

709.

Towarzystw sokolich.

Czesko - polski i niemiecko - polski
Słowniczek

wyrazów gimnastycznych

opracował

A. Durski

do użytku

polskich gimnast. Towarzystw sokolich.



LWÓW.

Nakładem Związku polskich gimnastycznych Towarzystw sokolich.

1896.

V7 180 860
XX 00 2239289

Biblioteka Gl. AWF w Krakowie



1800053189

39413



Związek polskich gimnastycznych Towarzystw sokolich.

VI.

Czesko - polski i niemiecko - polski

Słowniczek

wyrazów gimnastycznych

opracował

A. Durski

do użytku

polskich gimnast. Towarzystw sokolich.



LWÓW.

Nakładem Związku polskich gimnastycznych Towarzystw sokolich.

1896.

Z BIBLIOTEKI
K. kursu naukowego gimnastycznego
W KRAKOWIE



1845

Z I. Związkowej drukarni we Lwowie.

Akc. 15: 202 1/3 / M. 1.
796.41 (038) = 162,1 = 162,3 = 112,2

Uwaga wstępna.

Ujednostajnienie polskiego wyrazownictwa gimnastycznego i ułatwienie korzystania z oryginalnych dzieł i pism gimnastycznych w języku czeskim lub niemieckim wydanych, jest celem tych dwu słowników wyrazów gimnastycznych.

Jestto pierwszy niezbędny krok w kierunku podjętych przez Związek wydawnictw fachowych.

Zaznaczamy jednak z naciskiem, że wyrazów umieszczonych w nawiasach używać na przyszłość **nie należy**. Są to bowiem wyrazy, jakie znachodzą się wprawdzie w dziełkach polskich autorów, które jednak w znacznej części są przeciwne duchowi naszego języka lub z powodów technicznych, jak różnorodności, krótkości komendy i t. p. nie do zalecenia na przyszłość.

Cel ujednostajnienia polskiego wyrazownictwa gimnastycznego wymaga wdrożenia się w używanie jednych i tych samych wyrazów technicznych, a jako takie zalecamy pierwsze (nie w nawiasie podane) wyrazy polskie.

Uwagi zmierzające do ulepszenia i zmiany wyrazownictwa na przyszłość — o które gorąco prosimy — należy czynić pisemnie na ręce prezydium Związku.

455 1.

Czesko-polski słowniczek wyrazów gimnastycznych.

B.

- běh — bieg (kłus, bieganie)
bod — pchnięcie
bok — bok
bočně — pobok
bradla — poręcze (poręczki, wspieradła, bary)
břemeno — ciężar (ważydło, brzemień)

C.

- celý obrat — półobrót
cukem — rzutem
cval — cwał (galop)
cvičenec — ćwiczący, (gimnastyk, ćwiczeniec)
cvičení jednoduchá — ćwiczenia proste
cvičení nářadová — ćwiczenia na przyrządach i przyborami
cvičení pořadová — ćwiczenia rzędowe (ćw. porządkowe)
cvičení praporu -- ćwiczenia hufca
cvičení prostná — ćwiczenia wolne
cvičení společná — ćwiczenia wspólne (ćw. gromadne)
cvičení skupinová — ćwiczenia towarzyskie (ćw. gromadne)
cvičení složitá — ćwiczenia złożone (ćw. połączone, ćw. kombinacyjne)
cvičení úpolnická — ćwiczenia zapaśnicze (ćw. waleczne, ćw. bitne, ćw. mocownicze, walki)
cvičení veřejné — ćwiczenia jawne (ćw. publiczne)
cvičení závodní — ćwiczenia zawodnicze
cvičení rejova — ćwiczenia rejowe
cvičení utvarová — musztra
cvičiště — boisko (tok)
cvičitel — przodownik (przewodnik, nauczyciel)
cvičitelna — pokój nauczycielski
cvičiti — ćwiczyć się.

Č.

časomíra — takt (wymiar czasu, tempo)

čelem v zad — wstecz zwrot

čelem v před — wstecz zwrot

čelně — przodem (czelnie, frontem)

čelo — czoło (front)

čepel — brzeszczot (głownia, siecznik, brandnar,
brzytew, nóż, klinga)

četa — pluton

četař — poprzednik (plutonowy)

činky — ciężki (ciężarki, hantle, zamasznice, ważydła)

činky na dlouhé tyči — kulolaska (drażek z kulami)

člen — członek (druh)

člen (útvár) — zastęp (rząd)

čtenař — następnik (zastępowy)

čtyrstup — czwórki

čtvrt obrát — ośmina obrotu.

D.

dlanní — dłoniowy

dlanní přičný — dołem dłoń

dochmat — dochwyt (pochwyt)

dolů — spodem (dołem)

domáci řád — porządek domowy

domáci správce — gospodarz domu

dopomoc — pomoc (assekuracya)

dosažný — dosiężny; skok dosažný — skok dosiężny.

dosek — docięcie (docios)

doskočiště — miejsce doskoku

doskočný — doskoczny

doskok — doskok

dovnitř — do środka (ku sobie, dosiebnie)

dozorný — lewoskrzydłowy (dozorujący)

družstvo — zastęp (oddział)

dřep — przysiad (usiad, prysiud, przysiud, kucanie)

dučka — chyłka (przeskok chyłkiem)

dučmo — chyłkiem
 dvojčlenny — dwurzędowy
 dvojchmat — dwuchwyt (dwóchwyt)
 dvojhradzi — dwudrażek (drażek podwójny)
 dvojice — spółnicy (rota — dwójkowi, para)
 dvojenec — jeden ze spółników (rotowy, dwójkowy)
 dvojný obrat — cały obrót (obwódka)
 dvojsek — dwuciecie (dwucios, podwójne ciecie)
 dvojstup — dwuszeręg (szyk boczny)
 dvojřad — dwurząd (szyk czelny)
 dvojtyči — dwużerdź (żerdź podwójna).

H.

házení — ciskanie, rzucanie
 házeti — rzucać (ciskać)
 hmat — chwyt (uchwyt, ujęcie)
 hmítání — ruch wachlowy, (chwanie)
 hmítati — uginać się
 hnízdo — gniazdo (zwieszenie leżąc tyłem, zawieszenie półkoliste)
 houpani — huśtanie, h. z odrazem — h. z odbiciem się (h. cwałem), h. bez odrazu — h. wolne, h. podmetmo — h. podmykiem
 houpati — huśtać się (kołysać się, bujać się)
 hod — rzut (pocisk, ciśnienie, miot)
 hra — gra (zabawa) h. mičem — gra w piłkę, h. v obruče — gra w obręcz (gra w kółka)
 hod přímý — rzut prosty (rz. poziomy)
 brazda — drażek (wyciągacz, preźnik, wałek, bant)
 hod obloukiem — rzut łukiem (rz. obły)
 hřbet — grzbiet (krzyże, tył); u pałasza: tylec
 hopkovani — poskoki w siadzie
 hřbetní — grzbietny
 hrubí — odpór (siła u pałasza)
 hůl — laska (kij, laseczka, pałka)
 hup — zamach (rozmach, bujnięcie, mach)

hrot — grot
 hřbetní příčný — górą grzbiet

Ch.

chmat — chwyt
 chod — chód (marsz, iście, postępywanie, chodzenie,
 maszerowanie)
 chůdy — szczudła
 chránidlo — chronidło (ochraniacz)

J.

jablko — guz (kapturek u pałasza)
 jednatel — pisarz (sekretarz, prowadzący pióro)
 jednočlenný — jednorzędny
 jednonož — jednonóż.
 jednoruč — jednorącz.
 jednostronně — jednostronnie
 jednotlivec — jednostka
 jednopaž — jednoramiennie
 jilec — jelec (koszyk u pałasza)
 jízmo — okrakiem (konno)

K.

kladina — kładka (równoważnia, belek równoważny,
 maszt poziomy)
 klecání — uginać
 klečmo — klęcznie
 klek — klęczka (postawa klęczna)
 klička — chwyt do wspinania na linie
 klik — podpór o ramionach ugiętych (podpór ugięty, pod-
 pór łamany)
 klopeni — zginanie
 klopiti — wychwycić się
 klus — bieg (kłus, trap)
 kmihem — zamachem
 kolácení — katulanie (obroty w podporach leżąc)

- kolem — w około
 kol — palik (słupek równoważny)
 kolmy — pionowy
 kolo — koło
 kolováni proste — krążenie lotne (kr. wolne)
 kolovadlo — krążnik (kołobieg, krążydło)
 kolováni — krążenie
 komiháni — wywijanie (machanie, bujanie, kołysanie, wahanie)
 končír — szpada (rapir, szpadon, floret, koncerz)
 koš (u šplháni) — kosz
 kotouč — kołowrot (młynek, młyniec, otoczenie, całowrot)
 kotoul — przewrot na barkach (katulanie, wałkowanie)
 koule — kula
 koza — kozieł
 krajník — skrzydłowy (skrajny, prawoskrzydłowy)
 krk — kark (szyja)
 kročny — krocny
 krok — krok
 krok zrychlený — krok szybki (krok prędki, krok przyspieszony, krok podwójny)
 krok plný — krok zwykły (krok pełny)
 krok zkrácený — krok drobny (krok krótki, półkrok)
 kroužení — ruch wąskokrężny (huśtanie okrężne, krążenie)
 kroužiti — krążyć (kołować)
 kruhy — kółka (pierścienie, kręgi, huśtawka ręczna)
 kraj — strój (mundur, ubranie)
 kryt — krycie (zasłona, zastawa, parada, obrona, odbicie, parata)
 křídlo — skrzydło
 křiž prohnutý — krzyże w łuk wygięte
 kukle — przyłbica (hełm, szyszak)
 kulžmo — poskokiem (p. jednonoż, chromając, kulejąc, utykając)
 kůn — koń
 kůn na šíř — koń wszerek
 kůň na del — koń wzdłuż

kužel — maczuga (buława)

kuželky — kręgle.

L.

lano — lina

látka cvičebna — zásób ćwiczebny (materiał ćwiczebny)

leh — leżenie

letmo — lotnie

levý — lewy

ležmo — leżąc

liha — pomost (deska szturmowa, deska napadowa,
równia pochyła)

lichý — nieparzysty

luk — obłak (u pałasza).

M.

madla — łeki (bradła)

máchatí — wywijać (machać)

malíčkový — łokciowy

malíkový příčný — dołem grzbiet

meč — pałasz (szabla, miecz, szablica, karabela, kord,
tasak, czeczuga)

meta — cel (meta, kres)

metací stůl — stół do woltyżowania

meteš — gonitwa (wyścigi)

mety — woltyże (skoki mieszane, mioty)

mezíkmih — pośredni zamach (międzymach)

míč — piłka

míč perový — wolant

motouz — sznurek do skoku

mrštiti — rzucać (wyrzucać)

můstek — mostek (trampolina, odskocznia, odbijalnica,
próg)

můstek pružný — mostek sprężysty.

N.

náčelník — naczelnik
na horu — do góry
na dél — wzdłuż
nadhmat — nachwyt (ujęcie kiściowe, ujęcie górne, chwyt grzbietowy, chwyt wierzchni).
na konci — na końcu (na kraju)
na místé — na miejscu
napjati — prostować (przeżyć)
nařed — naprzód
nařadí — przyrząd (narzędzie, narząd)
násek — nacięcie (nacios, zaczepka)
náskok — naskok (przyskok)
nastoupení — nastąpienie (stawanie)
na šír — wszerek
natažený — wyprostowany (wypreżony)
návěští — zapowiedź
návlečmo — nawleczenie
nazad — wstecz
noha — noga
noha stojna — noga postawna
noha odkročna — noga krocna.

O.

obkroči — plas
oblouk — łuk
obounož — obunóż (dwunóż)
obouruč — oburącz (dwurącz)
obrácený podchmat — odwrotny podchwyt (podchwyt obrocony)
obrat — obrot (okręt)
obruč — obręcz
obvod — obwód
odbočka — odboczka (przeskok odboczny, flank, bocznica)
odbočmo — odboczenie (wzniesć obie nogi w bok)
odhyb — uchyl
odchvat — odchwyt

- odchylmo — kucznokrocznie
 odkmih — odmach (odmachnięcie, odmagnięcie)
 odkročný — kroczy
 odnožmo — okrocznie
 odpažiti — ramiona w dół zewnątrz
 odpor — opór (odpór)
 odpory — ćwiczenia oporne (ćw. półczynne, ćw. dwójkowe)
 odraz — odbicie (odrzut)
 odsek — odcięcie (odecios, reposta)
 odskočiště — miejsce odskoku (miejsce odbicia)
 odskok — poskok z miejsca
 odkrýt — odsłona (odkrycie)
 odstoupiti — odstąpić
 odstoupení — odstąpienie
 odsun — odmach (odtrącenie się)
 odvrat — odwrót (odtrącenie, odbijanie, odwracanie)
 ohnout — zginać
 o patou — na piętach
 o paží — na ramionach
 oporem — opornie (odpornie)
 o prsou — na piersiach
 o předloktí — na przedbarkach (na podłokciach, na łokciach, na przedramionach)
 o ramenou — na plecach
 o rukou — na rękach
 osa ramenní — oś wszerz (oś poprzeczna)
 o šlapi — na stopach
 osnova — osnowa (treść, temat, zadanie)
 osný — osiowy
 oštěp — oszczep
 ostrí — ostrze (brzusiec u pałasza)
 o záloktí — na barkach
 otoč — obwód (okręt)

P.

- palcový — promieniowy
 palcový příčný — górami dłoń

- paže — ramiona
 pěšť — pięść
 plavmo — łukiem (zwieszenie tęczowe. zwieszenie łukowe, syrena)
 plný chmat — pełny chwyt (całochwyt)
 plosku — płaza u pałasza
 pobliž — поближ (zwieszenie ciasne, zwieszenie złączone, zw. spojone)
 pobok — pobok (czelnie, postronnie)
 podál — podal (zwieszenie rozpięte, zwieszenie rozciągnięte)
 podběh — podbieg (podbieganie)
 podchmat — podchwyt (ujęcie dolne, chwyt grzebieniowy, chwyt dłoniowy)
 podhoz — podrzut
 podmet — podmyk
 pohov — spoczniј (postawa swobodna)
 podpor — podpór (wspór, wsparcie, p. o ramionach prostych, wsparcie ramionowe)
 podpor ležmo — podpór leżąc
 podpor rozpažmo — podpór na ramionach rozpięty
 podřep — kuczka (mały przysiad)
 podup — tupnięcie
 pohroz — groźba
 pohyby — ruchy
 „ jednoduché — ruchy proste
 „ nohou — ruchy nóg
 „ paží — ruchy ramion
 „ rukou — ruchy rąk
 „ složité — ruchy złożone
 „ trupu — ruchy tułowia (ruchy kadłuba)
 „ úpolnické — ruchy szermiercze (r. waleczne, r. bitne)
 pochod — pochód (marsz)
 pokos — poprzek
 poklek — klęczka jednonóż
 poklus — bieg
 pokraj — krawędź

- poloha — położenie (p. pěstě — pol. pięści, p. přímne —
 pol. proste, p. točité — pol. zwrotne)
 pomahatel — pomocnik
 poníž — poniż
 popředník — poprzednik
 po předu — przodem
 poskočny — poskoczny
 poskok — poskok (podskok, podskakiwanie)
 postavení základaní — postawa zasadna (p. zasadn cza,
 p. normalna, p. pravidłowa)
 postoj — postawa
 posun — chód suwany (chód dostawny, chód przysuwany,
 chód skradkiem)
 povel — hasło (rozkaz, komenda)
 potyk — walka (potyczka)
 pozor — bacność (uwaga)
 pozdrav — pozdrowienie
 po zpátku — tyłem (na wznak)
 pozvýš — powyż
 prapor — chorągiewka (waga bokiem)
 praporečník — chorąży
 pravonož — prawonóż
 pravopaž — praworącz
 pravý — prawy
 prohnutě — o krzyżach w łuk wygiętych (łukiem)
 prostocvik — ćwiczenie wolne
 prostup — wymijanie (mijanie)
 prostý — prosty (pojedynczy)
 protichod — przeciwhód (kontramarsz)
 protiklus — przeciwbieg
 proud — kolumna
 proud volný — kolumna rozwartá
 provaz — sznur (lina)
 průmyk — przemyk
 průskok — skok przelotny
 průstup — przestępywanie
 průvlek — przewlek

- předem — przodem
 předhup — przedni zamach (przedmach)
 předhyb — nachyl (nachylenie)
 předkmih — przedmach
 předklon — skłon wprzód (nagięcie się wprzód, pochylenie tuł., przegibanie tuł., zginanie tuł., skłanianie tuł.)
 předkročný — wykroczny
 předloktí — przedbark (przedramię, przedłokieć)
 přední — przedni
 přednos — poziomka nóg (wytrzymanie odwrotne)
 přednožiti — nogi wprzód podnieść
 přednožka — odwrotka (przeskok odwrotny)
 přednožmo — odwrotnie
 předpažiti — ramiona wprzód
 předpažiti vzhůru — ramiona w pion skos
 předpažiti dolú — ramiona w dół skos
 předskok — skok wprzód
 předsek — przedcięcie (przedcios, cięcie uprzedzające)
 předstěra — napierśnik (plastron)
 předvih — przedźwig (przemyk ciągiem)
 přechmat — przechwyt
 překot — przewrót (wywrót)
 překot sprostá — przewrót wolny (saltum mortale)
 přemenny — zmienny
 přemet — przerzut
 přemyk — przemyk
 přesmyk — przewlek
 přetahování — ciąg (przeciąganie)
 přestřkování — pchanie (pchnięcie)
 přetlačování — pchanie
 příční — poprzeczny
 příčle — szczeble
 přímý — prosty
 přinožiti — nogę opuścić
 připatiti — przeduda wstecz ugiąć
 připažiti — ramiona w dół (r. opuść)

připatmo — o przedudach wstecz ugiętych (przeskok kłeczny, skok kolanowy, skok z przyciągnięciem pięt)
 přiraz — chwyt do wspinania
 přisunny — dostawny (przystawny)
 půlkola — półkole (półkrąg)
 půlobrat — ćwierćobrót
 puditi — pędzić (toczyć, katulać)
 pytel — worek (wór)
 původni — pierwotny

R.

rameno — bark
 rej — pochód ozdobny (rej, korowód)
 rej útvarová — rej ustawieniowy
 rej smerová — rej kierunkowy
 rohování — szermierka na pięście (boksowanie)
 rovně — równo
 rovnováha — równowaga
 rozběh — rozbieg (rozpęd)
 rozchod — rozejście się
 rozdělení — podział (rozdzielanie)
 roznožka — rozkrocza (przeskok rozkroczny, rozpiętka, kroczo-przeskok)
 roznožmo — rozkrocznie
 rozpor — podpór rozpięty (p. rozciągly, p. skośny, rozparcie)
 rozptýlit šik — rozejść się
 rozstup — rozstęp (odstęp)
 „ střední — rozstęp średni
 „ těsný — „ ciasny (pół rozstępu)
 „ volný — „ wolny (cały rozstęp, podwójny odstęp)
 rozvrh — rozkład
 rub — cios (uderzenie, raz, boks)
 ruce na ramena — ręce (dłonie) na barki
 ruce v bok — ręce (dłonie) na biodra
 ručkování — pochód na rękach (rączkowanie, przechodzenie na rękach)

ručkování ve visu — pochód w zwieszeniu (postępywanie
w zw, chwytanie pojedyncze)
ručkování v podporu — pochód w podporze (przedzwi-
ganie się, posuwanie się)
rukavice — rękawica
rukav — rękaw
rukojet — rękojeść (trzonek u pałasza)
růžnodobě — nierównocześnie (niejednocześnie, różnocześnie)
růžnojmenný — różnoimenny
růžnostranný — różnostronny (różnokierunkowy)
růžnosti — igrzyska (różności)
rýha — żłobek (wcięcie).

V. R.

řad — rząd
řebřík — drabina
„ kolmý — drabina pionowa
„ provazový — drabina sznurowa (dr. pleciona)
„ šiký — drabina skośna (drab. pochyła, dr. ukośna,
dr. stroma)
„ váhorovný — drabina pozioma
řebřina — poręcz (półdrabek)
řez — krój (cięcie tylcem)

S.

sběh — zbieg
sbor — drużyna (oddział, kompania)
sbor cvičitelský — grono nauczycielskie
sed — siad (wsiad, usiad)
sedlo — siodło
sehnutý — ugięty
sek — cięcie (siek, raz)
sek spodní — cięcie spodem (c. dołem, c. łokciowe)
„ vněšní — cięcie zewnątrz (c. grzbietowe)
„ vnitřní — cięcie wśród (c. do środka, c. dłoniowe)
„ vrchní — cięcie wierzch (c. promieniowe)

sesed — zesiad (zsiadanie)

sešin — oddźwig (odmyk)

seskok — zeskok

sestup — łączenie (zwieranie)

shyb — zwieszenie o ramionach ugiętych (zw. zgięte)

sklopit — nagiąć

skok — skok (skakanie)

„ během — bieg skoczny

„ do dálky — skok wdal (sk. na odległość, sk. na szerokość)

„ do hloubky — skok wgłąb (sk. do głębi, sk. w dół, sk. głęboki)

„ lětmo — skok lotny (s. tygrysi)

„ do výšky — skok w wyż (sk. na wysokość, sk. w górę, sk. wysoki)

„ daleko vysoký — skok w dal i w wyż

„ mezi dvema motouzy — skok przelotny (sk. w okno)

„ vysokodaleký — skok w wyż i w dal (sk. wysoko-daleki, sk. przez wysokość na odległość)

„ o tyči — skok o tyczce (sk. o żerdzi, sk. o kiju, sk. z drążkiem)

„ utokem — skok z pomostu (skok kwapny, sk. szturmowy, sk. napadowy)

skrčeny — skureczony

skrčiti — skureczyć

skrčka — kuczka (przeskok kuczny)

skrčmo — kucznie

skřižit — krzyżować

skupiny — piramidy (grupy, gromady)

slavnost — uroczystość

směr — kierunek

smíšený — mieszany

snožit — nogi złączyć (n. spoić, n. zewrzeć)

snožmo — złączonemi nogami (spojonemi n., równemi ng. (spojono), stulonemi n.)

snožný — spojony

sokol — sokół

- sok — przeciwnik
 sot — pchnięcie
 soubod — równocześnie dwupchnięcie
 soudobně — równocześnie (jednocześnie)
 soudruh — współwiczący (towarzysz - drnh)
 ounožne — równonóż (równemi nogami)
 soupažne — równoramiennie
 souruč — równorącz
 sousek — równoczesne dwucięcie
 soustava — układ (system)
 spád do visu — spád do zwieszenia (opust)
 spol — spółnicy (rota)
 společny — towarzyski, sp skok — towarzyski skok
 spolník — spółnik (jeden z roty)
 sraz — postawa zasadna
 sraziti — złączyć (zwierać)
 sřit — odmyk (odrzut, zemknięcie się, odskok z koziołkiem)
 stalky — łączki (porączki, stojaczki)
 stanovy — ustanowa (statut)
 starosta — przewodniczący (prezes)
 stehno — udo (nadkolano, nadudzie)
 stejnojmenný — równoimienny (jednoimienny)
 stejnosměrný — równomierny (jednomierny)
 stejnostranný — równostronny
 stejný krok — równy krok
 stoj o hlavě — stanie na głowie
 „ o paži — stanie na ramionach
 „ o předlokti — stanie na przedbarkach
 „ o rukou — stanie na rękach
 „ o týle — stanie na karku (st. na łopatkach)
 „ o prsou — stanie na piersiach
 „ o ramenou — stanie na plecach (st. na barku)
 „ přednožmo — postawa wykroczaa (p krocza, p. przedkrocza)
 „ rozkročný — postawa rozkrocza (krok boczny, rozkraczenie)

- stoj skřižný — postawa skrzyżna
 „ spatný — postawa zasadna (p. zwarta, p. normalna, p. prawidłowa)
 „ úkročný — postawa rozkroczna (rozkrok)
 „ unožmo — postawa rozkroczna
 „ výkročný — postawa wykroczna (wykrok)
 „ zakročný — postawa zakroczna (zakrok)
 „ zanožmo — postawa zakroczna
 „ jednonož — postawa jednonóż (post. równoważna)
 stojan — stojak (słupek do skoku, krokwie, skoczki)
 stoupání — wstępywanie (wyjście, włożenie)
 „ proste „ wolne (wyciąganie się, wdrapywanie się)
 stožár — maszt (słup)
 stranou — pobok
 strmě — stromo
 střed — środek
 střední — średni
 střeh — postawa szermiercza
 střemhlav — przewrotnie (do góry nogami)
 střídnonož — naprzemiaunóż
 střídno pažné — naprzemianramiennie
 střídno ruc — naprzemianrącz
 střídny — naprzemian (zmienny)
 sudý — parzysty
 sun — przystaw (przysón, dostaw)
 sval — mięsień (muskul)
 svis — zwieszenie o ramionach prostych (zawieszenie, wiszenie, zwiśnięcie, zawiśnięcie)
 vislý — zwisły (zwieszony)

V. Š.

- šatna — szatnia (garderoba)
 šavle — pałasz (szabla)
 šerm — szermierka (fechtunek, szerm, szermowanie, szermierstwo)

šermíř — szermierz

šermovaní — szermierka, š. sečmo — sz. sieczna (sz. na pałasze), š. bodmo — sz. kolna (sz. na szpady)

šermirna — sala szermiercza

šermovati — szermierzyć

šermmistř — fechtmistrz

šik — dwurząd (szyk czelny, szyk rozwinięty)

šikmě — skośnie

šlapadlo — deptaki

šplhání — wspinanie

„ bez přirazu — wspinanie wolne (czepianie)

šplhadlo — wspinálnia

šplhati — wspinać się

štěřín — poręcz (drabek, półdrabek, bok)

štítek — tarczownica (garda, zasłonka, kratka, siatka u pałasza)

švihadlo — wywijadło (linka obrotowa, linewka do krążenia).

T.

tanec — gwiazdka (na krążniku)

tahem — ciągiem (zwolna, z siłą)

tělocvična — sala ćwiczebna (sokolnia, sala gimnastyczna)

tenčí — tnik (rąb, pióro u pałasza)

tělocvik — gimnastyka (ciałoruch, ciałoćwik, ćw. ciała, ćw. fizyczne)

těsný — ciasny

těžiště — punkt ciężkości

tleskem — klaskaniem (kłaśnięciem)

toč — kołowrót (młynek, koło, otoczenie)

točný — skrzydłowy (zachodzący)

točení — zwracanie

točiti trupem — zwracać tułów

točitý — zwrotny

toporně — wymuszenie

torba — torba (tornister)

toš — krąg (krążek, diskus, talerz)

- trčiti — rzucać (trącać, wypręzać, pchnąć, wyrzucać)
 trčmo — rzutem
 trup — tułów (kadłub, korpus)
 trup prohnutý — tułów w łuk (t. wygięty)
 „ vysazený — tułów skulony
 tyč — tyczka
 „ šplhací — żerdź (tyka).

U.

- úbrana — ochrona (zasłona)
 úhlem — pod kątem
 úchyl — uchylić
 úklon — skłon wbok (nagięcie tułowia wbok. przechylenie
 wbok, przegięcie wbok)
 ukrok — rozkrok
 ukol cvícebný — zasób ćwiczebny (materyał ćw.)
 unik — unik
 unožiti — okraczać (podnieść nogę wbok)
 únožka — okrocza (przeskok okroczny, przeskoc okraciem)
 unožmo — okroczenie
 upažiti — ramiona wbok
 úpoly — walki (mocowania)
 úskok — skok wbok
 ustup — ustąpienie
 útok — natarcie (zaczepka, atak)
 útvar — ustawienie (formacja)
 uvnitř — w środku (wewnątrz)

V.

- váha — waga (poziomka ciała, wzniesienie się do równi)
 vari — z drogi!
 veleni — rozkaz (komenda)
 veleskok — przeskoc (p. olbrzymi, p. cały)
 veleti — rozkazywać
 veletoč — kołowrót olbrzymi (k. wielki, całowrót)
 velitel — rozkazujący (komendant)

- velkotouč — kołowrót olbrzymi
 velpřemet — przerzut olbrzymi
 velpřemýk — przemyk zamachem (p. olbrzymi)
 velvymyk — wymyk zamachem (w. olbrzymi)
 vis — zwieszenie
 vidlitý — widelkowy
 vis ležmo — zwieszenie leżąc
 „ vznesmo — zwieszenie przewrotne (zw. we wzniesieniu się)
 „ střemhlav — zwieszenie przerzutne (zw. się w pion)
 „ v loktech — zwieszenie na przedbarkach (zw. w łokciach, zw. na podłokciach)
 „ v nartech — zwieszenie na podbiciach (zw. na śródnożu, zw. na śródstopiu)
 „ o patou — zwieszenie na piętach
 „ plavmo — zwieszenie łukiem (zw. tęczowe, zw. łukowe)
 „ v podkolení — zw. na przedudach (zw. na podkolanach)
 „ v týle — zwieszenie na karku.
 visutá hrazda — orczyk (trapez)
 v levo — wlewo
 v nártech — na podbiciach (na śródstopiach)
 vně — z zewnątrz
 volný — dowolny
 v podkolení — na przedudach
 v pravo — wprawo
 v před — naprzód
 v předu — przodem
 v příč — skośnie
 vrhāti — ciskać, rzucać, miotać
 vrhání kouli — rzucanie kulą
 „ oštěpem — ciskanie oszczepem
 vrch — wierzch
 v týle — na karku
 výběh — wybieg (wbieg)
 výbor — wydział
 výdrž — wytrzymanie
 výhyb — wymijanie
 výkrut — wykret

- výlet — wycieczka
 výmyk — wymyk
 výpad — wypad
 výpon — postawa na palcach (p. napalcowa)
 výřit — wyskok szermierczy (pozycja w wyskoku)
 vysazeně — skulono
 výsed — wsiad (usiad, siad)
 výsuk — zwieszenie o ramionach ugiętych (podnoszenie się w zawieszeniu na rękach)
 výskok — wyskok (poskok na miejscu)
 výšín — wydźwig (wyciąg, wywlek)
 výšvih — przedmach (rozmach)
 v zad — wstecz (wtył)
 v zadu — tyłem
 v zápatí — w zapiętkach (na piętach)
 v zápěstí — na przyręczach
 vzepření — wspieranie (wzniesienie się)
 " cukem — wspieranie rzutem
 " tahém — " ciągiem
 " kmihem — " zamachem
 " závěsem — " przednadem
 " jízdmu — " okrakiem
 " vzklopmo — " wychwytem
 " výkrutem — " wykrętem
 vzklopmo — wychwytem
 vzklopka — wychwyt
 vznesmo — przewrotnie
 vzos — wytrzymanie okroczne (podpór równowážny, wzniesienie się)
 vzpažit — ramiona w pion
 vzpor — podpór o ramionach prostych (p. prosty)
 vzpřímít — prostować się
 vztýčený — wyprostowany
 vztyk — powstanie (prostowanie się).

Z.

- zadem — tyłem
 zadni — tylny
 záhup — tylny zamach
 záchrana — ochrona
 zachytně — z dochwytem
 záklon — skłon wstecz (nagięcie tułowia wstecz)
 zákmiň — tylny zamach (odmach)
 zákročny — zakroczny
 zákrok — zakrok
 zákryt — krycie (parada, garda, zasłonka)
 zálokti — bark (ramię, nadramię),
 zálud — złuda (finta, zwodzone cięcie, groźba i docięcie.
 manianka, zaczepka zwodzona, odcięcie zwodzone)
 zanožiti — nogi wzniesć wstecz
 zánožka — zawrotka (przeskok zawrotny)
 zánožmo — zawrotnie
 zapas — zapasy (zapaśnictwo, pasownictwo)
 zapažiti — ramiona wstecz
 zapisovatel — pisarz (sekretarz)
 záruči — przyręcze
 zaskok — skok wstecz
 zastup — szereg
 zašvih — zamach tylny
 zatačeni — zachodzenie (zastępywanie)
 zatočiti — zachodzić (zastępywać, zatoczyć)
 závěš — zwieszenie leżąc przedudem
 závěsem — przedudem
 závit — zakręt (ślimak, zawój)
 zavod — zawody
 zbraň — broń (zbroja, oręż)
 zdvihati — dźwigać (podnieść)
 zevnitř — zewnątrz
 zkřížem — skrzyżowanie
 změna — zmiana
 z místa — z miejsca
 z prostá — wolno

- zpríčení — ustawienie skośne (uszykowanie skośne, zbo-
czenie skośne)
způsob — sposób
zřízení — równanie
zříditi — równać się
zrušit krok — dowolny krok
zvednouti — podnosić (wynosić)
zvedání — podnoszenie (wznoszenie)

v
z.

- žerd' — poręcz
žíněnka — siennik (materac, koc.)
žlábek — żłobek (wcięcie, karb).
-

Niemiecko-polski słowniczek wyrazów gimnastycznych.

A.

- abburzeln — odmyk
abfallen — odpadanie
abgraetschen — zeskok rozkrokiem
Abhang — zwieszenie przerzutne
abhocken — zeskok kuczką
abhüpfen — zeskoczyć
abhurten — odbić się udami
Abklettern — zespinywanie
abneigen — odchylić
abschwingen — odmachnąć się
Abschwung -- odmach (odraz)
absitzen -- zsiąść; das A. — zesiad
Absprung — zeskok
Absprungsbein — noga skoczna
Absprungstelle — miejsce odskoku (m. odbicia)
Abstand — rozstęp; halber A. — ciasny r.; doppelter A. — wolny r.
abstossen — odbić się
abstrecken — prostować
abtreten — odstać
abwärts — w dół (nadół)
Achsel — bark
Achtung -- baczność
anfersen — przeduda wstecz ugiąć
Angriff — natarcie (zaczepka)
Anhieb — nacięcie

- Ankündigung — zapowiedź
 Anlauf — rozbieg
 Anmann — przyboczny
 anschweben — wznieść się
 Anschwungstemmen — wspieranie złudne zamachem
 Ansprung — naskok (przyskok)
 antreten — stawać; das A. — nastąpienie
 Armbewegung — ruch ramion
 Arme — ramiona
 Armdrehen — zwracanie ramion
 Armhang — zwieszenie na ramionach
 Armheben — podnoszenie ramion
 Armhauen — ciosy ramion
 Armhebbalte — wytrzymanie ramion
 Armkreisen — okrąg ramion (krążenie r.)
 Armschnellen — rzuty ramion zamachem
 Armschwingen — wywijanie ramion
 Armsenken — opuszczenie ramion
 Armstand (stehen) — stanie na ramionach
 Armstossen — rzuty ramion
 Armstrecken — prostowanie ramion (odprężanie r., napi-
 nianie r.)
 Armwippen — zginanie i prostowanie ramion
 Aufgriff — nachwyt
 aufkippen — wychwycić się
 Aufklettern — wspinanie do góry
 Aufschwung — wymyk
 aufsitzen — wsiąść; das A. — wsiad
 aufspringen — wyskoczyć
 Aufsprung — wyskok (odbicie)
 Aufsprungstelle — miejsce doskoku
 aufstehen — powstać
 aufsteigen — wstępywać, das A. — wstępywanie
 aufstellen — ustawiać (szykować)
 Aufstellung — ustawienie (uszykowanie)
 aufstemmen — wspierać się; das A. — wspieranie
 aufwärts — w górę (do góry)

Aufzug — wydźwignięcie (wyciąg)
 aus einander! — rozejść się!
 Ausfall — wypadek
 Auslage des Stabes — postawa do skoku o tyczce
 ausrichten — równać się; das A. — równanie
 ausweichen — wymijać; das A. — wymijanie.

B.

Bahn frei! — z drogi!
 Ball — piłka
 Ballwerfen — rzucanie piłką
 Bärensprung — przewrót na barku
 Barren — poręcz
 Barrenschwingen — wywijanie na poręczach
 Bauchfelge - Bauchwelle — kołowrót w podporze przodem
 (k. brzuszny)
 Befehl — rozkaz
 beidarmig — oburącz
 beidbeinig — obunóż
 Beihilfe — pomoc (asekuracja)
 Beindrehen — zwracanie nóg
 Beinheben — podnoszenie nóg
 Beinschnellen — rzuty nóg
 Beinschwingen — wywijanie nóg
 Beinstossen — rzuty nóg
 Beinvorschwingen — przedmach okroczny
 beugen — ugiąć (kurczyć)
 Beugehang — zwieszenie o ramionach ugiętych
 Bewegungen — ruchy; einfache B. — proste r. zusam-
 mengesetzte B. — złożone r.
 biegen — zginać
 Bock — kozioł
 Bocksprung — skok przez kozła
 Bogen — łuk
 Bratenwender — obrót w podporze równoważnym
 Breitenachse — oś wierzchołkowa
 Bruststehen, Bruststand — stanie na piersiach

Burzelbaum — przewrót na barkach (koziołek)
 Burzelwelle — kołowrót na przedudach, z chwytem rąk
 za przeduda.

D.

Dauerlauf — bieg trwały (b. długi)
 Deckung — krycie
 Diebsprung — przeskok wolny z dochwytem
 Diskus — krąg (krążek)
 Doppeldurchschwung — wykret w barkach
 Doppelhieb — dwucięcie
 Doppelkehre — koło odwrotne (podwójna odwrotka)
 Doppelleiter — dwudrabin (dr. podwójna)
 Doppelreck — dwudrażek
 Doppelreihen — czwórki
 Doppelspreizen — podnieść obie nogi
 Doppelsprung — dwójskok
 Doppelstange — dwużerdź
 Doppelwende — koło zawrotne (podwójna zawrotka)
 Doppeltan — dwulina
 Drehhangeln — pochód w zwieszeniu z obrotami
 Drehhocke — przeskok kuczny z obrotem (kuczka
 z obrotem)
 Drehung — obrót
 Drehkatzensprung — skok chyłkiem z obrotem
 Drehkehraufsitzen — wsiad odwrotny nożycowy
 Drehkehre — przeskok odwrotny z obrotem
 Drehling — cały obrót (obwódka)
 Drehwende — przeskok zawrotny z obrotem
 Drehwendeaufsitzen — wsiad zawrotny nożycowy
 Dreisprung — trójskok
 durchbrechen — przestępywać
 durchhocken — przekucznąć
 durchlaufen — przebiegnąć
 durchschlängeln — przewijać się
 Durchschub — przewlek

Durchschwung — przewlek szybko (przesmyk)
 durchwinden — przewinać się
 Durchzug — przewlek zwolna.

E.

einarmig — jednorącz
 einbeinig — jedenonóż
 einfach — prosty
 eingliedrig — jednorzędowy
 einreihen — ustawiać w szeregi
 Einschnitt — żłobek
 einwärts — wśród (do środka)
 Einstellen des Stabes — osadzenie tyczki
 Ellenbauchhieb — cięcie spodem
 Ellenbogenhang — zwieszenie na przedbarkach
 Ellengriff — odwrotny podchwyt
 Ellenlage (Ellenhaltung) — położenie łokciowe
 Ellhieb — cięcie spodem
 entern — wspinać się (na skośnej żerdzi)
 Entwurf — rozkład.

F.

Fahne — chorągiewka (waga bokiem)
 Fahnenstraeger — chorąży
 Fall zum Hang — spad do zwieszenia
 Faust — pięść
 Felgabschwung — odmyk przodem
 Felgaufschwung — wymyk przodem
 Felganfzug — wydzwig przodem
 Felge — kołowrót
 Felgniberschwung — przemyk przodem
 Felgniberzug — przedzwig przodem
 Fechtboden — plac szermierki (arena)
 fechten — szermierzyć; das F. — szermierka
 Fechter — szermierz
 Fechterhaube — przyłbica

- Fechtlehrer (Fechtmeister) — nauczyciel szermierki
 Fechtsaal — sala szermierki
 Fechtsprung — skok szermierczy (woltyż sz.)
 Fenstersprung — skok przelotny
 Fersenhang — zwieszenie na piętach
 Fersenheben — zginać przeduda do tyłu
 Fersenwelle — kołowrót na piętach
 Fingerhang — zwieszenie na palcach
 Finte — złuda
 Flachkippe — wychwyt łukiem (salonka)
 flanken — odbocznie
 Flanke — przeskok odboczny (odboczka); bok
 Flankenabsitzen — zesiad odboczny
 Flankenaufsitzen — wsiad odboczny
 Flankenhaltung — połączenie odboczne
 Flankenreihe — szereg
 Flankenschwung — przedmach odboczny
 Flankensprung — skok odboczny
 Fliegen — lot
 Flügelmann — skrzydłowy (skrajny); linker F. — do-
 zoruający, rechter F. — prowadzący
 Freilauf — dowolny bieg
 Freispringen — skok wolny
 Freispringel — stojaki do skoku
 Freisteigen — wstępywanie wolne
 Freiübungen — ćwiczenia wolne
 Füße schliessen — stopy złączyć
 Fussheben — podnoszenie nóg
 Fusshang — zwieszenie na stopach
 Fussfahne — chorągiewka nożna
 Fusssenken — opuszczanie nóg
 Fusswippen — chwanie się na palcach stóp.

G.

- Gabelgriff — chwyt widelkowy
 Gaffel — nożyce kuczne

Gallop, Gallophüpfen, Galloplauf — cwał
 gebeugt — zgięty (skulony)
 Gegengalopp — przeciwcwał
 Gegenlauf — przeciwbieg
 Gegenzug — przeciwhód
 Gehen — chód
 Genickhang — zwieszenie na karku
 Genickstehen, Genickstand — stanie na karku
 Ger -- oszczep
 gerade — równo
 Geräte — przyrządy
 Gerätturnen, Gerätübungen — ćwiczenia na przyrządach
 Gesamtübungen — ćwiczenia wspólne
 Geschritt — płas
 Geschwünge — woltyże
 gestreckt — wyprostowany
 Gesundheitsturnen — gimnastyka zdrowotna (g. higie-
 niczna, g. dyetyczna)
 Gewichte — ciężary
 gleicharmig — równoramiennie
 gleichbeinig — równonóż
 Gleichgewicht — równowaga
 gleichhändig — równorącz
 gleichförmig — równomiernie
 gleichnamig — równoimiennie
 gleichseitig — równostronnie
 gleichzeitig — równocześnie
 gleiten — ślizgać się
 Glied — rząd
 Grätschabschwung — odmyk rozkrokiem
 Grätsche — przeskok rozkroczny (rozkrocza)
 grätschen — rozkraczać
 Graetschhocke — przeskok chyłkiem
 Grätschschwebe — podpór równoważny rozkrokiem
 Grätschsitz — siad rozkroczny
 Graetschsprung — przeskok rozkroczny
 Graetschstand — postawa rozkrocza

Grätschstellung — postawa rozkroczna
 Griff — chwyt; voller G. — pełny chwyt
 Griffwechsel — zmiana chwytu
 Grundstand, Grundstellung — postawa zasadna.

H.

Halbkreis — półkole
 Halte — wytrzymanie
 Hände auf die Achseln! — ręce na barki złóż!
 Handbewegung — ruch rąk
 Handgehen — pochód w staniu na rękach
 Handhüpfen — poskoki w staniu na rękach
 Handgelenk — przyręcze
 Handgelenkshang — zwieszenie na przyręczach
 Handhang — zwieszenie na rękach
 Handstand, Handstehen — stanie na rękach
 Hang — zwieszenie
 Hangdrehen — obroty w zwieszeniu
 Hangeln — pochód w zwieszeniu
 hängend — zwisły
 Hangliegen — zwieszenie postawne
 Hangkehre — półobrót w zwieszeniu
 Hangstand — postawa zwieszona
 Hangwage — waga w zwieszeniu
 Hangwechsel — zmiany zwieszzeń
 Hangzucken — poskoki w zwieszeniu
 Hanteln — ciężki
 heben — podnieść
 Hechtsprung — skok lotny (s. tygrysi)
 Heilturnen — gimnastyka lecznicza
 herabgleiten — ześlizgiwać się
 herablassen sich — opuścić się; das H. — opust
 herum — w około
 Hieb — cięcie
 Hiebwaŕfe — broń sieczna
 hinken — skakać jedenonóż

Hinkkampf — walka w poskokach jednonóż
 Hinksprung — skok z rozbiegu poskokiem jednonóż
 Hinksteigen — wstępywanie poskokiem jednonóż
 Hintermann — zaplecznik (następnik)
 Hinterpausche — tylny łęk
 Hinterschwung — odmach (tylny zamach)
 hoch — powyż
 Hochsprung — skok w wyż
 Hochtiefsprung — skok w wyż i w głąb
 Hochweitsprung — skok w wyż i w dal
 Hochwende — przeskok zawrotny powyż
 Hockabschwung — odmyk kuczką
 Hocke — przeskok kuczny (kuczka)
 hocken — kucznąć
 Hockstand - Hochstellung — przysiad
 Holm — poręcz
 Hüften fest! — ręce na biodra złożyć!
 Hupf — poskok
 hüpfen — poskakiwać
 hüpfend — poskokiem
 Hüpfsteigen — wstępywanie poskokiem

K.

Kammburstbieb — cięcie wśród
 Kammgriff — podchwyt
 Kammhaltung (Kammlage) — położenie dłoniowe
 Katzendrehsprung — skok chyłkiem z obrotem
 Katzensprung — skok chyłkiem (wolyż ch.)
 Kehrsitzen — zesiad odwrotny
 Kehraufsitzen — wsiad odwrotny
 Kehre — przeskok odwrotny (odwrotka)
 Kehrschwung — przedmach odwrotny
 Kehrsitz — siad odwrotny
 Kehrsprung — przeskok odwrotny (odwrotka)
 Kehrwende — odwrotka z obrotem
 Keule — maczuga

- Kippe — wychwyt (wspieranie wychwytem)
 kippen — wychwycić się
 klappen — klaskać
 Klettergerüst — wspinalnia
 Klettermast — maszt (słup)
 klettern — wspinać się; das K. — wspinanie
 Kletterschluss — chwyt do wspinania
 Kletterstange — żerdź
 Klettertau — lina
 klimmen — wstępywać
 Klimmhang — zwieszenie o ramionach ugiętych
 Klinge — brzeszczot
 knicken — ugiąć
 Knicktstütz — podpór o ramionach ugiętych
 Kniebeuge — postawa kuczna
 Knieen — postawa klęczna (klek)
 Kniehang — zwieszenie na przedudach
 Kniehangaufschwung — wymyk przedudem
 Knieaufschwung — wymyk przedudem
 Knieaufstemmen — wspieranie przedudem
 Kniehangabschwung — odmyk na przedudach wolny
 Kniehangwage — waga w zwieszeniu na przedudziu
 Kniehangwechsel — zmiana zwieszeń na przedudziu
 Kniehangwelle — kołowrót na przedudach wolny
 Knieheben — skurczyć nogę
 Kniesprung — zeskok z klęczki
 Kniestand, Kniestellung — klęczka
 Kniewelle — kołowrót na przedudziu (k. kolanowy)
 Kniewippen — mierne uginanie i prostowanie nóg
 Knoten — węzeł (supel)
 Knotentau — lina węzłowa (l. supłowa)
 Kolonne — kolumna; geschlossene K. — zwarta k., of-
 fene K. — rozwartą k.
 Kompagnie — drużyna
 Kopfstehen — stanie na głowie
 kopfüber — przerzutnie
 Kreis — okrąg (koło)

kreisen — krążyć
 Kreishüpfen — krążenie poskokiem
 Kreisfliegen — krążenie lotne
 Kreislauf — krążenie biegiem
 Kreisschauckeln — husztanie okrężne
 Kreisschwingen — wywijanie okrężne
 Kreuz — grzbiet
 Kreuzaufschwung — wymyk tyłem
 Kreuzaufzug — wydźwig tyłem
 Kreuz hohl — krzyże w łuk (krz. wygięte)
 Kreuzstellung — postawa skrzyżna
 Kreuzüberschwung — przemyk tyłem
 Kreuzwelle — kołowrót tyłem o ramionach ugiętych
 Kugelwerfen — rzucanie kulą
 Kürturnen — ćwiczenia dowolne
 Kurzlauf — bieg drobny

L

Lage — położenie
 Längenpferd — koń wzdłuż
 Lauf — bieg; gewöhnlicher L. — zwykły bieg
 laufen — biegać
 Längnachse — oś wzdłuż
 Laufbahn — bieżnia
 Laufer — goniec (szybkobiegacz)
 Laufschrift — bieg skoczny
 Leiter — drabina; schiefe L. — skośna dr.; senkrechte
 L. — pionowa dr.; wagrechte L. — pozioma
 Leiterbaum — ostrzew
 Liegehang — zwieszenie leżąc
 liegen — leżeć
 Liegestütz — podpór leżąc
 Liegestützel — pochód w podporze leżąc
 Linie entwickelte — dwurząd (szyk rozwinięty)

M.

Marsch — pochód
 Mastbaum — maszt
 Massage — mięsienie
 Matraze — siennik (materac)
 Mitglied — członek
 Mithieb — dwucięcie równoczesne
 Mitstoss — dwupehnięcie równoczesne
 Mühle — kołowrót okrakiem (młynek)
 Mühlaufschwung — wymyk okrakiem
 Muskel — mięsień.

N.

Nachgriff — dochwyt
 nach innen — do środka
 Nachstellgang — chód suwany
 Nadel, Nadelaufsitzen — wsiad nawleczny
 Nadelwage — waga nawleczna
 neigen — schylać
 Nest — gniazdo
 niederlassen -- opuścić się
 Niedersprung — doskok (zeskok)
 niedrig — poniż

O.

Oberarm -- bark
 Oberarmhang — zwieszenie na barkach
 Oberarmstand (stehen) — stanie na ramionach
 Oberschenkelhang — zwieszenie na udach
 Ordnungsübungen — ćwiczenia rzędowe.

P.

paar — parzysty
 Parade — krycie
 Pauschen — lęki

Plan — osnowa
 Plastron — napierśnik
 Pyramidem — piramidy

Q.

quer — poprzek
 Querhang — zwieszenie poprzek
 Querliegehang — zwieszenie leżąc poprzek
 Quersitz — siad poprzek
 Querstand — postawa poprzek
 Querstütz — podpór poprzek

R.

radschlagen — przewrót bokiem (kołem iść)
 rechtsarmig — praworącz
 rechtsbeinig — prawonóż
 Reck — drążek
 Reckschwingen — wywijanie na drążku
 reichhoch — dosiężny
 Reif, Reifen — obręcz
 Reihe — szereg
 Reihen — dwusereg
 reiteln — poskoki w siadzie
 Reitsitz — siad okrakiem
 Rennbahn — tor (wyścigowisko)
 rennen — gonić; das R. — gonitwy
 Richtung — kierunek
 Riege — zastęp
 Riesenaufschwung — wymyk zamachem
 Riesensprung — przeskok olbrzymi
 Riesen todtsprung — przerzut olbrzymi
 Riesenüberschwung — przemyk zamachem
 Riesenwelle (felge) — kołowrót olbrzymi
 Ringe — kółka
 ringen — mocować się; das R. zapasy

Ringer — zapaśnik
 Ringkampf — zapasy (walka zapaśnicza)
 Ringplatz — mocowisko (miejsce na zapasy)
 Ringstellung — postawa zapaśnicza
 Ristabschwung — odmyk na podbiciach
 Ristgriff — nachwyt
 Risthang — zwieszenie na podbiciach
 Risthaltung, Ristlage — położenie grzbietne
 Risthieb, Ristseithieb — cięcie zewnątrz
 Ristwelle — kołowrót na podbiciach
 rittlings — okrakiem
 Rolle — przewrót na barkach
 Rotte — spółnicy
 Rottenpaar — czwórka
 rücklings — tyłem
 Rückschritt — zakrok
 Rückschrittstellung — postawa zakroczna
 rückspreizen — nogę wstecz podnieść
 Rückspreizstellung — postawa zakroczna na palcach
 Rücksprung — odskok
 Ruckstemmen — wspieranie rzutem
 rückwärts — wstecz
 rückwärtsfront — wstecz zwrot
 ruht — spocznij!
 Rumpf — tułów
 Rumpfbeugen — skłon tułowia
 Rumpfdrehen — zwrot tułowia
 Rumpfheben — wznoszenie tułowia
 Rumpfstrecken — prostowanie tułowia.

S.

Säbel — pałasz
 Sack — worek
 Sattel — siodło
 Säule — kolumna
 Schanckel — huśtawka

- schauckeln — huścić się
 Schauckelreck — orczyk
 Schauckelringe — kółka
 Schauckelsprung — skok z huśtania
 Schafsprung — przeskok kłęczny
 Schauturnen — ćwiczenia jawne
 Scheere — nożyce; Sch. mit Rückschwingen — n. zawrotne; Sch. mit Seitschwingen — n. odboczne;
 Sch. mit Vorschwingen — n. odwrotne
 Schenkel — udo; Schenkelhang — zwieszenie na udach
 schieben — pchać; das Sch. — pchanie
 schief — skośnie
 Schlag — cios
 Schliesen — łączyć; das Sch. — łączenie
 Schlängellauf — bieg wężykiem
 schlussbeinig — złączonemi nogami
 Schlusshang — zwieszenie „rece pobliż“
 Schlussstellung — postawa zasadna
 Schnelllauf — szybki bieg
 Schnellschritt — szybki krok
 schräg — skośnie
 Schrägbrett — pomost
 Schrägstellung — ustawienie skośne
 Schrägstütz — podpór rozpięty (p. skośny)
 Schraubenaufsitzen — wsiad okroczny wstecz
 Schritt — krok; kurzer Sch. — drobny k; voller Sch. — zwykły k.
 Schrittbein — noga krocza
 Schrittstellung — postawa krocza
 Schrittwechselgang — chód zmienny
 Schrittwechselhüpfen — bieg zmienny
 Schritzwirbeln — pochód z obrotami
 Schulterstand, Schulterstehen — stanie na plecach
 Schulturnen — gimnastyka szkolna (g. wychowawcza; g. pedagogiczna)
 Schwebebaum — kładka
 Schwebegang — zwieszenie przewrotne

- Schwebekampf — walka na kładce
 Schwebereck — orczyk
 Schwebestütz — podpór równoważny
 schwenken — zachodzić
 Schwenkung — zachodzenie
 Schwimmhang — zwieszenie leżąc łukiem
 Schwingel — koń
 schwingen — wywijać; das Sch. — wywijanie
 Schwung — zamach
 Schwungbret — mostek sprężysty
 Schwungkippe — wychwyt zamachem
 Schwungseil — wywijadło
 Schwungstemmen — wspieranie zamachem
 seit — pobok (wszerz)
 seitlings — bokiem
 Seitenpferd — koń wszierz
 Seithang — zwieszenie pobok
 Seittiegehang — zwieszenie leżąc pobok
 Seitschritt — krok wbok (rozkrok)
 Seitschwingen — wywijanie wbok
 Seitschrittstellung — postawa rozkroczna
 Seitsitz — siad pobok
 seitspreizen — nogę wbok podnieść
 Seitspreizstellung — postawa rozkroczna na palcach
 Seitsprung — skok w bok
 Seitstand — postawa pobok
 Seitstütz — podpór pobok
 seitwärts — wbok
 senkrecht — pionowo
 Sitz — siad
 Sitzwechsel — przesiad
 Sitzwellabschwung — odmyk w przedudach
 Sitzwellaufschwung — wymyk przedudami
 Sitzwelle — kołowrót w przedudach
 Sohlenstand — postawa na stopach
 Spannhang — zwieszenie „ręce podał“
 Spannkletterschluss — chwyt do wspinania rozkrokiem

- Spannstütz — podpór „ręce podal“
 Speiche — kołowrót w przedbarkach tyłem
 Speichgriff — nachwyt
 Speichhaltung, Speichlage — położenie promieniowe
 Speichkopfhieb — cięcie wierzch
 Spiel — gra
 Sper — oszczep
 Sperwerfen — ciskanie oszczepem
 Spreizabsitzen — zesiad okrocny
 Spreizaufsitzen — wsiad okrocny
 Spreize — przeskok okrocny
 spreizen — okraczać
 Spreizhocke — przeskok kucznokrocny
 springen — skakać
 Springschnur — sznur do skoku
 Springstab — tyczka do skoku
 Sprossen — szczeble
 Sprossenmast — ostrzew (maszt szczeblowy — drabina
 skrzydlata)
 Sprossentau — lina szczeblowa
 Sprung — skok
 Sprungbrett — mostek
 sprunghoch — doskoczny
 Sprunglauf — bieg skoczny
 Sprungtisch — stół do woltyżowania
 Stab — tyczka
 Stabsprung — skok o tyczce
 stampfen — tupać
 Stand — postawa
 Standbein, Stehbein — noga postawna
 Ständer — stojak
 Standort — stanowisko
 steigen — wstępywać; das St. — wstępywanie
 Steifschwingen — wywijanie łukiem
 steil — stromo
 Stellung — postawa
 Stelzen — szczudła

- stemmen — wspierać
 Stichwaffe — broń kolna
 Stirnreihe — rząd
 Stirnstellung — ustawienie czelne
 Stock — kij; Stockfechten — szermierka na kije (sz. na palcaty)
 Stoss — pchnięcie
 Stossdegen — szpada
 stossen — pchać, rzucać
 strecken — prostować
 Streckhang — zwieszenie o ramionach prostych
 Streckstand — postawa prosta
 Streckstütz — podpór o ramionach prostych
 Strickleiter — drabina sznurowa (dr. pleciana)
 Sturmbrett — pomost
 Sturmloch — bieg po pomoście
 Sturmsprung — skok z pomostu
 Sturz — przerzut
 Sturzhang, Abhang — zwieszenie przerzutne
 Stütz — podpór
 Stützel — pochód w podporze
 Stützfahne — chorągiewka w podporze
 Stützhüpfen — poskoki w podporze
 Stützliegen — podpór postawny
 Stützstand — postawa podpora
 Stützwage — waga w podporze
 System — układ

T.

- Taktgehen — chód w takcie (ch. miarowy)
 Taktlaufen — bieg w takcie (b. miarowy)
 Tau — lina
 Tauziehen — ciąg za linę (mocowanie liną)
 Tiefenachse — oś wgląd
 Tiefsprung — skok wgląd
 Todtensprung — wolny odmyk w przedudach

Todtenwelle — wolny kołowrót w przedudach
 Trab — bieg; traben — biegać
 Trapez — orczyk
 turnen — ćwiczyć się (gimnastykować się)
 Turnhalle — sokolnia (sala ćwiczebna)
 Turnwart — naczelnik.

U.

üben — ćwiczyć się
 Uibende — ćwiczący się
 Uiberdrehen — przewrót w zwieszeniu; Ui. mit Armdrehen im Schultergelenk — wykręt w barkach w zwieszeniu
 Uibergriff — przechwyt
 Uiberheben — przedźwig
 Uiberschlag — przerzut
 Uiberschlagwende — zawrotka przerzutna
 Uiberschwingung — przemyk
 Uibungsplatz — boisko
 ungleicharmig — naprzemianrącz
 ungleichnamig — różnoimienny
 ungleichseitig — różnostronny
 ungleichzeitig — nierównocześnie
 unten — spodem
 Unterarm — przedbark
 Unterarmhang — zwieszenie na przedbarkach
 Unterarmstand, Unterarmstehen — stanie na przedbarkach
 Unterarmstütz — podpór na przedbarkach
 Untergriff — podchwyt
 Unterschenkel — przedudzie
 Unterschwingung — podmyk.

V.

Verschiedenartiges — igrzyska
 Voltigiruibungen — woltyże
 Volksturnen — gimnastyka towarzyska (g. sokola, g. ludowa)

Vorbeugen — skłon wprzód
 vordern — przedni
 Vordermann — poprzednik
 Vorderpausche — przedni łąk
 vorlings — przodem
 Vormann — poprzednik
 vorneigen — nachylić
 Vorschrift — wykrok
 Vorschriftstellung — postawa wykroczenia
 vorschwingen — przedmachnąć
 Vorschwung — przedmach
 vorspreizen — nogę wprzód podnieść
 Vorspreizhalte — wytrzymanie okroczenia
 Vorspreizstellung — postawa kroczenia na palcach
 Vorsprung — przedskok
 Vorturner — nauczyciel (przodownik)
 vorwärts — naprzód
 vorwärts front! — wstecz zwrot!

W.

Wage — waga (poziomka ciała)
 Wageliegen — waga w leżeniu
 Wagestehen — waga w postawie jedno nogi
 wechselbeinig — naprzemiannog
 wechselhändig — naprzemianręcz
 Wechselgalopp — cwał zmienny
 Wechsellauf — bieg zmienny
 Wechselschritt — płas zmienny
 wechselseitig — naprzemianstronny
 Wehrturnen — gimnastyka obronna (g. wojenna)
 Weithochspringen — skok w dal i w wyż
 Weitsprung — skok w dal
 Wellaufschwung — wymyk przedudem
 Welle, Wellumschwung — kołowrót na przedudziu
 Wende — przeskok zawrotny
 Wendeabsitzen — zesiad zawrotny

Wendeaufsitzen — wsiad zawrotny
 Wendehaltung — położenie zawrotne
 Wenderückschwung — odmach zawrotny
 Wendeschwung — przedmach zawrotny
 Wendesprung — przeskok zawrotny
 Wendung — obrót; halbe W. — półobrót
 Wettlauf — wyścigi (b. do mety, b. w zawody, b. o zakład)
 Wettturnen, Wettuibungen — ćwiczenia zawodnicze
 Widerstand — opór
 Widerstandsuibungen — ćwiczenia oporne
 Wippe — drabinka chwiejna (dr. kołysząca)
 Wolfsprung — przeskok kucznokroczy
 Wurf — rzut
 Wurfstellung — postawa do rzutu.

Z.

Zehengang — chód na palcach (ch. dybkiem)
 Zehenstand — postawa na palcach
 Zeitmass — takt
 ziehen — ciągnąć
 Ziel — cel (meta, kres)
 Zimmerturnen — gimnastyka domowa (g. pokojowa)
 Zuckhagen — poskok w zwieszeniu
 Zuckstemmen — wspieranie rzutem
 Zug — pluton
 Zugstemmen — wspieranie ciągiem
 zweigliedrig — dwurzędowy
 Zwiegriff — dwuchwyt
 Zwischenschwung — pośredni zamach.

307





1845

Biblioteka Gl. AWF w Krakowie



1800053189