

club was dissolved and exists at the present time in a much reduced form and under a very different regime. He was elected a member of the International Olympic Committee in 1948 and holds office in this capacity while President of the Polish National Olympic Committee, while remaining also in close touch with the central Board of physical culture in Poland.

*JERZY LOTH,*

*Miembro del C.O.I. en Polonia*

Nació en Varsovia en 1880. Fue ciudadano del Imperio Ruso hasta 1914. Durante su juventud, estudió en una ciudad de Rhenania donde empezó a practicar algunos deportes : natación, remos, ciclismo, y carreras. En 1918, ganó el primer premio de carreras planas (14 km) y poco después el primer

premio de salto alto (con trampolín, lo que ya no se admite hoy en día), llegando a 2 m. 82 (; Bravo ! Red.) A partir de este momento, emprende largos viajes en América, África, etc. A su regreso en Varsovia se dedica a los remos y participa con éxito en varias pruebas de 4 con timonel, 2 sin timonel, esquife. Simultáneamente practica la natación y los deportes ecuestres. Incansable viajero, entre las dos guerras visita otros continentes. En 1945 es nombrado Presidente del más importante Club de remos de Polonia, Club que reúne unos 1800 miembros y posee 187 embarcaciones de todos tipos. Infortunadamente, acabo por ser cerrado el Club. Existe de nuevo ahora, pero tiene un régimen muy diferente y en forma muy reducida.

En 1948, el Sr. Jerzy Loth fue nombrado miembro del C.O.I., y como tal hace parte de la presidencia del Comité Olímpico Nacional Polaco, colaborando al mismo tiempo con el Comité Central de Cultura Física de Polonia.

---

## LA FAMILLE OLYMPIQUE

Son Altesse Le Prince régnant François-Joseph de Liechtenstein, membre du C.I.O. vient de perdre son père Le Prince Alois de Liechtenstein, décédé le 17 mars dernier au château de Vaduz à l'âge de 86 ans. Il avait épousé l'archiduchesse Elisabeth d'Autriche, sœur de François-Ferdinand héritier au trône.

Nous prions Son Altesse d'agréer l'expression de nos sincères condoléances et l'assurance de nos sentiments émus.

\*

Cheikh Gabriel Gemayel, membre du C. I. O. pour le Liban et président du comité olympique libanais vient de recevoir du Gouvernement français la médaille d'or de l'éducation physique et des sports de la République française en remerciements des éminents services rendus à la cause du sport et de la jeunesse.

Nous nous faisons un plaisir de lui adresser nos vives félicitations.

\*

Cheikh Gabriel Gemayel, member of the I.O.C. for Libanon and president of the Olympic committee of Libanon, has been honoured by the French Government in receiving the Gold medal for Physican Education and Sport of the French Republic for the great services rendered to sport and youth.

Our sincerest congratulations.

---

## THE NUTRITION OF THE SPORTSMAN

(communication from Dr. A. Wander S. A.)

should be sufficient as regards quantity, satisfying as regards quality - proteins, carbohydrates, fats, mineral salts, vitamins and water - and above all, should be appetising. Within the scope of these principles it is less important to adhere strictly to a rigid diet than to give some consideration to individual requirements and preferences. For the sportsman too, his daily meals should be a source of enjoyment and not a dreary routine in the name of sport.

Whilst at the beginning of the training period a rather moderate diet is quite satisfactory, with increasing performance the body demands correspondingly more food. In order to justify this requirement without, at the same time, overloading the digestive organs, it is preferable to select concentrated, easily digestible food, and to reduce the principal meals, supplementing them with snacks to provide the body with the necessary energy. For this purpose *Ovaltine* is an excellent strength-giving food which fulfills the requirements of qualitative composition, digestibility and pleasant taste.

Dr. A. WANDER S. A.

---