

Dowództwo 23. Dywizji piechoty

Pieczętka D-twa Oddziału przy którym jest zorganizowany kurs.

L. dz. 13.

Meremonec, dnia 12. VII 1928 r.

KURS INSTRUKTORSKI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO.

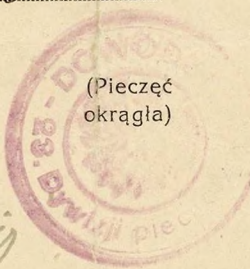
ŚWIADECTWO

Nazwisko i imię Grzes' Ignacy urodz. dnia 17 kwietnia
 roku 1903 w m. Pracznica pow. Gmigielski
 zamieszkały w m. Gołec Kujawski na terenie P. K. U. Bydgoska
 odbył 5 tygodniowy kurs instruktorski dla instruktorów W. F. w czasie od
 dnia 9. VII. 1928 do dnia 12. VII. 1928 zorganizowany na pod-
 stawie rozkazu M. S. Wojsk. L. 44.442 P. W. W. F. i uzyskał następujące postępy
^{2009 roku 22.V.1928}
 w nauce:

Umiejętność instruktorska								Wyszkolenie osobiste									
Gimnastyka	Lekka atletyka	Gry i zab. ruchowe	Szermierka	Boks	Pływanie	Ratownictwo	Wioślarka	Narciarstwo	Gimnastyka	Lekka atletyka	Gry i zab. ruchowe	Szermierka	Boks	Pływanie	Ratownictwo	Wioślarka	Narciarstwo
3	4	4	-	-	4	4	-	-	4	4	4	-	-	4	4	4	-

Sprawność fizyczna duża
 Pilność b. duża
 Sprawowanie się b. dobrze
 Ogólna ocena niezłoty

Przewodniczący komisji egzaminacyjnej:



Kierownik ośrodka wychow. fiz.:

Gracjanowski

Janowski

Badanie lekarskie:

Choroby dotychczasowe

Używanie alkoholu

„ tytoniu

Ułomności — wady fizyczne:

Wzrok { oko prawe

„ lewe

Słuch

Wyciąg z karty sprawności fizycznej:

Data badania	Waga (nago)	Wzrost bez ubrania	OBWÓD KLATKI PIERSIOWEJ				Budowa dobra, średnia, zła	Stan narządów wewnętrznych: serce, płuca i inne	Uwagi i zastrzeżenia <i>Spirometr</i>
			przy najgłębszym wdechu	przy zupełnym wydechu	Różnica	Obwód w pasie			
10.VII. 1928	54	159	87	82	5	75		2'8	
10.VIII. 1928									

Wyniki próby sprawności fizycznej:

Skok w wyż z rozbiegu	Skok w dal z rozbiegu	Bieg 100 m.	Bieg 800 m.	Rzut granatem	Wspinania
107	370	16'2		29/23	19'4

SKALA NOT:

- 1 — źle
- 2 — niedostatecznie
- 3 — dostatecznie
- 4 — dobrze
- 5 — b. dobrze

Ocena ogólna: instruktor
pomocnik instruktora
brak kwalifikacji na instruktora

