



## 運動與中國

(茉莉)

細察國人之體格及健康。確較歐西人士爲遜。最大原因在於缺乏適當之運動。在歐有體育專門學校體育雜誌等。以促進西人之健康。西人多能循規實行。故其體格。至爲健美。嘗聞西國女子。對於身體輕重態。尤爲注意。每日練習柔軟體操。使肌肉平均發展。并量其身體。以謀補救。西國之男子。于公餘之暇。多作拳擊足球高而夫網球等球戲。其他及專關於運動之操練亦繁多。姑不贅述。

我國仕女。近對於運動。雖漸見注意。但尙未普及。記者意專門之運動。可暫不履。每日邀妻子或朋友散步公園。或每星期日。步行郊野。作輕易之運動。如此身體必健康。日後更進而作其他較爲費力之運動。如足球。