







Przed startem w Biegu Narodowym (II)

Jak należy trenować biegi

Dla wielu młodych ludzi słowo "trening" wiąże się z osobą Zatkopą, Karczanką czy Popową...

Do biegu należy przygotować się z wyprzedzeniem. Wymaga to przede wszystkim wyrobienia wytrzymałości i siły mięśniowej...

W jakim terenie ćwiczyć? Wniosek z tego prosty. Każdy, kto chce przygotować się do Biegu Narodowego...

Wobec tego, że trening przygotowawczy do Biegów Narodowych rozpoczynać wczesną wiosną...

Podczas każdej pogody niebezpiecznym jest przebieganie na zimnym powietrzu. W tym celu należy używać odpowiedniego odzieży...

CAŁA WYCIĘKA JAK I POSZERZA

W Międzynarodowy WASCIS POKOJU

Kolarze belgijscy wezmą udział w Wyścigu Pokoju. Do Komitetu W Międzynarodowy Wyścig Pokoju należą...

Nowy triumf szachistów radzieckich

Zakończony przed kilku dniami wielki międzynarodowy turniej szachowy w Budapeszcie, poświęcony pamięci słynnego węgierskiego arcymistrza...

O przywrócenie stosunków gospodarczych między wszystkimi krajami

Otwarcie Międzynarodowej Konferencji Gospodarczej w Moskwie

3 bm. nastąpiło otwarcie Międzynarodowej Konferencji Gospodarczej w sali Kolumnowej Domu Związków Zawodowych w Moskwie.

Wniosek z tego prosty. Każdy, kto chce przygotować się do Biegu Narodowego powinien szukać terenów wyróżniających się...

Żadne kłamstwa nie pomniejszą odpowiedzialności amerykańskiej bandy bezwstydnych sprawców wojny bakteriologicznej

Agencja Nowych Chin podaje, że Amerykańska Służba Informacyjna, będąca oficjalną tarczą propagandową Stanów Zjednoczonych...

Wniosek z tego prosty. Każdy, kto chce przygotować się do Biegu Narodowego powinien szukać terenów wyróżniających się...

Korea domaga się od ONZ ukarania organizatorów wojny bakteriologicznej - imperialistów amerykańskich

Agencja Nowych Chin donosi z Pheianu, że minister spraw zagranicznych Koreskiej Republiki Ludowo-Demokratycznej...

Wniosek z tego prosty. Każdy, kto chce przygotować się do Biegu Narodowego powinien szukać terenów wyróżniających się...

W Moskwie obraduje Międzynarodowa Konferencja Gospodarcza

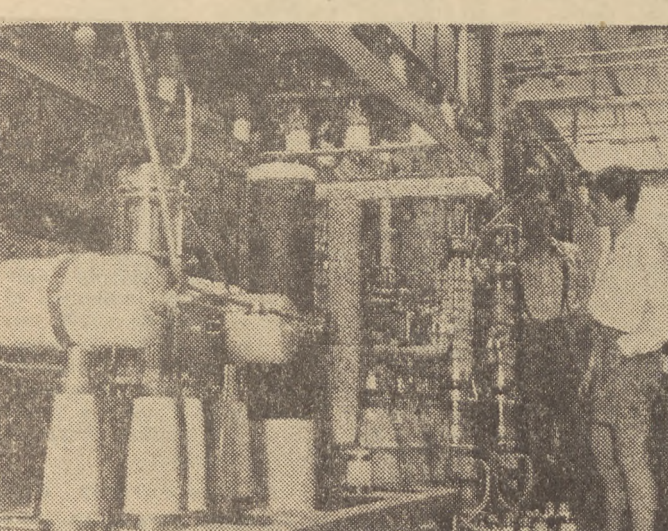
Sprawa, która znalazła poparcie narodów świata

„Konferencja ma charakter gospodarczy i pragnie przywrócić się do rozwoju współpracy między krajami niezależnie od różnicy ich systemów ekonomicznych...”

Wniosek z tego prosty. Każdy, kto chce przygotować się do Biegu Narodowego powinien szukać terenów wyróżniających się...

Nowe życie nowych Węgier

„Kraj trzech milionów żebraków... tak nazywano Węgry dawniej. Dawniej... to znaczy nie przed 100, ani przed 50 laty...”



Studenty Politechniki Budapeszteńskiej na zajęciach praktycznych

W Budapeszcie rozpoczęto budowę nowoczesnej kolei podziemnej — metra, jakiego innego od starego wybudowanego jeszcze w 1896 r.

Obok ośrodka przemysłowego wielkiego Budapesztu powstana duża - demokracjonalna w Węgrzech minoła zaledwie 7 lat...

W Dunapentele nad Dunajem, niedaleko Budapesztu — rośnie potężny ośrodek przemysłu węglowego.

Sprawa, która znalazła poparcie obywateli

„Ktoś udął się na obrady Międzynarodowej Konferencji Gospodarczej? Oto np. w skład delegacji francuskiej wchodzi zarówno producent kosmetyków, jak i lokomotywy...”

Wniosek z tego prosty. Każdy, kto chce przygotować się do Biegu Narodowego powinien szukać terenów wyróżniających się...

Dla współpracy — dla pokoju

Czy świat z uwaga śledzi obrady Międzynarodowej Konferencji Gospodarczej? Rozpatruje ona bowiem zagadnienie niezwykle ważne: sprawę współpracy gospodarczej krajów o różnych systemach, przy pełnym przestrzeganiu zasad równości narodów i niewtrącania się w wewnętrzne sprawy państw.

Wniosek z tego prosty. Każdy, kto chce przygotować się do Biegu Narodowego powinien szukać terenów wyróżniających się...

Angielskie pismo „Sunday Express” stwierdza, że delegacja brytyjska stanowi reprezentacyjną grupę, obejmującą ugrupowania polityczne i naukowe, przemysłowców, kupców, inżynierów, polityków, przywódców politycznych itp.