

**PROGRAMA DE GIMNASIA ELEMENTAL DE RELACIÓN PARA  
EL PRÍNCIPE DE ASTURIAS Y LA INFANTA ISABEL  
"ELEMENTARY GYMNASTICS PROGRAM FOR THE PRINCE  
OF ASTURIAS AND THE INFANTA ISABEL"**

Ángel Mayoral González.

Doctor en Psicología. Exprofesor del INEF. Madrid.

[mayorcalle@telefonica.net](mailto:mayorcalle@telefonica.net)

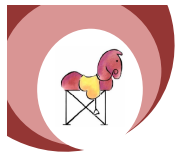
**RESUMEN:**

A resultas de la elaborada decisión de los Reyes Isabel II y D. Francisco de Asís de encargar al Conde de Villalobos la instrucción gimnástica de sus augustos hijos, Francisco de Aguilera se aprestó a seleccionar los locales adecuados en los Reales Sitios y además de dotarlos de las máquinas y aparatos gimnásticos, tuvo que encargarse de la dirección de los ejercicios gimnásticos de los Infantes.

Las lecciones que comenzaron en la primavera de 1863, se plasmaron en un Programa de Gimnasia Elemental de Relación que presentó a SS.MM. en 1864 que incluía una serie de ejercicios para ejecutar sobre una veintena de máquinas e incluso una metodología para su aplicación, seguimiento y evaluación.

En un conjunto de cuatro estados litografiados, indicaba los ejercicios y máquinas que se practicaban en cada sesión, recogía datos fisiológicos antes y después de la ejercitación; el grado de aprendizaje y perfeccionamiento de los ejercicios, y las observaciones pertinentes derivadas de la actuación, de manera diaria, mensual, comparativa con el mes anterior y anual. El proyecto, lamentablemente no llegó a completarse, ni tampoco tuvo en la Historia de la Educación Física la repercusión que merecía, hurtando a los profesionales el conocimiento que sus avances científicos habrían repercutido en el progreso de la educación física.

**Palabras clave:** historia, gimnasia, máquinas y aparatos gimnásgrfos.



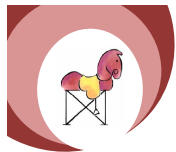
## **ABSTRACT:**

As a result of the elaborate decision of the Kings Isabel II and D. Francisco de Asís to order the Count of Villalobos the gymnastic instruction of their august sons, Francisco de Aguilera was ready to select the suitable premises in the Real Sites and besides equipping them with the machines and gymnastic apparatus, had to take charge of the direction of the gymnastic exercises of the Infants.

The lessons that began in the spring of 1863, were embodied in an Elementary Gymnastics of Relation Program that presented to SS.MM. in 1864 that included a series of exercises to execute on about twenty machines and even a methodology for its application, monitoring and evaluation.

In a set of four lithographed states, he indicated the exercises and machines that were practiced in each session, collected physiological data before and after the exercise; the degree of learning and improvement of the exercises, and the pertinent observations derived from the performance, in a daily, monthly, comparative with the previous and annual month. The project, unfortunately, did not complete, nor did it have in the History of Physical Education the repercussion it deserved, robbing professionals of the knowledge that their scientific advances would have had an impact on the progress of physical education.

**Keywords:** history, gymnastics, machines and apparatus gymnasts.



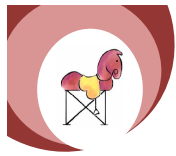
## **Prólogo**

Ciertamente no fue en 1867, como equivocadamente relata el que fue gran erudito y longevo cronista de la Villa de Madrid, José del Corral Raya (1916-2011) cuando el XIII Conde de Villalobos, Francisco de Aguilera y Becerril, recibiera de SS. MM. la Reina Doña Isabel II y su esposo D. Francisco de Asís, la real orden de encargarse de la instrucción gimnástica de sus augustos hijos, sino en el mes de marzo de 1863, cuando D. Alfonso aún no había cumplido los seis años de edad.

El encargo que recibió el Conde de Villalobos de crear y dirigir tres gimnasios en el entorno de las residencias reales habituales: Aranjuez, San Ildefonso (Segovia) y Madrid, no fue, al contrario de las conocidas decisiones impulsivas de la Reina, una propuesta caprichosa, sino una comunicación elaborada, que le transmitió el Marqués de Alcañices, en aquellas fechas, Mayordomo y Gentilhombre de Cámara de SS. MM. de ser elegido para el "honroso cargo de director de la instrucción gimnástica de sus augustos hijos", justificada elección por su acreditada fama en el ramo de la gimnasia y como consecuencia de una meditada propuesta para la educación del Sermo. Príncipe de Asturias.

El 28 de noviembre de 1860, justo el día que D. Alfonso cumplía tres años de edad, SS.MM. dirigieron una carta al Marqués de Corvera, en aquellas fechas Ministro de Fomento y por tanto de Instrucción Pública, solicitando consejo sobre cómo debería discurrir la educación de su vástago, haciéndole saber, entre otras demandas, que "anhelamos que comience a recibir una educación física bien proporcionada a su organización y desarrollo" (Isabel II y Francisco de Asís, 1860, p. 7-8)

Tal preocupación por el desarrollo corporal del Príncipe de Asturias fue estudiada por consejeros del ministro, que redactaron una propuesta de educación, amplia y novedosa, poco habitual entre las monarquías europeas que mantenían una restrictiva "educación de príncipes" para sus hijos, mientras que la elaborada por relevantes pedagogos incluía actividades para "favorecer su mejor desarrollo físico, base de una salud robusta y una constitución firme" (*ibídem*, 1860 p. 8). SS.MM decidieron que fuese el Conde de Villalobos el encargado de crear tres gimnasios donde llevarla a cabo, bajo su dirección. Con gran apremio y entrega, el Conde de Villalobos escogió los locales



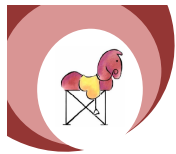
más adecuados y mandó fabricar las máquinas e instrumentos gimnásticos según su concepción de la gimnasia, para trasportarlos e instalarlos en los Reales Sitios, en los cuales habitaba la Familia Real por temporadas. Se contrató un profesor de gimnasia (pedótriba), José María Estrada, un pintor de origen valenciano que plasmó en un lienzo, el único retrato conocido de Francisco Aguilera Becerril, que se conserva en el Museo Cerralbo de Madrid.

Como continuación de la misión encomendada, elaboró un Programa de Gimnasia Elemental de Relación, fruto de sus experiencias como *gimnasiarca* (director de gimnasios) y de su visión de la gimnasia, como *gimnásologo* (teórico de la ciencia gimnástica) que formuló y presentó a SS. MM. en 1864, incluyendo resultados de las primeras prácticas gimnásticas ya efectuadas por los Infantes, desde la primera sesión que tuvo lugar un 19 de mayo de 1863, en la Casa de Marinos del Real Sitio de Aranjuez.

Como ya ha sido expuesto en números precedentes (8 y 9) de esta misma revista ATHLOS, el Conde de Villalobos una vez que renunció al funambulismo, se entregó de pleno a la científicización de la gimnasia como sustento teórico inexcusable de la práctica pedotribica, implantando la medida, antes y después de la ejecución de los gimnasmás, para, mediante un seguimiento *a posteriori* de los resultados, servir de guía y control de los ejercicios propuestos en las sucesivas sesiones. El resultado de tal talante científico fue un Programa de ejercicios y una Metodología para su aplicación, de los cuales damos cuenta en las páginas siguientes.

### **PROGRAMA DE GIMNASIA ELEMENTAL DE RELACIÓN.**

Está fechado en 1864, y después de tantos avatares sufridos por la dinastía de los Borbones y de las múltiples peripecias políticas, relatadas en la historiografía de España, las treinta y seis páginas de que consta el Programa, escritas por el propio Conde, con una caligrafía clara y precisa (Aguilera cuenta que en las Escuelas Pías llegó a aprender trece maneras de escritura) se conservan en la Real Biblioteca de Palacio, en una carpeta de piel de color morado, titulada "Documentos para la inteligencia de los Estados y resúmenes de la instrucción gimnástica de SS. AA. RR", cuya signatura es *IV-E-3* y el código de barras *1109255*. Posiblemente habría pasado algo desapercibido porque la



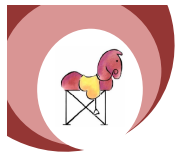
denominación de *Documentos para la inteligencia de los Estados*, pudo inducir a los buscadores a pensar que la carpeta incluía temas diplomáticos, cuando el término de *inteligencia* en el s. XIX se entendía como conocimiento y por *estados* es lo que ahora entendemos por estadillos, impresos previos donde escribir. Lo cierto es que en ATHLOS, verán estos documentos por primera vez la luz pública, una vez efectuada por nuestra parte, la transcripción mecanográfica.

El manuscrito se estructura en 4 partes:

- a) Una introducción-presentación a SS. MM.
- b) La enumeración y denominación de los gimnasmas agrupados por las máquinas o aparatos requeridos para su ejecución, y dentro de cada grupo estructurados por las diferentes opciones de los movimientos.
- c) Una nota explicativa sobre la estructura de los *estados*, la cumplimentación de las tareas de los educandos y una clave de símbolos de interpretación restrictiva, para la evaluación de las actividades.
- d) Una Adición de ejercicios al Programa original presentado a SS. MM. en 1864 siguiendo la misma estructuración por máquinas y en algunos casos continuando la numeración inicial. Esta adición está fechada, sarcásticamente, el 17 de marzo de 1865, poco después del abandono caprichoso del Príncipe.

### **Introducción.**

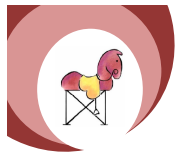
No le falta prosapia al Conde de Villalobos para asumir la "tan hermosa como inesperada nueva" (las citas que incluimos, pertenecen al mismo documento referido) de su designación para dirigir la instrucción gimnástica de los Infantes, y con una inmoderada humildad valora la misión al "comparar la grandiosidad del objeto y la pequeñez de mi suficiencia". Con tales palabras introductorios, era de esperar que siguiera el baboseo, sin embargo, enseguida hace valer la importancia de su designación, justificando su aceptación por "todos mis conocimientos y todo lo que en muchos años de estudios y trabajos he alcanzado y me ha sido dado el inventar". Y como muestra de su escasa inclinación a la adulación, incorpora en la misma presentación a SS. MM. "como muestra de la enunciada originalidad de mis trabajos, como principio, fundamento,



garantía y demostración de sus resultados (...) el diario, resúmenes mensuales y anual, y notas fisiológicas correspondientes al corto número de lecciones dadas a SS. AA. durante 1863" (13 en total) que espera "complementar en los años sucesivos con los recursos del gimnasio que he tenido la honra de establecer a VV. MM. en Madrid".

El Conde muestra su agradecimiento por la designación y está decidido a llevar la propuesta a largo plazo, con sus métodos fruto de una amplia e intensa preparación, de sus estudios y experiencias. Completamente convencido de que la gimnasia es beneficiosa para el género humano, la dirección de la instrucción gimnástica de los infantes, no va ser una suerte de diversión o entretenimiento como podría esperarse de la práctica de juegos o deportes, sino que será una práctica normativizada, de tal manera que puedan "evidenciar lo que SS. AA. son física, moral e intelectualmente al empezar la instrucción gimnástica, las modificaciones que esta instrucción va obrando en sus preciosas facultades, las vicisitudes porque cada uno pasa hasta consolidarse y los adelantos que hacen en todo, reconocidos por milésimas cantidades".

Todo un sistema de instrucción gimnástica (lo de educación física no se llevaba entonces, y además, era inapropiado) tal vez, el primero que tuvo un formato riguroso, elaborado en nuestro país, no traducido, que contaba con la confianza de los reyes y que en varios pasajes del texto, Aguilera reclama la ayuda de la Providencia para poder llevarlo a cabo. Habría significado un extraordinario avance práctico y teórico, que de haberse completada la experiencia y suficientemente difundida en su tiempo en España, habría servido de mucho para corregir el retraso español y beneficiar, un siglo después, a los profesionales de la actividad física educativa, deportiva y rehabilitadora, andantes todavía en búsqueda de justificación científica suficiente para el desempeño de sus tareas prácticas. Posiblemente todo eso no habría sido un simple anhelo, de no haber mediado la conducta caprichosa del "principito" que dio al traste, en marzo de 1865, con un proyecto tan lógicamente diseñado. De forma concienzuda y sistemática, la aplicación del Programa duró poco más de un año.

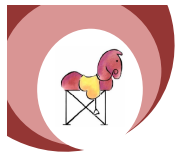


## **Diseño y contenido del Programa de Gimnasia elemental de relación.**

La idea, definición e interpretación de la gimnasia, que habíamos podido leer en sus primeros escritos: *Ojeada sobre la Gimnasia* (1842) o en *Representación...*, (1845) ha evolucionado en su concepto considerablemente, sobre todo, después de que él mismo tradujera al español la obra de Amorós, y la sometiese a crítica, en numerosas y densas páginas manuscritas, bajo la rúbrica de "*Criterio al prólogo a la obra de Amorós*", manuscritos pertenecientes al fondo particular ya mencionado, publicados sintéticamente en *La Razón Católica* (1857-1859), de lo que resulta que su definición de gimnasia, de la que se vale para confeccionar el Programa de Instrucción Gimnástica sea muy diferente a la defendida veinte años antes.

Es de suponer que bajo esta interpretación de la gimnasia, está concebido el programa constituido, según reseña el mismo Conde de Villalobos por 633 gimnasmas, pero nosotros, que desde hace tiempo estamos obsesionados por la exactitud de cifras y fechas de las referencias, -tan habitualmente vulneradas en escritos dentro del ramo de la educación física y los deportes- hemos recontado, sumado y vuelta a sumar y nos salen **632**, que conviene matizar. Esa cifra incluye todos los ítems descritos y enumerados, pero algunos de ellos consisten en ejecutar los mismos movimientos, y no difieren por saltar con la pierna derecha y en otro caso con la izquierda, que en realidad son dos ejercicios distintos, sino que su diferenciación consiste, por ejemplo, en utilizar cuerdas de diferente grosor, de 3, 4, 5, u 8 pulgadas, pero la acción es idéntica en todos esos ejercicios. Con este criterio revisionista hemos contabilizado 84 gimnasmas repetidos, con lo que, en puridad de identidad y diferenciación, el Programa estaría constituido por 548 ejercicios gimnásticos diferentes, que el Conde de Villalobos denomina *gimnasmas* para evitar el pleonismo.

A dicha cifra añadirá una adicción de ejercicios, ya enunciada en la Nota explicativa: "se aumentará o disminuirá según el curso de la instrucción parezca conveniente a la constitución física y demás finalidades que fuesen presentando en SS. AA." compuesta de 179 gimnasmas, justificada por "los nuevos adelantos de la ciencia y la ampliación del gimnasio de Madrid". La mayoría de estos últimos gimnasmas eran de reciente invención y solo 24 repetidos, de lo cual resulta un Programa

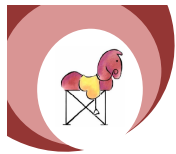


constituido por **811** ejercicios de los que 703 son distintos y no repetidos. Cuantitativa anticipación de los vademécums de 1000 ejercicios, publicados en español, estas últimas décadas (Torrebadella, Blanco Nespereira y otros).

Es evidente que en su diseño y diferenciación se notan las influencias de Amorós, Clías o Laisné, pero su programa nunca se le podrá tachar de plagio, como fue muy común por aquella época, en la oferta de manuales para la gimnasia. Los franceses Amar y Jauffret "adaptaron" la original y extraordinaria obra de Guts Muths: *Gymnastik für Jugend* en 1803, que una vez traducida al español en 1807, fue totalmente "fusilada" por Vicente Naharro (1818) utilizada durante gran parte del s. XIX como *abecedario gimnástico*, y ensalzada hasta en el s. XXI por repertoristas que, dadas las equivocaciones que se aprecian en su relato, su hojeada, por más que apologética, no debió pasar de la primera página del índice. A diferencia de la originalidad de Aguilera, o la honradez del mismo Aparici, que después de varios intentos de traducción del Manual de Amorós, aseguró en 1849, que su obra: *Introducción de la enseñanza de la gimnástica en los cuerpos de tropas y establecimientos militares*, era una traducción de la homónima francesa, elaborada por una comisión formada por D'Argy, Laisné y Amorós, por el contrario, aquella tendencia al plagio, fue muy numerosa en esa época: Sarasa (1844) Ramírez (1856), Carlier (1867), Moratones (1868), Lladó (1868), Pedregal (1884), bebieron todos de la misma fuente y a veces en los mismos vasos. Tales artes plagiarias, a semejanza de como ocurría en Francia, Suiza, Italia,... no deben escandalizarnos, porque sin su difusión, mal se habrían conocido en España, los adelantos de la gimnasia de Europa, pero darles, en nuestro tiempo, una pátina de originalidad es impropio de historiadores.

El Conde de Villalobos, según relata en su autobiografía, la primera obra de gimnasia que leyó fue la de Amorós, (1830) pero siempre supo mantener su criterio e independencia y progresar en su formación autodidacta, mediante el acopio de todo tipo de libros, para constituir una extraordinaria biblioteca, en la que beber de los más prestigiosos autores. Con ese saber pudo criticar libros coetáneos, como el de Francisco de Borja Ramírez (1856) o someter a escrutinio a su mismo iniciador en este arte: Amorós, al que Clías en su *Callisthenie o Somascetique Naturelle* (1843, p. v) acusó de copiar 50 de los 90 ejercicios de su obra *Gymnastique elementaire* (1819),





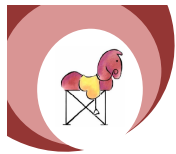
certeza, que cualquiera, como yo mismo lo hice, puede comprobar el plagio, al cotejar el Atlas de Amorós con los dibujos de Clías.

Este Programa de Gimnasia elemental de Relación es fruto de su madurez y como tal, elaborado en España, no traducido, aunque algunas de las máquinas gimnásticas fuesen comunes a otros autores. Propone ejercicios con: Halteres, Mazas, Cuerdas, Pértigas, Vigas, Mástiles, Escaleras, Tablas; pero también con otros aparatos inventados o adecuados por Aguilera: Varas mistilíneas, Paralelas móviles, máquinas corpo-rectangulares, etc. Lástima que no incluyera los dibujos de los ejercicios, como hacían Amorós, Clías y los demás trasuntos, porque hubiera sido más fácil su identificación y comprensión.

### **Metodología.**

El Programa se venía aplicando, desde mayo de 1863, al Príncipe de Asturias, D. Alfonso, que solo tenía al inicio, el 19 de mayo de 1863, cinco años y seis meses; y a su augusta hermana, la Infanta Isabel, que el pueblo castizo de Madrid, la apodaría la "Chata", que tenía en aquella fecha, once años y cinco meses. No sabemos cuáles fueron los efectos de la práctica de la gimnasia, pero la Infanta vivió hasta los inicios de la II República, pues murió en 1931, a los 81 años, exilada en París y el Príncipe Alfonso, por el contrario no superó los 28 años, pues falleció un 25 de noviembre de 1885. Las sesiones, a partir de ese inicio, fueron siempre separadas, y en horarios distintos. Alfonso solía tenerlas a primera hora, a las 9 horas de la mañana, mientras que la Infanta las tenía al mediodía. La dirección y supervisión corría a cargo del Conde de Villalobos, pero en la ejecución intervenía el *pedótriba* Estrada. También presenciaba la ejercitación el personal de acompañamiento y varias sesiones contaron con la presencia del Rey D. Francisco.

Para la programación y evaluación de las sesiones, el Conde de Villalobos diseñó cuatro estados diferentes, para la distribución de los gimnasmas y la anotación de todas las circunstancias devenidas durante la ejercitación. Esos estados eran de gran tamaño, de 0,55 por 0,71 metros (Pueden consultarse en la Real Biblioteca de Palacio, con *signatura VIII /6501* y *código de barras 1179081*) fueron litografiados por el litógrafo Doroteo Bachiller, y como suele suceder en casos en que no se hace un presupuesto previo y se continua el diálogo con el impresor, se



hacen modificaciones del primer diseño, dando lugar a que el susodicho litógrafo presentase una factura del orden de 7.500 reales, que Palacio no estaba dispuesto a pagar, para lo cual solicitó al Conde de Villalobos explicaciones y justificación, requerimiento que fue atendido por el Conde, indicándole al Administrador General de la Real Casa, Francisco Goicoerrotea, en pliego de descargo bien argumentado, que la cuenta debería ser saldada, de manera justa con no más de 5.000 reales.

De los cuatro estados, uno era para incluir las notas fisiológicas de los educandos, mientras los otros tres recogían el resumen diario, mensual y anual de las ejercitaciones.

### *1) Hoja Fisiológica.*

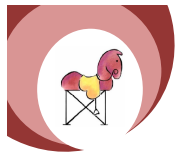
De forma separada para cada Infante, anotaba: edad, conformación del cuerpo, color, estado de la piel, color y transparencia de los dedos a la luz de una bujía y temperamento. En Junio de 1864, todos los datos resultaron buenos y en la casilla del temperamento, Aguilera escribió: "nervioso" para ambos infantes.

Con la utilización de dos de los aparatos inventados por el Conde de Villalobos, el *Toráxmetro* y el *Presímetro*, que con otros diez más, presentaría en la Exposición Universal de 1867 en París, donde fue premiado, medía diámetros y circunferencias "una pulgada por debajo del vértice del apéndice xifoides" para comprobar los movimientos respiratorios.

Igualmente tomaba la talla y el peso. En aquella fecha el varón medía 1,12 m. y pesaba 17,8 kg.; la Infanta 1,50 m. y 39,48 kg de peso. Además en el estado diario anotaba otros datos corporales.

### *2) Diario de la clase de gimnásología higiénica y de relación.*

Esta litografía o "impreso", estaba dividida en columnas y en filas para proceder a las anotaciones por separado de ambos infantes. Dado el tamaño de los originales, según hemos dicho, su reducción para ser incorporados a este texto, los harían completamente ininteligibles, por ello preferimos simplemente indicar los encabezamientos de las columnas para que el lector tome conciencia de las numerosas anotaciones que dichos estados contienen:



Días del mes en los que hubo sesión

Observaciones atmosféricas. Termómetro y barómetro: dentro y fuera.

Hora en la que empezó y concluyó la sesión.

Estado de la lengua, a la entrada y a la salida.

Pulso. Pulsaciones por minuto a la entrada y a la salida.

Máquinas o clase a que la lección perteneció.

Gimnastas por numeración.

Cantidades de tiempo (minutos y segundos) distancia recorrida (pies o metros) grados y peso (libras o kilogramos)

Notas de perfección (S, sobresaliente; B, bueno; R, regular; M, malo)

Símbolos de evaluación (Los que se presentan en la transcripción del manuscrito del Programa, en la NOTA explicativa mediante letras).

Gimnastas de repaso: máquinas y gimnastas

Observaciones. Anotaciones particulares en cada sesión.

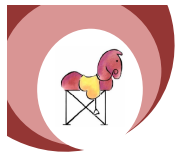
*3) Resumen y estado comparativo entre los resultados obtenidos en el mes anterior y el presente.*

Con la misma estructuración, en este estado, añade dos columnas más para cuantificar el número de sesiones y la cantidad total de tiempo invertido en las lecciones. De la comparación de los resultados obtenidos en los dos meses consecutivos, obtenía otras informaciones que plasmaba en la columna de observaciones, que le permitían emitir juicios que comunicaba a SS. MM.

En una de las anotaciones en la columna de observaciones, se puede leer la anécdota, de que interesado D. Alfonso por los símbolos insertos en el estado, después de una de las sesiones, le preguntó al Conde por ellas, a lo que el Conde le respondió, que eran secreto que solo se lo comunicaba a su padre el Rey, pero dado su interés por interpretarlos, le llevo, tras la inserción de una (i) a exclamar: "(i) de insuperable". El muchacho tenía su viveza.

*4) Resumen y estado comparativo entre el primero y el último resultado dado a cada gimnasia en el año (1863).*

Con este resumen podemos conocer el número de sesiones que tuvieron lugar durante el año y el tiempo invertido. Durante el año 1863, solo tuvieron sesiones de gimnasia en los Reales Sitios de Aranjuez y de San Ildefonso, durante los meses de

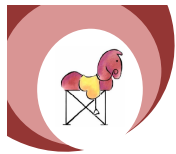


mayo a septiembre que fueron 13 sesiones con una duración de 10 horas y 10 minutos.

Minuciosamente están anotados en el estadillo las variaciones por cada uno de los gimnasmas, las notas de perfeccionamiento y la evaluación pertinente, desde el comienzo del aprendizaje de cada ejercicio hasta su perfeccionamiento. El mismo estado resumen para 1864 recoge todas las sesiones que duraron desde mayo y junio en Aranjuez; julio, agosto y septiembre en La Granja de San Ildefonso y después en Madrid, desde octubre hasta el mismo día de Noche Vieja, pero no en el Gimnasio del Casón, pues no fue hasta el 12 de enero de 1865, cuando se dieron por terminadas las obras, incluida la retirada de la estatua de Mendizabal, que desde su importación desde París, había sido alojada en el Casón, por tanto, las sesiones desarrolladas durante el otoño, debieron tener lugar en estancias acomodadas del Palacio Real.

El número de días que tuvieron sesión durante el periodo anual de 1864 fue de 55 días, con un tiempo invertido de 45 horas y 57 minutos por Don Alfonso, mientras que su hermana Isabel tuvo 33 lecciones con una duración de 29 horas y 19 minutos. Ciertamente la aplicación de los Infantes puede darse como buena. Cuando al fin, en enero de 1865, el Conde de Villalobos pudo utilizar como Gimnasio Real, el Casón del Buen Retiro, diseñó otros estados para resumen de las tareas, no litografiados,- tal vez debido al desencuentro por el coste con el litógrafo- menos aparatosos y calografiados personalmente, con diferentes casillas para anotación de semejantes datos, aunque con la misma cadencia mensual, comparación por meses sucesivos y habría igualmente efectuado el resumen anual, si el Príncipe de Asturias no hubiera abandonado la instrucción gimnástica. En el resumen mensual correspondiente a marzo de 1865, figura la siguiente nota apuntada por el Conde de Villalobos: "No consta nada en las casillas anteriores a la penúltima y última porque S.A. no hizo nada. Desde ese día no ha vuelto S.A. a dar lección".

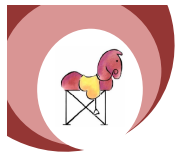
Ese día fue un 13 de marzo de 1865. A partir de esa fecha pudimos comprobar, los españoles, la voluptuosidad del muchacho, que así continuaría durante el exilio y tras la Restauración. Pocas veces debió visitar el excelente gimnasio de la Real e Imperial Academia Theresianum de Viena, a donde fue enviado para continuar su educación, mantenido por el Duque de



Sesto, al que la Restauración le acarrearía su ruina, habiendo sido una de las mayores fortunas de España, y mientras, el Príncipe se escapaba con la joven contralto Elena Sanz, con la que llegó a tener dos hijos. Tampoco debió practicar mucho la gimnasia durante su instrucción militar en la Real Academia Militar de Sandhurst en Inglaterra. Y tal debió ser el desapego que sintió hacia la gimnasia, que una de las primeras Reales Ordenes que dictó, tras su entronización, fue que tras el inventario, mediante el acta notarial de 24 de septiembre de 1875, se produjera el levantamiento de todas las máquinas y aparatos gimnásticos que se habían salvado de la Revolución y que con inteligencia y esmero había mandado fabricar el Conde de Villalobos, para ser luego distribuidas en el Colegio de Infantería de Toledo, el Real Colegio de El Escorial y el guardamuebles del Palacio Real. Por contraposición, su hijo que reinaría como Alfonso XIII, mostró otra inclinación hacia los ejercicios físicos, pues tuvo como profesor de gimnasia a Anselmo Sánchez y de esgrima a Pedro Carbonell, durante algunos años de su juventud.

En algunos escritos, el Conde de Villalobos justificaba su retraso en contestar a las cartas por su delicada salud y tal debería ser esa su situación en aquellas lamentables fechas, y no me cabe la menor duda de que el desplante de D. Alfonso, aunque la Infanta Isabel continuase la práctica todavía dos meses más, y el pedótriba siguiese contratado hasta diciembre de 1866, fecha en la que fue jubilado, la anulación de tan ilusionante proyecto, debió afectarle muy profundamente, y no es aventurado pensar que tal incompreensión repercutiera en una mayor agravación de su salud, que le llevaría a fallecer tan prematuramente, el 1º de julio de 1867.

Con la perspectiva que proporciona la Historia sobre hechos acaecidos, bien se podría afirmar que el proyecto de los Gimnasios Reales dirigidos por el Conde de Villalobos guarda alguna coincidencia, sobre todo, de frustración, con el promovido por el Príncipe de la Paz, Manuel Godoy con la aquiescencia del rey Carlos IV, que en 1806 crearon el Real Instituto Militar Pestalozziano. Ambas parecen excelentes iniciativas de lo que somos capaces los españoles y ambas caen en la constante que el gran escritor Paco Umbral denominó como el "aplazamiento español".



La mayoría de los profesionales de la gimnasia posteriores, no han conocido en su justeza, el proyecto del Conde de Villalobos, ni pudieron llegar a saber lo que hubiera dado de sí tal proyecto, pero es más lamentable aún, que no haya figurado en la Historia de la Educación Física Española, hasta fechas cercanas, que algunos (Piernavieja, Pastor Pradillo, Torrebadella, y otros) hayamos querido rescatarlo a la luz de nuestro tiempo. Tal vez, el alejamiento del modelo de Amorós, que fue hegemónico, tanto en Francia como España hasta bien entrado el siglo XX, como la total exclusión de su teoría y práctica de los programas de la Escuela Central de Gimnástica de 1887-92, hayan influido a que estuviera ausente de los temarios que se han impartido en los Institutos de formación de los profesionales de la educación física, a pesar de haber sido el Conde de Villalobos el primero en reclamar en 1844, ante el Gobierno de España, el establecimiento de una Escuela Normal de Gimnasia para mejor formar a los futuros profesionales de la educación física.

Para rescatarlo del olvido, este año de 2017, cuando se cumple el bicentenario de su nacimiento (27/01/1817) y el sesquicentenario de su muerte (01/07/1867) a partir del mes de noviembre, se celebrará en el Museo Cerralbo de Madrid, fundado por su hijo D. Enrique, una completa exposición sobre su obra y pensamiento, a cuyo conocimiento ATHLOS dedica este número extra, agrupando con el presente, los cuatro artículos ya publicados en la revista. Es un homenaje que la Historia de la Educación Física tenía pendiente.

### **PROGRAMA DE GIMNASIA ELEMENTAL DE RELACION**

Presentado a S.S.M.M

Para Instrucción de sus Augustos Hijos por

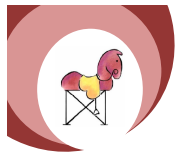
El Conde de Villalobos

Año de 1864.

#### **A SS. MM.**

Señores:

Cuando por orden de VV. MM. Me fue comunicada la para a mi tan hermosa como inesperada nueva, de que VV. MM se habían dignado pensar en mí para dirigir la instrucción gimnástica de sus augustos hijos, lo primero que la imaginación me presentó fue la comparación entre la grandiosidad del objeto y la pequeñez de mi suficiencia. Entregado para suplirla, desde aquel momento en manos de Dios, he dedicado muy particularmente todos los de mi vida a llenar, lo mejor que me sea posible, los

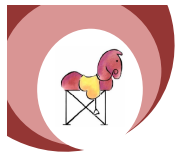


deseos de VV. MM. y los de esta gran nación de que Dios se ha servido haceros Soberana. Pongo, con este fin a los reales pies de VV. MM. todos mis conocimientos, todo lo que en muchos años de estudios y trabajos he alcanzado y me ha sido dado el inventar: Bien sé, que, aunque entre ello se hallan caminos completamente nuevos en las ciencias antropológicas y gran número de máquinas, pequeña cosa son para el fin que los destino y como ofrendas dignas de dirigirse a VV. MM. séame, sin embargo, permitido el esperar que ellos, con la ayuda de Dios, me han de servir para formar de ese augusto niño en que VV. MM. se miran y la nación acaricia las más halagüeñas esperanzas, un Príncipe, en cuanto a la gimnásología le es posible, tan apto para la guerra, como para la paz.

Como muestra de la enunciada originalidad de mis trabajos, como principio, fundamento, garantía y demostración de sus resultados, tengo la honra de presentar a VV. MM., el diario, resúmenes mensuales y anual, y notas fisiológicas correspondientes al corto número de lecciones dadas a SS. AA. en 1863. Estados son estos, que como ellos mismos manifiestan, se han de llenar más completamente en los años sucesivos con los recursos del gimnasio, que he tenido la honra de establecer a VV. MM. en Madrid y que tienen principalmente por objeto evidenciar lo que SS. AA. son física, moral e intelectualmente al empezar la instrucción gimnástica, las modificaciones que esta instrucción va obrando en sus más preciosas facultades, las vicisitudes porque cada una pasa hasta consolidarse y los adelantos que hacen en todo, reconocidos por milésimas cantidades. Acompañados van estos estados de los documentos necesarios para su perfecta inteligencia, siendo uno el programa de instrucción gimnástica, que estas líneas encabezan, y que, una vez aprobado (sic) por VV. MM. pienso seguir, según sea conveniente en la instrucción de SS. AA.

Dígnense VV. MM. acoger con su natural bondad y benigno ánimo, aunque otra cosa no sea, los esfuerzos con que anhelo cumplir fielmente con la alta misión que VV. MM. se han dignado confiarme.

Señores: A. L. R. P. de VV. MM.  
El Conde de Villalobos.



## **Gimnasios Reales dirigidos por el Conde de Villalobos**

PROGRAMA de la instrucción gimnástica que, atendida la localidad y máquinas que hay al presente en el Gimnasio Real de Madrid, se dará a SS.AA.RR., los Serms Sres. Príncipe de Asturias D. Alfonso de Borbón y Borbón y su augusta hermana, la Infanta D<sup>a</sup> Isabel, según a cada uno de SS. AA. corresponda y convenga. (1)

(1) Este programa es el que debe consultarse para conocer en el diario y resúmenes el gimnasma de que se trate, pues por la numeración que aquí tienen, están indicados allí.

### **Gimnasmas de orden**

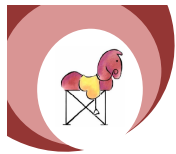
1. Posición en las filas.
2. Movimientos de cabeza a derecha e izquierda.
3. Alineaciones por la derecha, izquierda y centro.
4. Flancos a derecha e izquierda.
5. Ponerse los cinturones.
6. Media vuelta a la derecha.
7. Media vuelta a la izquierda.
8. Paso lateral a la derecha.
9. Paso lateral a la izquierda.
10. Tomar grande y mediana distancia
11. Marcar el paso regular.
12. Ejecutar el paso regular
13. Conversiones a derecha e izquierda.
14. Contra-marchas a derecha e izquierda.
15. Marcha a retaguardia.

### **GINNASMAS PREPARATORIOS PARA DIVERSOS ARTES Y MÁQUINAS.**

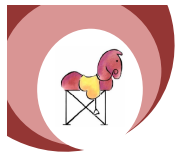
#### **Gimnasmas sin instrumentos.**

1. Flesión (*sic*) y extensión (*sic*) de las extremidades (*sic*) inferiores, unidos los bordes internos de los pies. (*Se ha actualizado la ortografía en todo el texto*)
2. Flexión y extensión de las extremidades inferiores, separados por delante los bordes internos de los pies.
3. Sentarse y levantarse del suelo con las piernas cruzadas, el pie derecho delante.





4. Ídem...el pie izquierdo delante.
5. Levantarse sobre las puntas de los pies separadas por la parte anterior.
6. Ídem....con sus bordes internos unidos.
7. Posición vertical sobre el pie derecho, el otro en el aire a voluntad.
8. Ídem....Izquierdo, el otro ídem.
9. Posición vertical sobre el pie derecho, la pierna izquierda doblada hacia atrás sobre su muslo y sujeta por el empeine del pie, con la mano de su lado.
10. Ídem... con las extremidades opuestas.
11. Posición vertical sobre el pie derecho, la otra extremidad inferior doblada sobre el tronco y sujeta con las manos.
12. Ídem... con las extremidades opuestas.
13. Posición vertical sobre el pie derecho, la otra extremidad inferior extendida y horizontal adelante.
14. Ídem... con las extremidades opuestas.
15. Flexión del tronco adelante y atrás a izquierda y derecha, desde la posición vertical sobre ambos pies.
16. Ídem... desde la posición vertical sobre el pie derecho.
17. Ídem..., ídem... izquierdo.
18. Tocar tierra con la rodilla izquierda desde la posición del gimnasma (9).
19. Ídem... derecha, desde ídem..., (10).
20. Flexiones y extensiones de la extremidad inferior derecha, desde la posición del gimnasma (13).
21. Ídem... izquierda, derecha ídem... (14).
22. Posición vertical sobre la cabeza y extremidades superiores.
23. Posición vertical sobre las extremidades superiores, apoyado contra un muro.
24. Movimientos de descenso y ascenso desde la posición anterior.
25. Sentado en el suelo con las piernas cruzadas, elevarse sobre las extremidades superiores para ponerse de pie.



### **Gimnastas con instrumentos: Halteres.**

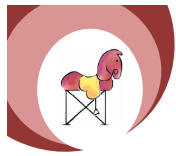
1. Flexión alterativa, delante de los antebrazos.
2. Flexión simultánea delante de los antebrazos.
3. Flexión abductora alternativa de los antebrazos.
4. Flexión abductora simultánea de los antebrazos.
5. Posición vertical alternativa y arriba de las extremidades superiores, ejecutada en dos tiempos.
6. Ídem..., simultánea, ídem.
7. Flexión alternativa delante de los antebrazos, seguida de extensión horizontal de toda la extremidad.
8. Ídem... simultánea, ídem.
9. Movimiento alternativo de circunducción (*sic*) de adelante atrás, alrededor de la cabeza.
10. Ídem... de atrás adelante, ídem.
11. Movimiento de abducción simultáneo con las extremidades superiores en extensión, hasta ponerlas horizontales.
12. Levantar alternativamente las halteres sobre el pie, plegando en ángulo recto las articulaciones de la extremidad que lo levanta.
13. Levantar alternativamente las halteres sobre el pie con la extremidad extendida hasta ponerla horizontal adelante.

### **MAZAS PERSAS**

#### **Gimnastas con una sola mano**

##### Extremidad superior derecha.

1. Maza al hombro.
2. Maza a la espalda.
3. Maza sobre el brazo a retaguardia.
4. Maza al frente.
5. Movimiento de abducción con la maza.
6. Maza por delante a la izquierda.
7. Maza horizontal adelante y pasarla por encima de la cabeza.
8. Levantar verticalmente la maza y pasarla por detrás de la cabeza.
9. Pasar la maza alrededor del cuerpo.



10. Movimiento circular de derecha a izquierda, con la maza.
11. Maza a tierra.
12. Sostener la maza con la extremidad superior extendida en abducción.

Extremidad superior izquierda.

Los mismos gimnasmas (1 a 12) que con la derecha.

**Gimnasmas con dos mazas.**

Los gimnasmas anteriores (1 a 12) hechos con ambas extremidades superiores a la vez.

**ARTE DE TREPAR Y DE LAS POSICIONES Y MOVIMIENTOS EN SUSPENSIÓN.**

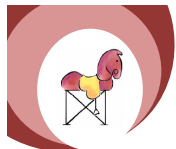
**CUERDAS DINÁMICO-PROPORCIONALES DEL C. DE V. (1).**

(1) Esta máquina dificulta progresivamente la ejecución de cualquiera de sus gimnasmas aumentando el número de grados de su plano con el horizonte. Es un gimnasma de relación muy particularmente preparatoria para el arte de trepar.

**Gimnasmas sobre carretes y carretes.**

Carretón abdominal.

1. Ascenso por flexiones simultáneas de las extremidades superiores y extensiones de las inferiores y descender por extensiones simultáneas de las primeras.
2. Ascenso por flexiones simultáneas de las extremidades superiores y descender por extensiones, ídem... de ídem.
3. Ascenso por flexiones alternativas de las extremidades superiores y descender por extensiones ídem... de ídem.
4. Ascenso por flexiones de la extremidad superior derecha y descenso por extensión de ídem... Izquierda.
5. Ascenso por ídem... Izquierda y descenso por ídem... derecha.
6. Ascenso y descenso por flexión de una extremidad superior y extensión simultánea de la otra, cambiando entre ellas a cada brazada de movimiento
7. Ascenso y descenso por flexiones y extensiones simultáneas de las extremidades superiores.



### Carretón dorsal.

Los mismos gimnasmas (1-7) que con el carretón anterior.

### Carretes acsilares.(sic)

1. Ascenso adelante por impulsión, las acsilas (sic) sobre los carretes y las manos, agarrando las cuerdas. Descender deslizándose hacia atrás sin servirse de las manos.
2. Ascenso atrás por impulsión, las axilas ídem... y las manos ídem. Descender deslizándose adelante sin ídem.
3. Ascenso como en el nº 1 descender deslizándose adelante sin ídem.
4. Ascenso ídem... descender ídem... sobre ídem. Izquierda.
5. Ascenso como en el nº 2 descender deslizándose adelante sobre la axila derecha.
6. Ascenso ídem... descender ídem... sobre ídem...izquierda.

### **Gimnasmas sobre las cuerdas solamente.**

#### Gimnasmas sobre dos cuerdas tirantes.

1. Subirse a horcajadas de frente y descender ídem. a atrás.
2. Ídem..., atrás, ídem..., adelante.
3. Subir y descender por debajo con las manos y pies.
4. Ídem..., con las manos y corvas.
5. Subir de frente y descender atrás por debajo, con solo las manos alternativamente.
6. Subir atrás y descender adelante, ídem.

#### Gimnasmas sobre dos cuerdas flojas.

Los mismos gimnasmas (1-2-3-4) que los anteriores desde el 3º al 6º, inclusivos.

#### Gimnasmas sobre una cuerda tirante.

Los mismos gimnasmas (1-2-3-4) que los anteriores.

#### Gimnasmas sobre una cuerda floja.

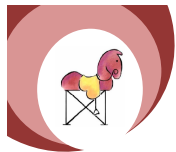
Los mismos gimnasmas (1-2-3-4) que los anteriores.

### **SILLONES DINÁMICO PROPORCIONALES DEL C. DE V. (1)**

(1)En esta máquina se pide a voluntad el esfuerzo que se desea para la ejecución de sus gimnasmas. Es como la anterior, preparatoria para el arte de trepar.

#### **Ascensiones por dos cadenas.**

1. Ascenso y descenso por flexiones simultáneas de las extremidades superiores
2. Ídem....alternativas, de ídem..

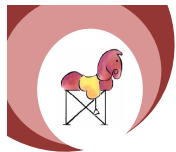


### **Ascensiones por una cadena.**

1. Ascenso y descenso por flexiones simultáneas de las superiores, la derecha siempre más elevada.
2. Ídem..., la izquierda siempre más elevada.
3. Ascenso y descenso por flexiones alternativas de las extremidades superiores
4. Ascenso y descenso por flexiones de la extremidad superior derecha.
5. Ídem..., izquierda.

### **BARRAS DE SUSPENSIÓN.**

1. Suspensión con las manos, sus dorsos atrás.
2. Ídem... con la mano derecha, su dorso atrás.
3. Ídem... izquierda, ídem.
4. Flanco derecho.
5. Flanco izquierdo.
6. Media vuelta a la derecha
7. Ídem... izquierda
8. Suspensión con los antebrazos en flexión, el dorso de las manos adelante
9. Ídem... atrás.
10. Ascenso y descenso del cuerpo, el dorso de las manos adelante.
11. Ídem... atrás.
12. Suspensión alternativa con los antebrazos en flexión, el dorso de las manos adelante.
13. Ídem... atrás.
14. Suspensión con la sangría y corva derechas.
15. Ídem... izquierdas.
16. Establecerse a caballo sobre la barra desde la posición del gimnasma **14**, volviendo después a ella.
17. Ídem... del gimnasma **15**, ídem.
18. Vuelta de delante a atrás, por entre las extremidades superiores.
19. Vuelta de delante a atrás y de atrás adelante por entre ídem.
20. Vuelta de delante a atrás y de atrás adelante, por encima de la barra.



21. Sentarse en la barra subiendo de espaldas por entre las extremidades superiores y descender por una vuelta adelante.
22. Marchas adelante con las manos y corvas.
23. Ídem... atrás, con ídem.
24. Marcha alternativa y lateral a la derecha.
25. Ídem... a la izquierda.
26. Ídem... a la derecha con los antebrazos en flexión.
27. Ídem a la izquierda con ídem.
28. Marcha alternativa adelante con los antebrazos en flexión.
29. Ídem... atrás, con ídem.
30. Marcha braceando
31. Dominación sobre el antebrazo derecho y descender deshaciendo el movimiento.
32. Ídem... izquierdo, ídem.
33. Dominación sobre los antebrazos y descender deshaciendo el movimiento.
34. Dominación sobre las manos y descender deshaciendo el movimiento.

**Pases entre dos hombres que marchan en direcciones opuestas.**

35. Pasar sin detenerse marchando como en el gimnasma 22.
36. Ídem... ídem... 23
37. Ídem... ídem... 24
38. Ídem... ídem... 25.
39. Ídem... ídem... 26
40. Ídem... ídem... 27
41. Ídem... ídem... 28
42. Ídem... ídem... 29.
43. Ídem... ídem... 30.

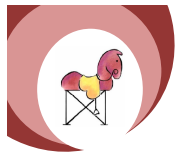
**ESCALAS DE CUERDA Y MADERA.**

**Escalas mistas (sic) verticales.**

1. Subir y bajar naturalmente.

**Escalas mixtas inclinadas.**

1. Subir y bajar por delante con las manos y pies.



2. Ídem..., por detrás, con ídem...,

### **Escalas mixtas horizontales.**

1. Pasar por encima con manos y pies.
2. Pasar por debajo con ídem.
3. Pasar por debajo y adelante con las manos solamente.
4. Ídem..., y atrás, con ídem.

### **ESCALA DE REPISAS.**

1. Subir y descender sentados por flexiones simultáneas de las extremidades superiores, la derecha siempre más atrás.
2. Ídem..., la izquierda siempre más atrás.
3. Subir y descender de pie por flexiones simultáneas de las extremidades superiores, la derecha siempre más atrás.
4. Ídem..., la izquierda siempre más atrás.

### **CUERDAS VERTICALES.**

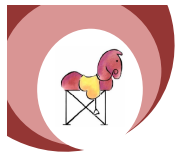
#### **Cuerda de nudos.**

1. Subir y descender sentados por flexiones simultáneas de las extremidades superiores, la derecha siempre más alta.
2. Ídem... la izquierda siempre más alta.
3. Subir y descender por flexiones alternativas de las extremidades superiores.

#### **Cuerdas lisas.**

##### Cuerda lisa de una pulgada de diámetro.

1. Subir y descender con las manos y pies, cada extremidad derecha superior a su igual del otro lado.
2. Ídem... cada extremidad izquierda ídem.
3. Subir y descender con los estribos trepadores de Villalobos.
4. Ídem... con estribos de cuerda.
5. Ídem... con estribos de cuerda y madera.
6. Descansar de pie.
7. Ídem... sentados.
8. Ídem... por el método de Villalobos.
9. Ídem... sobre los estribos de Villalobos.
10. Ídem... de cuerda.
11. Ídem... de cuerda y madera.



Cuerdas lisas de 8, 6 y 4 líneas de diámetro.

Los mismos gimnasmas (1 – 11) que en la cuerda anterior, se ejecutarán en cada una de éstas, pasando en su enseñanza de las de mayor a las de menor diámetro.

Trepar por dos cuerdas lisas a la vez.

1. Subir y descender por flexiones alternativas de las extremidades superiores.
2. Subir y descender a saltos con las manos.
3. Subir y descender con los estribos de Villalobos.

### **PERCHAS VERTICALES E INCLINADAS.**

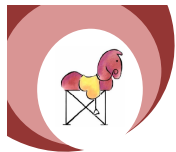
#### **Percha vertical movable.**

1. Subir y descender con las manos y extremidades inferiores, las partes derechas más altas que sus iguales del otro lado.
2. Ídem..., las partes izquierdas ídem.
3. Subir y descender por flexiones alternativas de las extremidades superiores.
4. Ídem..., con los estribos de cuerda.
5. Ídem... con los estribos de cuerda y madera.
6. Subir por flexiones alternativas de las extremidades superiores y descender deslizándose con presión de las inferiores, la derecha por delante.
7. Subir Ídem... y descender Ídem... la izquierda por delante.
8. Sostenerse en cualquier punto de la percha por presión de las extremidades inferiores, teniendo la derecha delante.
9. Ídem teniendo la izquierda delante.
10. Descansar sentados en un estribo de cuerda y madera.

#### **Percha vertical de 3 pulgadas.**

1. Subir y descender con las extremidades superiores e inferiores, las derechas más atrás que sus iguales del otro lado.
2. Ídem... las izquierdas, ídem.
3. Subir con las extremidades superiores e inferiores y descender deslizándose con presión de las inferiores, la derecha por delante.
4. Ídem... la izquierda por delante.





5. Sostenerse en cualquier punto de la percha por presión de las extremidades inferiores, la derecha delante.
6. Ídem... la izquierda delante.
7. Descansar sentados en un estribo de cuerda y madera.

### **Perchas verticales fijas de 4, 5 y 6 pulgadas de diámº.**

Todo (1 -7) en cada una de estas perchas, lo mismo que en la anterior, pasando en su enseñanza de una a otra por el orden creciente de sus diámetros.

### **Mástiles verticales de 7 y 9 pulgadas de diámetro.**

Todo (1 - 7) lo mismo que en las perchas anteriores.

### **Percha fija e inclinada de 3 pulgadas de diámetro.**

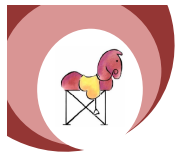
1. Subir y bajar por la parte inferior con las manos y extremidades inferiores.
2. Subir y bajar por la parte superior con las manos y extremidades inferiores, las partes derechas más altas que sus iguales del otro lado.
3. Ídem..., las partes izquierdas ídem...
4. Subir por la parte superior, con las manos y extremidades inferiores y descender por la inferior con ídem.
5. Subir alternativamente por la parte inferior con las manos y extremidades inferiores y descender deslizándose por la parte superior.

### **Perchas fijas e inclinadas de 4, 5, y 6 pulgadas de diámetro.**

Todo (1 -5) en cada una como en la anterior: su enseñanza según el orden de sus diámetros.

### **ANILLOS.**

1. Cojerse (*sic*) a los anillos y movimiento del cuerpo adelante y atrás, los pies fijos en el suelo.
2. Vuelta de adelante atrás con empuje.
3. Vuelta de atrás adelante con empuje.
4. Vuelta de delante atrás suspendido de las manos.
5. Vuelta de atrás adelante ídem.

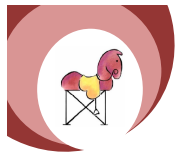


6. Vuelta de delante atrás tres veces seguidas, girando sobre la articulación escapulo-humeral.
7. Vuelta de atrás adelante, ídem.
8. Dominación sobre el brazo derecho; descendiendo por una vuelta adelante
9. Ídem... izquierdo, ídem.
10. Dominación simultánea sobre los brazos, descendiendo por un salto a profundidad.

### **ESCALERAS DE MADERA.**

#### **Escaleras de madera inclinadas.**

1. Posición, con manos y pies, para deslizarse por los largueros.
2. Subir por delante naturalmente, pasar atrás y descender por un salto a profundidad.
3. Subir por detrás naturalmente y bajar por delante deslizándose por los largueros.
4. Subir de frente por delante sirviéndose solo de los pies y bajar por detrás con las manos.
5. Subir por detrás alternativamente con las manos colocándolas en un mismo escalón y bajar con solo los pies por delante y de frente.
6. Subir y descender por detrás, con las manos, colocando cada una en escalón diferente.
7. Subir y descender por los largueros con las manos alternativamente.
8. Subir y descender alternativamente la mano derecha por un larguero y la izquierda por los escalones.
9. Ídem... la izquierda por un larguero y la derecha por los escalones.
10. Subir y descender por un larguero con las manos alternativamente.
11. Subir y descender a saltos con las manos de escalón en escalón.
12. Ídem... dejando un escalón en medio.
13. Subir y descender a saltos con las manos por los largueros.

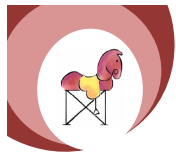


14. Subir por delante naturalmente y bajar deslizándose con manos y pies por los largueros, dejando un hueco entre el cuerpo y la escala para un hombre que suba.

### **Escalera horizontal.**

1. Flanco derecho en los escalones, suspendido de las manos.
2. Ídem... izquierdo, ídem.
3. Media vuelta a la derecha en los escalones
4. Ídem... a la izquierda, ídem.
5. Flanco derecho en los largueros.
6. Flanco izquierdo en los largueros.
7. Media vuelta a la derecha en los largueros.
8. Ídem... a la izquierda, ídem.
9. Marcha con las manos de frente y alternativa por los escalones.
10. Ídem... atrás, ídem.
11. Marcha con las manos de frente y alternativa por los largueros.
12. Ídem... atrás, ídem.
13. Marcha de frente, saltando con las manos por los largueros.
14. Ídem... atrás, ídem.
15. Marcha de frente, saltando con las manos por los escalones.
16. Ídem... atrás, ídem.
17. Media vuelta simultánea a la derecha con las manos en los escalones.
18. Ídem... a la izquierda, ídem.
19. Media vuelta simultánea a la derecha con las manos en los largueros.
20. Ídem... a la izquierda, ídem.
21. Marcha braceando:
22. Marcha alternativa adelante con manos y pies, el dorso hacia la tierra.
23. Ídem... atrás, ídem.

### **Escaleras inclinada y horizontal.**

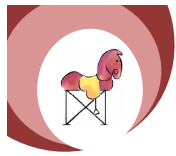


1. Subir por detrás de una escala inclinada, alternativamente con las manos por los escalones, pasar la primera mitad de la horizontal hacia atrás del mismo modo, dar allí media vuelta a la derecha o izquierda y seguir con la misma marcha de frente, para bajar así por la escala inclinada del otro lado.
2. Hacer por los largueros, lo que en el gimnasio anterior por los escalones.
3. Subir por detrás de una escala inclinada saltando con las manos por los escalones, pasar la primera mitad de la horizontal hacia atrás del mismo modo; dar allí media vuelta simultánea a la derecha o izquierda y seguir con la misma marcha de frente para bajar así por el otro lado.
4. Hacer por los largueros lo que en el gimnasio anterior por los escalones.
5. Subir por detrás de una escala inclinada alternativamente con las manos por los escalones, pasar la horizontal braceando y bajar por el otro lado como se ha subido.
6. Subir por detrás de una escala inclinada con las manos y pies, pasar la primera mitad de la horizontal del mismo modo adelante, dar allí media vuelta sobre los escalones y seguir con la misma marcha hacia atrás para bajar por el otro lado, como se ha subido.

## **TABLAS INCLINADAS Y VERTICALES.**

### **Tabla lisa inclinada.**

1. Subir y descender sirviéndose simultáneamente de las manos y a su vez de las extremidades inferiores.
2. Subir y descender alternando las extremidades de ambos lados.
3. Subir y descender sirviéndose simultáneamente de las manos y a su vez, de los bordes internos de los pies.
4. Subir y descender sirviéndose alternativamente de las manos y de los bordes internos de los pies.
5. Subir y descender avanzando simultáneamente la mano y pie de cada lado: los pies en el plano de la tabla.
6. Subir y descender por flexiones alternativas de las extremidades superiores.



7. Ídem... simultáneas, ídem.

**Tabla lisa vertical.**

Los mismos gimnasmas (1 -7) que en la anterior.

**Tabla inclinada de clavijas.**

1. Subir y descender sirviéndose alternativamente de las manos y de los bordes internos de los pies.
2. Ídem... de las manos.

**Tabla vertical de clavijas.**

Los mismos gimnasmas (1 -2) que en la anterior.

**Tabla inclinada almohadillada.**

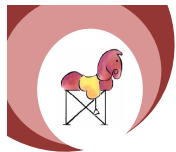
1. Suspenderse en una ranura por las falanges de los dedos de las manos.
2. Subir y descender colocando sucesivamente las falanges de cada mano en una misma ranura.
3. Ídem... en ranura diferente.
4. Subir y descender saltando con las manos de ranura en ranura.

**Tabla vertical almohadillada.**

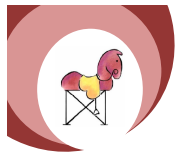
Los mismos gimnasmas (1 -4) que en la anterior.

**VARAS MISTILINEAS.**

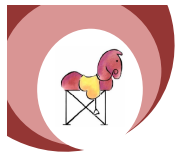
1. Posición sobre las extremidades superiores.
2. Marcha alternativa adelante sobre las extremidades superiores.
3. Ídem... atrás, ídem.
4. Marcha simultánea adelante sobre las extremidades superiores.
5. Ídem... atrás, ídem.
6. Posición de frente en una vara sobre las extremidades superiores.
7. Marcha alternativa a la izquierda sobre una vara dándola el frente.
8. Ídem... a la derecha, ídem.
9. Posición de espaldas en una vara sobre las extremidades superiores.
10. Marcha alternativa a la izquierda sobre una vara dándole el dorso.
11. Ídem... a la derecha, ídem.



12. Flanco derecho sobre el frente.
13. Ídem... izquierdo, ídem.
14. Media vuelta a la derecha sobre el frente.
15. Ídem... a la izquierda, ídem.
16. Flanco derecho sobre la espalda.
17. Ídem... izquierdo, ídem.
18. Media vuelta a la derecha sobre la espalda.
19. Ídem... a la izquierda, ídem.
20. Marcha alternativa adelante dando cada tres movimientos media vuelta a la derecha sobre el frente.
21. Ídem... a la izquierda, ídem.
22. Marcha alternativa atrás, dando cada tres movimientos media vuelta a la derecha sobre la espalda.
23. Ídem... a la izquierda, ídem.
24. Descenso y ascenso del cuerpo.
25. Movimiento de péndulo.
26. Lanzar las extremidades inferiores adelante y afuera, para sentarse sobre la mistilínea derecha.
27. Ídem... izquierda.
28. Lanzar las extremidades inferiores atrás y afuera, para sentarse sobre la mistilínea derecha.
29. Ídem... izquierda.
30. Ejecutar los cuatro gimnasmas anteriores alternativamente y cruzados sin descanso.
31. Suspensión con manos y pies, la parte anterior del cuerpo hacia la tierra.
32. Ídem... la parte posterior, ídem.
33. Sentarse sobre una mistilínea, enganchar los pies en la parte inferior de la otra y hacer flexiones del tronco adelante y atrás.
34. Apoyado sobre los antebrazos, movimiento de extensión de las extremidades superiores.
35. Descenso y ascenso sobre los antebrazos.
36. Lanzar con balance el cuerpo adelante para salir por encima de la mistilínea derecha.
37. Ídem... izquierda.
38. Lanzar con balance el cuerpo atrás para salir por encima de la mistilínea derecha.



39. Ídem... izquierda.
40. Los cuatro gimnasmas anteriores sin balance, (36).
41. Ídem. (37)
42. Ídem. (38)
43. Ídem. (39)
44. Salvar las mistilíneas con un punto de apoyo en cada una, tomándolas por el lado derecho con carrera y entrando por detrás para caer al otro lado adelante.
45. Ídem... para caer al lado en que se tomó la carrera.
46. Ídem... para caer al otro lado atrás.
47. Ídem... para caer atrás al lado en que se tomó la carrera.
48. Los cuatro gimnasmas anteriores tomando las mistilíneas por el lado izquierdo en carrera (44).
49. Ídem. (45)
50. ídem. (46)
51. Ídem. (47)
52. Los ocho gimnasmas anteriores tomando las mistilíneas, primero por el lado derecho y después por el izquierdo, pero ahora siempre sin carrera. (44)
53. Ídem. (45)
54. Ídem. (46)
55. Ídem. (47)
56. Ídem. (48)
57. Ídem. (49)
58. Ídem. (50)
59. Ídem. (51)
60. Salvar por detrás las dos mistilíneas a la vez, tomándolas con carrera por el lado derecho.
61. Ídem... izquierdo.
62. Salvar por delante las dos mistilíneas a la vez tomándolas con carrera por el lado derecho.
63. Ídem... izquierdo.
64. Los cuatro gimnasmas anteriores tomando las mistilíneas por uno y otro lado, sin carrera. (60)
65. Ídem. (61)
66. Ídem (62)
67. Ídem (63)

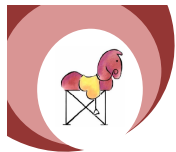


68. Establecerse de pie sobre las mistilíneas y descender deshaciendo el movimiento.
69. Marchas de pie y adelante sobre las mistilíneas.
70. Ídem... atrás ídem.

### **PARALELAS MÓVILES ALTAS.**

1. Suspensión con las manos por las caras externas de las varas.
2. Marcha alternativa adelante.
3. Ídem... atrás
4. Marcha simultánea adelante.
5. Ídem... atrás.
6. Los cinco gimnasmas anteriores con las manos por las caras internas de las varas. (1)
7. (2)
8. (3)
9. (4)
10. (5)
11. Suspensión con las manos, dorsos adelante sobre una sola vara.
12. Marcha alternativa y lateral a la derecha.
13. Ídem... a la izquierda.
14. Marcha simultánea y lateral a la derecha.
15. Ídem... a la izquierda.
16. Los cinco gimnasmas anteriores con las manos dorsos atrás. (11)
17. (12)
18. (13)
19. (14)
20. (15)
21. Suspensión sobre una vara con los brazos en flexión, dorsos adelante.
22. Marcha alternativa y lateral a la derecha con los brazos en flexión
23. ídem... a la izquierda, ídem...
24. Marcha simultánea a la derecha con los brazos en flexión.
25. Ídem... a la izquierda, ídem...





26. Los cinco gimnasmas anteriores con los brazos en flexión, dorso atrás.
27. (22)
28. (23)
29. (24)
30. (25)

## **ARTE DE SALTAR.**

### **Saltos sin instrumentos y a pies juntos.**

#### **Salto a profundidad.**

1. Salto sencillo a profundidad.

#### **Saltos verticales.**

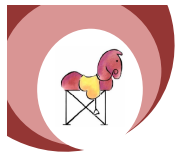
1. Saltar por extensión de las articulaciones de las piernas con los pies.
2. Ídem... de las piernas con los muslos y de estos con el tronco.
3. Saltar por elevación de los hombros.
4. Ídem... de los hombros y brazos.
5. Saltar por extensión de las articulaciones de los pies, piernas, muslos y tronco.
6. Ídem... de las piernas, muslos, tronco y elevación de los hombros y brazos.
7. Saltar por extensión de las articulaciones de los pies, piernas, muslos, tronco y elevación de los hombros y brazos.
8. Saltar por extensión de todas las articulaciones mencionadas, secundada de la simultánea flexión sobre el tronco de las extremidades inferiores.

#### **Saltos al frente.**

1. Salto a longitud.
2. Ídem a longitud y profundidad.
3. Ídem a altura.
4. Ídem a altura y longitud.
5. Ídem a altura y profundidad.
6. Ídem a altura, longitud y profundidad.

#### **Saltos a retaguardia.**

1. Salto a longitud



2. Ídem a longitud y profundidad.
3. Ídem a altura.
4. Ídem a altura y longitud.
5. Ídem a altura y profundidad.
6. Ídem a altura, longitud y profundidad.
7. Ídem a longitud y profundidad; tomando un punto de apoyo con las manos.
8. Ídem a profundidad suspendido de las falanges de los dedos de la mano derecha.
9. Ídem... de la mano izquierda.

**Saltos de costado.**

**Saltos sobre la derecha**

1. Salto a longitud
2. Ídem a altura
3. Ídem a altura y longitud.

**Saltos sobre la izquierda.**

Los mismos (1-2-3) que sobre la derecha.

**Asoliaciones a pie firme.**

**Asoliaciones al frente.**

**Asoliaciones con la pierna derecha**

1. Asoliación a longitud
2. Ídem a altura.
3. Ídem a altura y longitud.

**Asoliaciones con la pierna izquierda.**

Los mismos gimnastas (1-2-3) que con la derecha.

**Asoliaciones a retaguardia.**

**Asoliaciones con la pierna derecha**

1. Asoliación a longitud.
2. Ídem a altura.
3. Ídem a altura y longitud.

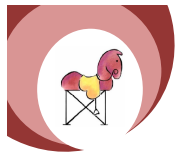
**Asoliaciones con la pierna izquierda.**

Los mismos gimnastas (1-2-3) que con la derecha.

**Asoliaciones de costado.**

**Asoliaciones con la pierna derecha a la derecha.**

1. Asoliación a longitud.
2. Ídem a altura.



3. Ídem a altura y longitud.

### **Asoliaciones con la pierna derecha a la izquierda.**

Los mismos gimnasmas (1-2-3) que a la derecha.

### **Asoliaciones con la pierna izquierda a la izquierda.**

1. Asoliación a longitud.
2. Ídem a altura.
3. Ídem a altura y longitud.

### **Asoliaciones con la pierna izquierda a la derecha.**

Los mismos gimnasmas (1-2-3) que a la izquierda.

### **Salto con carrera sin instrumentos.**

#### **Salto al frente con las dos piernas.**

##### **Salto con la pierna derecha delante.**

1. Salto a longitud
2. Ídem a longitud y profundidad
3. Ídem a altura
4. Ídem a altura y longitud
5. Ídem a altura y profundidad
6. Ídem a altura, longitud y profundidad.

##### **Salto con la pierna izquierda delante.**

Los mismos gimnasmas (1-2-3-4-5-6) que con la pierna derecha delante.

#### **Salto de costado**

##### **Salto sobre la derecha.**

1. Salto a longitud.
2. Ídem a altura.
3. Ídem a altura y longitud.

##### **Salto sobre la izquierda.**

Los mismos gimnasmas (1-2-3) que sobre la derecha.

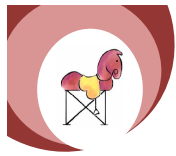
### **Asoliaciones con carrera asoliativa.**

#### **Asoliaciones al frente.**

##### **Asoliaciones con la pierna derecha.**

1. Asoliación a longitud
2. Ídem a altura.
3. Ídem a altura y longitud.

##### **Asoliaciones con la pierna izquierda.**



Los mismos gimnasmas (1-2-3) que con la derecha.

**Asoliaciones de costado.**

**Asoliaciones con la pierna derecha a la derecha.**

1. Asoliación a longitud.
2. Ídem a altura.
3. Ídem a altura y longitud.

**Asoliaciones con la pierna derecha a la izquierda.**

Los mismos gimnasmas (1-2-3) que a la derecha.

**Asoliaciones con la pierna izquierda a la izquierda.**

1. Asoliación a longitud
2. Ídem a altura
3. Ídem a altura y longitud.

**Asoliaciones con la pierna izquierda a la derecha.**

Los mismos gimnasmas (1-2-3) que a la izquierda.

**Saltos con instrumentos y a pie firme.**

**Saltos con palos de reducción.**

**Saltos de reducción.**

1. Salto de reducción adelante.
2. Ídem atrás.
3. Ídem adelante y atrás alternativamente.

**Saltos con perchas.**

**Saltos a profundidad y longitud La mano derecha más alta.**

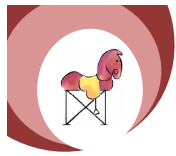
1. Salto cuadrante superior.
2. Ídem inferior.
3. Salto dinostrático
4. Salto diametral.
5. Salto libre.

**Saltos a profundidad y longitud la mano izquierda más alta.**

Los mismos gimnasmas (1-2-3-4-5) que llevando la mano derecha más alta que la izquierda en la percha.

**Saltos a longitud.**

1. Salto a longitud por el lado derecho de la percha.



2. Ídem... izquierdo de ídem.
3. Ídem... con la percha entre las extremidades inferiores.

#### **Saltos a altura.**

1. Salto a altura por el lado derecho de la percha.
2. Ídem... izquierdo de ídem.
3. Ídem... con la percha entre las extremidades inferiores.

#### **Saltos con carrera.**

##### **Saltos a longitud.**

1. Salto a longitud por el lado derecho de la percha.
2. Ídem... izquierdo de ídem.

##### **Saltos a altura.**

1. Salto a altura por el lado derecho de la percha.
2. Ídem... izquierdo de ídem...

#### **Saltos a pie firme ayudado de dos hombres.**

##### **Saltos a altura.**

1. Salto adelante
2. Ídem atrás.

#### **Saltos a pie firme ayudado de un hombre.**

##### **Saltos a altura.**

1. Salto adelante
2. Ídem atrás.

#### **Saltos a pie firme apoyadas las manos en un punto fijo.**

##### **Saltos con las manos a una misma altura.**

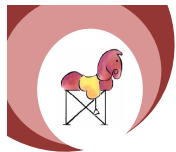
1. Salto adelante por el lado derecho.
2. Salto adelante por el lado izquierdo.
3. Salto por entre las manos.

##### **Saltos con la mano derecha.**

1. Salto adelante por el lado izquierdo.
2. Ídem... pasando los pies por encima del punto de apoyo de la mano.

##### **Saltos con la mano izquierda.**

1. Salto adelante por el lado derecho.
2. Ídem... pasando los pies por encima del punto de apoyo de la mano.



### **Salto con carrera**

Los mismos siete saltos anteriores que a pie firme.

### **Salto con las manos a diferente altura.**

#### **Gimnasia preparatoria.**

1. Posición vertical, cabeza arriba, sobre las extremidades superiores extendidas adelante y agarradas las manos a diferente altura, la derecha más alta.
2. Ídem... la izquierda más alta.
3. Ídem... cabeza abajo ídem... la derecha más alta.
4. Ídem... la izquierda más alta.
5. Pasar por el lado derecho, desde la posición del gimnasia nº 1 a la del nº 3, y deshacer el movimiento.
6. Pasar por el lado izquierdo, desde la posición del gimnasia nº 2 a la del nº 4 y deshacer el movimiento.

#### **Salto a pie firme.**

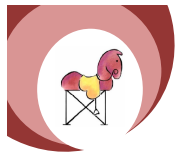
1. Salto adelante por el lado derecho.
2. Ídem... izquierdo.

#### **Salto con carrera.**

1. Salto adelante por el lado derecho, corriendo de frente al saltadero.
2. Ídem... izquierdo, corriendo ídem.
3. Salto por el lado derecho, con carrera oblicua al saltadero.
4. Ídem... izquierdo, ídem.

### **NOTA**

El número de **633** gimnasia, que comprende este programa, se aumentará o disminuirá, según el curso de la instrucción parezca conveniente a la constitución física y demás finalidades que se fueren presentando en SS. AA. Los gimnasia enumerados son los más convenientes y precisos en cada género, con sujeción al local y máquinas que poseemos; pero es preciso ampliar el uno y acomodar las otras, ya que de lo contrario resultará la instrucción gimnástica de relación muy incompleta para formar un Príncipe tan apto para la guerra y para la paz, como es conveniente y puede la gimnasia presentarle. Por otra parte cuanto se comprende en este programa y se aumentare o disminuyese de su mismo género, no daría con seguridad y conciencia científica el resultado



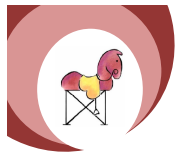
apetecido de armonizar; en cuanto es posible, el organismo de SS. AA. sin poner esta instrucción bajo la salvaguardia de la gimnásología orgánica; ya para preparar convenientemente el organismo a los diferentes gimnasmos de relación, ya para armonizarle siempre que se note en alguna parte del cuerpo, falta de la conveniente preparación o equilibrio con relación a las demás. Así que sobre los gimnasmos enumerados, y sobre cuántos de su mismo género se aumentarán, se harán los que sean precisos de gimnásología orgánica para los fines indicados; siendo imposible al presente determinarlos, como así mismo sus máquinas e instrumentos, pues fácilmente se advierte que dependiendo de lo que se note en SS. AA. En el curso de la instrucción, no pueden conocerse de antemano. Sin embargo, hemos mandado construir, con este fin, algunas máquinas de aquellas que en todo caso son necesarias, y al mismo tiempo otras que nos tendrán constantemente iluminado el camino que vamos a recorrer, para no dar jamás un mal paso por falta de su claridad científica, que a la vez nos demostrará por milésimas partes los resultados de todo género que vayamos alcanzando, y que por otro lado, nos ha colocado en el caso de conseguir con la cantidad de esfuerzo que deseemos.

### **GIMNASIOS REALES DIRIGIDOS POR EL CONDE DE VILLALOBOS**

#### **ESPLICACIÓN (sic) PARA LA INTELIGENCIA DEL DIARIO, RESÚMENES MENSUALES Y ANUAL Y NOTAS FISOLÓGICAS**

Tanto en el diario como en los resúmenes, no explicaremos más que desde la *casilla de nombres*, hasta la de **F. M e Y** que **T.F.** porque las demás fácilmente se comprenden, En el diario cada hoja de papel abraza cuatro días de lección, como claramente manifiestan los cuatro rectángulos que, convenientemente separados contiene. Desde la **casilla de nombres** hasta la de **F.M.** e **Y** que **T. F.** se ven para cada día, cuatro series de casillas, separada una serie de otra por una línea trazada de izquierda a derecha y de mayor grueso que las demás.

Cada serie de estas tiene a su izquierda dos nombres, después hacia la derecha un rectángulo bajo el epígrafe de **Máquinas o clase a que la lección perteneció**, que sirve para escribir la máquina o clase de gimnasmos a que corresponde todo lo que se encuentra en aquella serie, y enseguida bajo cada uno de los otros epígrafes, ocho casillas de las cuales las cuatro superiores pertenecen al primer nombre y las inferiores al segundo.



En cada casilla de las de **Gimnasmas por numeración** se pone un número que es el de orden que tienen los gimnasmas ejecutados en la lección, en la máquina o clase de que se trate. Los gimnasmas de repaso no constan aquí porque tienen su sitio particular en el diario. El gimnasma así determinado, en cada una de estas casillas, corresponde todo lo que se diga en las casillas de situación igual a la suya bajo los diferentes epígrafes. De este modo si el gimnasma se mide por tiempo, sabremos de la mejor de sus repeticiones en la lección el resultado en minutos y segundos, si por distancia, los pies o metros que en él se han recorrido; si por movimientos, el número de los ejecutados; si por grados, los que la máquina formaba con el horizonte; si por peso o esfuerzo (con tinta negra escrito el primero y con carmín el segundo) las libras o kilogramos sostenidos; así como también las libras o kilogramos con que fue preciso auxiliarse al ejecutor, para levantar o sostener su cuerpo, la máquina conocida con el nombre de ayudador.

Las notas de perfección se determinarán por iniciales significando la **S**, sobresaliente; la **B** bueno; la **R** regular y la **M** malo.

Entendido el diario fácilmente se comprenden los resúmenes mensuales y anual; pues no hay otra diferencia que la de tener estos, para cada casilla de las de **Gimnasmas por numeración** dividida su correspondiente en los otros epígrafes, en dos partes de las que de la izquierda en el resumen mensual, contiene el resultado obtenido en el gimnasma, en el mes anterior al de la fecha del estado y la de la derecha, obtenido e el presente, con lo que se advierte fácilmente la pérdida o ganancia habida en la facultad o facultades que el gimnasma desarrolla. En el resumen anual se hace, para el mismo fin y de igual manera, la comparación entre el primero y último resultado obtenidos en cada gimnasma de los enseñados en el año.

Cuando tanto en el diario como en los resúmenes se encuentren gimnasmas que solo se mencionan en las casillas de **Gimnasmas por numeración** sin que en los demás se diga nada de ellos, es que son de escasa importancia, ya por la escala en que han sido ejecutados, ya por cualquiera otra razón del momento, pues inútil y sin objeto ninguno hemos de enseñar.

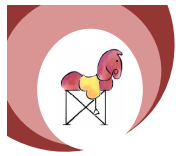
En la hoja fisiológica todo se comprende con su simple lectura.

Para la inteligencia de lo que se encuentra en el diario en las casillas **T. F.** se consultará la siguiente:

#### CLAVE

**Signos      Lo que significan los signos en T**



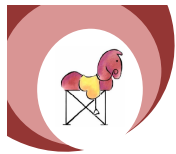


- |    |                             |   |
|----|-----------------------------|---|
| a. | A. Atención                 | La aplicación de la mente a un objeto   |
| b. | B. Inteligencia             | La facultad de comprender   |
| c. | C. Destreza                 | Disposición para hacer alguna cosa  |
| d. | D. Talento                  | Facultad de conocer por sí mismo la verdad y de advertir la consistencia de lo que nadie ha enseñado.           |
| e. | E. de Invención             | Facultad de ver la relación que hay entre varias cosas para formar una nueva                                    |
| f. | F. Previsión                | Preparar anticipadamente las cosas para ejecutar otra o evitar algún peligro                                    |
| g. | G. Voluntad                 | Querer ejercitarse.   |
| h. | H. Intermitente             | Querer las más de las veces ejercitarse   |
| i. | I. Esforzarse               | Poner los medios para conseguir alguna cosa con trabajo.  |
| j. | S. Sufrimiento              | Tranquilidad de ánimo con que se padecen las incomodidades y dolores  |
| k. | K. Constancia               | Trabajar con perseverancia para conseguir una cosa sin arredrarse por obstáculos y fatigas.                     |
| l. | P. Celo                     | El eficaz cuidado y vigilancia con que se procura cumplir con los preceptos y reglas para ejecutar alguna cosa. |
| m. | M. Obediencia               | Sujeción y subordinación a la voluntad del superior.  |
| n. | N. Energía                  | Fuerza, viveza y eficacia de ánimo y acción.  |
| o. | O. Gracia                   | Garbo, gallardía y donaire para ejecutar alguna cosa  |
| p. | P. Valor                    | La ausencia del miedo y temor   |
| q. | Q. Serenidad                | Tranquilidad de ánimo en las cosas arriesgadas y peligrosas   |
| r. | R. Fortaleza                | El vencimiento del temor y temeridad  |
| s. | S. Prudencia                | No hacer más que lo proporcionado a los medios de que se dispone.   |
| t. | T. Templanza                | Contener el excesivo deseo de hacer una cosa contra lo razonable y conveniente                                  |
| u. | U. Confianza                | La seguridad y esperanza debida que se tiene de poder conseguir una cosa.                                       |
| v. | V. Conocimiento de sí mismo | El tener clara y exacta conciencia de lo que podemos o no ejecutar.   |

### **Signos**

### **Lo que significan los signos en F**

- |    |                |  |
|----|----------------|--|
| a. | A. Distracción | La falta de aplicación de la mente a un objeto   |
| b. | B. Incapacidad | Falta de la facultad de comprender   |
| c. | C. Torpeza     | Falta de disposición para hacer alguna cosa  |
| d. | D.             | Falta de la facultad de conocer por sí mismo la verdad y de advertir la existencia de lo que nadie nos ha enseñado |
| e. | E.             | No ver la posibilidad de la existencia o manera de formar un objeto nuevo  |
| f. | F. Imprevisión | Falta de cuidado en disponer anticipadamente las cosas para ejecutar otra o evitar algún peligro.                  |
| g. | G. Voluntad    | No querer ejercitarse  |
| h. | H. Id          | No querer las más de las veces ejercitarse   |



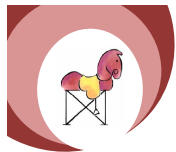
- intermitente
- i. I. Flojedad No tratar de conseguir lo que cuesta trabajo
  - j. J. Apocamiento Retraerse de ejecutar alguna cosa por falta de sensible ánimo para sufrir incomodidades o dolores
  - k. K. Inconstancia Falta de perseverancia para conseguir alguna cosa
  - l. L. Negligencia El descuido de los preceptos y reglas para ejecutar alguna cosa
  - m. M. Falta de sujeción y subordinación a la voluntad Desobediencia del superior.
  - n. N. Languidez Flojedad de ánimo y acción
  - o. O. Desgarbo Falta de garbo, gallardía y donaire para ejecutar alguna cosa
  - p. P. Cobardía Falta de ánimo y valor.
  - q. Q. Falta de sosiego en el ánimo en las cosas Aturdimiento arriesgadas y peligrosas.
  - r. R. Temor y Temor o excesivo arrojo temeridad
  - s. S. Imprudencia Hacer más que lo proporcionado a los medios de que se dispone
  - t. T. No contener el excesivo deseo de ejecutar una Destemplanza cosa a lo razonable y conveniente
  - u. U. La indebida falta de esperanza en conseguir Desconfianza alguna cosa.
  - v. V. No Ignorar lo que podemos o no ejecutar conocerse

**Nota:** No se anotará en ninguno de los estados ninguna de las facultades o defectos mencionados; sino cuando presenten algo de particular en bueno o en malo. Su designación con minúsculas determina que se tiene la facultad o defecto para el gimnasma de que se trate y con mayúscula que ha sido general para todos los de la lección, bastando en este caso que la mayúscula sea una sola colocada en la casilla correspondiente a cualquiera de los gimnasmas que comprende la lección.

**Adición al programa de gimnasia de relación presentado a SS. MM. para instrucción de SS. AA. por el Conde de Villalobos el año 1864.**

**Nuevos adelantos en la ciencia y la ampliación del gimnasio de Madrid son las principales razones de esta edición.**

**Adición al capítulo de los gimnasmas preparatorios.**



**Marchas alternativas.**

26. Marcha alternativa adelante sobre las extremidades superiores hasta colocar el cuerpo recto sobre las manos y puntas de los pies.
27. Marcha circular a la derecha.
28. Ídem... izquierda.
29. Marcha a retaguardia hasta quedar con el cuerpo recto sobre los talones y manos.
30. Marcha circular dorsal a la derecha.
31. Marcha circular dorsal a la izquierda.
32. Movimientos, en posición abdominal de flexión y extensión de las extremidades superiores.
33. Ídem, en posición dorsal libre.

**Marchas simultáneas.**

34. Marcha simultánea adelante sobre las extremidades superiores, hasta colocar el cuerpo recto sobre las manos y puntas de los pies.
35. Marcha circular abdominal a la derecha.
36. Ídem... dorsal a la izquierda.
37. Marcha a retaguardia hasta quedar con el cuerpo recto sobre los talones y puntas de los pies.
38. Marcha circular dorsal a la derecha
39. Ídem... izquierda.
40. A tierra adelante sobre los brazos y puntas de los pies en dos saltos.
41. Ídem... en un salto.

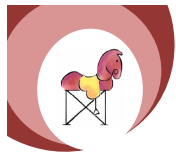
**Gimnasmas corpo-rectangulares.**

**Gimnasmas caput-pedos.**

1. Caput-pedo anterior
2. Ídem ... posterior
3. Ídem... lateral derecho.
4. Ídem... lateral izquierdo.

**Gimnasmas hombro-pedos.**

5. Hombro-pedo anterior.
6. Ídem... posterior
7. Ídem lateral derecho.



8. Ídem... izquierdo

**Gimnasmbras braquípedos.**

9. Braquípedo anterior inferior.

10. Ídem... medio o abductor.

11. Ídem... superior.

12. Ídem... posterior inferior.

13. Ídem... medio o abductor.

14. Ídem... superior.

15. Ídem lateral derecho interno.

16. Ídem... izquierdo ídem.

17. Ídem lateral superior derecho interno.

18. Ídem... izquierdo ídem.

19. Ídem... derecho externo.

20. Ídem... izquierdo ídem.

**Gimnasmbras antibraquípedos**

21. Antibraquípedo anterior inferior.

22. Antibraquípedo anterior medio o abductor.

23. Ídem... superior.

24. Antibraquípedo posterior inferior.

25. Ídem... medio o abductor.

26. Ídem... superior.

27. Antibraquípedo lateral inferior derecho interno.

28. Ídem... izquierdo ídem.

29. Ídem... superior derecho interno.

30. Ídem... izquierdo ídem.

31. Ídem... derecho externo.

32. Ídem... izquierdo ídem.

**Gimnasmbras manípedos.**

33. Manípedo anterior inferior.

34. Ídem... medio o abductor.

35. Ídem... superior.

36. ídem... posterior inferior.

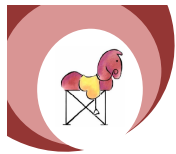
37. Ídem... medio o abductor.

38. Ídem... superior

39. Ídem lateral inferior derecho interno.

40. Ídem... izquierdo ídem

41. Ídem... superior derecho interno.



42. Ídem... izquierdo ídem.
43. Ídem... derecho externo.
44. Ídem... izquierdo ídem.

**Gimnasmias pelvípedos.**

45. Pelvípedo anterior.
46. Ídem... posterior.
47. Ídem lateral derecho
48. Ídem... izquierdo.

**Gimnasmias crurópedos.**

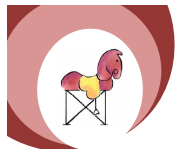
49. Crurópedo anterior.
50. Ídem posterior.
51. Ídem lateral derecho externo.
52. Ídem... izquierdo ídem.
53. Ídem... derecho interno.
54. Ídem... izquierdo ídem. (1)

---

(1) Estos gimnasmias, los últimos que he inventado, toman su nombre genérico de la posición recta del cuerpo en todos ellos y de que su línea de ejecución es en forma y magnitud un cuarto de círculo. Los nombres de sus series, como el de cada gimnasma, indican las dos partes del cuerpo que sirven de punto de apoyo en la ejecución de cada uno.

**Grupos y pirámides vivientes entre un hombre y un niño de 3 a 8 años.**

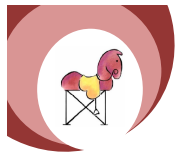
1. Coger al niño por el cinturón y parte posterior de los muslos y sentarle sobre el hombro derecho.
2. Ídem... izquierdo.
3. Ídem... por el cinturón y entre piernas y montarle sobre el hombro derecho.
4. Ídem... izquierdo.
5. Ídem... por las caderas y por detrás y montarle sobre los hombros.
6. Ídem... por la mano derechas y parte posterior de los muslos y sentarle sobre el hombro izquierdo.



7. Ídem... izquierdo ídem sentarle sobre el hombro derecho.
8. Ídem... izquierda y entre piernas y montarle sobre el hombro izquierdo.
9. Ídem... derecha, ídem... sobre el hombro derecho.
10. Ídem... por las muñecas y por detrás y montarle sobre los hombros.
11. Ídem... por la parte posterior del cuello y de los talones y levantarle horizontal a la mayor altura posible.
12. Ídem... como en el número 10, para que se ponga de pie sobre los hombros.
13. Darse las manos derechas y poner el niño su pie izquierdo sobre la mano izquierda del profesor para montarse sobre sus hombros.
14. Ídem... para ponerse de pie sobre sus hombros.
15. Hacer el número 13 con las extremidades opuestas.
16. Ídem... 14 con ídem.
17. Desde la posición de pie sobre los hombros tomar la misma sobre las manos del profesor para ser elevado en ellas dando al frente a un muro en el que al subir y bajar apoya el niño alternativamente las manos.
18. El número 17 sin tomar punto de apoyo con las manos.

### **Marchas sobre las extremidades inferiores.**

25. Marcha de frente.
26. Ídem... a retaguardia.
27. Ídem lateral a la derecha.
28. Ídem... izquierda
29. Marcha asoliativa de frente sobre la extremidad derecha.
30. Ídem... izquierda.
31. Ídem... a retaguardia derecha.
32. ídem... izquierda.
33. Ídem... lateral a la derecha sobre la extremidad derecha.
34. Ídem... izquierda.
35. Ídem... lateral a la izquierda sobre la extremidad izquierda.



36. Ídem... derecha.
37. Pasar marchando dos hombres de frente y en direcciones opuestas.
38. Marcha del cazador.
39. Marchando de frente, figurar una caída.

**Marchas de suspensión con las extremidades superiores, o con éstas y las inferiores.**

40. Marcha hacia el lado de la cabeza suspendida por las extremidades superiores e inferiores.
41. Ídem... el lado de los pies ídem.
42. Ídem de frente suspendido por las manos.
43. Ídem a retaguardia ídem.
44. Marcha lateral a la derecha suspendido por las manos.
45. Ídem... a la izquierda ídem.

**Establecimientos y restablecimientos sobre el mástil.**

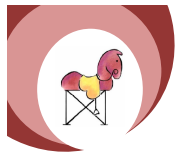
46. Restablecimiento sobre los antebrazos.
47. Ídem... por revolución.
48. Ídem sobre la pierna derecha
49. Ídem... izquierda.

**Descender del mástil.**

50. Estando a caballo descender de un salto por el lado izquierdo.
51. Ídem... derecho.
52. Estando de pie salto a profundidad adelante.
53. Ídem... atrás.
54. Estando sentados, saltar al frente.
55. Estando suspendido con las manos y pies salto a profundidad.

**Pirámides de dos personas, sean ambas hombres, u hombre y niño.**

19. Dando frente a un muro subir un hombre sobre otro por detrás, bajándose el de tierra y teniendo las manos cruzadas a la espalda sobre las que pondrá el otro el pie izquierdo y la mano opuesta sobre la cabeza.
20. El número 19 con las extremidades opuestas.

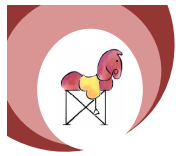


21. Los números 19 y 20 sin tomar punto de apoyo más que el hombre.
22. (lo dicho)
23. Subir un hombre sobre otro por detrás poniendo el pie izquierdo sobre la mano izquierda del otro y dándose ambos las derechas; pudiendo el que sube tomar algún punto de apoyo en un muro.
24. El número 23 con las extremidades opuestas.
25. Los números 23 y 24 sin tomar punto de apoyo en el muro.
26. (Lo dicho)
27. Subir sobre un hombre colocado en rampa y apoyado con las manos en un muro, poniendo el que sube el pie izquierdo en la corva izquierda, el derecho en la cintura y después el izquierdo sobre el hombro izquierdo del que sustenta.
28. El número 27 con las extremidades opuestas.
29. Los números 27 y 28 sin otro apoyo ambos que en los pies.
30. (Lo dicho).

### **Mástiles horizontales.**

1. Posición bípeda sobre el mástil.
2. Movimientos de flexión y extensión de las extremidades inferiores.
3. Posición unípoda derecha.
4. Ídem... izquierda.
5. Movimientos de flexión y extensión de la extremidad inferior derecha.
6. Ídem... izquierda.
7. Flanco derecho
8. Ídem izquierdo.
9. Media vuelta a la derecha
10. Ídem... izquierda.
11. Colocarse a caballo desde la posición bípeda.
12. Posición sobre las extremidades superiores desde la de montados.
13. Desde montados colocarse sobre las extremidades superiores con el cuerpo al lado derecho del mástil.





14. Ídem... al lado izquierdo del mástil.
15. Movimiento de descenso y ascenso del cuerpo desde la posición de término del gimnasma procedente.
16. Ídem... desde la posición de término del gimnasma 13 ó 14, hasta quedar sobre los antebrazos.

### **Marchas sobre las extremidades superiores.**

17. Pasar a caballo de frente.
18. Ídem... a retaguardia.
19. Pasar sentado marchando lateralmente a la derecha.
20. Ídem... izquierda.
21. Pasar a caballo de frente, pero sobre las extremidades superiores.
22. Ídem a retaguardia, ídem.
23. Pasar sentados marchando lateralmente a la izquierda sobre las extremidades superiores.
24. Ídem... a la derecha sobre ídem.

### **Mástiles inclinados.**

Se ejecutan en estos mástiles los mismos gimnasmas que en los anteriores, aumentando progresivamente la inclinación; y tanto en éstos como en los otros se enseña después a conducir objetos, hombres enfermos & y a pasar muchos hombres a la vez.

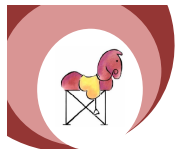
Madrid, 17 de Marzo de 1865.

El Conde de Villalobos.

### **BIBLIOGRAFÍA**

ISABEL II. REINA DE ESPAÑA (1860) *Carta de los Reyes Isabel II y Francisco de Asís al Ministro de Fomento: Rafael de Bustos y Castilla, Marqués de Corvera sobre la educación del Príncipe de Asturias.* Madrid. Imprenta Nacional

VILLALOBOS, CONDE DE (1864) *Programa de gimnasia elemental de relación presentada a SS.MM. para instrucción de sus augustos hijos.* Madrid. Dentro de una carpeta de piel morada titulada: "Documentos para la inteligencia de los Estados y resúmenes de la instrucción gimnástica de SS. AA. RR. Biblioteca Real de Palacio.



VILLALOBOS, CONDE DE (1864) *Estados y resumen de la instrucción gimnástica de SS.AA.RR.* Madrid. Dentro de una carpeta en chagrín de 71 x 100 cm con el título en dorado. Biblioteca Real de Palacio.