

danoise était connue en Europe. Le succès en a été grand dans les pays scandinaves et aussi en Amérique. M. Müller n'aurait aucun droit à l'usage de ce titre égotiste si son manuel se bornait à préconiser des mouvements qui, disons-le franchement, ne sont ni meilleurs, ni pires que beaucoup d'autres. Son originalité ne consiste pas non plus à recommander quinze minutes de travail musculaire chaque jour ; cette recommandation, combien de fois l'a-t-on faite — et trop souvent en vain. Mais M. Müller place ses exercices au réveil et suggère de les exécuter absolument nu. A vrai dire il n'insiste pas assez sur ces deux points car c'est là, à notre avis, l'essence de « son système ».

---

## PROGRAMME

### DES JEUX OLYMPIQUES D'ATHÈNES

(Avril-Mai 1906)

---

Le programme des Jeux qui seront donnés ce printemps dans le stade d'Athènes est le suivant :

#### I. — SPORTS ATHLÉTIQUES

1. *Courses plates*. 100 mètres ; 400 mètres ; 800 mètres ; 1,500 mètres ; course de Marathon de 42 kilomètres sur route. (Les participants de cette course devront être âgés de 21 ans). 2. *Courses de haies*. Course de 110 mètres, haies. 3. *Sauts*. Saut en longueur avec et sans élan ; triple saut avec élan ; saut en hauteur ; saut à la perche. 4. *Lancements*. Lancement classique du disque ; lancement libre du disque ; lancement de la pierre avec élan ; lancement du poids. 5. *Pentathlon athlétique* comprenant les concours suivants : 1<sup>o</sup> Course d'un stade olympique (192 m.) ; 2<sup>o</sup> Saut libre en longueur sans élan ; 3<sup>o</sup> Lancement classique du disque ; 4<sup>o</sup> Lancement du javelot, et 5<sup>o</sup> Lutte gréco-romaine. Les concurrents sont obligés de prendre part à toutes ces épreuves. 6. *Travail de poids*. 1<sup>o</sup> Barre à deux mains ; 2<sup>o</sup> Haltère à chaque main

alternativement. 7. *Lutte gréco-romaine*. 8. *Lutte à la corde* (par équipes de huit concurrents). 9. *Concours de marche* de 1,500 mètres. 10. *Corde lisse* en traction des bras.

## II. — GYMNASTIQUE

1. *Pentathlon gymnastique*, comprenant les concours suivants : 1<sup>o</sup> Exercices aux barres parallèles ; 2<sup>o</sup> Exercices à la barre fixe (Reck) ; 3<sup>o</sup> Exercices aux anneaux ; 4<sup>o</sup> Sauts au cheval, et 5<sup>o</sup> Sauts en longueur et en hauteur (combinés). Les concurrents sont obligés de prendre part à toutes ces épreuves. 2. *Concours par groupes* composés de huit gymnastes au minimum. Exercices libres, avec ou sans engins fixes ou mobiles.

## III. — JEUX ATHLETIQUES

1. *Championnat de Lawn-tennis* : 1<sup>o</sup> Simple, messieurs ; 2<sup>o</sup> Double, messieurs ; 3<sup>o</sup> Simple, dames ; 4<sup>o</sup> Double, mixte. a. *Championnat de Football* (Association).

## IV. — ESCRIME

1. *Championnat de fleuret*. 2. *Championnat d'épée de combat*. 3. *Championnat de sabre*. 4. *Coupe d'épée internationale* (par équipes de quatre tireurs. Chaque équipe représente son pays respectif). 5. *Coupe de sabre internationale* (par équipes de quatre tireurs. Chaque équipe représente son pays respectif).

## V. — SPORT NAUTIQUE

1. *Natation*. Concours de vitesse de 100 mètres ; de demi-fond de 400 mètres ; de fond de 600 mètres ; artistique (plongeurs d'une hauteur de 4—12 mètres). 2. *Aviron*. Yole franche deux rameurs avec barreur. Distance de 1.000 mètres en ligne droite ; Yole franche deux rameurs avec barreur. Distance de 1.600 mètres en ligne droite ; Yole franche quatre rameurs avec barreur. Distance 2.000 mètres en ligne droite ; Baleinières des Navires de guerre six rameurs avec barreur. Distance 2.000 mètres en ligne droite ; Grands canots de Navires de guerre seize rameurs au maximum. Distance 3.000 mètres en ligne droite.

## VI. — CONCOURS DE TIR

1. Fusils de guerre modèle militaire reconnu. Distance de 300 mètres, debout ou à genou ; 2. Fusil de guerre modèle Gras. Distance 200 mètres.

debout ou à genou ; 3. Fusil libre. Distance 300 mètres, debout ou à genou ; 4. Concours de fusil libre par équipes. Distance de 300 mètres debout, à genou et couché. Chaque équipe se compose de cinq tireurs de même nationalité ; 5. Revolvers d'ordonnance reconnus. Distance 20 mètres ; 6. Revolver d'ordonnance modèle 1873. Distance 20 mètres ; 7. Revolver libre. Distance 25 mètres ; 8. Revolver libre. Distance 50 mètres ; 9. Pistolet de précision ou de duel. Distance 20 mètres au visé ; 10. Pistolet de duel. Distance 25 mètres au commandement ; 11. Fusils de chasse. Tir simple aux pigeons artificiels ; 12. Fusils de chasse. Tir doublé aux pigeons artificiels.

#### VII. — COURSES VÉLOCIPÉDIQUES

Course de vitesse 1.000 mètres sur piste sans entraîneurs ; Concours d'un tour de piste (333,33  $\frac{1}{3}$  mètres) ; Course de vitesse de 1 kilomètre (tandems) ; Course de vitesse de 5 kilomètres, sur piste sans entraîneurs ; Course de demi-fond de 20 kilomètres, sur piste, avec entraîneurs (les motocyclettes sont interdites) ; Course de fond de 84 kilomètres sur route sans entraîneurs (d'Athènes à Marathon et retour).

Les Jeux Olympiques Athéniens sont exclusivement réservés aux amateurs.

Les demandes de participation aux Jeux Olympiques doivent être adressées à M. P. Lambros, secrétaire général, rue de l'Université, 3, à Athènes, un mois avant le commencement des Jeux.