

中華郵局特准掛號認爲新聞紙類

育體

像肖文紹秦長館



期四第 卷四第

版出館術國市平北

號四六六局四話電號五街斜四單西平北地館

(國北平圖書總社)

體育月刊第四卷第四期目錄

言論

改良拳術之我見.....張四維

專著

何為太極當武拳(續).....沈家楨著
袁家寧源流考(續).....陳津嶺

教材

查拳(第四路).....許笑羽編

紀事

本館高級國術訓練班畢業考試記

文件

銀劍如致許館長函
許館長覆銀劍如函

北平市體育專科學校為舉行第二屆運動會函請蒞會表演
及惠賜錦標專函申謝函(二通)

體育紀聞

九則

北平市立體育專科學校第二屆運動會記 魯省第四屆國術考試結果 參加世運會各省市簡開 社會局體委員開會記 平市體委會裁判員分組執委選定 輔仁隊遠征扶桑 中央國術館與國體新組之南洋遠征隊載譽歸來 浙踢毬比賽 全市春季球類賽

少林十二式

拳術基本 少林嫡傳

定價大洋五角

本館館長許禹生先生。取達摩祖師少林十二式。參加羅漢手中運動之意。兼採拳術之各種棒步。本體操教練之法。每式編作法數節由淺入深。由簡而繁。並注明運動部分。主要骨骼筋肉。以明運動生理。就原有歌訣。闡明其義。以起學者之注意。復本其姿勢動作。以求應用之所在。用作習拳術者之初步。教授中小學體操或國術者。均可採為教材。

安徽大學月刊

第二卷 第四期

要目

學術集解.....李大防
離騷本義.....徐英
愛琴文明：克里地文明與邁錫尼文明.....周介藩
古生物學概論.....王進展
讀左隨筆(卷下).....陳朝爵
詩錄.....李大防
詞錄.....陳家慶
李大防 徐英
陳家慶 李大防

訂價：每月一冊 二角四分
半年四冊 八角
全年八冊 一元五角
地址：安徽大學出版課
每月十五日出版
二、七、八、九
四個月不出版

言 論

改良拳術之我見

張四維

拳術爲我國固有之健身法，盡人而知之矣。溯自西洋體育輸入中國，吾國思有以保存之，提倡之，故別稱之曰：「國術」；顧一方面提倡，在他方懷疑者，並發爲言論，爲誤會的無理之攻擊。魯迅君於新青年五卷五號，隨感錄中發表之言論，可代表之，魯君誤將「拳術」與「義和團」之拳匪，冶入一爐，認爲習拳術，即含有「鎗砲擊不入」之觀念，（原注指爲內功）繼此則有陳鐵生君之論文，起而釋之，但陳君之爲文，仍欠明析，指馬子貞先生新武術序中之「前庚子變時，民氣激烈」數句，以爲馬先生與義和團表示同情，未曾審其上下文字如何亦不審其下文之「自衛制人之術」云云。其術字之意義，意指爲鎗砲擊不中之術，而一體例之，拳術可以健身，擬以烏頭附子，只能偶爾療病，並謂外國 *Boxing* 與吾國之拳術不同，因不承認外國有拳術，夫外國之拳術，固與中國之拳術不同，然則俄人之不則道中國語言，不能唱中國戲，即可指爲俄國無語言，無戲劇乎？豈世界各國所無者，我國不當特有乎？魯君作品小說中，固有若干爽人心脾者，而此爲解釋拳術上諸問題，則誠誤會，此外之攻擊論調，各有出入，大都爲不曾明瞭拳術真像，或未曾嘗試者耳！

在昔之習拳術者，所抱之第一目的，固爲防身禦敵，今之攻擊拳術者，亦以此爲第一理由，固也，實則未足爲拳術之重傷也。好勇鬥狠，恃力凌人，固不可，而防禦非常，亦不能指爲不當，吾輩因求健身，而附帶獲得防禦意外之技能，亦不爲失計，又奚規避爲，同學張君操單槓而失手。章君操雙槓而失手，皆曾應用柔道姿式而獲安全。此外如球場等，意外實多，而因身體靈便，以免危害，或遇兇暴之侵犯，雖不能完全避免，而在最小限度，亦可略減皮肉痛苦，蓋人以非常手段凌我，本有法律裁制，我縱獲勝利，而實際上，已先受痛苦也。

或謂拳術爲不合生理者，此種批評，較爲明白，亦占有體育上地位，夫拳術原不專以健身爲主，今以體育眼光觀之，實有不適當處，但僅評以不合生理之一語，殊爲廣泛，亦不能因此而屈服拳術，試觀各應用操，器械操，田徑賽，球戲等，以增加運動興味，往往與生理出入處甚多，拳術派別繁重，更不能以某種拳術之疵點如何，而概括一切，偶見江湖賣藝者流，便幾路花拳，便作爲批評拳術之根據，自屬易於誤謬，如釋家十八手，易筋經十二式，十二段錦，八段錦等，都屬拳術基本鍛練，其動作中，十之八九，竟與瑞典式體操，不約而同，且其原始目的，固在健身，而不在于攻擊，甚旨亦與生理符合，惟多屬全身運動，是其特點耳，各踰連續拳技，可拆爲單式，而各單式亦可合爲整踰，練習時，成路者興味較濃，應

用時，單式者易於分析着數，所謂「內三合」「外三合」不知者引爲玄談，而按諸運動生理學，實亦符合，不稍背謬，卽手眼身法步之講求，亦以姿勢優美爲主，至於插沙，打椿，磨掌，披釘等術，爲另一種工夫，非拳術中固有者也。如斯諸法，本屬鄉曲粗野之把戲，意將靈功敏活之筋肉，強使化爲頑石槁木，卽使成功，斯亦入下下乘，故有因練習拳技，誤入邪途，而獲咯血諸症，實因背於生理，閉氣努力所致，拳術之正途，決無此種岐路，或有以演對手易出危險者，至於對手亦注重手眼身法步，於應用方面言，則演對手時，於攻守諸法，較易領會其着數，比諸運動會上各種田徑賽，拚命競爭，以致影響於身體發育，却較勝一籌，施之學校，或可減去對手，而在個人方面，則有存在理由，我等若處於危險態度中，欲處之泰然，思獲安全，則對手者，固可練習鎮定工夫，故能臨事不亂，此點直可謂爲拳術上特具之精神也矣，又或有以拳術中以足踵「振脚」爲有傷於腦筋，此層爲甚易改良者，特拳術之振脚，非專以脚之後踵，其聲雖大，乃共鳴作用，與體操中正步之音響，同出一理，實無大害。

總之，拳術雖不能代表體育全部，但可謂爲體育中確有極大價值者，我輩不能以一二小疵，卽抹殺全部，棄而不見，我輩果察其中確有疵點，當根據學理，以糾正之，期他日之克臻完善，不當藉爲口實，肆意詆譏，致拳術有根本剷除之虞，予外人以可乘之機，甚無味也。

(未完)

專 著

何爲太極拳武當

沈家楨著

第貳章

如第一章所述，走架子功夫，已達到推手之資格時，再行練習推手，以求懂勁，因推手乃二人之練習，其對手方極關重要，如果練習時，對方係無推手資格者，而與之相推，發之既不可，推之反易染成不良習慣，而成病手矣，是以有經驗之太極拳家，可與幼穉者較手，而不與之推手，以免常日相推，易成病手也，最好以程度相等者，互相琢磨，最爲有益，其推手之法，須按照太極拳論之範圍，寧可不能推手，不可隨便畫圈揉手，以致勁別不分，養成滑手之病，墊攔之弊，茲按照太極拳論，分段以簡單之意，說明其必須之規矩如下：

第四步 審查推手者，有無求懂勁之資格。

1. 開合陰陽。太極拳論云：太極者，無極而生，動靜之機，陰陽之母也，動之則分，靜之則合，云云。足徵太極拳根本，係從無極而來，乃無爲而有爲也。內中包含動靜之義，若動中有靜，乃能心平氣和，以辨別對方之勁，靜中有動，乃能轉換精氣神，以變化對方之

勁，在動時，則爲分，爲開，爲順抽絲，爲攻，在靜時，則爲捲，爲合，爲逆抽絲，爲守，故太極拳一切動作，不離開此二種作用，其用開合之自身，必須具陰陽之功，所謂陰陽者，內中包含虛實收放，及弛張等功用也。兩者務須相對，以變化萬方，若缺其一，無論餘一，如何巧妙，均屬無用，此太極生兩儀之說也，以上所列，如能做到，非待走架子，已練到此項作用後不可，若由推手能造成此項開合陰陽功用，決無此理也。

2. 沾黏連隨，太極拳論云：無過不及，隨曲就伸，係指太極拳，與人對待時，既須有陰陽動靜之功用，又須個人運用之姿勢，不越其範，亦不可不及，施之於人，須恰當其機，恰臨其時，乃可以輕制重也。因是一切對待，須無過，則爲沾勁，若過，則爲頂病矣。不及，則爲丟病，能及，則爲黏勁矣。隨曲，則爲連勁，若不能隨曲，則爲匾病矣。就伸，則爲隨勁，伸過，則爲抗病矣。

此四字功用，係完全由推手而得，惟欲求此四字功用之實況，須具下列第三、第四兩項之條件。

3. 剛柔順遂，太極拳論云：人剛我柔謂之走，我順人背謂之粘，係指人以剛來，己以柔應，

柔與剛遇，須不與頂勢，不生丟象，而柔勁中，尤須藏有棚勁，爲有棚勁，而不丟頂，方能走也，故無棚勁之柔，與剛遇則匾，不足以應剛，自不能稱之爲走矣。

若用順遂之勢以臨人，方可逼人，以不順遂也，令人不得勢也，此非用粘字功不可矣。粘字近于攻，爲剛。走字近于柔，爲守。俗呼走爲瀉勁，粘爲補勁，因個人有粘走之功，而後可以調節對方之勁，不生丟頂，而後方可沾黏爲一也。如是乃可動靜相應，得以感覺對方勁之如何矣。

4. 急緩粘走，太極拳論云：動急則急應，動緩則緩隨，上列所論，雖能用走以引進，用粘以使對方根斷，仍須就對方動作之快慢，而追隨之也。所以動急則急應，動緩則緩隨，而後其功可得矣。如不能急緩相生，則不能粘走相應，豈能感覺對方勁之動靜變化乎。

試觀上列四項，如在走架子時，不能具開合陰陽之習慣，所運之勁，又無剛柔之分，所動之度，不能行急緩之功，安能得黏連粘隨之效乎？若欲在推手時，由沾黏連隨中，再求開合陰陽，剛柔，緩急，順遂，豈非倒行逆施乎，況此乃二人之動作，即個人有此心意，多爲對方所牽制，而不可能，即能沾黏連隨，亦係爲病手之沾黏連隨，爲不得機不得勢之粘走，安能得收太極拳之用乎？所以欲求懂勁，必先具求懂勁之資格，有此資格，乃多行推手，以得經驗，而後真正之沾黏連隨可生，此爲學太極拳者，不可超過之程序也。雖然此項粘走之

「變化萬端，而理爲一貫，必須由推手着熟，而漸悟懂勁，由懂勁而階及神明，然非用力之久，不能豁然貫通焉」。此爲學習推手，以求懂勁之過程也。

因此學習推手者，在第四步，應審查其

1. 有無開合之勁，卽一切動作，有無順逆抽絲之勁也。
2. 有無陰陽之分，卽一切動作，有無虛實之分也。
3. 有無急緩之功，卽一切動作，有無慢快之能也。

如均有之，乃可學習推手，以求沾黏連隨之功矣。

第五步 審查推手者，沾黏連隨之姿勢與精神。

1 輕，太極拳論云：虛領頂勁，求沾黏連隨者，自身必須有輕淨之能力，然後可以知其量，所以頂勁虛懸，乃頂上有棚勁之謂也，此因精神能提得起，所以無遲重之虞，而後變化，自然活潑矣。

2 沉 太極拳論云：氣沉丹田，求沾黏連隨者，自身必須有沉着之能力，然後可以制人，而不復受制於人，故氣沉丹田，爲下棚勁之功也。乃以心行氣，務須沉着，得歛入骨髓之故也。則推手時，不致浮飄以動作矣。

3 中正不偏 太極拳論云：不偏求沾黏連隨者，必須自身中正不偏之功，而後可以支撐八面

也。在沾黏連隨時，應以中正之身，與之以週旋，則進退乃有裕如，不致爲人所擊，致招變化不開之病也。

4 不倚不墊 太極拳論云：不倚求沾黏連隨者，必須不將己勁，倚靠人之身手之弊，不以己之身手，而爲人墊勁之弊，因倚靠人之一點，及替人墊勁，均失求懂勁之意矣。而已身易浮起，足根易斷，爲人所引進矣。因此倚墊二字，乃頂抗病之媒也。

5 靈 太極拳論云：忽隱忽顯，求沾黏連隨者，已勁應有靈敏活潑之功，能隱則爲柔，爲輕，能顯則爲剛，爲沉，如能剛柔相變，輕沉相換，靈敏迅速，令人不測，乃係不爲人懂而極易懂人之法也。

以上五項，如能行之，多係兩膊常相擊住，及鬆靜專主一方之關係，而後方可兩者倒換靈敏，左重則右虛，右重則左杳矣。有此靈敏之功後，對方若仰來，則高以沾之，俯來，則深以黏之，對方若進，則長以連之，若退，則促以隨之，如是四者，則沾黏連隨之功可得，其知覺靈敏，有如一羽不能加，其身手圓活，即蠅蟲亦不能落也。拳譜云，人不知我，我獨知人，英雄所向無敵，蓋由此而及也。因此學習推手，在第五步，應審查其

1 有無領起頂頭懸，減輕之功。

2 有無下沉丹田氣，增沉之功。

3 身體是否中正不偏。

4 有無墊攔人手之弊。

5 能否靈敏以變換，剛柔輕沉。

如有此五項之功，而無其弊，則推手之姿勢，及精神，可謂得矣。沾黏連隨之功，不愁不生矣。四功已得，再求懂勁自易，制人之法，亦可連帶不求而獲矣。

第六步 審查推手者，求懂勁之方法。

1 秤勁 太極拳論云：立如平準，求懂勁者，必須立如平準，與人對待時，自身視之如磅秤，頭頂作爲天秤之準頭，兩手作左右之兩盤，兩膊相擊，作爲天秤之橫木，腰作磅秤之根株，下通至尾閭，有如磅秤之立柱，尾閭中正，神貫於頂，上下一線，有此種種，乃可秤對方勁之大小，稍有輕重浮沉，莫不顯然而有準，是爲懂勁之輕重法也。

2 化勁 太極拳論云：活似車輪，求懂勁者，雖有平準在身，仍須裝置於車輪之上，因人與物異，雙方均思求秤人，而不願爲人秤，須爲秤就人，人不能就秤也。故須以氣作輪，以腰爲軸，兩膊相擊以待，爲輪之橫人，上下相隨，爲輪之豎行，稍一觸動，則上下左右前後，旋轉自如，而後乃可秤得人上，是爲懂勁之方向法也。

3 牽引 太極拳論云：偏沉則隨，雙重則滯，求懂勁者，既懂對方勁之來去方面，又懂對方

勁之輕重大小，可謂已得懂勁之方法矣。自身既立如平準之中正不偏，又活如車輪之上下相隨，對方若加之以勁，則一方感覺偏沉，自可本其沉勁之方向，以相隨，是爲舍己從人矣。若勁係來勢，則以車輪之轉，而引進落空矣。若勁係去勢，則牽動四刃撥千斤矣。此牽引勁，爲推手不可少之勁也。牽引勁之所生，乃在自身有偏沉之功，對方即加之以勁，仍須調整使之偏沉也，如能旋轉，其原動力均在車輪微微偏沉，左右上下前後之一點，因有此不平均之微沉，而車輪牽動以旋轉矣。若輪之左右前後均是相等之重，此爲雙重之病，力量相等，必改滯住其輪，不能動矣。若偏重一邊太過，車輪必致傾覆而倒矣。何能稱人之勁乎。故此處偏沉，乃指微微之偏，不是偏重一邊之偏也。

以上三項，爲求懂勁之法，須有如平準，車輪，二物，時伴其身，此項準輪，兼有制人之運用法，須有牽引力爲之推動，拳論云：每見數年純功，而不能運化者，率皆爲人所制，率不能制人者，雙重之病未悟耳。亦即無牽引力所致也。欲避此病，須知陰陽，此虛實輕沉，以倒換之論也。又須知粘走，此剛柔順遂，以變化之謂也。然後，粘即是走，走即是粘，陰不離陽，歸不離陰，粘走相應，陰陽相濟，是爲懂勁，懂勁後，愈練愈精，默識揣摩，漸至從心所欲矣。

學習推手者，第六步，應審查

- 1 平準之感覺性強弱，內中分毫，能分別否？
- 2 車輪之橡皮帶，內中氣量夠度否？
- 3 牽引力，能否隨心意，以活潑變化輕沉否？
- 4 推手者之腦力，是否遲鈍，抑靈敏否？

如此四者，俱臻上乘，則懂勁之功，自可操券而得矣。能懂其勁，則上下相隨，左右逢源，信手而發，悉中肯綮矣，惟應注意者，求懂勁，雖屬舍己從人，然從人自有分寸，不可盲從，從人尤須有一定地點，不可亂從，故欲從人，應就近己身之一點，而粘之，粘定後，即在此點與之週旋不脫以隨之，無論對方如何變化，均以此粘點，作半勁之中心，從一不從二，從近不從遠，因從近，則槓杆在我，易於得機得勢，因從一，則不致開門捉影，領此失彼矣。此為求懂勁，極端注意粘定之點，萬不可舍近以求遠也。太極拳論云：本是舍己從人，多悞舍近求遠，此為太極拳論最後之結論，學習者應極端注意之。

茲附表兩幅，作自修時，自行問答之用。

走架子審查表

第一步

類別

功

病

身	是否中正安舒	有無前俯後仰左傾右斜之病
形	是否活潑貫注	有無呆板盲目之病
腰	是否如車輪大纜	有無如直棍或扭絲之病
頂	是否虛虛領起	有無垂頭挺項之病
脊	是否牽動氣貼脊背	有無脊背不生影響之病
步	是否如貓行之步	有無笨走實邁之病

第二步審查四項

類別	功	病
運	是否旋轉如抽絲	有無直行手不旋轉之病
按	是否有意上寓下之摺疊	有無硬接折斷之病
蓄	是否加強如開弓	有無匾折而收之病
發	是否迅速如放箭	有無軟放及無彈性之病

第三步審查四項

類別	功	病
順	是否順遂以抽絲	有無週轉不圓之病

輕	是否有上棚勁	有無虛浮無主之病
沉	是否有下棚勁	有無滯重不活之病
靈	是否靈敏以變換	有無牢守不化之病

以上三步審查，均為走架子之功夫，凡學習此拳者，均應自行審查，着着加以審問，則所走的架子，自能循規蹈矩，不致越出軌外矣。

推手審查表

第四步 審查七項

開合	是否外抽以開裏抽以合	有無雙直開合之病
陰陽	是否處處有虛實	有無過虛過實之病
沾黏	是否無過不及	有無頂丟之病
連隨	是否隨曲就伸	有無匾抗之病
剛柔	是否忽隱忽現	有無專柔專剛之病
順遂	是否變化婉轉	有無方走稜角之病
急緩	是否速慢相生	有無遲緩如一之病

第五步 審查四項

輕沉 是否頂勁虛懸，與丹田墜

有無不分輕沉之病

中正 是否中正不偏

有無俯仰傾斜之病

倚墊 是否獨立不羣

有無支架擱置對方身手之病

靈敏 是否遇沉即虛，遇虛即沉

有無牢守如一之病

第六步 審查三項

平準 是否權衡畢顯，感覺靈敏

有無拗勁折斷不生感覺之病

車輪 是否上下左右旋轉自如

有無車輪濡滯之病

牽引 是否微沉即動

有無遲重不靈之病

備考 以上四五六步之審查，雖為推手時，所審查之點，然其根本，仍在走架子，除去

沾黏連隨之功，及倚墊之病，係由推手而得者外，其餘無一不是走架子之功夫也。

莫家拳源流考續

陳泮嶺

(三) 莫洛臣之造詣

洛臣在暗室，練習國術，穴窗窺之，但見其如虎跳竄梁間，洛臣與少林僧角技，少林僧

自鑄大鐵錘，令客擊之，洛臣弟子柴如柱，慨然起往，洛臣止之，自執錘擊僧首一下，而僧足入地尺許，有客訪洛臣，能舞棒自蔽，不透隙，洛臣當其酣舞時，以杖導之，其棒劃然開，莽男子丁大漢，羣洛臣與摔角，洛臣在場坐，仰見樹有枯株，笑云：汝可手劈之，乃與汝角，丁大漢上樹劈之，不能動，洛臣自上手平之，如切豆腐，大漢舌伸，謝不敢角力矣，一日與學生言氣貫金石，學生不解，洛臣方據石案啜茗，因舉杯擊案，案石爲裂，曰：此非氣貫金石乎，一日至戚家，主人同上樓，問可履石斷乎，洛臣上一步，斷一石，七階斷其七，至今石宛然在也，洛臣在汝州，汝人與學生角口，洛臣拔院中棗樹，在街上拉一周，市人皆驚避，學憲莊方耕，有戈什，能舞耨杆，如風，人不能近，洛臣執杖擊析之，又攪其項，壓照壁上，學憲謝之，服爲神勇，時京師考天下傑士，洛臣得中第三名，洛臣在河南巡撫部院，爲教師，後巡撫徐攀桂，贈以詩，巡撫榮鐵齋，贈以匾額，至今懸在中堂，其能掛畫聽風，在牀上臥，客以刀擊之，臥床下仍酣睡，如此神跡，難以縷數，晚年能縮身如小兒，坐籃中，能伸掌如箕，其造詣大略如此。

教 材

查拳 第四路(續)

許笑羽編

(6) 退步跨虎

由前式將右足向右斜後方落下，左足尖隨之釘於右脛骨處，兩膝靠攏；同時左掌雙鈎，由前落下，向後鈎起，但鈎須向上，右掌由左腋下移，置左肩窩處，掌尖向上，再向前平伸，至與肩平為度，是時身亦半面向左，成四十五度斜面。

(7) 臥步冲拳

由前式身向右轉，左足後退，右掌由前捋回，握拳置於拳位，左鈎雙掌，自後橫掌向前蓋下，然後再退右足，成臥步式；同時右拳自拳位向前，從左掌上打出，至與肩平為度，是時左掌亦隨之撤于右腋下，掌心向下。

(8) 回身捋打

由前式將身立起，左向後轉。左足邁出落地成弓箭步，右拳回歸拳位，左拳自右腋下向前平捋，握拳回置拳位，右拳再向前打出，臂與肩平為度。

(9) 十字彈腿

由前式將右拳撤回拳位，左拳自拳位向前平打，同時右足向前平彈，腿高與膀平為度。

(10) 落步冲拳

由前式將右足前落，左足再前進一步成弓箭步；同時將左拳撤回拳位，右拳隨之向前平

(11) 回頭望月

由前式右足向前一步，左右拳同變爲掌。左掌自右掌上穿出變鈎；右掌自左腋下向上高舉；同時以右足掌作軸，左足隨之提起，右向後轉，然後將左足向左斜前方落下。成弓箭步，是時右掌沿左胯外方，作半弧形向前擦出，至與肩平爲度。

(12) 竝步應掌

由前式進兩步，再一竝步，同時右掌由前向上，直往後落雙鈎，左鈎由後直向前擦出，至與肩平時，然後又將左小臂直向後灣回，左掌再沿左腮下，向前橫掌平伸。

(13) 鋪地鋪式

由前式將右鈎變掌，收回拳位，再向前由左掌上穿出，仍變鈎；左掌置於右肩窩處，同時身體向左轉右腿下曲，左腿隨之向左鋪地。

(14) 行步提打

由前式將左掌沿地向左前方穿出，成弓箭步，身體亦隨之立起，然後急行三步，將左掌握拳收回拳位；右鈎變掌自拳位向前平打，同時左足向上提起。

紀事

本館高級國術訓練班畢業考試紀

本館自前歲組設高級國術訓練班以來，業已兩年之久，茲擇於本月十二日，舉行畢業考試，聘請^{正副}館長，王仲猷、沈維周，李劍華，吳彥清請先生爲考試委員。伊見思，郎晉池，南煥璘爲監試委員。是日上午八時起試至正午止，計考試科目太極拳，通臂拳、形意拳、查拳、少林拳、劈掛拳、岳氏散手、六合刀、梅花刀、六合槍、棍術、純陽劍十二種，卽行判定甲乙榜示，茲將畢業人名刊佈於左：

電慕尼

武敬立

鞠梓望

鮑慶卿

蔣闌言

程漢章

徐成章

高長久

董振英

關學敏

何恩銘

許笑仁

趙志蘭

文 件

銀劍如致許館長函

禹生夫子函帳：

不聆訓誨，數月於茲，遙揣興居，定多康樂，有如下頌。敬稟者，生自去秋全運後返里

，家居未久，即應同學之招，來渝推行精武體育會，並創辦精武體育學校，吾川民族性極強幹，惟武德不十分講求，故武術祇普及于中下之人而已。生則篤信太極，力行未懈，近尤致力於三九立功養生練氣諸術，不知將來可能有成否也！尙希吾

師時加訓迪，惠我南針，尤深感佩，再者；

鈞座主編體育月刊，現已出版至幾期，合訂本有否？還有幾種內家拳名著，敬祈示我價目及書名？俾便匯款訂購，張秀林老師，現在何處，吾

師玉照，可否惠賜一禱，以資景念！肅頌

道綏

門人劍如銀瑞麟頓首 月 日

賜示寄四川重慶羊子生一號

覆銀劍如函

劍如仁弟大鑒：

頃接 惠書儼同晤對，至爲愉快，比維學術孟普，起居安羊，允如私頌。側聞吾弟敬恭桑梓，推行體育，並創辦學校，毅力熱心，無任佩慰，至致力於養生練氣之術，務望出於自然，積久必能成功，甚勿勉強從事；至囑至盼。體育月刊，現已出至四卷二期，除第

一卷第一期，已經告罄，其餘保存，（全年價一元）但無合訂本；至於拳術著作，僅有太極拳勢圖解，（價洋一元）羅漢功（價洋五角）及少林十二式（價洋五角）三種，至於專門內家拳著作，則尙未也。敝人相片，現無存者，他日當爲寄去。張秀林先生，早歸道山，國術前輩中，又弱一個，爲之浩嘆。此覆。藉頌
近祺

友生 許寵厚頓首 月 日

北平市立體育專科學校爲舉行第二屆運動會函請蒞會表演及惠賜賜錦標專函申謝函二通

其一

逕啓者：本校訂於四月二十六日舉行第二屆運動會，擬請

貴館國術名手，臨蒞會場，表演神技，以示模範，而揚國光，無任歡迎，專此函達，即希查照爲荷。此致

北平市國術館

北平市立體育專科學校啓 月 日

其二

敬啟者：敝校第二屆運動會期，辱承

貴館職教學員臨場表演國術，奇技驚人，允資模範，並惠賜錦標一幟，鼓勵健兒，叩賜孔

多，鳴感曷既，專函申謝，即希查照爲荷。此致

北平市國術館

北平市立體育館專科學校啟 月 日

體育新聞

北平市立體育專科學校第二屆運動會盛況誌

籌備經月之市立體育專第二屆運動會於四月廿六日早八時舉行，是日風和氣暖塵土不揚，會長許禹生先時到會各裁判員各職員亦準時蒞臨觀衆約一千餘人開幕式，行禮莊嚴精神飽滿，茲由會長報告開會意義即繞場遊行，旋開始運動後全校學生個個摩拳擦掌大會職員精神煥發異常統觀

是日經過王士林以六公尺九四釐跳遠之全四及大會新記錄以十四公尺零六釐三級跳選之華北及大會新記錄其餘成績亦較前屆進步競賽項目共十七項創本校新記錄者達十三項之多是會成績尤以王士林跳遠竟破全國最高記錄爲最優，詢屬難能可貴茲將是會籌備情形以及開會盛況詳誌於下：

籌備情形

北平市市立體育專科學校第二屆運動會簡章

- 第一條 本會定名爲北平市市立體育專科學校第二屆運動會
- 第二條 本會設會長一人由校長擔任之
- 第三條 本會設總務競賽兩股各分若干組辦理本會各項事宜
- 第四條 本會設裁判委員會爲裁判最高機關其委員由本會聘請之
- 第五條 本會定於四月二十六日在本校舉行
- 第六條 本會以班爲單位凡本校學生均須參加
- 第七條 本會設團體錦標一面由得分最多之單位獲得之

第八條 本會分競賽表演兩類

甲、競賽項目如下

1. 跳高
2. 撐竿跳高
3. 跳遠
4. 三級跳遠
5. 推十六磅鐵球
6. 擲鐵餅
7. 擲標槍
8. 百公尺
9. 二百公尺
10. 四百公尺
11. 八百公尺
12. 一千五百公尺
13. 萬公尺
14. 百十公尺高欄
15. 四百公尺中欄
16. 四百公尺接力
17. 千六百公尺接力

註：以上各項目每人報名至多不得逾四項至少不得在兩項以下

乙、表演項目如下

1. 彈腿(全校)
2. 刀術(本二)
3. 短拳(本一)
4. 十三劍(師範)
5. 體操(全校)
6. 蹟跤

註：以上表演項目本校學生均須參加

第九條 計分方法

- (一) 每單項分數 第一：五分 第二：三分 第三：二分 第四：一分
- (二) 個人得分最多者為個人總分第一如二人以上分數相同時以得第一名較多者為第一以此類推如最終仍無法決定勝負時即均為優勝但接力之分數不得作個人分數計算
- (三) 接力分數 第一：十分 第二：六分 第三：四分 第四：二分

第十條 競賽如有特殊問題發生裁判員不能解決時得提出裁判委員會解決之此解決為終決不得再有抗議

第十一條 本簡章由校務會議通過施行

北平市立體育專科學校第二屆運動會組織

(一) 籌備委員會委員

- 總務股股長 白鎮東
- 事務組 白鎮東 傅壽舟 金厲青 傅孝先 趙靜懷
田輯五
- 獎品組 金厲青
- 宣傳組 兩煥璘 張景蘇 伊見思

衛生組 金奉三 謝少庭

競賽股股長 劉化坤

- 佈置組 郎晉池 李呈瑞 漆沛然 許小魯
- 註冊組 劉化坤 郎晉池 徐祝三 王繼卿
- (二) 裁判委員會委員
- 曾仲魯 謝似顏 李救寰 涂奇爵 谷坤英 劉化坤

北平市立體育專科學校第二屆運動會職員

沈維周 王耀東 蘇紹眉 王景芝 郎晉池 李劍華

會長 許鴻生

總裁判 曾仲魯

總幹事 劉化坤

檢查長 黃濟國

檢查員 金爽田

終點裁判長 謝似顏

終點裁判員 王育恒

田賽裁判長 胡安善

田賽裁判員 王耀東

川賽裁判員 田友齡

記時長 涂奇軒

記時員 彭以齊

發令員 王文麟

徑賽檢錄員 陳靜安

糾察長 漆沛然

糾察員 高蔚翰

記錄長 谷坤英

記錄員 黃培圃

報告員 郎晉池

體育月刊

招待員 伊見思 雷慕尼 兆士衡 南煥瑤 王仲猷

高鐵民

指揮 劉彩臣 許笑羽 寧海亭 許子先 張玉蓮

許小魯 費效坤

記賬員 由田賽裁判員兼任

參加運動員

跳高 任彝魁 白肇杰 靳宗禮 王士林 苗偉

王劍秋 李光燦 徐文波 魏士傑 孟雄 劉麟經

周炳麟 張樹樸 王樹槐 朱家楷 周鐵麟 張正明

撐竿跳高 王士林 郭憲昭 朱崇德 蔡承社 徐文波

張繼明 徐壽彭 劉澗湘 周炳麟 馮先信 王頌

跳遠 靳宗禮 王士林 張連挺 王劍秋 王頌

徐文波 魏士傑 趙守成 宜昌 王慶延 聶受華

周鐵麟 張正明

三級跳遠 任彝魁 曹一儀 楊守榮 王士林 孟昭英

張繼明 溫樹樸 朱宗楷 周鐵麟

鉛球 任文明 張連挺 郭憲昭 李光燦 王金粹

孟昭英 張繼明 張紹楨 王維經 劉麟經 侯仁清

鐵餅	關順立	崔祥康	李光燦	王金粹	蔡承鐸	孟桂元	四百公尺	卞寶楨	姚驥	戴穎	李嵐	王慶延
張繼明	張紹楨	張壽元	李景降	趙景元	王樹槐	張振美	邊棟	張應龍	顏拙農	張仲葑	李光大	胡仁源
崔祥康	戴穎	楊生瀛	郎文龍	伍振和	張振美	朱崇德	八百公尺	任文明	夏汗三	張應龍	顏拙農	曹從周
標槍	卞寶楨	張遵堃	王劍秋	穆殿芳	朱崇德	徐壽彭	張衡	邊棟	胡仁源	段維真	張仲葑	
李光燦	孟昭英	孟桂元	張紹楨	張壽元	徐壽彭	王樹槐	千五百公尺	苗倬	夏汗三	穆殿芳	顏拙農	曹從周
胡偉麟	劉濟湘	溫樹樸	邊棟	侯仁清	王樹槐	任振和	左國典	張衡	趙景元	胡仁源	段維真	伍振和
崔祥康	馮光信	戴穎	楊生瀛	郎文龍	任振和	趙景元	張振美	艾永華	張仲葑			
張振美	艾永華	魏宇新	王維經	趙守成	張振美	孟雄	萬公尺	李光大	李景降	左國典	張衡	趙景元
百公尺	夏汗三	李嵐	王維經	趙守成	張振美	孟雄	胡仁源	段維真	伍振和			
楊生瀛	曹一儀	王強	宜昌	劉捷三	朱宗楷	張振美	百十公尺高欄	任華魁	王強	李光大	孟雄	
艾永華	白肇杰	朱崇德	胡偉麟	聶會華	關順立	張振美	楊守榮	靳家禮	徐文波	張繼明	侯仁清	
張正銘	曹一儀	王強	李嵐	劉捷三	張正銘	張振美	四百公尺中欄	楊守榮	苗倬	王金粹	溫樹樸	
姚驥	夏汗三	孟昭英	趙守成	朱宗楷	戴穎	張振美	王樹槐	靳家禮	姚驥	周炳麟	侯仁清	魏宇新
朱崇德	王劍秋	王維經	王慶延	邊棟	張振美	張振美	四百公尺接力	姚驥	周炳麟	侯仁清	魏宇新	
							千三百公尺接力	本二	本一	師範		

六號賽秩序單

- 1 體操 (全校學生表演)
- 2 太極拳 (國術館專修班學員表演)
- 3 十三劍 (師範學生表演)
- 4 短拳 (本一學生表演)
- 5 長拳 (國術館專修班學員表演)
- 6 百公尺 (預賽)

(民國二十五年四月二十六日舉行)

27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	
百十公尺高欄	二百公尺	四百公尺中欄	三級跳遠	百公尺	射箭	躑跋	刀術	劍術	彈腿	下午一時半	鐵餅	千六百公尺接力	四百公尺中欄	千五百公尺	二百公尺	跳高	百十公尺高欄	四百公尺	跳遠	八百公尺	鉛球
(決賽)	(決賽)	(決賽)	(決賽)	(決賽)	(國術館俱樂部會員表演)	(國術館專修班學員表演)	(本二學生表演)	(國術館專修班學員表演)	(全校學生表演)		(決賽)	(預賽)	(預賽)	(預賽)	(決賽)	(預賽)	(預賽)	(決賽)	(決賽)	(決賽)	(決賽)

體育月刊

34	33	32	31	30	29	28
來賓表演	本校職教員表演	四百公尺接力	撐竿跳高	萬公尺	四百公尺	標槍
		(決賽)	(決賽)	(決賽)	(決賽)	(決賽)

七獎品分配

學校錦標一面 教職員捐贈各種無用獎品 國術館與東北體育協進會北平體育器械廠各贈錦標一面

團體總分第一 本科二年級 錦標兩面
 團體總分第二 本科一年級 錦標一面
 團體總分第三 師範科二年級 錦標一面
 個人總數第一 王士林 雙刀壹付
 第二 王強 寶劍壹柄
 第三 張繼明 雙鈎壹付
 第四 張衡 寶劍壹柄

各單項第一名 線衣一件
 第二名 背心一件
 第三名 褲叉一件
 第四名 褲子一雙

其餘凡加入競賽或表演之學生每人紀念章一枚 袜子一

雙信紙三十張

八田徑賽各項成績記錄表

項 目		第一名	第二名	第三名	第四名	成 績
跳 高	高	王士林	周炳麟	周鐵麟	朱宗楷	1.65公尺
撐竿跳高	高	王士林	徐壽明	張繼明	朱崇德	2.98公尺
跳 遠	遠	王士林	王 強	趙守成	張正銘	6.94公尺
三級跳遠	遠	王士林	張繼明	孟昭英	曹一儀	14.06公尺
推十六磅鉛球	推	張祥康	張紹植	孟昭英	王金粹	10.60公尺
擲 鐵 餅	餅	張繼明	張祥康	王金粹	李光燦	30.18公尺
擲 標	標	張繼明	張祥康	孟昭英	朱崇德	36.98公尺
百 米	米	王 強	朱崇德	趙守成	張正銘	115/10秒
二 百 米	米	王 強	趙守成	朱崇德	張正銘	242/10秒
四 百 米	米	張 顯	李光大	姚 鐵	邊 棟	59秒2/5
八 百 米	米	張應龍	張拙農	張仲葵	段維真	1分54秒
一 千 五 百 米	米	衛 衡	段維真	苗 偉	苗 偉	4分54秒3/5

項 目	第一屆	第二屆	備 註
一 萬 米	張 衡	段維真	任振和
百 十 米 高 欄	王 強	張繼明	徐文波
四 百 米 中 欄	王金粹	周炳麟	溫樹樸
四 百 米 接 力	本 二	本 一	師 範
千 六 百 米 接 力	本 二	本 一	師 範

九田徑賽成績比較表

項 目	第一屆	第二屆	備 註
跳 高	1.70公尺	1.65公尺	
撐竿跳高	3.10公尺	2.98公尺	
跳 遠	6.79公尺	6.94公尺	破全國紀錄
三級跳遠	13.10公尺	14.06公尺	破華北紀錄
推十六磅鉛球	8.93公尺	10.60公尺	破本校紀錄
擲 鐵 餅	27.98公尺	30.18公尺	破本校紀錄

標槍	36.58公尺	36.98公尺	破本校紀錄
一百米	12秒	115/10秒	破本校紀錄
二百米	35秒4/10	242/10秒	破本校紀錄
四百米	1分33秒	59秒2/5	破本校紀錄
八百米	2分18秒1/10	2分23秒	
一千五百米	5分22秒	4分543/5秒	破本校紀錄

紀聞

魯第四屆國術考試結果

魯省第四屆國術考試，於四月二十五日開始，二十九日閉幕，考試結果，計男子長兵冠軍何培助，短兵黎均成，搏角李聖章。蹠脚倪秀桂云。

參加世運國術各省市簡聞

本市國術預選因經費困難，業由泰兼館長批示不予選送。魯省參加世運國術選手，雖已選出，惟因赴滬參與預選經費無法籌措，決定中止派送云。

一萬米	47分15秒2	40分18秒	破本校紀錄
一百米高欄	19秒3/1	18秒	破本校紀錄
四百米中欄	1分55秒9/10	1分65/10秒	
四百米接力	50秒	4803/1秒	破本校紀錄
千六百米接力	4分17秒1	4分10秒2/5	破本校紀錄

社會局體委會開會紀

北平市社會局體育委員會，在該局第三科，召開第五次常會，出席者計有李教實許禹生，樂繩祖，王耀東等十一人，主席李教實，屆時如儀開會，首由主席報告：(一)就賽裁判會成立經過及第二屆越野賽跑之經過。(二)本市春季球類賽籌備情形。(三)本屆世運，本市不派代表隨同參觀一案，因經費拮据，免予選派。

本市選送國術表演選手，參加世運預選，已擬定辦法，呈府核示。報告完竣後，當即議決應進行各案：

議決案件 (一) 球類比賽規則應如何刊印備用案。【議決】

(甲) 壘球推張守義，孫友龍，趙允諧，劉化坤，李洲五人擬定，(乙) 其餘規則，就原有本先予審定，(丙) 至刊行方案，商定承印標準，交其發送。

(二) 本屆春季運動觀摩會，應如何籌備進行案。

【議決】推王耀東，劉銓，焦家浩，孫友龍，田秉懿五委辦理，由焦負責召集會議。

裁判員分組執委選定

本市社會局體育委員會，裁判委員會，已於日前正式成立，各小組執委，昨經裁判會執委選定，已正式公佈茲將各小組執委名單加左：

國術組：許鴻生 李劍華 王梓固

網球組：王馨吾 劉月林 席均

排球組：劉銓 金岩 鍾漢藻

壘球組：孫友龍 劉化坤 趙允諧

輔仁隊遠征扶桑

輔仁大學足球，籃球選手，應日本之約，遠征扶桑，該隊因係初次遠征，士氣極旺，隊中籃球隊員迭次戰勝華南各籃球隊，足球隊員有將于本夏出席世運會選手四名，相其結果，當有相當滿意云。

中央國術館與國體所組之南洋遠征隊載

譽歸來

中央國術館館長張之江氏偕該館與國立體專所組之南洋遠征隊，赴英屬南洋羣島及菲律賓等處，表演國術與籃球，在菲迭戰勁敵八戰六勝，彼邦極為注意，此行歷時八月，足經十餘國，而國術籃球盛震異域，載譽歸來云

浙踢毬比賽

浙江省立體育場，本月十八日舉行踢毬比賽，大廟巷小學學生王梅芳盤踢二千五百對，打破全國紀錄。

全市春季球類賽

北平市社會局體育委員會主辦之第二屆全市春季球類賽，決由本月十九日起始，在先農壇外球場開幕，參加者共有十八校之多，計屬於大學者有北平，民國，北京；交通，鐵路，朝陽，體育師範等九校。中學則有滙文，育英，市立女二中，財政，弘遠，西北，志成，中華等九校，全市名將，網羅殆盡，每週星期日舉行分組舉行一次，舉行五次為止，茲將全部總戰表抽籤結果及比賽秩序，分誌於下：

抽籤結果

▲男子排球

甲組：(一)西北(二)北師(三)育英(四)財商(五)中聯(六)平大(七)志成(八)體專

乙組：(一)鐵院(二)師大(三)弘遠(四)朝院(五)民院(六)

東大(七)滙文

▲男子網球

(一)平大(二)交大(三)體專(四)北大(五)滙文

▲男子壘球

(一)體專(二)北師(三)師大(四)志成(五)育英

▲女子排球

(一)師大(二)女二中(三)志成(四)平大(五)北師(六)財商

▲女子壘球

(一)平大(二)北師

比賽總表

▲男子排球

甲組

【第一週】二一八 二一七 三一六 四一五

【第二週】二一八 三一七 四一七 五一六

【第三週】三一八 四一二 五一七 六一七

【第四週】四一八 五二三 六一二 七一七

【第五週】五二八 六一四 七一三 一二二

【第六週】六二八 七二五 八二四 九二三

【第七週】七二八 八二六 九二五 三二四

乙組

【第一週】二一七 三一六 四一五 一一一休息

【第二週】三一四 四一七 五一六 二一休息

【第三週】四一二 五一七 六一七 三一休息

【第四週】五二三 六一二 七一七 四一休息

【第五週】六二四 七一三 八二二 五一休息

【第六週】七二五 八二四 九二三 六一休息

【第七週】八二六 九二五 三二四 七一休息

男子壘球

【第一週】二一五 三一四 一一一休息

【第二週】三一五 四一五 二一休息

【第三週】四一二 五一七 三一休息

【第四週】五二三 六一二 四一休息

【第五週】六二四 七一三 五一休息

▲男子網球

【第一週】二一五 三一四 一一一休息

【第二週】三一五 四一五 二一休息

【第三週】四一二 五一七 三一休息

【第四週】五二三 六一二 四一休息

【第五週】六二四 七一三 五一休息

▲女子排球

【第一週】一六六 二一五 三三四

【第二週】二六六 三一五 四一五

【第三週】三六六 四一五 五一五

【第四週】四六六 五一三 一一二

體育月刊

【第五週】五一六 一—四 二—三

▲女子柔球

【第一週】一一二

【第二週】一一一

【第三週】一一二