- 1 — Grand rassemblement de sportifs.
- 2 — Qualificatif incompatible avec le Sportif.  
— Deux des neuf du DECATHLON.
- 3 — Trois des dix de MILITAIRES.  
— Ce que doit faire un bon moniteur d'entraînement physique pendant les leçons.
- 4 — Maintenir en bon état, en bonne santé, en forme.
- 5 — On appelle ainsi certain champion de Tir.  
— (à l'envers) Céréale.
- 6 — Rouges, ce sont des pilotes Italiens.  
— Ainsi débute le nom d'un théologien Allemand (1803-1875).
- 7 — Peuvent être d'eau ou de soie.
- 8 — Secoue les arbres pour en faire tomber certains insectes.
- 9 — Populaire, de même.  
— Réserve au premier classé.  
— Nos moniteurs commencent par les étudiant.
- 10 — Espérons que vos raisonnements le seront pour trouver nos mots croisés !



## IN ENGLISH

CLUES DOWN (verticalement en anglais).

- 1 — A number one aim of C.I.S.M.
- 2 — The sportsman likes to do it with merit, the business man with money.  
— Recovered strength and heat.
- 3 — It is more than hell in your nose when he calls on you.
- 4 — A diminutive of a surname.  
— Dishonest means of living.  
— Hard to crack.
- 5 — Throws the private out of bed.
- 6 — A preposition.  
— A Roman festival. (two words).
- 7 — Herb Carper's favorite run in yards.
- 8 — Dangerous for aircraft.  
— Points of the compass.
- 9 — Upside down lake.  
— Negative
- 10 — Not recommended for a sportsman's mind.

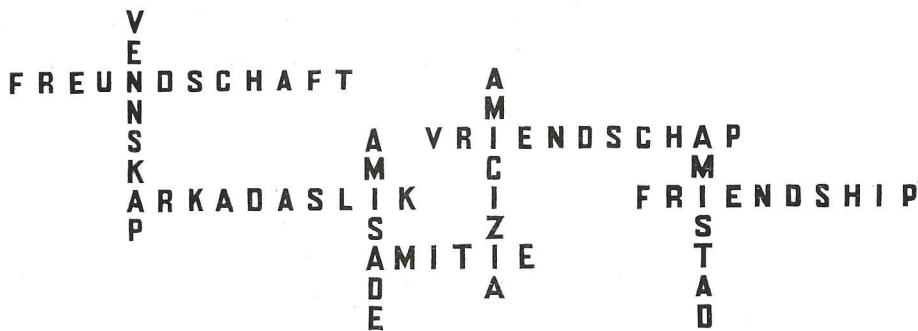


(Copyright)

## ATTENTION

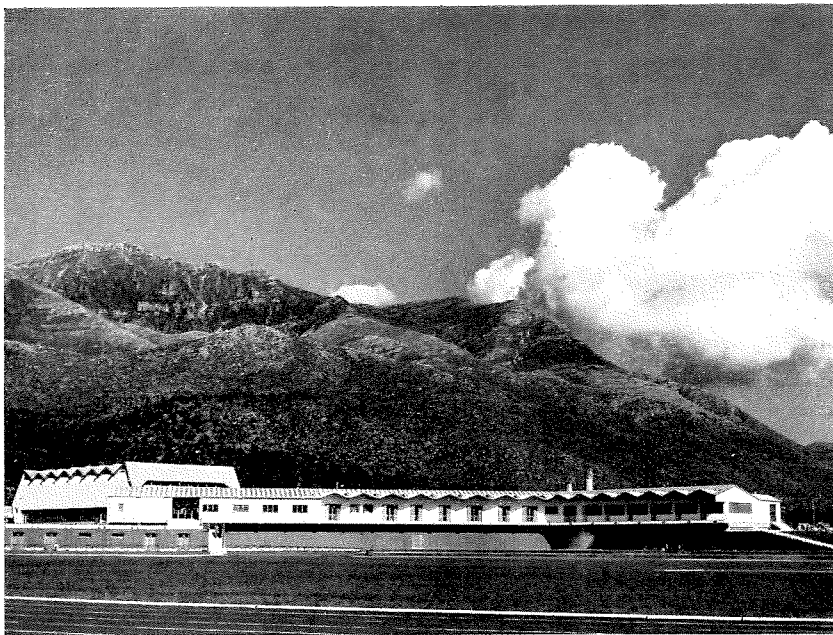
Les trois premiers lecteurs qui enverront une réponse juste au Secrétaire Général du C.I.S.M. recevront en retour un cadeau surprise !  
Joindre votre adresse exacte en précisant votre grade si vous êtes militaire et votre Arme (Air, Terre, Mer).  
Le cachet de la poste fera foi.  
Les noms des gagnants seront publiés dans le prochain numéro.  
Mais les lecteurs dont la langue maternelle est le Français ou l'Anglais, ne sont pas autorisés à concourir ! Ce serait trop facile !

The first three readers who will send a right answer to Secretary General of C.I.S.M., will be sent off a surprise gift !  
Post-office seal will attest the fact.  
Send your exact address and rank if you are military (Air Force, Army, Navy).  
Names of winners will be published in next issue.  
Readers whose mother tongue is French or English are not allowed in contest. It would be too easy !



# LE SPORT EST L'ESPERANTO DES RACES

Jean GIRAUDOUX, ex-Champion Militaire du 400 mètres

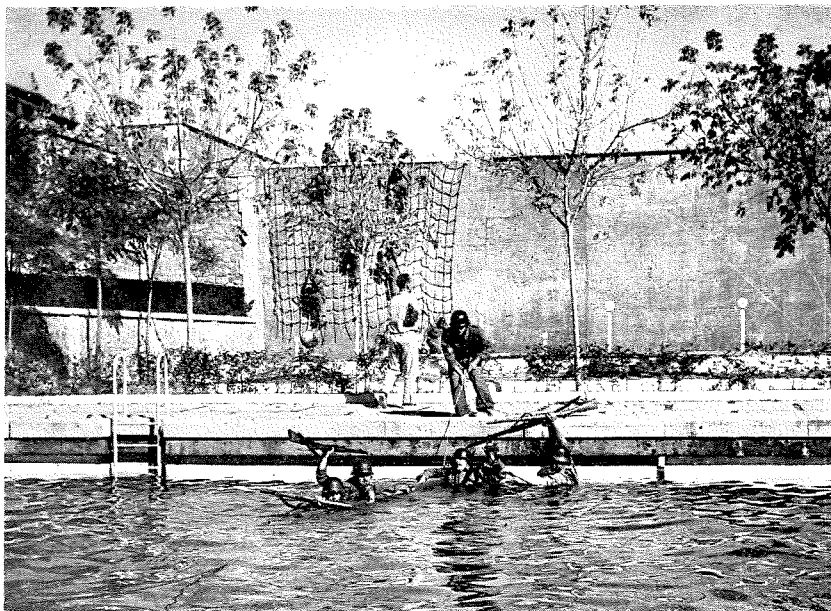


# FORMIA

1957

(Photo SPAZIANI, Italie)

1959



# TOLEDO

Tous les deux ans, le C.I.S.M. organise un stage d'information et d'entraînement pour les jeunes Officiers des sports et moniteurs. En 1957, le thème était l'Athlétisme, et c'est la délégation Italienne qui s'était chargée avec le CONI de nous recevoir à Formia (voir page 12). Cette année, en septembre, c'est à Tolède, que la délégation Espagnole nous attend pour la Natation (voir page 18).

Every other year, C.I.S.M. organizes an information and training course for young sports Officers and coaches. In 1957, the subject was Track and Field and the Italian delegation along with CONI sponsored the course in Formia. (see page 12). This year, in september, the Spanish delegation will sponsor the course in Toledo and the main subject is Swimming (see page 18).

(Photo Espagne)



LAHORE. — Un souvenir de la magnifique parade militaire offerte par le Pakistan aux délégués de la XII<sup>e</sup> Assemblée Générale du C.I.S.M. Les Body Guards.

*A reminder of the marvellous military parade presented by Pakistan to the delegates of the 12th General Assembly of C.I.S.M. The Body Guards.*

*(Photo S.C.A., France)*



# Liste des Pays Membres List of the Member-Countries

## CHEFS DE DÉLÉGATION - HEADS OF DELEGATION

ALLEMAGNE	Lieutenant-Colonel H. MOLLER	GERMANY
ARGENTINE	Commodore C.E. BERTOGLIO	ARGENTINA
AUTRICHE	Lieutenant-Colonel Karl NIEMETZ	AUSTRIA
BELGIQUE	Lieutenant-Colonel Jean WENDELEN	BELGIUM
BRESIL	Colonel Aviateur JERONYMO B. BASTOS	BRAZIL
COREE	Major Général Paik Sun CHIN	KOREA
EQUATEUR	Non encore désigné	ECUADOR
ESPAGNE	Colonel J. AGULLA GIMENEZ CORONADO	SPAIN
E.-U. D'AMERIQUE	Lieutenant-Colonel Claude HINSON	U.S. OF AMERICA
FRANCE	Colonel-Médecin Georges LARTIGUE	FRANCE
GRECE	Lieutenant-Colonel Harry TSEPAPADAKIS	GREECE
IRAK	Colonel Ismaïl REZUQI	IRAK
IRAN	Général H. AMINI	IRAN
ITALIE	Lieutenant-Colonel G. PICCINNI	ITALY
LIBAN	Capitaine Galeb FAHSS	LEBANON
LUXEMBOURG	Major M. BRAHMS	LUXEMBOURG
NORVEGE	Lieutenant-Colonel Harald SANDVIK	NORWAY
PAKISTAN	Général de Brigade GUL MAWAZ KHAN M.C.	PAKISTAN
PAYS-BAS	Lieutenant-Colonel J.A.G. de LEEUW	NETHERLANDS
PORTUGAL	Général Alexandre CORREIA LEAL	PORTUGAL
REPUBLIQUE ARABE UNIE	Général Major Abdel R. MOHAMED AMIN	UNITED ARAB REPUBLIC
SUEDE	Colonel Valdemar SWEDENBORG	SWEDEN
TURQUIE	Colonel Tergut TUNA	TURKEY

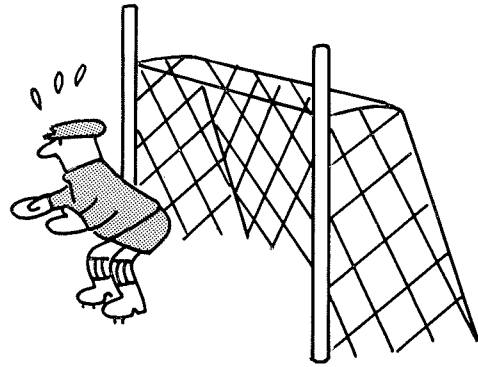
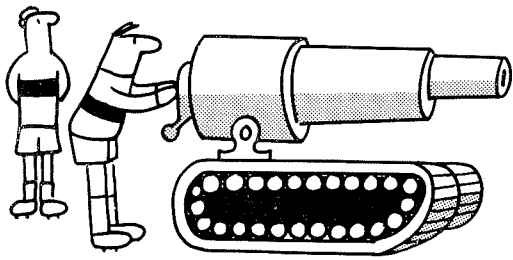
Trésorier-Archiviste - Treasurer Archivist

Colonel de Réserve Honoraire M. CHOME (BELGIQUE)

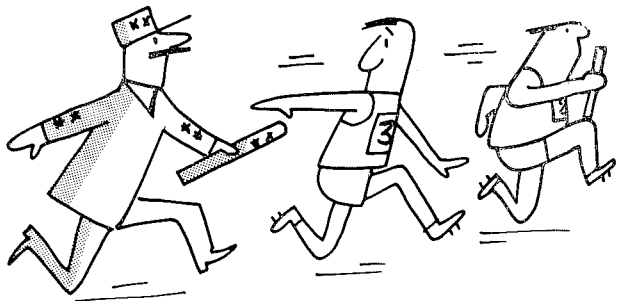
## COMITÉ EXÉCUTIF - EXECUTIVE COMMITTEE

Colonel Henri DEBRUS (FRANCE) .....	Président
Colonel-Médecin Nicos PAPARESCOS (GRECE) .....	Vice-Président
Major d'Aviation Raoul MOLLET (BELGIQUE) .....	Secrétaire Général
Commandant Edmond PETIT (FRANCE) .....	Membre
Capitaine de Vaisseau Arrigo TRALLORI (ITALIE) .....	Membre

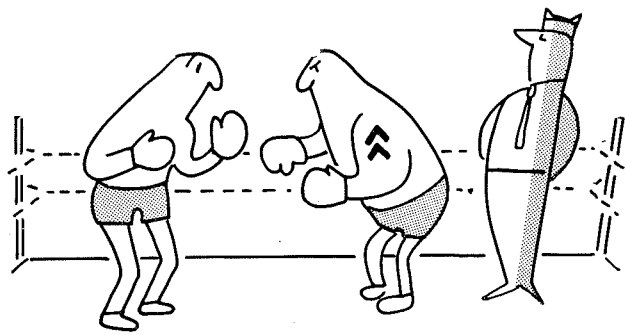




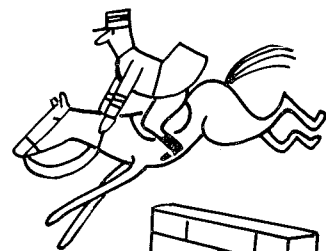
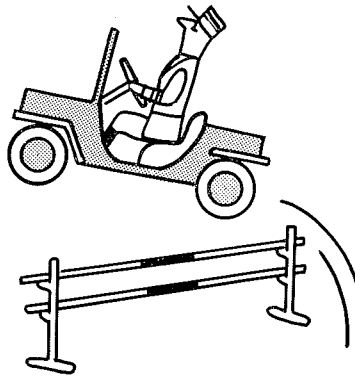
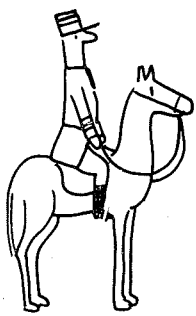
J.DAVID —



J.DAVID



J.DAVID —



J.DAVID —



Imprimé en France