

Perşembe

15

Temmuz

1976

Yıl 6 Sayı 3372

Yarın

Günlük Siyasi Fikir Gazetesi'dir

«ÖZGÜRLÜK, İNSANLAR İÇİN GEREKLİ İSE
ÖZGÜRLÜK YOLUNDA EYLEM KUTSALDIR»

Sahibi:
Mehmet Özgür

Yazı İşleri Md.
Mehmet Gürsoy

Muhabir:
Mehmet Söğütluoğlu

İdare yeri: Özgür Matbaası/Bilecik
Fiatı 50 kuruştur - Tel: 284

İlimize bağlı birçok köylerimizin elektrik sorunu çözümlendi Merkez İlçe Cumalı Köyü elektriğe kavuştu

Geçen yıldan buyana çalışmaları sürdürülen Merkez İlçe Cumalı Köyü'nün elektrik şebekeleri ve diğer işlemleri dün tamamlanmış. köye törenle elektrik verilmiştir.

Cumalı Köyü'ne elektrik verilmesi nedeniyle Köy Muhtarlığı tarafından yapılan törene, Vali Muavini Hami Kırımca, bazı daire müdürleri ve civar köylerden kalabalık bir

topluluk katılmıştır.

Köylerimiz için en önemli sorunlardan biri olan elektrik konusunun çözümlenmesi, köy halkı tarafından memnunkla karşılanmaktadır.

İlimiz valiliği ile Türkiye Elektrik Kurumu'nun müşterek çalışmalarına köylümüzün de büyük çapta ilgi göstermesi ve destek olması, sorunun

daha çabuk ve kolaylıkla çözümlenmesini sağlamaktadır. Bu müşterek çalışmanın sonucu olarak da Merkez İlçe ve diğer ilçelerimizde elektriği olma-

yan sayıca çok az bir köyümüz kalmıştır.

Cumalı Köyümüzün verilen elektriğin hayırlı olmasını dileriz.

Bilkon Konserve Fabrikası'ndan üç işçi daha dün işten çıkarıldı..

Bilhassa son günlerde ilginç gelişmelerin olduğunu bildirdiğimiz İlimiz Bilkon Konserve Fabrikasında işçilerin çıkarılmalarına devam edilmektedir.

Dün de Fabrika'nın daimi kadrolu işçilerinden kapama ustası Ni yazı Özkara, Baki Turhan ve Mehmet Alkan isimindeki işçiler işten çıkarılmışlardır.

Bilkon Konserve fabrikası eski müdürü Feriut Erdoğan'ın gazetemizde üç gün devam eden dizi yazısında da belirttiği gibi, Fabrika da ne kadar DİSK ü-

yesi işçi varsa kısmı-kısım tümünün işlerine son verilecektir. Hiçbir

neden gösterilmeden işten çıkartılan bu işçilerin tek suçları DİSK'e

bağlı GIDA-İŞ Sendikası'na üye olmalarıdır.

Avrupa'dan gelen felç ve sinir hastaları Türkiye'de iyileşiyor..

Akupunktür ve bio fizik araştırma Derneği Başkanı Dr. Gültekin Caymaz, felç hastalarının tedavisinde bazı doktorlara başarıyla uygulanmakta olan yöntemi açıklamıştır. Dr. Caymaz, özellikle Batı tıbbının etkisiz kaldığı sinirlerde ve kaslarda erime yappan hastalıkların, eski Türk doktorlarının çıkıkçılık, Çinlilerin aku

punktür ve Batı'nın fizik tedavi yöntemlerinin bir arada kullanılması ile iyi edildiğini söylemiştir.

Türkiye'de bugün 20 diş tabibi ve 15 doktor tarafından uygulanmakta olan bu yöntem, hastalara genellikle iyiye doğru bir gelişme kazandırmaktadır. Felç ve sinir hastalıklarındaki ana nedenin bel kemiğindeki kaymalar olduğunu belirten Dr. Caymaz bu yöntemi özetle şöyle anlatmıştır:

«Bel kemiğindeki kaymaları düzeltmek için bel kemiği üzerinde 24 saat süre ile çığ alabalık koyuyoruz. Bu dokuları yumuşatıyor. Sonra el ile kaymaları bulup masaj yaparak düzeltiyoruz. Bunu aku punktür ve fizik teda-

vileri izliyor.»

Akupunktür, çok ince iğnelerin kasda sinir uçlarına batırılan şekilde Çinlilerce yapılan eski bir işlemdir.

Bu hastalardan önceleri ayakta duramayanlar şimdi yürüyebilmektedirler.

KÖS

Demirel'in «kıyım yok» sözüne karşılık TÖB - DER açıklama yapmış.

Sürgün edilen öğretmen 6000

Öldürülen 7 Görevine son verilen 200.

TÖB-DER yanıtlıyor!

Demirel son basın toplantısında sözünü geri aldı!

Artık Türkiye'de darlık yok.

Bolluk var.

Kıyım da bile..

Valimiz M. Rami Tan 16 gün izne ayrıldı

İlimizde göreve başladığı günden beri izine ayrılma olanağı bulamayan Valimiz Sayın M. Rami Tan dün 16 gün izine ayrılmıştır.

Yıllık izine ayrılan Valimiz M. Rami Tan'a iyi tatiller dileriz.

Emniyet Amiri Lütfi Tarham emekliye ayrıldı

İlimiz Emniyet Müdürünün emekliye ayrılmasından bu yana Emniyet Müdürlüğü görevini yürütmekte olan Emniyet Amiri Lütfi Tarhan dün emekliye

ayrılmıştır.

İlimizde görevde kaldığı sürece emniyet personeli ve kentimiz halkı tarafından sevilen bir kişi olarak tanıdığımız Lütfi Tarhan

ın yerine Başkomiser Zeki Dolay bakacaktır.

Emekliye ayrılan Emniyet Amiri Sayın Lütfi Tarhanın bundan sonraki yaşamının huzur içinde geçmesini dileriz.

-Yönetici Geliştirme-

Bir kimsenin şikâyetlerine ve ihtiyaçlarına karşı ilgi gösterilmesi, takdir edilmesi, disiplin tedbirlerinin âdil olması çok önemlidir.

Şikâyetler yöneticiye önemsiz görünseler bile, derhal ele alınmalı düzeltici tedbir yada niçin düzeltme yoluna gidilemeyeceği ilgilie bildirilmelidir.

Her yönetici, astları ile ilgili sorunların itina ile ele alınmasını çözümlenmesini sağlamak için inisiyatifi kullanmalıdır.

Yönetici astları arasında işbirliğini geliştirmek için takdir metodu dundan yararlanmalıdır. Takdir içten ve haklı olmalıdır. Bir kimsenin teşvik edilmesi gerekiyorsa, genel nitelikte ölçüsüz ve gereksiz iltifatlarla baş vurmak yerine, yapılan işin takdire değer yönlerini ele almak daha yerinde olur.

İhtarlar da, motivasyonda önemli bir rol oynar. İhtar zamanında yapılmalı, ancak yönetici olayla ilgili gerekleri dikkatle sap tamadan ve değerlendirmeden hareket etmemelidir.

Disiplin tedbirlerine başvurulması gerektiğinde, buna öç alma havası verilmemelidir. Disiplin tedbirlerinin amacı kabahatliyi dize getirmek ve hırpalamak değil, ile ride daha iyi çalışmasını sağlamak tır.

11. AMAÇLARA GÖRE VE GELECEĞİN YÖNETİSİ

11. 1-Geleceğin yöneticisi kimdir? Niçin?

Gelişmekte olan ülkelerde yönetimsel becerilerle teknolojik bilgi arasında bir gedik ve boşluk bulunduğu bilinen bir gerçektir.

Günümüz teknolojisine yönetim biliminin ayak uydurmasının önemli tam olarak anlaşılıp değerlendirilmediğinden yönetim gediği sürekli olarak büyüme ve açılmaya devam etmektedir.

Bunun tonucu olarak da ülke-

(20) Ferruh ERDOĞAN

lerde teknolojik gelişme devamlı yükselirken, yönetim alanındaki yöntemler gitgide eskimiş ve yeterli olmaktan uzaklaşmıştır.

Rekabrtin eelişmekte olan ülke larde yer etmesinden sonra, yönetim gediğinin etkileri daha da çok hissedilmeye başlanmıştır. Özellikle ulusal ve bölgesel ekonomiden dünya ekonomisine geçiş, yönetim gediğini, bütün açıklığı ile ortaya koymuştur.

Bugün, ypnetim gediğinin oluş masına gelişmekte olan ülkeler kadar, gelişmiş ülkeler de de rastlanmaktadır.

Günümüzde, yönetim bilimini de içine alan genel biği alanındaki gelişmeleri ancak %10 oranındaki bir artış göstermesine karşılık, teknolojinin ve teknik bilgilerin %25 bir ilerleme kaydedişi, yönetim gediğini sayısal olarak daha iyi ifade etmektedir.

Bilim adamları ve teknik elemanlar (mühendisler, fizikçiler gibi) bilim ve belirli teknik formüllerle uğraşırken, yönetim bilimi ile uğraşanların da, benzer koşullar altında başka başka tepkiler gösteren insan unsuruyla özel surette meşgul olmaları zorunluluk halini almıştır.

Yönetim gediğini oluşturan başlıca nedenler şunlardır:

a) Yönetim konusunun bilimsel açıdan ele alınması zaman bakımından henüz yenidir.

b) Ypnetimde insan unsuru son derece büyük bir pnem taşımakta, yönetim alanındaki araştırmalar ortaya karmaşık sorunlar çıkarmaktadır. İnsanın beyin ve düşünce yapısının anlaşılması ve kontrolü son derece güç olduğundan, bu nedenle yönetim biliminin ve ilkerinin uygulanmaya konması ve yönetimden beklenen sonuçların alınabilmesi üstün bir takım beceri ve yeteneklere sahip olmayı öngörmektedir.

Devamı var

Bilgi Köşesi :

İLLERİMİZ

05 Amasya

Yeşilirmak'ın Tokat ırmağı da denilen Anadolu üzerinde kurulmuş bir şehirdir. Nüfusu 34.168 dir.

İlçeleri ile birlikte 285.729 dur.

İl topraklarının doğu ve kuzey yönleri dağlıktır. Batı ve kuzey yönleri dağlıktır. Batı ve Kuzeybatı yönleriye ovalıktır.

Doğuda Taşova batıda Suluova vardır. İki ova arasında Akdağ yükselir.

Samsun demiryolu ve devlet karayolları il topraklarından geçer ve yöreyi Amasyaya bağlar.

Amasyanın tarihi M.Ö. 4000 yıllarına kadar uzanır. Şehir, Amasyalı Yunan tarihçisi Strabona göre Amozonlardan Amasis tarafından kurulduğu için Amesia adı verilmiştir.

Şehir Hititlerin, Asurların ve Pantus krallığının egemenliğinde kalmıştır.

Amasya ve çevresini 1071 Malazgirt savaşından sonra Danişment gazı tarafından ele geçirilmiş ve Danişmentlilerin başkenti olmuştur.

Anadolunun en önemli kentlerinden Amasya, bugünde eski kimliğini koruyabilen sayılı yerlerden biridir.

Şehirde çok miktarda tarihi yapı vardır. Bunlardan biri de ünlü Bimarhane (Tımarhane)dir.

İlçeleri Göynçek, Gümüşhacıköy Merzifon, Merzifon, Suluova, Taşovadır.

Kadın için pratik bilgiler:

Patatesleri kabartmadan pişirmek mi istiyorsunuz, pişme suyuna bir kaşık şirke katarsanız, hem onların sapsarı rengini korur hem de daha lezzetli duruma getirirsiniz.

Bir yumurtanın tazelik derecesini ölçmek mi istiyorsunuz? Biraz tuzlu su hazırlayıp yumurtayı içine atınız. Çok taze yumurta dipte, bayat yumurta üstte kalır.

Yağlı maddelerle iş gördükten sonra elleri temizlemenin yolu ya kepekli oğusturmak veya haşlanmış patatesle yağları almak, sabun yerine geçer. Ellerin ıslak olması gereklidir sadece.

ABONE FİYATI

Yıllık	:	150 TL.
Altı aylık	:	75 «
Üç aylık	:	40 «

Günü geçen sayılar 100 kuruştur.



İLAN TARİFESİ

Resmi ilan	cm. 30 TL.
Tescil ilanı	cm. 15 «
Özel ilanlar	cm. 10 «

Gazetemiz Basın Yasasına uymayı kabul ve taahhüt etmiştir.

ARA-SIRA

-Ekmek Parası-

Gazetemizde güncelliğini koruyan Bilecik için hayati önemi olan bir konu var; Bilkon. Yani Bilecik Konserve Fabrikası. «Bilkon'da yeni yöneticiler işçileri şu veya bu sebepten çıkarıyor, me murlarını istifa etmekle karşı karşıya bırakacak yerlere tayin ediyor, fabrika çalıştırılmıyor ve bazı makinalar Kepez Fabrikasına taşınıyor.» Güncelliğini koruyan konu veya problem bu. Gerçek mi, değil mi? burasına dokunmadan fabrikanın çalışma durumunu bir evvelki yıl çalışmaları ile mukayese edelim dedik.

Efendim, geçen yıl Bilkon Fabrikası arabasının Bilecik merkezinde halk deyimi ile fink attığını, vızır vızır çalıştığını gördük. Bu arabalardan yığınla işçilerin inip bindiği veya ev ev doluşarak fasulye, araka (bezelve) cuvallarını evlere bırakıp—aldığını gördük. Hatta Karaköy, Kurtköy, Küplü, Kızıldamlar köylerinden işsiz olan köylü kadınlarını toplayıp fabrikaya getirip gece gün düz fabrikada çalıştığını yine halk deyimi ile «ha reket ve bereketin» olduğunu gördük. Bu vesile ile yüzlerce kişinin yüzlerinin güldüğünü, aileye yan gelir temin etmelerinin mutluluğunu sezerdik. Yine bu çalışmalara dayalı olarak bazı Bilecik esnafına canlılık geldiği gerçeğinde unutulmamalıdır. Bunu anlamak için uzun bir araştırmaya gitmeye gerek yok. Çeyizini kazandığı ile hazırlayan genç kızların bu yıl mı yoksa geçen yıl mı daha çoğunlukta olduğunu ilgili esnafa sorarak öğrenmek mümkündür. Küçük Bilecikimizde öz bağrında kurulmuş bir fabrikanın nimetini elbette öncelikle Bilecik'te oturan işsiz bacılarımız, kardeşlerimiz, yiyeceklerdir. Yetiemediği anlarda il dışından işgücü ithal edilecektir. Ama herhalde taaaa Erzurumdan, Çorumdan değil.

Köylünün yetiştirdiği ürünler yine Bilkon yoluyla değerlendirmesi gerekirken bilgisizlik ve de çok özür dilerim işbilmemezlik nedeniyle il dışındaki bilmem ne fabrikalarına satılıyor. Bu kadarı da fazla oluyor dersek saygısızlık yapmış olmuyoruz herhalde. Kilometrelerce uzağa nakliye ücreti, aracı ücreti ödeyerek konserve hammaddesi toplanan İstanbul, Balıkesir, Bursa fabrikaları karşısın da sayın BILKON yöneticileri ayakları dibindeki üreticiden daha düşük fiatla mal almaya kalkışması açıkça ben buradan bir gram mal alıp işlemiyorum. işçi de çalıştırmak istemiyorum, demek değil de nedir? Bu açık görünüm karşısında hâlâ daha kendilerini müdafaa etmek için çabalyorlarsa doğrusu bir vatandaş olarak ben utanırım. Bilecik'li malını değer fiatına satmak, fabrikasının da çalışarak ekmek parasını kazanmak istiyor. El kapılarına kapanmaya niyeti yok, bu böyle biline.

KINACI

Sayın Okurlarımıza;

Bilecik'in ekonomik, sosyal ve kültürel sorunlarını en iyi şekilde değerlendiren YARIN gazetesine abone olunuz. Sadece 50 kuruş karşılığında gazetemiz hergün elinize ulaşacaktır.

Ayrıca, yöremizi ilgilendiren her konudaki yazılarımıza sütunlarımız açıktır.

Gelişmekte olan ülkelerde beslenme sorununa nasıl çözüm getirilecek?..

Dünyanın neresinde olursa olsun, bir bebek resmi gören hemen herkes bebeğin tombul mu sıska mı olduğu üzerinde fikir beyan eder. Aslında bu çok doğal ve makul bir tepkidir: İnsan bedeni ve zekasının tam olarak gelişmesi için hiçbir şey iyi ve dengeli beslenme kadar önemli değildir.

Yıllardır iyi beslenmenin önemi bilinmektedir. Gelişmiş ülkelerde hamile kadınlar için özel beslenme yardımları yapılır; okullarda da çocuklara süt ve yemek verilir. Ama gelişmekte olan ülkelere beslenme hala büyük bir sorun olmaya devam etmektedir. Birleşmiş Milletler'in tahminine göre, bugün en az 500 milyon kişi gereğince gelişemeyecek kadar az gıda almaktadır. Bir başka deyişle, kötü besleme, az gelişmişliğin sessiz belalarından biri olup, bu durumun değişmesi sadece iyi beslenmeye değil, davranışlardaki değişikliklerle düzeltilebilecek sosyal faktörlere de bağlıdır. Ve bu değişikliklerin çoğu ancak sonuçları etkileyecek olanlar tarafından gerçekleştirilebilir.

Toplunun beslenme ile ilgili alışkanlıklarında değişiklik yaratabilmek için şart olan eğitim kampanyaları genellikle ihmal edilmektedir. Dünyanın çeşitli ülkelerinde elde edilen tecrübeler beslenmeyle ilgili eğitim noksanlıklarını göstermesi bakımından ilginçtir. Çünkü üç tecrübeler, ulaşılmak istenen toplulukların görüşleri dikkate alınmadan uygulanan

programların başarılı olmadığını ortaya koymaktadır. Birkaç örnek verelim:

Gelişmekte olan bir ülkede tarım uzmanları, mekanik tarım yapan, yola yakın bir tarlaya yüksek ürün veren bir mısır türünü etkiler. Amaç, köylülerin daha büyük taneli ve daha bol ürün veren bu mısırı gözleriyle görmelerini ve hevesle nerek aynı tohumu ekmelerini sağlamaktır. Ama köylüler buna razı etmediler. Nedeni çok basitti: Çiftçiler yüksek verimi traktör ve otomobillerden çıkan egzoz gazına bağlıyorlardı. Uzmanlar, o topluluğun görüşlerini dikkate almamışlar ve iletişim eksikliği sonucu başarıya ulaşmıştı. Bir başka ülkede tarımsal gelişmeleri yaymak amacıyla tarım öğrenimi yapan öğrencilerden yararlanma yoluna gidildi. Gençler istekliydiler, ama yaşlılar, yeni bilgileri böyle rahat, açıkça konuşan generlerin kendilerine yol göstermelerinden hoşlanmadılar.

Bir başka olay daha da ilginçti: Su kaynaklarının daha yararlı biçimde kullanılabilmesi yollarını öğretmek için köylülere hitap edecek özel flim hazırlanmıştı. Ama uzmanlar, konuya geçmeden önce flim yapma tekniği üzerinde bilgi verme zorunda olduklarını anladılar. Çünkü bu köyde ilk kez bir flim, gösteriliyordu ve köylüler için flim, konudan daha önemliydi.

Çeşitli konulardaki cehaletin yanı sıra gelenek ve göreneklerin

yeni tekniklerin benimsetilmesinde ne kadar etkili olduğunu bu örnekler de ortaya koyuyor.

NE YAPILABİLİR?

Tecrübeler, beslenme programlarının eğitim tim programlarıyla desteklenmesi gerektiğini gösteriyor. Beslenme konusunda eğitim sağlamak için en yaygın yol kuşkusuz ki kitle haberleşme araçlarıdır. Ancak, gazete, radyo televizyon gibi kitle haberleşme araçları etkili olmalarına rağmen genelde sınırlıdır. Bu nedenle, toplumun ulaşılacak istenen kesimi ile yüz yüze, karşı karşıya ilişki kurmak gerekmektedir. Zaten kitle haberleşmesi araçları kişisel ilişkinin yerini alamıyacağı gibi, çoğu durumda uyarma sağladığı halde davranışlarda değişiklik yaratmaz.

Son yıllarda Birleşmiş Milletler, herhangi bir kalkınma programının bir parçası olarak iletişime (komünikasyon) de ihtiyaç olduğunu görmüştür. Bu nedenle kalkınma alanında «kalkınma iletişim kampanyalarına» ağırlık verilmekte ve beslenme konusunda da yararlanılmaktadır. İletişim kampanyalarının beslenme programlarının çeşitli yönleri ile koordine edilmesi zorunludur. Meselâ, halkın benimsemesi istenen bir madde zamanında yerine ulaşamazsa, bütün kampanya başarısızlıkla sonuçlanır. Sadece iletişim kurmak da yeterli değildir, kampanya süresinin çok kısa olmaması da şarttır.

Devamı var

Yarın Spor

Stadyum müsabakaların yapılmasına hazır..

Şehir Stadyumunun ihata duvarlarının Al-çak oluşu nedeniyle bun dan evvelki yıllarda ya pılan müsabakaları se- yirci tarafından stad- yuma girmeden dışar- dan ve çevreden sey-

retme olanağı mecut idi. 1976 yılında ihata duvarlarının ilave in- şaatla yükseltilmesi bu olanağı ortadan kaldı- rmıştır.

Yerinde yaptığımız tetkikte Stadyumun

Müsabakaların yapılma- sına elverişli halde bu lunduğu görülmüştür.

Ancak, Stadyum bakımsızdır. Sahada ot kümecikleri meydana gelmiştir. Temizlettiril- mesi ve ilgilenilmesi ye- rinde olur.

Avrupa Gençler Masa Tenisi müsabakalarında Avustralya'ya 5-3 yenilerek grup 2 ncisi olduk

Avusturya'nın Mo- ding kentinde düzenle- nen Avrupa Gençler Masa Tenisi Birincili- ğinde eleme grubu ma- çları sonuçlanmış ve ta- kımımız grubunda A-

vusturya'ya 5-3 yenile rek ikinci olmuştur. 26 takımın katıldığı Şam piyonada Türkiye 9 ila 16 sırayı almak için mücadele edecektir. Federasyon Başkanı

Danyal Çiper konuya ilişkin olarak «Gençleri mizin hepsi tecrübesiz, ancak gruplarında ikin ci oldular bu bir aş- a- madır.» demiştir.

Kulüplerin tutumu yüzünden Milli Takım 16 Ağustos tarihinde kampa alınacak..

Kulüplerin kendi ha- zırlık kamplarını Milli Takım kamplarından daha mühim görmeleri Futbol Federasyonunun karar değiştirmesine ne- den olmuştur.

Futbol Federasyonu daha önce kulüplere futbolcu konusunda ö- dün verilmeyeceğini ve 20 temmuzda açılacak

olan Milli Takım kam- pına kulüplerden futbol- cu alınacağını bildirme sine karşın kulüpler üs- tün çıkmış ve Milli Ta- kım oyuncu vermeye- ceklerini açıklamışlar- dır. Milli Futbol Takı- mı Teknik Yöneticisi Nazım Özbay'ın daha önce bu konuda bir a- çıklama yapmasına kar-

şın Futbol Federasyo- nunun Milli takım kam- pını 20 temmuz yerine 16 ağustosa alması ve kulüplerin etkisi altın- da kalmasının Federas- yonun prestijinin sarıl- masına yol açacağı şek- linde yorumlanmakta- dır.

M. Takım Direktörü Coşkun Özarı, yaptığı açıklamada, 1976 Dün- ya Kupası grup eleme maçları için hazırlanan programın değiştirildi- ğini ve futbolcuların 20 yerine 16 ağustosta kampa alınacağını söy-lemiştir.

Bu gece nöbetçi ECZANE

Doktoroğlu Eczanesi'dir

Derleyen: İbrahim Şen

Bir Spor Dalı: (29)

— G Ü R E Ş —

Tek dış dalıp dizleyerek yapılan oyunlar

Burada hatırlatmak istediğimiz nokta, tek dış dalma ile yapılan oyunlarda her iki diz üzerine çökülmesi gereğidir. Tek iç dalarak ondan sonra kafayı dışa çıkarıp bu komplemin oyunlarını uygulamanın müm olabileceği hususunu da burada özellikle belirtmek isterim.

Tek dış tutuş şekli; Hücum eden, dalı şı takiben iki dizi üzerine çöker. İç sağ ko lunu çatale getirip rakibin oyluğunu içten dışa doğru sarar. dış eliyle de dıştan içe- riye doğru rakibini diz altından sarar. Vü cudunu iyice yukarıya doğrultup tek dış tutuşta özellikle tutuş sol kola yapılır, sağ kol rakip ayağını tutup çekmekle ilgisi yok rur, ancak rakibin hareketine göre müda- faa ve hücumu devam ettirmeye vazifeli olmalıdır. Bu dalış ve tutuştan sonra seçe- rek ve kombine ederek şu oyunlar yapıla- bilir: Dalış ve tutuştan sonra seçerek ve kombine ederek şu oyunlar yapılabilir.

Hücum eden, dalıp tutmakla birlikte gerideki sol ayağını, rakibin sağ ayağının arkasına dıştan geçirdi çeler. Aynı anda sağ omuzu ile, uyluğundan aşağıya doğru ite- rek bastırır. Bastırma ve devirmenin daha başarılı olabilmesi için, rakip tam düşme anında, içte kalan sağ kol bele geçirilir.

Belden iterek bastırılır.

b) Aynı ayağı içten çangal takarak de- virme:

Hücum eden, yukarda bahis olunan dalmadan sonra rakibin ayağını tutup bi- raz yukarıya kaldırarak doğrulur. Kendi sağ ayağını rakibinin sağ ayağına içten ge- çirir, çankal takıp çeler. İç sağ kol ile be lini sarar, omuz ve gövdesi ile de rakibi oyluk ve karın kısmından sola aşağıya doğ ru iterek arkası üstü bastırır.

c) Dış serbest ayağı içten tutarak de- virme:

Yukarda değinilen tutmadan sonra, şa yet rakip, tutulmuş olan ayağını kurtar- mak için hücum edenin kalçasına doğru a- dım atarsa, bu durumda hücum eden sağ eliyle rakibin sol ayağını içten topuktan, baldırdan veya diz altından tutar. Diğer ayağı ile birlikte kendine doğru yukarıya çeker, omuzları ile ve hızla aşağı istika- mette vurur, iterek arkası üstüne devirir.

Çift tutmaya tek dalışı müteakip geçi lebildiği gibi, bunu daha dalış anında da sağlamak mümkündür.

Devamı var

Sayın Okurlarımıza;

Bilecik'in ekonomik, sosyal ve kültürel sorunlarını en iyi şekilde değerlendiren YARIN gazetesine abone olunuz. Sadece 50 kuruş karşılığında gazetemiz hergün e- linize ulaşacaktır.

Ayrıca, yöremizi ilgilendiren her konu- daki yazılarımıza sütunlarımızı açtık.