





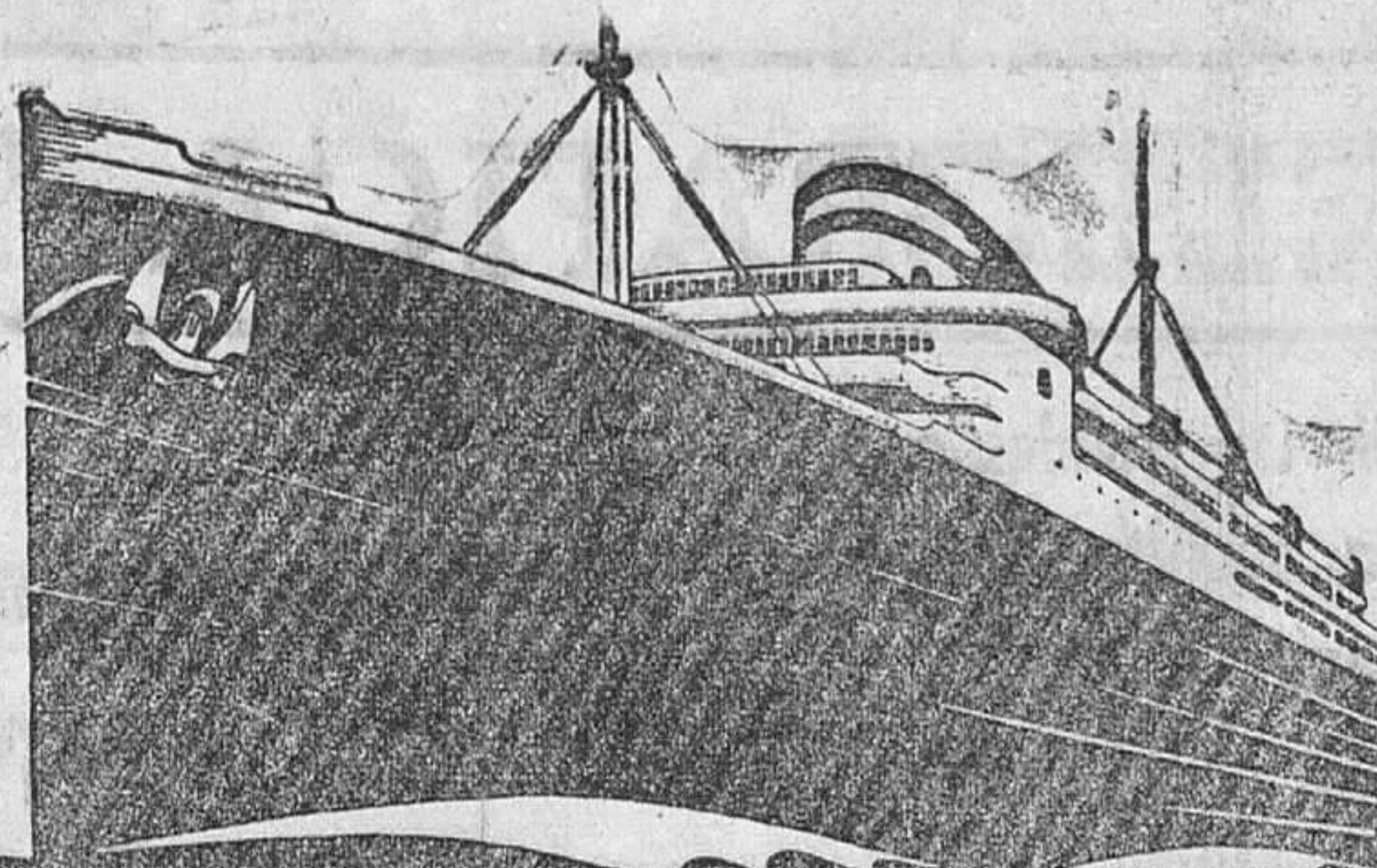
A Cuba y Méjico

El 19 de Mayo saldrá del puerto de SANTANDER, la moderna y lujosa motonave de doble hélice

»ORINOCO«

admitiendo carga y pasajeros de Primera, de Turistas y de Tercera Clase para

Habana, Vera Cruz y Tampico



A la América Central

El 5 de Mayo, inauguración desde el puerto de BILBAO del servicio a CENTRO AMERICA, con la modernísima motonave de doble hélice

»CARIBIA«

admitiendo carga y pasajeros de Primera, Segunda y Clase de Turistas para

Barbados, Trinidad, La Guayra, Puerto Cabello, Curacao, Puerto Colombia, Cartagena, Cristóbal, Puerto Limón y Puerto Barrios

A su regreso hará escala en el puerto de SANTANDER

HAMBURG-AMERIKA LINIE

Agentes en SANTANDER: HOPPE y COMPANIA. Paseo de Ferreda 29. Teléfono: 13-02. Telegramas: HOPPE

Tribuna libre

TEMAS OLVIDADOS

La educación gimnástica y la superación de los pueblos

Muchos, se preguntarán al leer el epígrafe que encabeza este artículo: ¿Qué relación puede existir entre la Cultura Física y el bienestar de los pueblos? Y es que este tema ha sido tan relegado al olvido en nuestro país, que la ignorancia de que vive rodeado es causa de que se le encierre en un concepto tan estrecho y erróneo, que hace difícil concebirle cuando se presenta en toda su amplitud. En estas líneas procuraremos exponer ligeramente los

variados matices que abarca la Educación Física, cumpliendo así un deber moral impuesto por fervientes entusiasmos y arraigadas convicciones.

Se puede asegurar como verdad axiomática, que la educación gimnástica es imprescindible a todos y en todas las edades. La actividad física prolonga la juventud, conservando la pureza de los tejidos, ya que estimula las oxidaciones orgánicas. Un organismo bien cultivado da

una sensación envidiable de agilidad y vigor, que se refleja fuertemente en la expresión del rostro, principal atractivo del hombre sano.

Desde el punto de vista estético, nada más lamentable que la figura del hombre de vida sedentaria: vientre voluminoso, espaldas redondas, tejidos adiposos, o, por el contrario, flaco, el pecho hundido, la mirada lánguida y sin expresión, extremidades atrofiadas. Si ponemos estos dos tipos frente a un gimnasta, cuyo desarrollo armónico nos recuerde las célebres esculturas griegas o los relieves creados por el cincel vigoroso

de Miguel Angel, ¡qué sensaciones más opuestas sentiremos! Los primeros engendran pesimismo, decadencia; el segundo, alegría, fuerza salud, belleza: un poema de la vida.

¿Y qué diremos de la Etica? ¿Puede ser la misma en los tipos que hemos puesto como ejemplo? No. La moralidad de los individuos tiene relación estrecha con su estado físico. Así como la inteligencia depende del buen funcionamiento del cerebro, los sentimientos, las inclinaciones, son producto de todo el funcionamiento orgánico. No olvidemos la frase tan conocida del

poeta Juvenal: "Mens sana in corpore sano".

Solo el que rebosa salud conoce la vida. Pero no hay que entender por salud lo que, según algunos, consiste en poder andar, comer y dedicarnos a nuestras labores sin ser sorprendidos por la punzada del dolor. No. La verdadera salud consiste en tener un exceso de vitalidad que nos permita ser duros a la fatiga y al esfuerzo; en una palabra, poder resistir sin cansancio una vida intensa de relación.

Pero por desgracia, este concepto de la salud física no es en la actualidad más que una quimera. Todos estamos enfermos en mayor o menor grado. Y todo por culpa de nuestra ignorancia, que nos hace desobedecer las únicas leyes que debemos acatar.

El mundo es un inmenso hospital. El cuadro que ofrece la tierra sería hermoso si se pudiera tachar al hombre, pero como es más humano

regenerarle, debemos de luchar los que sentimos tan noble ideal, unidos espiritualmente para tan magna empresa. Y con esto me dirijo a entusiastas que están laborando con una fe indescriptible por la Educación Física en Cantabria.

El mayor bien que se puede hacer al hombre es dignificarle; apartarle de la taberna que embrutece, todas las bajas pasiones a que se entrega en su inconsciencia, que purificando y fortaleciendo el cuerpo, el espíritu se hace más diáfano y susceptible de concebir los grandes ideales, que convertirán en realidad la leyenda del paraíso bíblico.

Santander, 3 de mayo de 1933.

Emilio M. RUGAMA

ANIS DE LA ASTURIANA

Representante

Don Gregorio Cisneros Moro

Floranes, «Villa Cisneros». - Teléfono 10-62



De venta en las armerías de los señores Irureta y José Riva (Las Rojas)



SANTOÑA

Conservas

ALBO

Santoña (Santander)

BAR VIÑA B

Especialidad en tapas variadas Manzanilla de San Lúcar y Blanco de la Nava CAFÉ EXPRES HERNÁN CORTÉS, 9

ANUNCIOS ECONÓMICOS

CALLE CUESTA número 1. Bar Restaurant «Villa Rosa» Tapas variadas. E SALONES DE LA RIVA, Maquinas de escribir. Blanca, 6.

FORASTEROS! Comed frente a estación Cantábrico, «Marina Montañesa». Amado Vega.

MOTORES

BOBINAJES, REPARACIONES, INSTALACIONES ELECTRICAS, BOMBILLAS SUPERIOR CALIDAD A 1,25

CASA SUAREZ

Doctor Madrazo, 8 - Tel. 3319

Garage de Puertochico

CALDERÓN, 35

Completamente incombustible Reparación garantizada y custodia de toda clase de coches Rectificación de bloques Reparación de motores marinos

PROPIETARIO: MANUEL FERNÁNDEZ

Lineas de Autobuses de Castro-Urdiales y Laredo-Santoña a Santander

Horas de salida

Table with bus routes and departure times: De Castro a Laredo, Santoña y Santander, a las 7,15 y 14,30; De Santander a Santoña Laredo y Castro-Urdiales a las 8,30 y 17,00; De Santoña a Santoña, a las 17,30; De Santoña a Santander, a las 8,00 y 15,30

Salida de Santander: frente a Casa de Correos

Billetes intransferibles y reducidos de ida y vuelta para dos días (y tres en festivos) y casos justificados

Table with bus fares: Desde SANTANDER a (IDA Y VUELTA) Precios 1.ª 2.ª; BILLETES SENCILLOS Precios (IDA) 1.ª 2.ª; Castro: Mioño, Cerdigo, Islares, Orañes, Santullán, Lusa; Guriesto; Liendo; Tarrueza; Laredo y la Pesquera; Colindres y Treto; Cicero; Santoña, Dueso y Argoños; Escalante; Gama; Boranga y Praves; Anero; Hozmayo y El Bosque; Solares; Heras; San Salvador y Astillero; Boé, Meliáno, Muriedas

In vigor, condiciones, billetes ida y vueltas en cuanto no se ponga en reforma



¿usted firma?

Cuide del contenido de su petaca... pero también de la petaca. Las mejores, más bonitas y más varoniles.

G. RODRIGUEZ PRIETO Especialista de las industrias del cuero

BOLSOS - CARTERAS - MARROQUINERIA

Viste usted nuestra exposición permanente Puerta la Sierra. SANTANDER

