

SOKOL 12 20



Časopis České obce sokolské | prosinec 2020

SOKOL ROKU 2019

Prestižní anketa
zná vítěze

STR. 6

VĚČNÝ RUCH, VĚČNÁ NESPOKOJENOST!

Co možná nevíte o Miroslavu Tyršovi

STR. 20

SOKOLSKÝ BĚH REPUBLIKY

Rozhovor s Markem Tesařem, výkonným ředitelem ČOS



SOKOLSKÝ ZPRAVODAJ

**KAŽDOU
SOBOTU DOPoledNE
NA ČT SPORT**

OBSAH/EDITORIAL

TOP FOTO

4-5 Památný den sokolstva

SOKOL ROKU 2019

6-7 Sokoly roku jsou hvězdy Malíková a Choupenitch

METODIKA

8-9 Cvičte i v zimě

ROZHOVOR

10-15 Výkonný ředitel ČOS Marek Tesař: Sokolský běh republiky virus přežil a těší se na budoucnost

KOMUNIKACE A MARKETING

16-18 Sokol ovládl na tři dny YouTube

HISTORIE

20 Věčný ruch, věčná nespokojenost!

21-24 1. číslo časopisu Sokol z ledna 1871

ZPRAVODAJSTVÍ

26 Oslavy 28. října

27 Elektronická evidence členů

OSOBNOST

28-30 Rozhovor se cvičitelem roku Martinem Maturou

ZPRAVODAJSTVÍ

31 Sokolové pomáhají

VÝKONNOSTNÍ A VRCHOLOVÝ SPORT

32-33 Karatisté závodili ve Vamberku

VŠESTRANNOST

34-35 #BeActive Sokol spolu v pohybu

KULTURA

36-37 Přehlídka folklorních souborů v Martínkově

ÚSTŘEDNÍ ŠKOLA

38-39 Školení cvičitelů všestrannosti III. třídy

SE SOKOLEM DO ŽIVOTA

40 Rozhovor s Kateřinou Baďurovou-Janků

41 Blahopřání a rozloučení

42 Křížovka

Milé sestry, milí bratři,

zajistě nikoho z Vás nepřekvapím, když napíši, že prožíváme jedno z nejtěžších období od obnovení Sokola před 30 lety. Jarní a podzimní epidemiologická krize nás hluboce zasáhla.

Dosud nikdy v naší novodobé historii jsme nemuseli přerušit činnost, zavřít sokolovny a omezit setkávání. Nejen ekonomické ztráty jsou obrovské a budeme se z nich vzpamatovávat dlouho.

Přesto se nám podařilo uspořádat i velké akce, jako byl například Sokol roku, Památný den sokolstva nebo Noc sokoloven. Zároveň jsme také přicházeli s inovacemi, a to především v on-line prostředí. Svědčí o tom mimo jiné i nabitý obsah tohoto časopisu.

Jsem ráda, že jsme se vždy, když bylo třeba, zapojili do pomoci nejpotřebnějším – ať již na úrovni ústředí, žup nebo jednot, tak i jako jednotlivci. A to jako sokolové i občané naší země. Občanství, osobnost, komunita, laskavost – to jsou naše hodnoty!

Ani nyní ještě nemůžeme říci, že je vyhráno. Může přijít další vlna epidemie a stát, ani naši komerční partneři nedisponují přebytkem financí, což zcela jistě zasáhne i naše plány, například na konání velkých celorepublikových akcí.

Veškerá naše činnost je podmíněna co nejrychlejším návratem do normálního stavu, který ale závisí na epidemiologické situaci. Ukázalo se, že jedinou cestou je disciplína a dodržování epidemiologických opatření. Každé jejich porušení prodlužuje tuto mimořádnou dobu.

Věřím, že rok 2021 už bude rokem „po covidu“. Přestože si následky letošního roku ponese ještě dlouho, budeme se moci znovu vrátit k naší činnosti. Říká se, že každá krize je zároveň příležitostí, a my budeme mít šanci ukázat, jak důležitý je náš program pro společnost. Ať již jde o zlepšování zdravotního stavu populace díky pravidelnému pohybu nebo třeba podporu komunit v místech, kde naše jednoty působí. Věřím, že v této misi uspějeme.

Přeji Vám úspěšný a především bezpečný rok 2021.

Vaše Hana Moučková

Časopis SOKOL, 77. ročník, vydává Česká obec sokolská – IČO 00409537 • Navazuje na časopis Sokol vydávaný v Praze od roku 1871 a Sokolský věstník vydávaný od roku 1897
• Adresa redakce: Česká obec sokolská, Újezd 450, 118 01 Praha 1, tel. 257 007 242 • E-mail: jhorka@sokol.eu
• Šéfredaktorka: Jana Horká • Grafické zpracování: Linda Hušková • Korektorka: Pavla Poláková • Redakční rada: Martin Chlumský, Jana Horká, Jan Haupt, Kateřina Pohlová, Dana Uzlová, Marek Brodský, Štěpánka Mrázková
• Tisk: Tiskárna V&H Print Hlávko s.r.o. • Registrace: MK ČR E 17339. ISSN 0489-6718. • Nevyžádané rukopisy a fotografie se nevracejí. Za věcný obsah článků odpovídají autoři a jejich obsah nemusí vždy korespondovat s názorem redakce. Redakce si vyhrazuje právo příspěvky přiměřeně upravovat, krátit nebo komentovat. • Foto na titulní straně: Milan Mošna





PAMÁTNÝ

Foto: Markéta Navrátilová

Památný den sokolstva si připomínáme 8. října. Sokolské kokardy na oblečení, pietní akty, svíčky plovoucí po řekách a vlajky na tramvajích byly vidět, i přes přísná epidemiologická opatření, po celé republice. Na fotce je pak slavnostní



DEN SOKOLSTVA

střídání Hradní stráže, do kterého se zapojila i sokolská stráž a představila trojici praporů, které Sokol dostal od českých a československých prezidentů. V noci ze 7. na 8. října 1941 gestapo v rámci "Akce Sokol" zatklo na 1500 sokolských činovníků z ústředí, žup i větších jednot. Byli mučeni, vězněni

a deportováni do koncentračních táborů. Téměř nikdo z nich se konce války nedožil. Právě tento den byl vybrán jako připomínka tisíců obětí sokolů a sokolek v boji za svobodu, samostatnost a demokracii. Od roku 2019 je oficiálním významným dnem České republiky. 🇨🇪

Alex Choupenitch



SOKOLY ROKU JSOU HVĚZDY CHOUPENITCH A MALÍKOVÁ

Šermíř Alexander Choupenitch ovládl anketu Sokol roku 2019, která navazuje na dřívější ocenění Nejúspěšnější sportovec ČOS. V kategorii do 23 let uspěl zápasník Matouš Vondál, v kategorii do 18 let pak velká naděje české atletiky Barbora Malíková. Česká obec sokolská letos ocenila i své osobnosti z oblasti kulturních aktivit i sportu pro všechny. Udělena byla i Cena Fair Play Aloise Hudce. Tu si za celoživotní dárcovství krve odnesl Josef Nekovář.

| Text: Marek Brodský

| Foto: Markéta Navrátilová

„Anketa byla pod názvem Sokol roku letos poprvé a já hned první ročník vyhrál. To je skvělý pocit. Cena je pořádně těžká a velká, takže si na ni budu muset ve své vitrině vymezit hodně místa. V Sokole jsem od dětství. Díky němu jsem v Brně dostal základy sportu. Mám proto radost z toho, jak se za poslední dobu Sokol zvedl a kolika různým aktivitám se věnuje. A teď zpátky do tvrdého tréninku,“ řekl čerstvý Sokol roku 2019 Alexander Choupenitch.

Olympionikovi z Ria k vítězství v hlavní kategorii pomohlo hlavně šesté místo z loňského mistrovství Evropy a sedmá příčka na Grand Prix v Anaheimu. Člen Sokola Brno I po třech letech sesadil z trůnu vzpěrače Jiřího Orsága ze Sokola Karolinka, který letos skončil stříbrný.

Ceremoniálu, který se konal 23. září v sídle ČOS v Tyršově domě v Praze,

se kromě nominovaných a oceněných účastnila další velká jména českého sportu v čele s olympijským medailistou v rychlostní kanoistice Josefem Dostálem či nejlepším tuzemským gymnastou Davidem Jessenem.

„Samozřejmě znám historii Sokola a jeho roli při vzniku republiky. Vím také, že je to velká organizace se spoustou členů. Přesto mne tu dnes překvapila ta neuvěřitelná různorodost činností a to množství sportů, které se v Sokole provozují,“ okomentoval slavnostní večer Josef Dostál.

V kategorii do 18 let nenašla stejně jako vloni konkurenci atletka Sokola Opava Barbora Malíková. Běžkyně na 400 metrů v roce 2019 přivezla bronzovou medaili z mistrovství Evropy juniorů, kde svůj výkon ozdobila národním juniorským rekordem. Malíková rovněž zažila vele-

úspěšný debut v dospělé reprezentaci, když na Evropských hrách v Minsku pomohla ke stříbru ve smíšené štafetě.

Nejlepším sokolským sportovcem do 23 let byl vyhlášen zápasník Sokola Vítkovice Matouš Vondál, jenž k titulu juniorského i dospělého mistra ČR přidal i 5. místo na mistrovství Evropy juniorů. Kolektivem roku mezi dospělými jsou basketbalistky z Hradce Králové, vítězky Českého poháru. Mezi mládeží uspěli také basketbalisté, a to kadeti Sokola Písek, kteří opanovali MČR do 17 let.

Nejlepším jednotlivcem v kolektivních sportech byl vyhlášen Martin Haleš ze Sokola Pardubice I, jenž jako brankář dovedl český juniorský tým florbalistů k historickému triumfu na mistrovství světa.

Ocenění byli i nejlepší trenéři.



Josef Nekovář



Barbora Malíková

Od letošního roku se ČOS rozhodla oceňovat významné počiny také v dalších oborech sokolské činnosti. Došlo jak na zástupce sportu pro všechny včetně cvičitelů, tak i na počiny kulturní či vzdělavatelské.

„Anketa oceňující nejlepší sportovce České obce sokolské si díky předchozím ročníkům získala už slušný respekt, rozšířit ji také na ostatní obory sokolské činnosti byl logický krok. Mám radost, že se ve všech kategoriích sešly skvělé nominace, při jejichž čtení můžete být na Sokol opravdu hrdí,“ uvedla starostka ČOS Hana Moučková.

Nejlepší cvičitelkou byla vyhlášena Jana Dohnálková ze Sokola Olomouc-Nové Sady, cvičitelem pak Martin Matura ze Sokola Písek, kolektivem roku se stal mužský oddíl Sokola Praha-Libeň. Cenu

Radky Daňkové pro objev roku si odnesla Petra Jůzová z Lysé nad Labem. Ocenění za kulturní počín získaly soubory Divadlo pod Petřínem, Divadlo Sokol Lázně Toušeň a lidová muzika Vycpálkovci za nastudování a mnohonásobné úspěšné provedení divadelní hry Ladislava Stroupežnického Naši furianti.

Vzdělavatelským počinem roku 2019 je připomínání památky sokolů a sokolek padlých v odboji během 2. světové války, kterému se dlouhodobě věnují Helena Rezková a Pavlína Špatenková z župy Podkrkonošské-Jiráskovy. Autorky knihy Nebylo jim souzeno žít v uplynulém roce na tuto publikaci navázaly sérií přednášek a zasloužily se i o odhalení několika takzvaných kamenů zmizelých.

Speciální význam má pro ČOS Cena Fair Play Aloise Hudce. Jejím laureá-

tem je letos Josef Nekovář, člen Sokola Roudnice nad Labem, jenž je rekordmanem projektu Sokolská kapka krve. Od roku 1974 byl darovat krev již více než 120krát.

Zvláštní cenu starostky ČOS za mimořádný počín si ze slavnostního vyhlášení odnesli autoři projektu Se Sokolem do života, který je zaměřen na rozvoj pohybové gramotnosti u předškolních dětí. Do projektu se letos zapojil rekordní počet téměř 90 000 dětí a třetina mateřských škol z celé republiky.

Vítězové jednotlivých kategorií v anketě Sokol roku 2019 obdrželi mimo jiných cen i kovové plastiky sokola s roztaženými křídly, které vznikly v ateliéru uznávaného sochaře a zároveň trenéra olympijské vítězky Evy Samkové Jakuba Flejšara. Ten je nadšeným podporovatelem Sokola. ©

CVIČTE I V ZIMĚ

Text: Zuzana Míková | Foto: Markéta Navrátilová

Pro mnohé z vás je podzimní a zimní čas obdobím, kdy více času trávíte doma, ať už vás k tomu přiměly jakékoli důvody. Proto je tento díl pohybového restartu zaměřený na cviky, které je možné zvládnout i v domácím prostředí. U některých cviků je uvedena i náročnější modifikace.

Nejprve si zopakujte základní pravidla.

Naším cílem je:

- osvěžení těla
- kultivace mysli
- zvládnutí napětí a nepohody
- propojení mysli a těla
- příjemný pocit, a to i z malého pokroku

Některé dnešní cviky vycházejí z polohy správně korigovaného sedu.

Pojďte se nejdříve naučit správně sedět. Posadte se na okraj židle vysoké tak, že vaše stehna svírají s trupem téměř pravý úhel. Rozkročte se a chodidla opřete o podložku. Zkontrolujte, že jejich směr je shodný se směrem stehen. Lehce se prohněte v bedrech a trup vytáhněte směrem vzhůru. Ramena stáhněte dolů a mírně vzad. Bradu zatlačte proti ohryzku a temeno vytáhněte také vzhůru. A teď už sedíte správně.

Nyní zkuste správné vstávání a sedání si. K tomu budete potřebovat nějakou

tyč – třeba násadu od smetáku nebo lyžařskou hůlku.

Tu uchopte svisle za zády tak, aby se dotýkala jak křížové kosti, tak vrcholu hrudníku a týlu hlavy. Nyní nakročte jednou nohou vpřed a nakloňte trup nad stehna. Vstávejte šikmo vzhůru ve směru tyče a dbejte na to, abyste tyč cítili na daných třech bodech: týl-hrudník-křížová kost. Stejným způsobem se i posadte. Přes nakročení, předklon a kontrované držení těla. Zvládli jste to? Skvěle. Můžete se pustit do jednotlivých cviků dnešní lekce.



KONDICE

1. Připravte si 2 židle proti sobě, a to jen kousek od sebe. Posadte se na židli do korigovaného sedu s tyčí za zády, pak kontrovaně vstaňte, obejděte protější židli, posadte se na ni a pak zase vstaňte a obejděte naopak tu první židli. Takto stále opakujte po dobu 1 minuty. Tempo a délku cvičení regulujte podle své kondice.



OBRTNOST

2. Posadte se vzpřímeně na okraj židle a před tělem držte tyč opřenou o zem. Tu pusťte a snažte se ji zachytit jednou rukou, a to asi 30 cm nad zemí. Stále držte rovná záda a udržujte obě chodidla na zemi, i ve chvíli, kdy nakročíte směrem vpřed nebo do stran. Pro zdatnější cvičence je tu varianta ve stoji s výkrokem ve směru padající tyče. Dbejte na to, aby koleno vždy směřovalo nad nárt. Délka cvičení se odvíjí od vaší kondice.



PROTAŽENÍ (SVALY TRUPU)

3. Posadte se na okraj židle do vzpřímeného sedu. Tyč uchopte vedle těla (pokud zvládnete, tak oběma rukama) a proveďte úklon. Lokty vytáchejte směrem vzhůru. Hlídejte si stejnoměrné opření obou sedacích hrbolů. V dané pozici setrvejte 3 – 5 sekund a poté opakujte na opačnou stranu. Těžší variantu provádějte ve vzpažení.



VYTRVALOST

4. Postavte si malou překážku a opakovaně ji překračujte. Postupně zvyšujte tempo i délku trvání. Zdatnější jedinci mohou překážku přeskakovat (střídmonož, snožmo, popředu i pozadu).



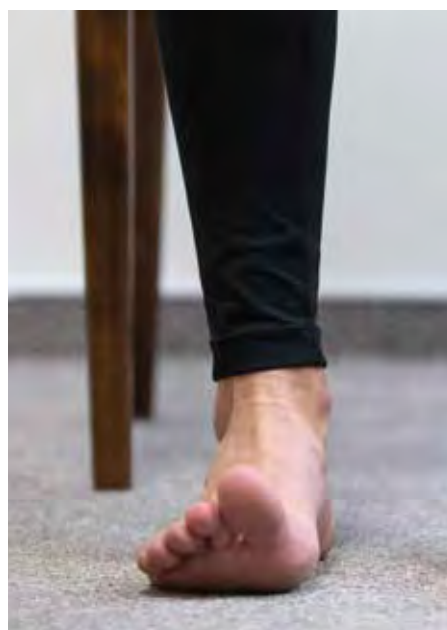
KOORDINACE

7. Zaujměte mírný stoj rozkročný a upažte. Jedna paže provádí krouživé pohyby předloktím a druhá současně krčí a napíná loket (skrčit upažmo). Po 10 sekundách vystřídejte práci paží. Při těžší variantě zavřete oči.



ROVNOVÁHA

5. Základem je korigovaný stoj. Boky držte nad chodidly a pomalu se postavte na jednu nohu. Druhou nohu pokrčte přednožmo. Pokud máte problémy se stabilitou, mějte možnost opory. Je-li pro vás toto snadné, zkuste cvičit se zavřenými očima. Stále dbejte na precizní držení těla.



CHODIDLA

8. V sedu opřete obě chodidla o zem, zvedněte prsty od podložky a pokládejte je na zem postupně jako vějíř. Od palce po malíček a pak od malíčku k palci. Nezapomínejte na již zvládnutý korigovaný sed.



SÍLA (SVALY TRUPU, PAŽE)

6. Poodstupte od židle a opřete se napjatými pažemi ve vzporu o sedák. Pak skrčte přednožmo jednu nohu v kolenní směrem k židli. Udržujte pevné a rovné tělo, lopatky jsou odtážené do stran, šíje i hlava vzpřímená. Pomalu střídejte nohy. Vydržte střídat nohy po dobu 20 sekund. Se zvyšující se kondicí vydržíte i déle.

RADY A DOPORUČENÍ


- nemusíte cvičit všechny cviky najednou, vyberte ty, na které máte chuť a náladu
- dodržujte správné výchozí polohy
- postupně přidávejte počty cviků i opakování, časem se pro vás cvičení stane denním rituálem
- vždy si uvědomte účinnost jednotlivých pohybů
- je jen na vás, jestli budete cvičit pár minut nebo třeba hodinu

Mgr. Zuzana Míková je fyzioterapeutka, cvičitelka sportovní všestrannosti Sokol Praha Královské Vinohrady (župa Jana Podlipného), lektorka ÚŠ ČOS, rozhodčí sportovní všestrannosti, organizátorka sokolských sportovních akcí. **Sokolka tělem i duchem.**





KOMUNITA



Sokolský běh republiky má za sebou druhý ročník. Ten letošní byl vpravdě výjimečný, poznamenaný hygienickými opatřeními, která si vynutila organizační změny, s nimiž pochopitelně nikdo neměl předchozí zkušenosti. „Je to k vzteku, ale na druhou stranu se ukázalo, jak projekt všechny baví – ať už účastníky, nebo organizátory,“ hodnotí **Marek Tesař**, výkonný ředitel České obce sokolské a autor myšlenky Sokolského běhu republiky.

SOKOLSKÝ BĚH REPUBLIKY PŘEŽIL VIRUS A TĚŠÍ SE NA BUDOUCNOST

| Text: Marek Brodský

| Foto: Milan Mošna



Mluvíme spolu 28. listopadu, kdy se běh konal na 23 místech formou individuální výzvy, a před 12. prosincem, kdy má vyvrcholit šesti „plnokrevnými běhy“. Dá se už teď říci, zda Sokolský běh republiky přežil dobu koronavirovou?

Přežil a věřím, že to Sokolský běh republiky posílí. Při životě ho drží srdcaři, ať už mezi účastníky nebo organizátory, kteří do toho letos šli i s vědomím, že v plnohodnotné podobě ho není možné uspořádat. Ukázalo se, jak důležitá a funkční je základní myšlenka, s níž jsme běh zakládali – tedy oslavit pohybem vznik republiky, na němž měli právě sokolové před 102 lety lví podíl. Letos se přihlásilo téměř třikrát více organizátorských jednot než vloni, mohli jsme mít opravdu rekordní účast závodníků. Bohužel se situace vyvinula jinak, ale i tak je vidět, že běh od loňska poskočil na vyšší úroveň.

► Běžel jste?

V říjnu jsem běžel sám v Bedřichově a v listopadu jsem se připojil k individuální výzvě běhu v Jablonci nad Nisou. Takže mohu z první ruky potvrdit slova o srdcařích. V Jablonci všichni během žili, strašně se snažili, aby si všichni ti, kdo se zapojili, odnesli prima zážitek, a hlavně dobrý pocit sama ze sebe. Přišlo mi, že čím víc bylo překážek, tím víc byl běh „jejich“, a už měli plnou hlavu plánů na příští rok.

► Jak si vysvětlujete, že se podobná myšlenka neobjevila dříve?

Ale ona se objevila už v roce 1919, kdy sokolové uspořádali k 1. výročí republiky takzvaný Rozestavěný běh. Na osm a půl tisíce běžců z celé země se do něj zapojilo s cílem předat pozdravy ze sokolských jednot prezidentu Masarykovi. V průběhu let ale tahle myšlenka nějak zapadla, sokolové organizovali spoustu jiných akcí, po válce pochopitelně žádné sokolské běhy nebyly. Paradoxní je, že jsme to zjistili až během příprav prvního ročníku. Poprosil jsem naše vzdělavatele o fotky sokolských běhů a Michal Burian přišel s informací, že

SOKOLSKÝ BĚH REPUBLIKY



se běh podobného ražení už jednou konal. Takže jsme na tuto tradici navázali trochu mimoděk. O to hezčí je to příběh.

► Měl jste nějakou inspiraci?

Nápad jsem měl už hodně dávno. Stál jsem kdysi u nové vize Olympijského běhu. Za Český olympijský výbor jsem dokonce domlouval spolupráci se Sokolem a už tehdy jsem si říkal, že organizace s takovou historií, hodnotami a organizačními možnostmi by podobnou celostátní akcí měla mít taky. Vždyť skoro polovina organizátorů Olympijských běhů jsou sokolské jednoty. Znovu jsem si tu myšlenku připomněl, když jsme po sletu pracovali na strategii Sokol 2030, která hovoří o vizi, že Česká obec sokolská reprezentuje v současnosti a bude i v budoucnosti. Definovali jsme v ní i poslání Sokola, které zní: „Vedeme Čechy k pohybu a společné aktivitě“. Když jsme následně přemýšleli o tom, jak toto poslání naplnit, přišla na svět myšlenka oslavit vznik republiky, při němž právě sokolové sehráli klíčovou roli. A jak jinak než pohybem a po celé republice. K tomu se běh dokonale

hodil, navíc s velkým potenciálem, jak oslovit i nesokoly a náš spolek jim tímto způsobem představit. Také mě fascinovala myšlenka, že díky tomuto projektu se Sokol může stát hlavní silou, jakými organizátorem oslav státního svátku, a to obcemi počínaje a velkými městy konče. Ihned jsme nápad prezentovali vedení ČOS, útvarům a také Výboru ČOS. Ale přišla trochu sprcha. Ačkoliv se nápad Předsednictvu ČOS líbil, nikdo se neměl k tomu, aby se ujal realizace a finančně projekt zajistil.





► Proč?

Asi jsme se netrefili do správné doby, bylo krátce po sletu, všichni spíše nabírali další síly. Někdy zaznívaly až bizarní argumenty, jako třeba, že v říjnu je moc zima nebo že na státní svátek nikdo běhat nebude. Argument Předsednictva ČOS ohledně financování ale relevantní byl. S návrhem jsme přišli až během roku, takže akce nebyla zařazena v rozpočtu ČOS a vedení se nechtělo pouštět do finančního rizika, které vždy rozjezd nového projektu přináší. Navíc ve chvíli,

kdy kvůli skandálu s dotacemi sportovním organizacím půl roku nepřišla ani koruna.

► Neodradilo vás to?

Cítili jsme, že by bylo škoda, kdybychom myšlenku oslavy státního svátku pohybem nerealizovali. Vždyť, kdo jiný než sokolové a jak jinak než pohybem! Navíc jsme chtěli stihnout 101. výročí republiky a mít skvělé výchozí datum pro novou tradici. Ale neměli jsme finance na rozběhnutí, protože naše předsednictvo připustilo participaci jen asi v deseti procentní míře.

► A jak jste našli řešení?

Celou myšlenku realizace a organizace, a to včetně finančního rizika na sebe vzal spolek SkiTour Klub, který má s pořádáním velkých běhů zkušenosti. Oni celý závod zafinancovali a Sokol vystupoval pouze v roli takzvaného titulárního partnera. To znamená, že všechno se odehrávalo v našich barvách a se sokolskou symbolikou. Pro komunikaci a propagaci Sokola a sokolských myšlenek tedy běh splnil stejnou úlohu, jako kdyby ČOS byl hlavním organizátorem, a to všechno bez rizika finanční ztráty. Ta přitom při takovém podniku hrozí vždy – může přijít špatné počasí, nezáměr partnerů, koronavirus, cokoliv.

► Mnoho sokolů vidělo problém v tom, že jste se v projektu angažoval i Vy, jakožto člen tohoto spolku a zároveň zaměstnanec ČOS. Není to střet zájmů?

Víte, nechtěl jsem tu myšlenku opustit, chtěl jsem běh zrealizovat. Když se mi i přes veškeré úsilí nepodařilo k realizaci přesvědčit žádný programový útvar, ani prosadit finanční zajištění ze strany ČOS, rozhodl jsem se hledat jiné řešení. Mám kamarády, kteří spolu se mnou běhy organizují. Myslím, že jednomyslné rozhodnutí předsednictva, že by u projektu chtělo být, ale jen jako partner, tomuto řešení nahrávalo. V tu chvíli jsem byl přesvědčen, že budeme-li schopni přes SkiTour Klub celý projekt rozjet a zajistit financování, konám dobro a že by na mě moji sokolští předci byli hrdí.

► Nakonec se tedy 28. října 2019 vyběhlo?

Ve dvanácti místech po celé republice se konal Sokolský běh republiky a přesvědčili jsme dokonce i přátele v USA. Takže se běželo i ve Washingtonu a Portlandu. Všechny 14 statečných organizátorů opravdu zaslouží uznání za to, že se odvážilo udělat krok do neznáma. Mají status zakládajícího organizátora, a to jim už nikdy nikdo nevezme.



► První ročník se dočkal skvělého hodnocení...

Myslím, že zaslouženě. Celkem se všech běhů republiky zúčastnilo 2 146 závodníků, z toho 721 dětí. Všichni se shodli, že to byl skvělý zážitek. Organizátoři zvolili zajímavé tratě, v Praze jsme přišli s absolutní novinkou – po trase závodu byl pro běžce připraven program na téma významných okamžiků našich dějin. Ve všech místech jsme společně s organizátory na start dostali zajímavé osobnosti. Nadšení byli všichni – organizátoři i účastníci. Běh se stal skvělou propagací sokolských myšlenek a hodnot. Jsem přesvědčen, že díky titulárnímu partnerství lidé vnímali Sokol jako moderní organizaci s atraktivním programem, a to pro všechny milovníky pohybu. Jako skvělý signál jsem já osobně bral i fakt, že se do projektu zapojili bratři i sestry nejen z všestrannosti nebo sportu, ale i vzdělavatelé a také mnoho členů sokolské stráže. Prostě pospolitost, což u žádného projektu kromě sletu moc nefunguje.

► Ozvala se i kritika?

Když utichly fanfáry, rozjel se takový kolotoč, že jsem se nestačil divit. Výčitky mířily skoro na všechno. Nechci se k tomu moc vracet. Bylo to mrzuté. Snažím se i zpětně hledat důvody, případně svoje chyby, které vedly odpůrce běhu k té a priori negaci. Mrzí mě to, ale když se do 2. ročníku přihlásilo přes 30 jednot, bylo to jako náplast. Byl jsem rád, že se nakonec všichni loňští organizátoři do běhu zapojili. Věřím, že čas vše zahojí ve prospěch běhu i celého hnutí.

► Ale asi to úplně v tomto rozhovoru přejít nemůžeme. Co bylo tedy největším problémem?

Když pominu osobní útoky jak na mě, tak na vedení ČOS, pak asi to, že ty výtky často neměly oporu v realitě nebo byly zcela účelové. Třeba že není dost sokolské, aby několik běhů organizovaly spolky, které nejsou členy ČOS. To

zaznívalo od lidí, kteří vždy říkají, že by se měl Sokol otevřít spolupráci s jinými spřízněnými subjekty. Obavy o jakousi sokolskost zaznívaly docela často, ovšem většinou bez konkrétního obsahu. Dále se objevilo nařknutí z nekalého zacházení s financemi z účastnických poplatků, ačkoliv náklady na organizaci v regionech byly vyšší než vybrané peníze, nemluvě o nákladech centrální koordinace.

► O tom všem přece ale vedení ČOS vědělo, ne?

Pochopitelně, stejně tak i zástupci všech odborů. Vůbec to bylo úsměvné, protože finance na první ročník z více než 80 procent sehnal SkiTour Klub, který je mimo ČOS. Všechny věci, které podpořila ČOS, byly do koruny vyúčtovány. Bral jsem to jako diskusi, ale ta postupně nabírala dynamiku a nakonec formu různých otevřených dopisů či nenávisné kampaně na sociálních sítích. Byla to pro mne nová zkušenost, o které jsem vždy jen četl. Tedy, že proti lžím na sociálních sítích se hrozně těžko brání, protože to není místo, kde by lidé chtěli naslouchat argumentům. Jakoukoliv diskusi totiž okamžitě zadusí pár agresivních uživatelů, kteří ji otráví i těm, kdo by třeba chtěli získat informace z obou stran. A je jedno, jestli jde o fotbal, politiku nebo běh. Mrzelo mne to, vůbec jsem nerozuměl důvodu, ani síle té negativity. Hrozně nepříjemně jsem se cítil i vůči organizátorům ze spolku SkiTour Klub, kteří odvedli skvělou práci a které jsem do toho namočil. Přišla logicky naprostá demotivovanost a nechůť v projektu pokračovat.

► Cílem tohoto tlaku bylo, aby byl projekt převeden pod ČOS?

Byla zde velká snaha relevantním požadavkům vycházet vstříc, především tomu, aby se organizace běhu vrátila pod křídla Sokola. Což, jak jsem už uvedl, byla pozice, o kterou Sokol původně nestál. A to se opakovalo dokonce dvakrát – o zapojení Sokola do organizace běhu se totiž jednalo znovu během vyhodnocování

1. ročníku na konci roku 2019. A opět se stejným výsledkem. Postupně se úplně vytratil respekt k tomu, že SkiTour Klub všechno zafinancoval, rozběhl a pomoci lokálních organizátorů – i mimosokolských – vybudoval pevné základy. SkiTour Klub i přes to všechno přistoupil na to, že většinovým vlastníkem práv k běhu se skutečně stala ČOS. Bylo pak důležité zachovat kontinuitu směrem k partnerům i ke státu a hlavně naplnit požadavky na kvalitu realizace. Proto byla taky založena jednota Sokol Čertovka pod sokolskou župou Podbělohorskou. V ní se setkali lidé, kteří jsou zapálení a chtějí nejen tento projekt posouvat dál. Počítám se mezi ně. A původně jsem si myslel, že to bude vnímáno jako pozitivní krok.

► Sokol Čertovka byl také předmětem kritiky?

Hned na začátku jsem věděl, že bychom-li dělat opravdu sokolský projekt, museli bychom stát pružná a aktivní jednota. A když čtu Tyršovy výzvy k založení nových jednot, jedním z důvodů je právě nějaká aktivita, která naplňuje podstatu poslání našeho spolku. A to je, myslím, spolu s úspěšnou realizací 2. ročníku, odpověď všem kritikům. Věřím, že teď po nasazení ve 2. ročníku je již názor na bratry a sestry z Čertovky úplně jiný.

► Co se stalo dál?

Situaci nakonec moc pomohl předseda Odboru sportu ČOS bratr Petr Syrový společně se sestrou starostkou Hanou Moučkovou, kteří si Sokolský běh republiky vzali pod svá křídla a Předsednictvu ČOS za něj zodpovídají. Díky nim a také předsednictvu Sokolský běh republiky pokračuje. Patří jim za to velký dík. Jejich roli ale sokolská veřejnost plně docení asi až v budoucnosti.

► Vypadá to, že se letošní ročník nerodil lehce...

Spíš bych řekl, že začal trochu nešťastně. Ale nakonec byl zájem o pořádání velký, což nám všem, kteří mají tento



projekt rádi, dalo novou energii. Viděli jsme, že lidé za projektem i přes všechno kolem stojí a že nás podporují. Ukázalo se také, že ta původní myšlenka, tedy spojit oslavu státního svátku, který je pro Sokol důležitý, s pohybem, je dobrá a schopná oslovit velké množství lidí. K pořádání závodů se přihlásilo třikrát více jednot než vloni – celkem 32, plus naše tradiční místa v USA. Pro mě osobně sehráli také výraznou roli bratři a sestry z Milovic, Jablonce nad Nisou, Terezína, Kamenice a celé Moravy. Jejich osobní zastání mi dalo sílu pokračovat.

► Jak koronavirus poznamenal organizaci běhu?

Říká se, že chceš-li pobavit pánaboha, dělej si plány. Přesně to se nám stalo. V březnu jsme si říkali, že, co se týče viru, musí být do konce října po všem. A ještě konec léta nám dával za pravdu. Dokonce ještě v prvních týdnech podzimní epidemie to vypadalo, že by se běhy daly na státní svátek v nějaké omezené formě uspořádat. Nakonec původní termín 28. října vyšel přesně na dobu, kdy přišel vrchol epidemie. Rozhodli jsme se přesunout běh o měsíc, tedy na 28. listopadu. Sokoly jsme jen poprosili, aby nám poslali fotky, jak slaví státní svátek pohybem. Přišly jich

stovky, od výletu s dětmi až po zaběhnutý maratón. To bylo něco úžasného. Další důkaz toho, že myšlenka běhu je funkční. Ani 28. listopadu se nakonec nemohlo běžet hromadně. Jsem ale rád a oceňuji, že to ani organizátoři, ani účastníci nevzdali, že závody nakonec doslova navzdory vyšší moci uspořádali a lidé přišli. Co se týká celkového počtu účastníků, bylo jich

"K letošním organizátorům Sokolského běhu republiky mám obrovský respekt."

letos pochopitelně méně, okolo 2 tisíc. Když se ovšem připočtou všichni, které jsme na státní svátek rozhýbali a kteří se připojili třeba jen virtuálně fotkou na sociálních sítích, můžeme být spokojeni.

► Jaké plány máte na příští rok?

Příští rok to už musí vyjít! Chceme být v každém kraji, zapojit ještě více jednot a žup než letos. Výhodou je, že už máme

mnoho ambasadorů ve všech programových útvarech. Půjde to. Rádi bychom více zapojili i našeho partnera, kterým je Česká televize. Nápadů v nově vzniklé pracovní skupině máme spoustu. Zase bychom rádi přišli s něčím, co jiné běhy nemají a co by originálně propagovalo sokolské hodnoty. Například zmiňované obrazy z české historie, které jsme zařadili vloni. Letošek ukázal, a to nejen v případě běhu, že budoucnost je čím dál víc virtuální. Mnoho účastníků letos využilo možnost si jak 28. října, tak potom i 28. listopadu zaběhnout kdekoli a do závodu se zapojit i virtuálně přes aplikaci. Zde vidíme další oblast, kde můžeme přijít s něčím novým, objevovat pro nás, jak organizátory, tak i účastníky, nové obzory. Chceme také pořádně rozjet pořádání běhů mezi našimi krajany v zahraničí, třeba i ve spolupráci s Ministerstvem zahraničních věcí ČR. Mimochodem ministr Petříček letos nad Sokolským během republiky převzal záštitu, z čehož usuzuji, že naše diplomaty možnost, jak připomenout v zahraničí vznik republiky běžeckým závodem, zaujala.

A pořád věřím, že dokážeme naplnit vizi, kterou jsme si dali vloni před úplně prvním startem, a to, že 5. ročník běhu se uskuteční na 100 místech. 📍

inzerce:



Vedeme energii těm, kteří ji násobí



Video namluvil
Petr Vršek, herec,
člen pražského
Studia Ypsilon

SOKOL NA TŘI DNY OVLÁDL ČESKÝ YOUTUBE

Atletka a ambasadorka České obce sokolské Barbora Malíková klepe na objektiv kamery a zve diváky: „Pojďte se podívat do sokolského světa.“ Tak začíná video, kterým se Sokol představuje veřejnosti v nejprestižnějším reklamním formátu, který na stránkách youtube.com existuje. Formát Masthead, který využívají především velké, a hlavně bohaté komerční firmy, Sokol získal díky partnerství se společností Google.

„Pro nás je to neuvěřitelná šance představit Sokol široké české veřejnosti a především mladé generaci, která YouTube používá nejčastěji,“ říká výkonný ředitel ČOS Marek Tesař.

Video už viselo na domovské stránce youtube.com dva dny, konkrétně 8. a 13. prosince. Do třetice ho můžete vidět ještě 19. prosince.

„Shot má čtyřicet vteřin, uvidí ho úplně každý, kdo si v těchto dnech youtube.com otevře a je jedno, jestli v počítači nebo v mobilu. Navíc nejde přeskočit, nemůžete se mu prostě vyhnout,“ říká jeho autor Tomáš Touha.

I pro zkušeného youtubera to byla hodně specifická práce. „Máte jen pár sekund na to představit velkolepost Sokola a, i když psal scénář profesionál, nebylo to jednoduché. V příběhu se objevují sokolové napříč generacemi, od šestiletého kluka, po sedmdesátiníka. Bylo to nejsložitější video, které jsem pro ČOS dělal,“ přiznává Tomáš.

Video se natáčelo v Sokolu Opava, Sokolu Brno I, v Tyršově domě a v Sokolu Pražském. Originálním způsobem představuje sokolské atlety, basketbalisty a gymnasty, ale i členy sokolské stráže a především sokolské hodnoty.

Cena takto prestižního prostoru se pohybuje v řádu stovek tisíc korun za den. „Díky velmi dobrým vztahům se společností Google jsme tuto možnost dostali v rámci partnerství,“ vysvětluje Marek Tesař.

Masthead vidí denně nejméně čtyři miliony lidí, může to ale být i dvanáct milionů. V ideálním případě tak během tří dnů sokolské video uvidí až desítky milionů lidí. 📺

SADY SOKOL 21 DORAZILY DO JEDNOT

Projekt Sokol 21, který má za cíl postupnou obnovu cvičebního nářadí v sokolských jednotách, má za sebou další ročník. Prostřednictvím žup se v těchto dnech do sokoloven distribuují objednané ultralehké žíněnký, balanční plošina BOSU a dopadové plochy, takzvané duchny.

„Jde o jeden z našich nejúspěšnějších programů. Nejen proto, že umožňuje postupnou modernizaci vybavení našich sokoloven, ale také proto, že se nám podařilo zajistit opravdu velmi významný podíl financování jak z grantu MŠMT, tak i od našeho marketingového partnera, kterým je ČEPS. Zapojení partnera z komerční sféry do podobného projektu je ve sportovním světě unikátní,“ uvedla starostka ČOS Hana Moučková.

Náklady na projekt se hradí z vlastního příspěvku sokolských jednot, grantu MŠMT a příspěvku ČEPS. Nabízená sada moderního cvičebního nářadí se každý rok inovuje podle potřeb jednot. Letos Sokol v rámci projektu pořídil 297 žíněnek, 412 balančních plošin BOSU a 53 doskočišť, a to za více než tři miliony korun.

„Mottem marketingových aktivit ČEPS jako národního provozovatele přenosové soustavy je, že přenáší energii tam, kde je potřeba. Velmi nás těší, že se díky dlouholeté spolupráci s Českou obcí sokolskou daří toto motto úspěšně naplňovat. Přejeme všem sokolům, aby se jim na novém nářadí dobře cvičilo,“ říká Hana Klímová, ředitelka odboru Komunikace ČEPS, a.s. 📺





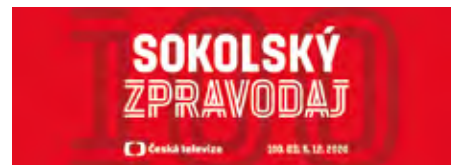
ČT SPORT ODVYSÍLALA JUBILEJNÍ 100. DÍL SOKOLSKÉHO ZPRAVODAJE

Už tři roky vysílá ČT Sport každou sobotu dopoledne magazín o dění v České obci sokolské. Za tu dobu přinesl přes 220 reportáží, jejichž celková délka přesahuje osm hodin, což je množství materiálu odpovídající délce celé ságy o Harry Potterovi.


„Děkuji České televizi za dlouhodobou podporu a za to, že se zajímá o dění

v České obci sokolské. Už teď se těším na další díly Sokolského zpravodaje,“ říká Hana Moučková, starostka České obce sokolské.

Od samého začátku je dramaturgem pořadu zkušený sportovní komentátor Jakub Bažant. Právě on připravil pro jubilejní 100. díl, který ČT Sport odvysílala 5. prosince, speciální rozhovor se starostkou ČOS Hanou Moučkovou.



„Sokolského vysílání bylo v České televizi ve skutečnosti daleko víc. V roce 2012 jsme u příležitosti sletu odvysílali dvacet dílů s názvem Sokol síla tradice. Pořad s názvem Sokolský zpravodaj ale slaví stovku, to je pravda,“ říká dramaturg pořadu Jakub Bažant.

Od listopadu je obsah Sokolského zpravodaje ještě atraktivnější. Místo dvou reportáží mohou diváci vidět hned čtyři. 

inzerce:



 **PohledniceOnline**

„**Fotku v mobilu si na lednici nevystavíte.**
Pohlednici ano!“
Posílejte papírové pohlednice digitálně. Jde to.




www.pohledniceonline.cz


ONLINE SÉRIÁL #CVIČÍMSOKOLEM JE ZPĚT

Foto: Igor Paliatka

Oblíbený sokolský seriál přináší další porci inspirace ke cvičení. Tentokrát se zaměřuje na metodiku gymnastiky, a to s těmi nepovolanějšími, tedy s trenéry a závodníky špičkového sokolského gymnastického oddílu Sokolu Brno I., jehož členem je třeba i David Jessen, účastník OH v Riu de Janieru.

„Seriál #cvičímse sokolem se na jaře stal nejúspěšnější sérií metodických videí mezi českými sportovními organizacemi. Vidělo ho přes sto tisíc lidí. Věřím, že podobně se vydaří i jeho podzimní

pokračování. Seriál chceme rozvíjet i v budoucnu a přinášet tak spoustu inspirace všem zájemcům o zdravý pohyb,“ říká Marek Tesař, výkonný ředitel ČOS.

Na sokolském youtubovém kanálu se v podzimní části dozvíte, jak se naučit třeba stoj na rukou, hvězdu nebo jak správně posilovat. Najdete tam také celou řadu dalších videí, a to pro všechny – pro lidi různého věku, fyzické kondice i schopností. Důležité pouze je, abyste měli chuť cvičit. Online seriál #cvičímse sokolem už vás navede. 



TERMÍNOVÁ LISTINA AKCÍ ODBORU VŠESTRANNOSTI ČOS NA 1. POLOLETÍ 2021

Vysvětlivky: S = sraz uvedené skupiny
činníků, cvičitelů apod., SE = odborný seminář,
SET = setkání, společenská akce,
P = přebor, soutěž odboru všestrannosti,
P = pobyt v přírodě, TUR = turistická akce

LEDEN	22. - 24. 1.	Zimní seminář PP	SE	Jeseníky
	23. 1.	Přebor ČOS TeamGym Junior	P	Praha, TD
	23. 1.	SG na nářadí ve všestrannosti	SE	České Budějovice
ÚNOR	6. 2.	Porada župních vedoucích vzdělávání	S	Praha, TD
	upřesníme	Soutěž ve šplhu pro ZŠ a víceletá gymnázia I.		Praha
	upřesníme	Soutěž ve šplhu pro ZŠ a víceletá gymnázia II.		Praha
	20. 2.	První pomoc při cvičení	SE	Písek
	20. 2.	Sraz župních vedoucích seniorů a seniorek	S	Praha, TD
	6. - 7. 3.	Sraz župních vedoucích mladších a starších žáků	S	Praha, TD
BŘEZEN	13. - 14. 3.	Sraz župních vedoucích mužů	S	Plzeň
	20. 3.	Sraz župních vedoucích pohybových aktivit s houbou	S	Praha, TD
	27. 3.	Seminář RDPD	SE	Písek
	27. 3.	Seminář jógy	SE	Praha, TD
	27. - 28. 3.	Sraz župních vedoucích dorostenců a mladších mužů	S	upřesníme
	9. 4.	Porada náčelnictva ČOS		Praha, TD
DUBEN	10. - 11. 4.	Sraz župních náčelníků a náčelnic	S	Praha, TD, P1
	10. 4.	Oblastní přebor východ - florbal kategorie I. + II.	P	Frýdlant nad Ostr.
	duben	Gym zóna ČOS - FOR KIDS		Praha, Letňany
	17. 4.	Oblastní přebor západ - florbal kategorie III.	P	Praha, Kr. Vinohrady
	17. 4.	Odborný seminář pro cvičitele a cvičitelky seniorů	SE	Praha, TD
	17. 4.	Sraz župních vedoucích Zdr.TV	S	Praha, TD
	18. 4.	Seminář Zdr.TV	SE	Praha, TD
	18. 4.	Oblastní přebor východ - florbal kategorie III.	P	Brno Tuřany
	18. 4.	Oblastní přebor západ - florbal kategorie IV.	P	Praha, Kr. Vinohrady
	24. 4.	Vzdušná akrobacie	SE	České Budějovice
KVĚTEN	24. 4.	Oblastní přebor východ - florbal kategorie IV.	P	Šumperk
	7. - 9. 5.	SokolGym 2021		Plzeň
	8. 5.	Celostátní sokolský turistický sraz	TUR	Moravičany
	8. 5.	Přebor ČOS ve florbalu - finále III. kategorie	P	Praha, Kr. Vinohrady
	9. 5.	Přebor ČOS ve florbalu - finále IV. kategorie	P	Praha, Kr. Vinohrady
	15. 5.	Zdr.Tv a principy Tai-chi	SE	České Budějovice
	15. 5.	Oblastní přebor západ - florbal kategorie I.	P	Praha
	16. 5.	Oblastní přebor západ - florbal kategorie II.	P	Praha
	21. - 23. 5.	Přebor ČOS ZZZ (Zálesácký závod zdatnosti)	P	Třebíč
	květen	Move Week		ČR
ČERVEN	22. 5.	Sokolské putování Českým středohořím	TUR	Teplice
	28. - 30. 5.	Přebor ČOS ve všestrannosti mladšího žactva	P	Pardubice
	4. - 6. 6.	Přebor ČOS ve všestrannosti st. žactva, dorostu a dospělých	P	Praha
	11. - 13. 6.	SokolGym 2021		Brno
	18. - 19. 6.	SokolGym 2021		Ostrava
	18. - 20. 6.	Vodácký kurz - řeka Salza, seminář PP	SE	Rakousko
	19. 6.	SokolGym 2021		Pardubice
	26. - 27. 6.	Pobyťový víkend pro cvičitele seniorů	SE	Drhlenský

VĚČNÝ RUCH, VĚČNÁ NESPOKOJENOST!

Text: Michal Burian

Před dvěma roky byly při XVI. všesokolském sletu tribuny stadionu v pražském Edenu vyzdobeny tradičními sokolskými hesly. Návštěvníci i účastníci sletu četli na velkých bannerech nápisy jako třeba „Ni zisk, ni slávu“ nebo „Jedinec nic, celek vše“ a řadu dalších. Sokolská hesla citujeme často, známe ale jejich původ? V roce 2021 si připomeneme 150 let od okamžiku, kdy zakladatel sokolské organizace Miroslav Tyrš vydal zásadní programové prohlášení s názvem *Náš úkol, směr a cíl*, které se na dlouhá léta stalo jakousi biblí sokolského hnutí.

Co o Tyršovi ale vlastně víme, my, sokolové, kromě toho, že založil naši organizaci? Víme například, že bez jeho přičinění by pražské Národní divadlo vypadalo jinak, než jak ho známe? Kdo tedy vlastně Miroslav Tyrš byl?

V roce 1850 sice zahájil studia na právnické fakultě, ale již po roce přestoupil na filozofickou fakultu, kterou dokončil v roce 1855. V roce 1860 obhájil dizertační práci z filozofie. Sokolská organizace a její ideály se rodily právě v této době.

Postupně jej ovlivnilo několik filozofických směrů, z nichž čerpal svůj světový názor a s jejichž pomocí formoval své základní myšlenky. Zpočátku byl ovlivněn především Hegelovou filozofií. Čeští hegeliani považovali za dominantní princip uspořádání mezilidských vztahů myšlenku bratrství, což nalezlo později svůj odraz jak v sokolském hnutí, tak i v československých legiích. Zároveň Tyrš od mládí obdivoval především antické Řecko, tedy životní ideál harmonie těla a ducha. Na něm pak spočívala obě hlavní Tyršova filozofická období, schopenhauerovské a pozitivistický evolucionismus ovlivněný Darwinem.

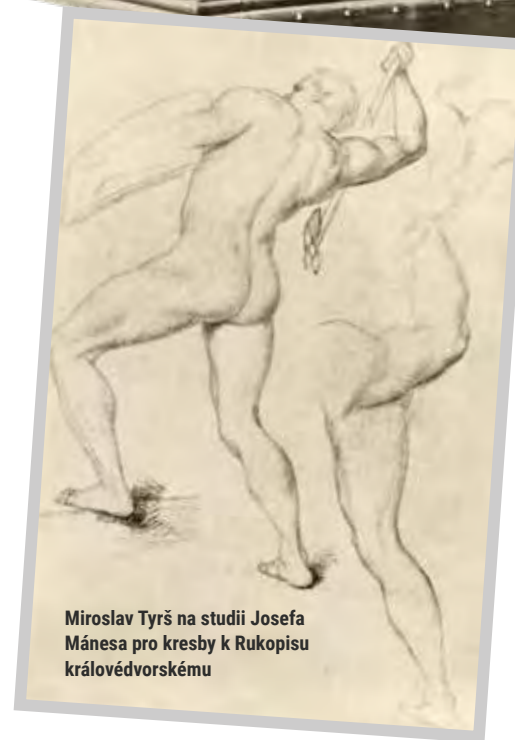
Schopenhauerova filozofie soucitu s trpícími a lásky k bližnímu se patrně stala, vedle již zmiňovaného hegelianismu, jedním ze základů pozdějšího sokolského bratrství a měla vliv i na Tyršův asketismus. Propojení Schopenhauerovy filozofie s darwinismem vedlo Tyrše k filozofickému ideálu lidské budoucnosti spojené jak s humánními

Miroslav Tyrš se podílel na výsledné podobě antického trojspřeží, trig, od Bohuslava Schnircha, které zdobí střechu Národního divadla

vzory dobra, krásy a dokonalosti, tak i s ideálem spravedlnosti a demokracie.

Tyrš zdůrazňoval, že dějiny lidstva jsou věčným bojem o bytí a trvání. Svou filozofii dějin pojal Tyrš jako filozofii bratrství lidstva. V životě ji uvedl v sokolství jakožto národním, nadnárodním i nadstátním hnutí za svobodu národů a jejich zrovnoprávnění, stejně jako i za rovnost jednotlivců. Sokol tak vznikl jako všennárodní hnutí, které nemá být jakkoliv rušeno zájmy politických stran či náboženských vyznání: „Nevstoupils v obyčejný spolek, vstoupil jsi v spolek sokolský, spolek bratrský.“ Nadstranickost hnutí byla pro Tyrše zcela zásadní a zdůrazňoval ji opakovaně: „Naše věc není pro strany, nýbrž pro národ veškerý, nepodléhá změně jako názory politické a náboženské, nýbrž je věčně pravdivá a důležitá a stojí v tom smyslu povznesena nad spory dočasnými.“

Stejně jako staří Řekové kladl i Tyrš zájmy obce, vlasti a národa nad zájmy osobní. Antické ideály ale současně kombinoval s moderními myšlenkami předních evropských učenců. Význam spolkové činnosti viděl i v tom, že u malých národů rozmnožují sílu národa, jeho udatnost, houževnatost a kázeň. To se mělo naplnit ukázat v letech první světové války, kdy sokolové vstoupili do historie jako zakladatelé československých legií. Zcela v duchu Tyršovy



Miroslav Tyrš na studii Josefa Mánesa pro kresby k Rukopisu královédvorskému

myšlenky silně ovlivněné darwinismem: „V zdravém těle, zdravý duch; i dodávám v silném těle, silný duch – to budiž především heslem naším. Národ slabochů nikam nedospěje.“ Vznik československých legií na sokolských základech byl zhmotněním Tyršových snah o to, aby se Sokol stal základnou brannosti národa.

Právě sokolskými hesly vytvářel Tyrš ideový zdroj sokolství. Jsou to de facto

► Pokračování článku na straně 25

ČASOPIS SOKOL V LEDNU OSLAVÍ 150 LET EXISTENCE

Tyršova programová stať **Náš úkol, směr a cíl** byla zveřejněna v prvním čísle časopisu Sokol v lednu 1871, který tehdy vypadal takto. Vycházel jednou za 14 dní. Redaktorem, majitelem a nakladatelem byl Miroslav Tyrš.



Náš úkol, směr a cíl.

Bratři a druhové!

Co chceme? Kam směřujeme? Jak s rychlostí bezpečnou a rozváženou ve všem k cíli píliti? Co úděl Sokolský při práci vespolečné? Co v pravdě úkol náš v životě národním?

Jaké my o tom přesvědčení máme, jaké zásady tu za platné pokládáme pro všechny postup k dokonalosti v odboru vlastním, pro všechno počínání pravým duchem prodchnuté — to z předu nejen obvyklou frázi odbyt než šfe vyložit a blouběji zdůvodnit za přistojno, ba přikázáno máme.

Spějmež ihned ku středu věci celé.

Nikoli každý o sobě, co jednotlivec, ba ani ne jen v různých jednotách, než podporou a snahou vespolečnou chceme úkol svůj řešiti, a to nejen ve prospěch svůj vlastní, než na zdar všeho národa našeho.

A tak tedy při všem konání a rozjímání tři svazky ty především na zřeteli míti sluší, postupně širší a širší, především svazek ve spolku jednotlivém, pak onen mezi Sokolstvem vsěkterým a na konec i ten, jenž k všemu národu nás všechny víze.

Počnemež s jednotou.

Nehodláme na tomto místě o oněch podmínkách rozvodně se pronášet, na nichž jak hodnota tak úspěch života spolkového povšechně spočívají, a rovněž nechceme zde, jak v dalším průběhu o oněch mravních vlastnostech se šířiti, jež na konec přec nejen Sokolu, jež muži vůbec sluší. Víme k tomu, kterak za zdmutou spoustou všeobecných slov jak nedostatek na myšlenky zvláštní, tak nečinnost při věci jednotlivé se rády skrývají.

Tož tedy jenom ku své snaze zvláštní zde přiblížejíce, klademe sobě z předu otázku: Co v každé z jednot našich o sobě nám zaručuje pokrok odborní, vývoj věci a její zdokonalení?

Myslíme, že to, když povždy na vědomí sobě udržíme, že možná pokračovat a zdokonalovat, že vše, co konáno, též jinak a snad líp se diti mohlo. Myšlenka jednoduchá a přec ne všem povždy na mysli tanoucí. Vždyť s téží který stav skutečný je kdy v té míře výborný, aby zlepšení v něm naprosto nemožné bylo. Není-li tedy v kterékoli věci postupu k lepšímu, tož celkem soudit sluší, že sotva as sřrcnovaná dokonalost její spůsobila vážnutí, než spíše jistá necnost lidská, která každému pokroku — i v životě veřejném — je úblavní závadou a překážkou, a necnost ta se jmenuje — spokojenost. Ba spokojenost jest ten těžký olověný cop, který především přetnout dlužno, máme-li hlavou si nejen směleji hoditi, ale i volněji mysliti. Nehájíme tím ovšem svěvolnou tékavost a rýpavost. Avšak zda všestraunému vývoji sil tělesných zadosti činěno, zda k rozmanitosti oživující též nutný pořádek ve všem se přidružil, zda nikde a ničím čas nenáhradný neztracen, zda ve výkonech jak jednotlivých tak společných s prospěšností též krásovkus se naskrz osvědčil, zda počátky důkladně založené, zda další pokrok dostoupen cestou nejkratší, zda ve všem snažení se neslo k vrcholům nejvyšším, ano i to, zdali vše, v čem a čím a na čem cviky naše se dějí, co nejdokonalěji je zřizeno — na to je povždy dlužno sebe ptát. Ba víc, kamkoli v čemkoli je dospěno, to nezdržuj nás myslit a pátrat dál, zda by snad přece nemohlo všechno též jinak a ještě lépe být. V tom ohledu budiž heslo Sokolské: „Věčný ruch,“ aneb chceme-li též: „Věčná nespokojenost,“ která zde i tu výhodu má, že ji nikdo pravidlovat a zakazovat nemůže.

Kdo v smyslu tom největší nespokojenec, ovšem ne s osočováním a podezříváním a slovem neplodným a nezdůvodněným, alebrž skutkem vynalezavým a nikdy ukojenou snahou svou, ten budiž na tom poli všude za prvního spolubratra pokládán, však tenkrát jen,

když i k svému omylu se bez rozpaků přiznati dovede, když cizímu nálezu a pokroku se rovněž jak vlastnému těšiti umí, když osobnost mu nic a celek vše.

V tom srovnání pak budiž v každé jednotě závod všechních proti všem, sokovství svorné, řevnivost bratrská, a každý se vším úsilím na dráze společné ku předu spěcháje, raduj se přece, když byl předstížen.

Tot duch a snaha, kteréž i žádný nedostatek hmotný překážet nemůže a nesmí. Tam pak, kde prostředků je výdatnějších, nechť dále zasahá též úsilí. Kdyby kdekoli jinde a sem tam snad i u nás pohodlnost krátkozraká hranice zemské za meze světa měla, nás nesíť snaha po pokroku dál. Cokoliv se jinde v oboru našem děje, to seznat hledíme, a to nejenom z knih — jež ovšem též sluší opatrovat a pilně přehlížet — nejenom z písma mrtvého, alebrž též z názoru živého, jenž jedním rázem a důkladněji nás poučí, i k tomu nehledě, že způsob provedení, že život a ústrojnost zvlášť u společných vystoupení veřejných se jeví nedá se černí tiskárskou naskrz na papír upevnit. A tak tedy, kdekoli možno, patříme dál; ve věci velké, jež napořád si dále dráhu klesť, nemožno jen v ukojenosti obmezené si hovět.

Tak mnohý z nás se vydá na cestu. Ať myslí vždy též na věc sokolskou.

Může-li být, nechť především na ni myslí, vše prohlídne a o všem se přesvědčí, co jí se týče. Je-li třeba a možno, ať ostatní i hmotně za účelem tím jej podporují. Co z cesty o náradí, o cvičení, o ústrojí života spolkového takto přineseno, to s myslí soudnou v domácích úradách se probírej; s myslí, která cizí věci se ani neobdivuje, ani ji zavrhuje proto, že cizí jest, než jediné se snaží, aby sic vše, co nejspíše, opodál se zdrželo, avšak rovněž, aby, co jinde prospěšného po různu se vyskytlo, u nás jak v jednom ohnisku se soustředilo.

Tak hledmež k tomu, aby i všechny snahy cizí nám pokud lze, z vlastního názoru nám známy byly, a každý nový ruch a směr budiž nám aspoň povědom. Nemyslí ovšem, aby tím směr náš vlastně stal se nesměrem, pestrou neústrojnou směsicí všech směrů ostatních. Nestačí vždy jen přijmout, nutno vše našim poměrům, našim snahám přispůsobit, a co se duchu a celku našemu přičí, i tenkrát zavrhnout, kdyby i některé výhody podržené snad poskytnouti mohlo. A rovněž na to budiž zde důraz položen, že větší cenu ještě, než co takto nastrádáno, na věcech hotových, má onen „věčný ruch“ a ustavičný hmot duševní tím zachovaný; okolnost ta, že povždy nad hladinou nevědomí si udržíme myšlenku, kterák vše nemusí právě tak zařízeno být, jak se to dosud děje a jak dosud nám známo jest; má povzbuzení myšlének k opravám a dodatkům ve směru našem, jež ovšem v celé ryzosti jeho chceme dále pěstovat, a který, jak ze vší zkušenosti tvrdit smějme, ovšem že třeba má, avšak též zasluhuje, aby se dále pěstoval. Toť pak se samo sebou rozumí, že nechceme pouze napodobňovat, než, co jsme našli, zdokonalovat, že nechceme jen totéž, že chceme všechno ještě lépe mít. Vždyť jsme z národu zpátečnického, jak aspoň protivníci naši do všech úhlů napořád znovu hlásati se snaží, titíž poctiví protivníci ovšem, kteří by nám, kdyby to jenom bez ostudy učinit mohli, nejraději nohy svázali a pak nás bohatýrsky tupili, že nemůžeme, ba že nechceme dál.

Tolik o spolku jednotlivém a snaze jeho. Však kamkoli po cestě zde naznačené dostoupíme, toho bud-

mež povždy pamětlivi, že pro věc naši ničehož neučiněno, pokud bychom každý jen na sebe mysleli a všechno sobětné pro sebe schovávali.

Cokoli kdokoli zvěděl a smyslel, to patří celé věci Sokolské, a stejný nárok mají na to veškeré jednoty bratrské. Ovšem že spolek jednot Sokolských v život vstoupiti nemohl: neběží nám prý, jak se nám řeklo, o zvelebení záležitosti tělocvičné, nýbrž o snahy jinaké. Avšak mimo vnější to spojení, na ten čas nemožné, zbývá nám vždy vzájemnost duševní. A věru že mezi tím i prostředky i vnější rozvoj náš v té míře vzrostly, že možno dále myslit a více podniknout, nežli až potud v tom se státi mohlo. Můžeme nejenom, jak se to dosud stalo, o kroji výletním a slavnostním se dohodnout; můžeme též jak v knihách výboru a sboru cvičitelského, tak i v náradích a zbraních jakož i ve všech pomůckách vyučovacích stejnosti se domáhat; můžeme za příčinou seznání snah jinonárodních, vedle toho, co od jednotlivců tím směrem podstoupeno, k společným podnikům síly a prostředky své složit; můžeme pomýšleti na spisy zevrubné a nákladnější, které by nejenom soustavu cvičební v úplnosti o sobě obsahovaly, nýbrž též o směru a cíli našem, o správě a technickém řízení jednoty, o vystoupeních její při cvičení veřejných, výletech a slavnostech, zkrátka o veškerých životních zájmech spolkových pojednávaly, a tím ve všechny výkony naše způsob promyšlený a na týchž zásadách spočívající zavedly; můžeme vůbec ve všem ku shodě přihlížet, neb vše co jednoty, nás také sílí; můžeme konečně i jinak pomocí tiskopisů věc naši šířit a tříbit, uvědomění Sokolské utužit, pokroky v oboru našem dosažené majetkem všechných učinit, sebe a potřeby svoje vespolek seznat, proti nevědomosti, líkavosti a všelikým vlnám vlastním a překážkám zevním v nich bojovat; můžeme ústrojí jednotlivého spolku a zvláště i organizaci veškeré věci naší objasňovat a z předu na přetřes brát, a takto aspoň připravovati se k oné činnosti pospolitě a důraznější již společením všech spolků našich rozvíjet chceme, chystat a hotovat onen širší závod veškerých jednot sokolských, který věc naši teprv utvrdí a zpovísechní.

Řečeno jednou, že naše snaha po rozvoji za dovršenou se pokládati nemůže, pokud každý kdo Čech, též Sokolem se nestal. Myslíme, že při jasnějším rozhledu, kterého jsme mezi tím o věci nabyli, tím více stojíme při přesvědčení tomto. Láska a dba jen k jednomu spolku obrácena byla by pouhou krátkomyslnou brádkou; vždyť vše, co dosud v oboru našem úhrnem se stalo, je pouhé kladení základů, pěstování zárodků pro vývoj budoucí. Čítáme-li v Čechách a na sesterské Moravě která, toť se samo rozumí, s námi jeden nerozlučný celek tvoří, nyní as 12.000 členů a spolubratrů, tož je to přec jen nepatrný zlomek národa našeho. Je tu podstatný rozdíl mezi jednotami Sokolskými a spolky za jinými účely se beroucími. Nemožno a netřeba, aby byl každý členem spolku pěveckého, průmyslného neb vědeckého; věc Sokolská však, jak ke všem stavům a vrstvám se obrací, znamená prozatím tolik, co tělesné a z části i mravní vychování a šlechtění všeho národa československého, odchovávání jeho k síle, statečnosti, ušlechtilosti a brannosti zvýšené, a musí tudíž hledět, aby koncem veškerý lid octnul se v okruhu jejím. Zde nemůže ohromná část pouhým občanstvem zůstat, my nejsme jen k tomu, aby jiní na nás se dívali a snahám našim přizvukovali, zde musí časem veškeré občanstvo ne zmizet ale z obvodu střídavě na závodisti vstoupit a po jistá

léta na něm se tužit. Neboť cizí síla a cizí cvik, tušíme, nikomu tu nepomáhá, zdatnější úsilí části nepatrné nemůže změnit povšechný výsledek snažení a bojování obecného, a zlomek, který by zlomkem napořád zůstal, neměl by tudíž nikterak rozhodnou cenu pro život národní. Neboť zde více nežli kde jinde platí výrok jak hluboký tak vznešený:

„Co všecken lid nezná, nikdo nezná!

Co lid ještě nedovedl, nikdo nedovedl!

Co lidem se nestalo, nikým se nestalo!“

Tot připomíná nám zároveň třetí ten svazek, o kterém jsme se úvodem zmínili, svazek v národě, postavení naše a úkol nás uprostřed onoho ruchu pospolitého a všech těch téměř nescíslných snah, z kterých se skládá život národní. Byl by to předmět skoro bez konce, kdybychom hodlali jej tady vyčerpat. Avšak chceme co do života národního na zřeteli mít jen nej-povšechnější a tím ovšem nejdůležitější podmínky jeho, a co se věci naší týče, podotknuli jsme již, že především zde přihlížíme jen k stránce oné, která se k ryze odborní a nejbližší činnosti naší táhne.

Jakkoli činnost ta sem tam namnoze vázne, to přece říci směje a též jsme řekli, že směr její přese všechny nedostatky, kteréž dosud na jisto má, je celkem přece dobrý a prospěšný, a že se v tom srovnání nacházíme tudíž na dráze nadějně, ba mnohoslibně. Dodáváme, že dobře víme, kterak nacházeti se na dráze, není totéž, co býti u cíle a to tím méně, čím vzdálenější cíl, čím více a šťastnějších závodníků již dávno před námi za ním se vydat mohlo. Než, co nás při tom silit a neustále dále pudit musí, jestli myšlenka ta, že nikoli jen o sobě a pro sebe zápol ten podnikáme, nýbrž že celému národu našemu podstoupiti jest závod podobný a že na výsledku jeho závisí prospívání, zdar, ano i veškerá budoucnost naše. V tom jsme se napořád víc upevnili a myslíme, že s Vámi snadno o tom se tady dohodneme, vyložíme-li, jak tomu rozumíme.

Veškeré dějiny jak tvorstva vůbec tak lidstva zláště jsou věčný boj „o bytí a trvání“, v němž podlehně a vyhyne, co k životu nadál je neschopno a celku závadno, zachovávíc toliko stopu svou co zkamenělina ve vrstvách skal aneb též v písmenech knihy, jež dějepisem slove. Tak zní ten zákon povšechný, jež věk náš objevil a jasně pojmenoval, a který čím dál tím zřejměji se všeobecně platným bytí ukázal; zákon neúprosný, jak každý jiný, jenž v přírodě a, co totéž je, v dějinách vládne; zákon, jež ani modlitbami, ani slovy sebeklamnými ba ani pouhým právem zděděným zažehnat nelze. Jemu podlehlí drobní jak mohutní tvorové dřevní, ze živoucí přírody teď vymřelí nenašedše ve světě zněnáhlá změněním dalších podmínek trvání svého; jemu podlehlí společnosti nejmocnější a národové druhdy nejslavnější — neb také člověk je jenom částí přírody povšechné — jemu podlehlí, jakmile sestáli ve světě stále novém, jakmile vysílili nekráceli dál, a octnuli se takto v odporu s duchem věčného ruchu a pokroku a tím namnoze i s duchem doby nové, jež mezi tím nad lidstvem byla vzešla, jemu podlehlí, jakmile na konec všeobecná zkáza nitřního života nutně se k tomu přidružila. To všechno na důkaz, že žádná, ani ta nejskvělejší minulost, nýbrž jen zdravá a činná přítomnost zaručuje národům budoucnost, že národové zpátky jdou, když nejdou dál, že z nitra odumírají, a že povšechný

průběh událostí jen odkládá, co beztoho již zvetešilo, co nemá více ceny v životě povšechném. Neboť jen tento život povšechný leží přírodě právem na srdci, podobně jak v každém zdravém ústrojí celek víc, nežli části a jednotlivci platí a váží; a onen „boj o bytí a trvání“, který je v ní naskrze zákonem svrchovaným, neznamená nic jiného, než že část musí zahynout, když celku se přičí, aneb jej nebezpečím ohrožuje, aby toliko zbylo a tím volněji se vyvinouti mohlo, co plného života je schopno a hodno, aby v celku zůstalo a potrvávalo. — My ovšem zde jen k lidstvu přihlížíme. Ať odklizení ono tady již zvolna aneb násilně se děje, tolik i tu je jisto, že, pokud přírodě našich pojmů propůjčiti sluší, též každý národ zhynul jen vlastní vinou svojí, a taktéž že na bojištích se nerozhoduje osud národův, že je již rozhodnutý před bojem. Ni jeden národ, co jich na světě bylo, četný neb nečetný, nezahynul ve své jarosti a hodnotě, každý sklesl sešlý, netečný a povrhly. Zde jako všude vykonává příroda dlouho shovívavá na konec soud přísný, avšak též spravedlivý a pro celek blahodějný, odstraňujíc z lidstva členy zdravému rozvoji pokroku nadále nepřístupné a tudíž zbytečné a škodlivé. Tot je zároveň to jediné pravé, nezvratné a veliké naučení, jež veškeré dějiny nám poskytují. Neboť jinak nic v nich pouze se neopakuje, nic pevně nestojí. „Co věky hodlaly, zvrtně doba,“ a staleté odolání proti návalům a nátlakům všelikým nezaručuje nikomu trvání i na dále, zvláště v době ne, kde dnové víc, než druhdy léta váží.

Co z toho pro nás plyne? Dvojitá věc a pravdy dvě! Jedna přísná a druhá k naší útěše.

Plyne z toho především pravda, že národové čím menší jsou, tím větší činnost vyvinouti musí, aby i při skrovnějším počtu svém platnými a závaznými členy lidstva byli a zůstali, a že ve všem o zdravý vývoj a postup svůj tím více dbáti musí. Neboť zde snáze a rychleji stanutí a zkáza všemu tělesu se zdělí, kdežto při národech velkých to dlouho trvat může, než neduh celou hmotu pronikne a zdravý život její překoná. To nám ovšem ukládá čílost a bdělost zvýšenou. Vsať kdož by nechtěl činit se a bdít? Vždyť i ta jistota z toho nám kyne, ta druhá pravda z toho sleduje, že žádná moc zevní, žádná síla hmotná a surová o sobě nezničí národy, že život národů, pokud na výsluní pravdy, dobra a pokroku obecného se vyvinuje, je v srovnání tomto neranitelný jako paprsek sluneční, a že jej nepřemohou a nezahubí nižádné moci temnosti, lež neb násilí proti němu vyslané.

Přicházíme k závěru. Jsou-li to základní pravdy pro veškerý národ náš platné, tož nutno, že z nich i pro nás co jednoho a nikoli posledního z činitelů v životě národním jisté důsledky vyplývati musí.

Myslíme že ty: Jak naše jednoty jsou pro všechny a přece zvláštní směr vedle všechných mají, podobně je i úkol náš tu dvojitý. První a povšechný záležel v tom, že před jinými povolání jsme zachovávali národ svůj při té jarosti všestranné, která národům nedá odumřít při té síle stálé a svěží, při té zdravoti tělesné, duševní a mravní, která nižádné zkáze vzniknout nedá a tím i žádnému stanutí, žádnému zpátečnictví, to-muto nejhoršímu ba vražednému zločinu na národech páchanému. Kterak pak i všechny výkony naše týžně duchem jarým, svěžím a neunavým proniknuty býti mají, kterak zloduchové netečnosti, lenosti a omrzlosti na vždy zažehnání zůstatí musí z obvodu závodíšť našich — budíž

zde toliko naznačeno. Vždyť bychom jinak se stali pouhými pitvorami toho, co býti máme, a nikoli předními a pevnými zastanci úlohy povšechné, v životě národním nad jiné důležité.

O druhém zvláštním odboru našem; o naší snaze čistě odborní, vedle jiných rozdílných však rovněž odborních, tolik zde postacíž: Praveno kdysi — a souhlasí to s tím, co z povšechného hlediště jsme vyvodili — že národ nepočtený jako my, a zvlášť v těch okolnostech časových a prostorných, v něž postaveni jsme, jen dvoji osud očekávat může, že totiž buďto, jsa netečen, musí znenáhla vyhnout, buď, chce-li žít, že dlužno mu činností ráznou a všestrannou nad jiné vyniknout. Zda jako národ žít chceme a můžeme a to plným životem národním, o tom myslíme, že není u nás otázky, to tušíme, svorný náhled a svorná vůle všech, kterouž by nikdo zvrtnout nedovedl. Vždyť ono vyniknutí, na kterém záleží, neznamena nic jiného, než se octnout máme zas v tom popředí vzdělanosti a osvěty pravé, kde národ náš se druhdy již nacházel; a nesoudíme, že by byl schopnost a nadání své k tomu promrhal. Vsa ovšem nutno, by každý jednotlivec, každý spolek v oboru svém se všemi silami se činil, by každý v odboru zvoleném za cílem nejvyšším se ubíral. Jen tam, kde věc k těm koncům dovedena, že netřeba porovnání se vsí cizinou se ostýchat a bát, jen tam dostáno úloze v životě národa a vsí snaze vytknuté. Kdo méně chce, je, jak by nechtěl nic. Nevleci se, než vzletně brát se dál! Klesnout neb dospět! Všechno aneb nic! tu ovšem musí heslem snahy být. Pravdu tu pochopit, jí neohroženě pohlízet v tvář a dle ní jednat, jen to nás zachrání a zvelebí. Je nedůstojno, sebe podceňovat, avšak nebezpečno a nemůžno, sobě lichotit a sebe klamat a samozrádno s málem se spokojit, kde jenom skutek svrchovaný spasí a činnost k vrcholům nejvyšším se nesoucí!

Oč úkol náš je takto méně snadný než ten, jenž jiným národům snad připadnul, o to je čestnější, o tolik prospěšnější rozřešení jeho pro pokrok a pro nití rozvoj náš; a čím víc tím je, tím větší hrdoší, tím nadšenější snahou nás musí naplnit.

A tak tedy i na tom poli, kde šiky všeho národa se rozkládají, nový povšechný závod nás očekává. Kam národové jiní, nikdy nebyvše spoutáni, šťastnějším osudem před námi dospěli, tam, ba za tím leží cíl nám společný. Tu všechny snahy, všechny spolky naše jsou sobě opět soupeřové myslí jedné a přece závistivé; každý každému budiž tu příkladem a pobudkou, a každý ostatním vítězství s myslí bratrskou přeje, přece všechny slyš napniž, by věnec přebornický své věci vydobyl a v společném chrámu dějin vlasteneckých co slavnou památku pak zavěsil.

Předobře víme, jak daleká, jak obtížná je dráha, na jejíž konci tento věnec kyne. Než ať kdokoli jakkoli

to vykládá, tím přec se netajíme, že chováme přesvědčení nezvratné, kterak věc Sokolská, jedním rázným nedocenitelným činem myslí ve všem nad všednost tlučnoucí, v zárodcích již nad jiné povznešena, že v všechnych první dospět může tam, kam všichni čelit máme, buď na roveň se všemi, buď v čelo ostatních.

Toť budiž v tom třetím svazku, ve svazku národním náš směr a cíl, tak konejme svůj úděl v společné práci všeho národa a pamatujmež sobě, že kdo na závodě vstoupil, bez ustání dál a dále spěti musí, aneb co totéž je: že ta každodenní, ta ustavičná a přece neukázaná činnost tady je rozhodná a nikoli jen vystoupení hřmotná a ob čas toliko se objevující. Tou všední, neustálou činností hmotnou a duševní, ve všem pokrok na zřeteli mající, řešíme především tu úkol svůj, přispívající k tomu, aby na věky zdrav a silen setrval národ náš, a aby mezi ostatními nikdy se nestal členem neplatným, zpozdílým a závadným, jež by soud události ohledem na celek z jeviště dějin musil odklidit.

Tak každým dnem obhajme národ svůj, jež by bylo pozdě a marně mečem na venek zachraňovat, v tom případě, kdyby uvnitř netečnost a zkáza to pevné, zdatné jádro jeho shlodala.

Povšechná známka společno-ti choré a zvrhlé je ta, že sobětnost rozmařilá se sanoklamnou lží v ní převládá. Kde však jádro života zdravé jest, tam platí celek častem nade vše, tam není místa pro zádu, netečnost a sketnost, jen o prospěch osobní a vlastní záchrany sobětné dbalé a v době rozhodné úsilí části šlechtnější mařící; jen tam je možno, by nikdo nesměle neb zrádně neodstoupil, by celý národ stál a setrval jako rek jediný, o jehož neprůlomné brnění roztrhání se na konec meče vražedné. Jen národ zdravý též národ branný jest. Zbroj v každé pěsti! Zřízení válečné! Stokrát, tisíckrát to budiž řečeno. Avšak k nástroji a k ústrojí především též junstvo a mužstvo zdatné a úhodné! Kdo v dobách války ubránit hodlá národ svůj, ten po čas míru již proti vsí vlnodivé zkáze životní musí na stráž stát, ten mečem plamenným úpíry a netopýry na každém poli drt a rozprašuj. Budiž to řídicí hvězdou i našeho konání, naše náboženství a svrchované zasvěcení všeho života.

Toť naše hlediště, tak páčíme my úkol Sokolský, a trojí závod ten, který nám položen a v kterém dlužno ano povinno, zápoliti o palmu vítězství. Toť, trváme všechněm je uloženo, kdo s myslí opravdovou a uvědomělou přihlásili se k věci Sokolské. Co my zde hodláme a chceme, nemůže být, než připojit se k řadám závodníků cíle tak vznešeného se dopínajících, nezadržně spějících ku předu za heslem hesel, ježto zní:

Naprej!

—š.

filozoficko-etické normy, kterými reagoval na nedostatek národního charakteru i národního vědomí a kterými chtěl připravit národ tak, aby obstál v boji a soutěži s jinými národy. Za jedno z nejdůležitějších hesel tak pokládal „Vytrvalost!“. Za Tyršovo životní motto lze považovat úvodní větu z jeho hlavního teoretického díla, tedy Základové tělocviku, z roku 1867: „Kde život, tam ruch, tam pohyb a změna bez ustání.“

To, že si Miroslava Tyrše poněkud neprávem spojujeme téměř výhradně s jeho zakladatelskou činností v rámci Sokola a s jeho aktivitami spojenými obecně s tělovýchovou, je pocho-pitelné. Vždyť například české tělocvičné názvosloví, které dodnes používáme, je jeho dílem. Velkého a dnes již bohužel pozapomenutého významu ale dosáhl i v oblasti výtvarného umění. Od konce 60. let 19. století se věnoval studiu antiky a dějinám výtvarného umění a estetiky. V oboru dějin výtvarného umění se v roce 1880 habilitoval na pražské polytechnice. V prosinci téhož roku převzal v Národních listech po Janu Nerudovi rubriku věnovanou odborným zprávám o výtvarném umění a kritice. Stále se zvyšující zájem o vědu jej na sklonku života vedl k tomu, že se vzdal náčelnictví Sokola i redak-torství v časopise Sokol. V roce 1882 začal jako soukromý docent přednášet na české části Karlo-Ferdinandovy univerzity, aby se zde stal v lednu 1884 mimořádným profesorem.

Tyrše lze právem považovat za zakladatele české výtvar-né kritiky. Jako důležitý člen soutěžních porot na uměleckou výzdobu Národního divadla i autor některých námětů se významně zasloužil o jeho výslednou podobu. Mezi hlavní autory výzdoby patřil malíř František Ženíšek, s nímž se Tyrš znal i z tělocvičny Sokola Pražského. Při soutěži o sochařskou výzdobu pražského Palackého mostu stál Tyrš za prvním velkým úspěchem Josefa Václava Myslbeka. Málokdo z návštěvníků pře-krásné Brožíkovy síně pražské Staroměstské radnice tuší, že i autorem námětu slavného obrazu Václava Brožíka s názvem

Volba Jiřího z Poděbrad českým králem, který síň zdobí, byl Miroslav Tyrš.

Z výboru Sokola znal Tyrš i majitele velkého nakladatelství Jana Ottu. Při tvorbě známého Ottova slovníku naučného měl mít na starosti hesla z oboru teorie a dějin umění. Tyto kapitoly již bohužel nenapsal, stejně jako plánované třísvazkové Dějiny umění výtvarných ve stejném nakladatelství. Tyršův vztah k výtvarnému umění ovlivňoval od počátku i dění v Sokole. Prvním významným výtvarníkem, který se vznikajícím Sokolem úzce spolupracoval, byl Josef Mánes, jenž byl autorem praporu Sokola Pražského i prvních návrhů sokol-ského kroje.

Úspěchy, kterých Miroslav Tyrš dosáhl v řadě oborů, jsou o to cennější, že prakticky po celý život čelil opakujícím se nervovým kolapsům. Jeho život je neodmyslitelně spojen i s pesimismem vyplývajícím z nespokojenosti se světem nerespektujícím etické principy a normy. V létě 1884 zasáhla sokolskou organizaci zpráva o Tyršově tragickém úmrtí v rakouském Ötzu.

Od tohoto smutného okamžiku se opakovaně objevují diskuse, má-li Miroslav Tyrš a jeho filozofie sokolství stále co říci současníkům a zda jsme vůbec schopni pochopit jeho odkaz v celé šíři.

Klíčem k tomu, abychom si uvědomili, nakolik mohou být myšlenky sokola, filozofa, estetika a výtvarného kritika druhé poloviny 19. století stále platné a moderní i na začátku 21. století, je možná i Tyršovo dělení společnosti na dva tábory. V prvním jsou ti, co po ničem netouží, jsou pohodlní a spokojení, chtějí zachovat status quo. Ve druhém jsou reformátoři, zdokonalovatelé, věčně nespokojení s dosaženým. Hlavním úkolem člověka by tedy měl být podle Miroslava Tyrše pokrok. Jeho heslo „Věčný ruch, věčná nespokojenost!“ tento cíl přesně vystihovalo. A ani po sto padesáti letech nenese známky stárnutí. Je stále aktuální, je tedy středobodem historie i současnosti Sokola. ☺

Miroslav Tyrš při prvním sokolském sletu v roce 1882



OSLAVY 28. ŘÍJNA

Starostka ČOS Hana Moučková 28. října 2020 položila sokolské květiny k Národnímu památníku na Vítězství a uctila tak 102. výročí založení samostatného státu. V souvislosti s nouzovým stavem se letos musely tradiční organizované akce zrušit. Oslavy se tak přesunuly do virtuálního prostředí, kde alespoň na dálku sokolové vyjadřovali svou sounáležitost s českým státem i sokolskou komunitou.



OBČANSTVÍ

RYCHVALDŠÍ SOKOLOVÉ OPRAVILI HISTORICKÝ ALTÁN DÍKY ČESKÉ SPOŘITELNĚ

Text: Marta Vokurková

Altán, který dříve představoval azyl nejen pro zdejší sportovce, ale i náhodné návštěvníky, kteří sem přišli za aktivním odpočinkem nebo uspořádat piknik s přáteli, se konečně dočkal opravy. „Impulesem byl grant, který v rámci projektu Dokážeme víc začala v loňském roce nabízet Česká spořitelna. Zažádali jsme o finanční podporu a dostali nejen

100 tisíc korun, ale také pomocnou ruku při shánění dalších peněz,” říká Šárka Gawlasová, další z hlavních iniciátorek rekonstrukce. Rychvaldský altán podle ní naprosto přesně splňoval podmínky pro grant. „Naším cílem bylo vybudovat místo, kde by se zdejší obyvatelé mohli setkávat, společně trávit volný čas a posílili tak místní komunitu,” dodává

aktivní sokolka. Grant byl pro celý projekt zásadní, ale velký dík patří podle ní i městu Rychvald.

Už samotné slavnostní otevření altánu potvrzuje, že původní záměr se daří. Přišly se na něj podívat stovky rychvaldských obyvatel. „Jako dítě jsem tu hrával fotbal, volejbal i hokej. Slavili jsme tu sokolské i dětské dny nebo hornické slavnosti. Ženy

OD LEDNA 2021 BUDE ZAVEDENA ELEKTRONICKÁ EVIDENCE ČLENŮ

Text: Martin Chlumský

Přinášíme přehled zásadních změn v oblasti digitalizace, které se promítnou do života našeho spolku v roce 2021.

Tou nejzásadnější změnou, která se dotkne všech členů, sokolských jednot, žup i ČOS, bude spuštění elektronické evidence členské základny ECZ-Sokol, a to v lednu 2021. Jedná se o internetovou aplikaci, ve které je vedena evidence členů a činovníků, včetně cvičitelů a trenérů. Sokolské jednoty zde evidují své oddíly, spravují základní informace o jednotě a vedou řadu dalších evidencí. Sokolské župy mají přístup k souhrnným statistickým údajům (například demografické složení členů, počet oddílů všestrannosti, sportovních oddílů a podobně) tělocvičných jednot ve své župě, kontakty na statutární zástupce (starosta, jednatel) a výbor, dále pak přehled o cvičitelích v župě a zejména podklady pro odebrání a fakturaci členských známek. ČOS má přístup k souhrnným statistickým údajům jednot a žup, kontaktům na statutární zástupce a statutární orgány, činovníky, trenéry a cvičitele. Samozřejmostí je tolik potřebný export dat pro potřeby rejstříku sportu, spolkového rejstříku a dalších. Demoverze aplikace je už od června přístupná sokolským jednotám k vyzkoušení na adrese <http://demo.ecz-sokol.cz>.


Podstatné je, že se mění způsob podání přihlášky nových zájemců o členství v ČOS. Pro přihlášení bude sloužit jednoduchý webový formulář. V něm zájemce vyplní základní osobní údaje, vybere příslušný oddíl, do kterého se chce v tělocvičné

jednotě zapsat, potvrdí nezbytné souhlasy (zpracování osobních údajů, dodržování Stanov ČOS), případně nahraje svoji fotografii pro elektronickou průkazku. Pak jedním kliknutím odešle celou přihlášku tělocvičné jednotě, a tím je proces přihlášení ukončen. Samozřejmě jsme počítali s tím, že zájemce o členství nemá přístup k internetu a bude chtít přihlášku podat přímo v jednotě. Založit kartu nového člena proto může přímo příslušný činovník (matrikář) pověřený správou evidence. Po podání přihlášky je nutné, v souladu se Stanovami ČOS, schválit uchazeče o členství výborem jednoty a potvrdit za řádného člena matrikářem v aplikaci. V ní je pak automaticky připravena vyplněná průkazka člena, kterou je možné stáhnout a vytisknout v případě, že o to člen požádá. Členské známky budou v roce 2021 vylepovány stejně jako v letech minulých, i když systém je připraven na digitální členské známky. K tomu by však mělo dojít nejdříve za tři roky, až bude systém dobře zaveden.


V souvislosti s elektronickou evidencí také muselo dojít k technické novelizaci Stanov ČOS, tak aby byla vytvořena potřebná legislativní opora pro evidenci a vytvořen prováděcí předpis. V době psaní tohoto článku (listopad 2020) nebylo z důvodu COVID-19 zřejmé, kdy bude novelizace schválena Výborem ČOS, ale předpokladem je termín do konce roku 2020.

Co tedy konkrétně čeká tělocvičné jednoty a župy v lednu 2021? Prvním krokem je aktivace účtu a vyplnění základních údajů o jednotě nebo župě. Jednotám,

které již mají účet aktivní v demoverzi, se všechna data přenesou do takzvané ostré verze. Ostatní se hlásí do aplikace pomocí služebního e-mailu jednoty (@sokol.eu). Druhým krokem bude nahrání členské základny jednoty do aplikace. K tomu je možné použít připravenou šablonu, případně vložit data jednotlivě. Výhodou je, že pro hromadné vložení dat lze použít soubor ve formátu rejstříku sportu, se kterým mají jednoty již zkušenosti. Třetím krokem je pak kontrola dat a přiřazení členů ke konkrétním oddílům v tělocvičné jednotě. Je to nezbytný krok, který je však nutné provést, a to pouze jednou na začátku. Další evidence je pak již vedena průběžně.

Je nutné zmínit, že celá aplikace se postupně vyvíjela i na základě připomínek a zkušeností od uživatelů z jednot, žup i ČOS a bude se i v roce 2021 dále zdokonalovat. Požadavky se velmi liší a často jsou v přímém protikladu – od co nejjednodušších základních funkcí, až k řadě těch pokročilých, automatizací, propojení s účetnictvím a bankou. Všechny připomínky jsou proto posuzovány vývojovým týmem, konzultovány s odborníky a je dán jasný plán pro jejich zpracování do aplikace. V roce 2021 jsou plánovány minimálně 4 větší aktualizace aplikace, které přinesou další funkce a opravy případných chyb. Pro podporu uživatelům aplikace ECZ-Sokol, metodické vedení a komunikaci je možné se obrátit na sestru Magdu Řihovou (mrihova@sokol.eu). Více informací o aplikaci a postup pro přihlášení je uveden na stránce <http://bit.ly/eczsokol> .

tady nacvičovaly na spartakiádu. I hudba tady často hrála," vzpomíná devadesátiletý Lubomír. Třicátnice Monika naopak bydlí v Rychvaldu jen pár měsíců. „Máme tři děti. Je skvělé, že tu je takový krásný areál, kde se mohou nejen sportovně vybit, ale i seznámit s místními," pochvaluje si.

Stmelit zdejší komunitu však dokázal rychvaldský altán už během oprav. „Chodily nám sem pomáhat desítky dobrovolníků. Lidé z okolí sami nabízeli pomoc a díky tomu práce krásně odsýpala," shodují se Šárka Gawlasová a Kateřina Matušinská. „Chlapi, kteří nám dodělávali v altánu elektřinu, tu dřeli dlouho do noci, aby se vše stihlo," pochvalují si. .





SOKOL JE MOJE DRUHÁ RODINA

Text: Jana Horká

Foto: Markéta Navrátilová

Martin Matura se stal Cvičitelem roku 2019. Dvaatřicetiletý člen Sokola Písek přišel do sokolovny poprvé v pěti letech. Jako cvičenec prošel oddíly všech věkových kategorií, pak se stal pomahatelem, cvičitelem a dnes je v jednotě předsedou všestrannosti. Kromě toho je členem známé sokolské skupiny Five Fellas, která se zabývá silovou gymnastikou. Na částečný úvazek pracuje jako vědecko-výzkumný pracovník na Fakultě aplikovaných věd v Plzni, kde si momentálně dělá doktorát. Vystudoval kybernetiku a řídicí techniku. Zabývá se umělou inteligencí, konkrétně počítačovou syntézou řeči.

► Jak svoje ocenění v anketě Sokol roku 2019 vnímáš?

Mám z toho radost, i když neznám přesně pravidla té ankety, nevím, jak k tomu došlo ani kdo hlasoval. Nečekám za svou práci pro Sokol nějakou odměnu, nebo to pro mě určitě není prioritou. Ale ano, potěšilo mě to. A navíc socha sokola je opravdu hezká a originální. Mám ji v pokoji na skříni. Překvapilo mě, jak je těžká.

► Jak nejlépe dnes motivovat děti a teenagery, aby je Sokol bavil a aby v něm zůstali i v pubertě?

Dá se říct, že odchovávám už třetí generaci dětí a za ty roky jsem se přesvědčil, že nejdůležitější je kolektiv. Sport je bezesporu skvělá věc, lidé mají najednou společného koníčka, ale pokud tam není dobrá parta, málokdo to vydrží.

I když existují výjimky. Většina dětí sem chodí kvůli kamarádům a chtějí se prostě bavit, až je pak někdy problém je dotlačit ke cvičení... Zvláště ty starší (smích). Na druhou stranu je to pochopitelné, já jsem z generace dětí, které se po škole scházely venku a tam všechno probíraly. Dnešní děti už takhle volný čas moc netráví. Holky ještě možná trochu ano, ale kluci minimálně. Tak si to všechno musejí říct v Sokole. Mým cílem je tedy nejenom trénovat cvičení, ale i utužovat vztahy v kolektivu, protože to potom vede k tomu, že v Sokole lidé zůstanou.

► Jsi přísný cvičitel? Je podle tebe nutné, aby čtyřleté dítě stálo na čáře a nepřekračovalo ji ani o centimetr? Narážím na zkušenosti některých matek, které chodí cvičit s nejmenšími dětmi.

OSOBNOST

vším v minulosti, kdy bylo v tělocvičně padesát dětí a museli je nějak zvládnout. Ale smysl to má pořád. Možná má veřejnost zažitě, že se v Sokole stojí na značkách a chováme se jako vojáci. Mám ale pocit, že zejména u mladých cvičitelů už tomu tak není, že jsou více benevolentní. Dle mého by tedy naopak občas potřebovali pár pravidel do hodin zavést, aby se jim hodiny lépe vedly.

► **Proč jsou mladí cvičitelé benevolentní? Může za to i dnešní, řekněme, liberálnější výchova dětí?**

Nejspíš trochu ano. Nedávno jsme byli na školení dorostenců a mužů, kde jsme toto řešili a shodli jsme se, že je to problém. Je dobré na názvosloví a pořadové začít pracovat pomaličku už s dětmi, aby si vše zažily. Když v tom vyrostou, budou si vědět rady i jako cvičitelé. Do Sokola chodí opravdu široká škála dětí a já se snažím, aby všechny měly o pořadové a názvosloví alespoň základní povědomí, a také, aby cvičily precizně. Ukazuji jim, že když například přejdou po kladině a pořádně upaží, bude vypadat mnohem lépe, než když jim budou ruce plápolat kus od těla. Celý ten pohyb také lépe procítí, dostanou ho do těla a v neposlední řadě je to bude i víc bavit, když pak na videu uvidí, jak dobře to vypadá. Když od preciznosti, názvosloví a pořadové upustíme, jak to pak asi dopadne?

► **Špatně, hlavně při skupinovém cvičení...**

To je přesně ono. Při akademických nebo pak na sletech je toto základ. Navíc všichni musejí v danou chvíli cvičit naplno, aby byl výsledek jako celek dobrý. A co se pořadové týče, když ji nějaká skupina nezná a neví, co se po ní chce, kazí to i všem ostatním.

► **Cvičitelů je nedostatek, těch dobrých obzvlášť. Jak je to u vás v Písku?**

V mé generaci nás sem chodilo tak čtyři sta, myslím ve věku čtyři až patnáct let, a když vezmu svoje vrstevníky, plus mínus několik let, tak je tady jen jedna cvičitelka a jeden cvičitel. To je vše. Předchozí cvičitelé udělali bezpochyby velký kus práce, ale tohle se jim moc nepovedlo - nedokázali z cvičenců udělat cvičitele. Mezi mnou a generací mladších cvičitelů, která se u nás formuje, je zhruba patnáctileté hluché místo.

► **U tebe Sokol vážně nikdy neměl na mále?**

To víš, že měl. Když mi bylo asi patnáct... To byla divoká puberta (smích). Je to problematické období skoro u všech, spousta lidí v tomto věku ze Sokola odejde a už se nikdy nevrátí. Mojí nevýhodou nebo vlastně výhodou bylo, že jsme tehdy do oddílu chodili už jenom dva, já a můj dodnes nejlepší kamarád David Markvart. Takže jsme se u toho vzájemně drželi, když se mi nechtělo, bylo mi to vůči němu hloupé. Proto jsem šel.

► **Ty jsi ale hodně sportoval i mimo Sokol, čemu ses věnoval?**

Hrál jsem fotbal, dělal jsem judo, chodil jsem do vodáckého kroužku, hrával jsem volejbal, zkusil jsem toho hodně. Tyto sporty ale pro mě vždy byly jen doplňkem k Sokolu. Pro mě je na prvním místě gymnastika, kterou se v Písku v rámci sokolské všestrannosti hodně zabýváme. Z deseti měsíců, které cvičíme, se jí věnujeme tak sedm, zbylé tři jsme venku a trénujeme atletiku. Gymnastika je všestranná, je to pro mě královský sport, moc mě to baví. Pořád se mám co učit – jeden rok mě baví kruhy, druhý zase třeba hrazda. Pořád je v čem se zdokonalovat.

Myslím si, že ani ne tak přísnost, ale spíše preciznost do Sokola patří. Je ale potřeba vnímat, s jak staršími dětmi člověk pracuje. A je také rozdíl mezi skupinou holek a kluků. Styl vedení hodiny tomu přizpůsobuji. Tedy čím starší skupina je, tím můžu být striktnější. U předškoláků je fajn, když se postaví do řady, ale tam bych to s těmi povely a precizností až tak nepřeháněl. Navíc dnes na tom děti nejsou pohybově moc dobře a mají co dělat samy se sebou, takže ty nejmenší nemá cenu příliš „cepovat“, ale spíše je naučit základní pravidla.

► **A u starších dětí?**

U těch je to přesně naopak, tam už pravidla musejí být dodržována. Jakmile jsou cvičitelé benevolentní, tak se ta skupina jako celek špatně řídí. Hodina musí mít řád, ale není to vůbec o tom, že na ně budu křičet: "Stoupni si na značku," nebo: "Udělej ten cvik, jinak tu budeš do večera!" To vůbec ne. Stačí si ujasnit systém a pár povelů, na základě kterých má hodina větší spád a všichni si cvičení užijí. Názvosloví a hlavně pořadová cvičení měla svoje opodstatnění přede-



► Co pro tebe Sokol znamená?

To je krásná, ale komplikovaná otázka (smích), která má několik rovin. V Sokole jsem vyrostl, strávil jsem tu mnoho času s lidmi všech generací, takže Sokol je taková moje druhá rodina. Chodím sem rád a trávím tu většinu volného času – nejdřív to bylo proto, že mě bavila skupina, ve které jsem cvičil, a teď mě baví vést cvičence, pozorovat jejich pokrok a zapálení. Sokol pro mě tedy znamená spoustu zážitků a skvělých lidí. Před pár lety jsem se také dostal do vedení všestrannosti, kde působím jako předseda, což tedy není vždycky snadné.

► Nedokážete se v jednotě domluvit?

Takto bych to neřekl. Nezastírám, že máme jisté problémy, ale nechci do toho moc zabíhat. V Písku máme silnou všestrannost i sportovní oddíly, tak se to někdy bije. Někdy netáhneme za jeden provaz a mě to hodně mrzí. Věřím ale, že se to zlepší.

► Jak v tomto ohledu vnímáš ČOS jako celek?

V Sokole je spousta jednot, které se prostě starají jen samy o sebe. Na jedné straně je to skvělé, tak by to mělo být, ale někdy mi tam chybí širší pohled na věc. Řada lidí vůbec nevnímá, co a kde se děje.

Jsem předseda všestrannosti v Písku čtvrtým rokem, takže relativně chvíli. Nějaké širší povědomí mám, avšak zdaleka ne na to, abych mohl hodnotit situaci v celém Sokole. Přijde mi ale, že ČOS jednotná není. Kdysi měl Tyrš vizi a všichni, nebo většina ho následovala. To je dnes

„Vize Sokol 2030 má podle mě smysl. Líbí se mi, že máme za cíl „Být vzorem“ a že „Vedeme Čechy k pohybu a společné aktivitě“.

velmi těžké. Dneska je každý expertem na všechno, nebo si to alespoň řada lidí myslí. Podívají se, co se píše na internetu, a hned jsou z nich odborníci, takže ani nemají potřebu poslouchat názory ostatních.

► ...a jak se ti líbí nová sokolská vize?

Vize Sokol 2030 má podle mě smysl. Líbí se mi, že máme za cíl „Být vzorem“

a že „Vedeme Čechy k pohybu a společné aktivitě“. Jsem i příznivcem nového designu, třeba dualita písma je hezká. Díky tomu je i o Sokolu víc slyšet na veřejnosti. Za poslední dva roky rozhodně víc než za roky předtím. Z toho mám radost.

► Vy sami jste hodně aktivní jednotu, jaké akce pořádáte?

Zapojujeme se do projektů, které připravuje ČOS, ať už je to Noc sokoloven, Sokol spolu v pohybu, loni jsme se účastnili 1. ročníku Sokolského běhu republiky. Pořádáme závody ve všestrannosti, účastníme se přeborů ČOS. Pořádáme ale třeba i pyžamový ples, něco na způsob šibřinek, což je ale akce jen pro naši jednotu. Potom pořádáme různé výlety, tábory, jezdíme na vodu, v zimě na lyže. Děláme všechno možné. Já osobně si velmi stojím za myšlenkou všestrannosti. Jsem zastáncem toho, že by člověk měl mít obecný pohybový základ. Přál bych si, aby tělocvik na školách zase začal být důležitým předmětem. Za mě nám učitelé hodili míč s tím, hrajte si. A to trvá dodnes. Tělocvikáři si ulehčují práci, i když je pravda, že ne všichni. Z mého pohledu je tělesná výchova velmi dobrý název, který ale zůstává nenaplněný. Sokol má dnes nevděčnou úlohu, že s dětmi musí začínat úplně od nuly a to je velká škoda. ☹

inzerce:



Ondrášovka

**HLAVNÍ PARTNER
ČESKÉ OBCE SOKOLSKÉ**

WWW.ONDRASOVKA.CZ

SOKOLOVÉ V BABICÍCH NAD SVITAVOU POMÁHALI DĚTEM


Zavřenou babickou sokolovnu využili členové jednoty pro dobrou věc – svázeli do ní počítače, které přeinstalovali, vydezinfikovali a darovali dětem, které se po opětovném vyhlášení nouzového stavu musely učit distančně.

„Zjistili jsme, že máme v Babicích malé sokolíky, kteří doma nemají počítač. Měli jsme možnost zajistit z korporátní sféry sice vyřazené, ale plně funkční počítače, tak jsme neváhali a využili toho,“ říká Daniel Podola, jednatel Sokola Babice nad Svitavou.



Sokolům se podařilo získat na tři desítky počítačů. Ty pak nabídli na sociálních sítích. Zároveň oslovili místní občany i základní školu a také některé starosty a ředitele základních škol v okolních obcích. Všude se akce setkala s kladnou odezvou.

"V rámci příspěvků a kontaktů na sociálních sítích jsme se připojili i k projektu Nory Fridrichové a její sbírky na notebooky a počítače pro ženy samoživitelky z Klubu svobodných matek. Výsledkem bylo předání deseti kompletních sestav

počítačů Diecézní charitě Litoměřice, která počítače předala potřebným dětem spolu s taškami plnými ovoce pro posílení imunity. Věříme, že touto pomocí dáváme obsah a smysl třem bodům ze sokolského patera - OBČANSTVÍ, KOMUNITA a LASKAVOST," říká Daniel Podola. 

ÚČASTNÍCI SOKOLSKÉHO BĚHU REPUBLIKY VYBRALI 30 TISÍC PRO BRATRA ŠENKA

V letošním roce se Šumvaldem na Olomoucku prohnala povodeň, kterou nikdo nepamatuje a na kterou jen tak nikdo nezapomene. Jedním z nejvíce postižených obyvatel Šumvaldu se stal sokolský bratr Jaroslav Šenk (61), což je upřímný, pracovitý a nenápadný člověk, vždy ochotný druhému pomoci; brusí v místní firmě Unex Uničov. Od roku 1991 je členem Sokola Šumvald.


Do domu bratra Šenka se začala voda valit okny, vyvalila dveře a sahala mu až

do pasu. V poslední chvíli se mu podařilo utéct na půdu, kde přečkal noc. Přišel rázem o všechno.

A proto mu v sokolské župě Olomoucko-Smrčkové zřídili transparentní účet (293706524/0300), kam může každý, kdo chce pomoci v nouzi, přispět finanční částkou dle svého uvážení. Již nyní se zde scházejí peníze od sokolů z celé republiky.

"Moc bych si přál mít opravený dům, abych mohl aspoň trochu normálně žít,"

LASKAVOST

vyjádřil své přání Jaroslav Šenk. Také 282 sportovců, kteří se účastnili letošního Sokolského běhu republiky, dalo dohromady 22 800 korun. Organizátor závodů Sokol Čertovka se rozhodl tuto částku zaokrouhlit na rovných 30 000 Kč, které putují na zmíněný účet pro bratra Šenka. Všichni mu držíme palce, aby se mu podařilo dát dům brzy do pořádku. 

SOKOL S KNÍREM PODPOŘIL REKORDNĚ MOVEMBER

I Text: Josef Kubišta


Každý listopad probíhá v mnoha zemích světa Movember. Přesmyčka dvou anglických slov Moustache (knír) a November (listopad) znamená událost, která má za cíl upozorňovat na typicky mužská onemocnění. Převážně rakovinu varlat, onemocnění prostaty a duševní zdraví.

Sokol Libeň se jí účastní od roku 2012. A letos už druhým rokem nekopeme jen na

vlastním písečku. Tým mužů Sokola Libeň jsme přejmenovali na Sokola s knírem a otevřeli tak náruč všem, kdo mají dobrou vůli se připojit. Letos se nám pro Fond mužů proti rakovině povedlo vybrat 39 999 korun. Jde o dosavadní rekord.

Co se nás mužů týče, můžeme jít příkladem dalším. Krom občasného samovyšetření a pravidelných návštěv lékaře, je třeba omezovat nezdravé

návyky, jakými jsou kouření, alkohol, špatné stravování a podobně.

Jako prevence duševního zdraví je během movembru doporučen pohyb. Je pravda, že bez radosti z pohybu, není radost ze života. Jde o další příležitost popohnat sokoly, kteří jsou někde mezi prvním a druhým dechem, a zároveň o příležitost zverbovat mezi nás další členy. 

JIHLAVSKÝ POHÁR V TANEČNÍM SPORTU

Text: Jan Uhlíř

Taneční klub Sokol Bedřichov TK Chrisstar Jihlava uspořádal již 13. ročník tradiční soutěže Jihlavský pohár v tanečním sportu.

Soutěže se zúčastnilo 57 párů registrovaných v ČSTS.

Tanečníci z domácího tanečního klubu zaznamenali pět úžasných postupů do finále a vytančili všechny cenné kovy. Dvě parádní umístění si na své konto připsal pár Samuel Pavel a Morkusová Michaela ze Sokola Bedřichov TK Chrisstar Jihlava, kdy ve věkové kategorii JUN I. tř. C standard vytančili stříbrné medaile. I v kategorii věkově starších JUN II. tř. C standardních tanců potvrdili své kvality a s přehledem vyhráli zlato.

Ve věkové kategorii JUN II. v nejvyšší třídě B do soutěže promluvil taneční pár Novotný Lukáš a Prokůpková Lucie ze stejného klubu, a to ziskem bronzové medaile a finálového 4. místa v mládeži za standardní tance. V těch latinsko-amerických tř. B JUN II. tančily hned dva páry z již zmíněného klubu. Samuel Pavel a Morkusová Michaela obsadili 7. místo. Dvojice Novotný Lukáš a Prokůpková Lucie vybojovala 5. místo a v kategorii mládeže dotančila až do semifinále, kde obsadila konečnou 8. příčku. 📍



KARATISTÉ ZÁVODILI VE VAMBERKU

Text: Ladislav Lux

V říjnu se konal již 20. ročník soutěže karatistů s názvem „Shotokan Cup Sokol Vamberk 2020“. Do Vamberka se sjelo na 145 závodníků z celé republiky. Ze čtrnácti zúčastněných oddílů byla téměř polovina sokolských. 📍



ATLETI SOKOLU NEHVIZDY ZAZÁŘILI NA EVROPSKÉM ŠAMPIONÁTU

Text: Tomáš Vojtek

Na jubilejní 15. ročník European Kids Athletics Games 2020 se sjelo přes tisíc účastníků z devíti zemí Evropy. K vidění byly vynikající výkony, včetně neuvěřitelných jedenácti rekordů her.

Náš tým odjel na hry s vidinou dvou (možná tří) medailí, pokud se na nás usměje štěstí. Co se ale dělo již od začátku mítinku, jsem sám nečekal! Vše odstartovala jedna z našich nadějí ve skoku vysokém Verča Havlíčková. Výkonem 157 cm vybojovala druhé místo. Vítězka ze Slovinska vytvořila nový národní rekord své země, a zároveň i rekord her, výškou 163 cm. Následně jsme prožili chvíle smutku, a to když v závodě na 60 metrů Kuba Truhlář, Lukáš Mareš i Nikoleta Lar brali „jen“ čtvrtá místa. Kluci se ale zdravě naštváli, což pravděpodobně Kubovi přineslo velice překvapivé zlato ve výšce a Lukášovi stříbro v dálce. Ten přidal ještě třetí místo v běhu na 800 metrů.

Kuba druhý den navíc dolétl ve skoku dalekém pro další bronz.

Eliška Zimmermannová se radovala nejen z vytouženého bronzu v hodu oštěpem, ale i ze čtvrtého místa v kouli a sedmého v dálce.

Smutek přišel v oštěpu mladších dívek pro Domču Grábnerovou, která do poslední série takřkajíc držela placku, ale nakonec ji od třetího místa dělilo pouhých 5 cm. Terezie Tábořská si odvezla zlato v běhu na 60 metrů a zlato v běhu na třístovce, a to v brutálním čase pod 40 sekund! Je jasnou královnou her ve sprintech. Amélie Nevrlá si v novém osobáku, tedy 520 cm, doskočila v dálce pro třetí místo. Na zlato jí chyběly jen 4 centimetry. Terka Kučerová sice neměla naše barvy na dresu, ale více než rok už s námi trénuje. Na krku si odvezla hned tři medaile, a to zlato z výšky, zlato v hodu a stříbro v dálce.

Největším zážitkem, a pro nás nejvíce očekávanou disciplínou, byla štafeta na 4x60 metrů dívek, kterou běžele děvčata ve složení Nikoleta Lar, Verča Havlíčková, Dominika Grábnerová a Lucie Popelková. Jejich zásluhou jsme přivezli další zlaté medaile!!! 📍

JUNIORSKÝ MISTR REPUBLIKY VE VZPÍRÁNÍ JE ZE ZLÍNA

I Text: Jaroslav Janeba


V Sokolově se 1. srpna 2020 uskutečnilo republikové mistrovství juniorů do 17 let. Ze zlínských vzpěračů splnilo limity pro účast trio mladých elévů. Úspěšnou pětičlennou výpravu tvořili trenér Janeba, asistent trenéra Martin Balajka a tři závodníci. Tomáš Podškubka (17 let) získal titul mistra ČR, Vojtěch Navrátil (14 let) dosáhl na bronz a Tomáš Fröhlich (15 let) skončil čtvrtý. Nejlepší výkonosti dosáhl Tomáš Podškubka, a to 215,74 Sinclairových bodů. Vojta Navrátil dosáhl 199,43 bodů a Tomáš Fröhlich 194,23 bodů. 




GYMNASTKY SOKOLA HODKOVIČKY ZÍSKALY PRVNÍ JUNIORSKÝ INDIVIDUÁLNÍ TITUL

I Text: Monika Hantáková

Česká moderní gymnastika zahájila závodní sezónu naostro, a to hned dvěma nejvyššími mistrovskými soutěžemi v kategorii juniorek i seniorek MT. Obě soutěže v letošním roce hostila sportovní hala Stromovka v Českých Budějovicích.

Náš klub měl mít původně v bojích o medaile tři gymnastky. Ale Karolína Havlíková a Natália Husovská se už připravují v reprezentačním družstvu na společné skladby pro MEJ 2021. Proto závodila jen Naďa Šolcová. Šlo o náročný čtyřboj. Naďa předvedla barvitě sestavy s příběhem a velké odhodlání se poprat o co nejlepší výsledek. Dvojboj s míčem a obručí zvládla velmi dobře, zejména míč se povedl na jedničku. Obruč byla razantní, temperamentní, ale chybičky tam byly. Dvojboj s kuželi a stuhou zahájila Naďa svojí lyrickou sestavou, ale stuha moc neposlouchala. V celkovém pořadí se vyšplhala na 4. místo v konkurenci 39 gymnastek, s odstupem pouhých 0,25 bodu od bronzového stupínku. Za sestavu s míčem to ale přece jen "cinklo". Naďa se stala mistryní republiky pro rok 2020. 

HRADECKÉ STOLNÍ TENISTKY JSOU NEJLEPŠÍ V REPUBLICE

V sobotu 22. července 2020 se v Ostravě uskutečnilo mistrovství republiky družstev staršího žactva U15. Mezi nejlepších 16 družstev se kvalifikovalo i družstvo nadějných stolních tenistek z klubu Sokola PP Hradec Králové, a to ve složení Tereza Bártová, Adéla Zoubková, Anežka Truněčková a Jana Tomášková. Na první zápas si svěřenkyň trenérky Olesie Stakhové musely chvíli počkat, protože úvodní kolo jim přineslo volný los. V druhém kole jednoznačně smetly družstvo SK Dobré B a postoupily do semifinále. Ani v semifinálovém boji pak svým soupeřkám z týmu AC Sparta Praha nedovolily žádné drama, Vyhrály 3:0 na zápasy. Ve finále začal souboj s SK Dobré A opět lépe pro náš tým. V úvodních dvouhrách zvítězila nejprve Adéla Zoubková nad Adélou Sazimovou 3:1 a stejným výsledkem si poradila Tereza Bártová s Vendulou Šichanovou. Neskutečnou jízdu turnajem holky zakončily výhrou ve čtyřhře 3:0, což pro ně znamenalo získání zlatých medailí včetně titulu mistryň České republiky. 





#BEACTIVE SOKOL SPOLU V POHYBU 2020 SE ZÚČASTNILO TÉMĚŘ 13 TISÍC LIDÍ

Text: Pavel Tichý

Sokol spolu v pohybu je projektem, který se pomocí pohybových aktivit snaží propojovat lidi téměř všech věkových kategorií. Sportovní akce jak pro děti, mládež nebo dospělé, tak i pro rodiny a seniory se konaly po celé České republice v týdnu od 23. do 30. září 2020.

Týden Spolu v pohybu je tradiční akcí, kdy na sedm dní v roce spojí sokolské jednoty své síly a dají veřejnosti vědět, že Sokol žije. Probíhá vždy v září, takže organizované akce mohou sloužit i jako otevřené cvičební lekce s nábojem do oddílů. Mohou ale samozřejmě plnit také jiné funkce, jako je seznámení veřejnosti s činností v Sokole, setkání cvičenců po prázdninách, sportovní akce pro celou rodinu nebo turnaje, soutěže, výlety a další.

Protože byl týden akcí Sokol spolu v pohybu součástí Evropského týdne sportu, který nesl motto #BeActive, což je iniciativa Evropské komise na podporu sportu a pohybové aktivity v celé Evropě, tak i u projektu Sokol spolu v pohybu bylo prezentováno toto motto. Propojení akce #BeActive Sokol spolu v pohybu s Evropským týdnem sportu bylo i takto medializováno. Cílem medializace bylo

představit Sokol jako nesmírně činorodou a otevřenou organizaci.

Navzdory situaci a omezením, která provázela konání celé akce, jsou souhrnné počty účastníků velmi dobré. V termínu #BeActive Sokol spolu v pohybu se uskutečnilo na 135 akcí. Mimo termín jich bylo dalších 22. Celkový počet osob, které se zúčastnily #BeActive Sokol spolu v pohybu, byl 12 946; pořadatelů bylo 1 401.


Téma letošního ročníku bylo zaměřeno na tradiční české pohybové hry. V souvislosti s tématem byla před akcí do jednot spolu s ostatní materiální podporou dodána nejen publikace Tradiční hry z Česka, která byla vydána k tomuto účelu, ale také sada ke hraní několika her uvedených v této publikaci. S materiální podporou byly do jednot rozeslány například i skleněné kuličky určené ke hře a v sadě ke hraní byla přiložena guma na skákání, káča s bičíkem a kostky na drápky.

V publikaci jsou pohybové hry rozděleny podle věku do tří kategorií. Je zde popsáno, jak se hrají například hry jako Honzo, vstávej nebo Cukr, káva, limonáda. Nechyběl ani návod na skákání panáka,

školku s míčem a se skákací gumou, nebo na čáru, kuličky, točení káčou a mnoho dalších.

Pro celý týden nabídl Český olympijský výbor všem členům České obce sokolské možnost zapojit se do testování pohybových schopností a dovedností v souboru testů, který se nazývá Odznak všestrannosti. Vyzkoušení této testové baterie bylo další z aktivit, kterou mohly jednoty zařadit do týdne pohybu.

Odznak všestrannosti umožňuje porovnávat sportovní výkony napříč generacemi, poměřit síly s členy rodiny nebo kolegy z práce, sousedy i se spolužáky, nebo sportovat jen tak sami pro sebe a sledovat, jak si kdo vede ve srovnání se známými osobnostmi. Disciplíny plní třeba mistr světa v krasobruslení Tomáš Verner či olympijští vítězové Roman Šebrle a David Svoboda.

Součástí je 12 disciplín, plus 3 určené speciálně pro sokoly. Zapojit se do testování lze tak, že se nejprve vytvoří účet na www.odznakvsestrannosti.cz. Při tom se zadá v posledním políčku profilu speciální kód – sokol2020, čímž se aktivuje varianta systému pro Sokol. Pak se již dá pod zvoleným heslem přihlašovat a plnit jednotlivé disciplíny. 

Po více než deseti letech se sokolové z odboru všestrannosti (pobyt v přírodě) vrátili do Ledče nad Sázavou. Tentokrát ale nebydleli v tělocvičně sokolovny, ale blízko památníku Jaroslava Foglara ve Sluneční zátoce. Na zářijový celostátní sraz přijelo na 120 sokolů, a to ve věku od 3 do 87 let. Nikdo z nich o víkendu nezahálal a všichni se zapojili do sbírání bobříků. Hned v pátek večer absolvovali stezku odvahy. Druhý den pokračovali ovládáním plavidel, střelbou, indiánským lakrosem a prověrkou první pomoci v oblasti resuscitace a transportu. Došlo i na práci s buzolou v terénu nebo šplhání po laně. Zručnost si prověřili formou skládání origami, ale také házením ringo kroužků. Neopomenuli ani poznávání rostlin a nemohl chybět ani bobřík mlčení. Každý den byl zakončen večerním táborákem.

V neděli po ránu se účastníci projeli legendárním posázavským pacifikem až do Smrčné a pak se zpátky vraceli pěšky. Všem zůstaly krásné vzpomínky nejen na zátoku, ale i plno zajímavých zkušeností a nová sokolská přátelství. ☺

SOKOLOVÉ SE ZNOVU SJELI DO SLUNEČNÍ ZÁTOKY

| Text: Hana Horáková



PRVNÍ ROČNÍK TOUR DE KOSOVÁ

| Text: Tereza Lojdová

V předposlední srpnový víkend se uskutečnil první závod horských kol v Moravských Budějovicích s názvem Tour de Kosová. Na závodníky rozdělené do čtyř kategorií čekala především rovinatá osmadvacetikilometrová trať vedoucí po lesních cestách v malebné krajině mezi Moravskými Budějovicemi, Komárovicemi, Tře-

belovicemi a Dědicemi. I přesto, že jsme očekávali amatérské cyklisty pouze z okolí Moravských Budějovic, potkalo se na trati na 140 závodníků z nejrůznějších koutů republiky. Převýšení trati nebylo výrazné a téměř z 60 % se závod jel po asfaltových silnicích. I proto se dal předpokládat spíše cyklistický sprint. Do poslední chvíle nebylo o vítězi závodu rozhodnuto. Nejrychleji trať nakonec zdolal Josef Vítů ze Studnice u Telče v čase 52:18. Nejrychlejší ženou v cíli byla Šárka Čejková z Batelova v čase 1:01:44. ☺



SENIORSKÝ PANKRÁČEK SE KONAL JIŽ PODRUHÉ

| Text: Helena Pištorová

Koncem září se na hřišti Sokola Pankrác uskutečnil již druhý ročník soutěže Seniorský pankráček. Jedenadvacet seniorů ze tří jednot si procvičilo nejen své sportovní

dovednosti, ale i svou paměť a zručnost. A také se dobře pobavili. Vše za dodržení doporučených hygienických opatření. Soutěže probíhaly za hezkého počasí na hřišti, které je v rekonstrukci, tudíž jsme měli k dispozici pouze omezené prostranství. Díky dobré organizaci a pomoci všech zúčastněných, i jejich maximální ukázněnosti, jsme si všichni užili skvělé dopoledne.

Dva dny nato jsme se zúčastnili i dalšího skvělého dopoledne, a to na soutěži Nesed'te doma v papučích, kterou pořádal Sokol Pražský. ☺






MARTÍNKOVŠTÍ SI STO LET OD ZALOŽENÍ JEDNOTY PŘIPOMNĚLI FOLKLÓREM

| Text: Josef Pléha | Foto: Jitka Barešová

V sobotu 12. září 2020 se v Martínkově, který patří k župě Plk. Švece, uskutečnila VII. národní přehlídka sokolských folklorních souborů. V tento den si jednota navíc připomněla sté výročí založení místního Sokola. Konání přehlídky předcházelo několik týdnů příprav i konzultací jak s přihlášenými soubory, tak i s pražským vzdělávacím odborem, který je koordinátorem činnosti sokolských kulturních těles. Folklorní přehlídka se koná každé dva roky. Letos se vůbec poprvé uskutečnila na Vysočině. Vzhledem k epidemiologické situaci se souborů i diváků zúčastnilo o něco méně, než tomu bylo v předcházejících ročnících. Ti, co si přehlídku nenechali ujít, na pódiu na návsí viděli jak vystoupení Sejkorek a Formanů ze Slatiňan, tak i Dřeváčku z Jihlavy nebo soubor Všetulské Hanáče.

Jako první ovšem nastoupili místní, tedy Džbáněk a Martínek, k nimž se během odpoledne přidal i Džbáněček. Nejen pro milovníky lidových písní a tanců bylo zajímavé sledovat rozmanitost krojů jednotlivých vystupujících a porovnávat tance z různých koutů naší republiky.

Každé vystoupení ocenili diváci potleskem. Po skončení přehlídky dekorovala Kateřina Pohlová ze vzdělávacího odboru prapor Sokola Martínkov slavnostní stuhou Předsednictva ČOS. Došlo i na křest knihy „Tělocvičná jednota Sokol Martínkov – 100 let od založení“. V doprovodném programu vystoupil s ukázkou freestyle fotbalu člen

místní jednoty a šestinásobný mistr ČR Petr Karásek nebo bývalá mistryně světa v tomto sportu Lucia Kevická z Bratislavy. S trojicí písní s převážně sokolskou tematikou se představil místní pěvecký sbor Jordán. Večer pak pokračovala volná zábava a sobotní oslavy martínkovské jednoty byly zakončeny ohňostrojem. 



MICHNOV PALÁC ROZVONĚLY VERŠE S VŮNÍ KÁVY

Text: Jarka Knížková

Foto: Marie Brunerová

Láska, jak ji potkáváme od dětství a jak nás v různých podobách provází celý život – to byl podtitul zářijového večera Veršů s vůní kávy. V pořadu nešlo pouze o lásku muže a ženy, ale, jak naznačuje podtitulek, o lásku obecně. V básních je vyznávána nejen láska dítěte k mamince, ale je tam zmíněna i láska přátelská a kamarádská nebo vztah sourozenecký. Autorkami poezie jsou převážně ženy, tedy - Radka Devátá, Jarmila Maršálková, Dagmar Čížová. I prozaická část, popisující velmi vtipně určitou oběť, kterou podstoupila sestra pro svého nezdárného bratra, je od ženské autorky Zuzany Hubeňákové. Použili jsme výňatek z její knížky Můj bratr albatros a jiná rodinná zvěstava.

Ale jsou zastoupeni i autoři rodu mužského - Miroslav Florián, Stanislav Oliva a František Novotný. Tomáš Bartáček opět doplnil program jemnými písničkami folkových autorů.

První pásmo Veršů s vůní kávy, které jsme takto uvedli, se jmenovalo "Už přeci za dob Adama" a mělo podtitulek "Poetické (a jen lehce ironické) posezení s milostnými verši a s nahlédnutím do deníku prvních milenců".

Zazněly v něm poetické folkové písničky Zuzany Navarové, Karla Plíhala, Vlasty Redla a Jaromíra Nohavici. To vše v podání našeho sokolského, a na kytaru hrajícího, barda Tomáše Bartáčka, který na základě tohoto večera nejenže připravil i dvě další samostatná vystoupení v Michnově paláci v rámci projektu Do Sokola za kulturou, ale dostal i nabídku jedné z kaváren, aby pro ni připravil tematický hudební doprovod k autorskému čtení.

V něm byla hlavní síla napřena na čtení z Deníku prvních milenců, tedy Adama a Evy, z prózy Marka Twaina. Závěr vystoupení vernal mnohým divákům do očí slzy dojetí. Tuto část doplnily dále verše Josefa Kainara, Fráni Šrámka, Jacquese Préverta a dalších básníků. Byli jsem tehdy velice překvapeni úspěchem a zájmem diváků, který naše Malá scéna, jak jsme si začali říkat, vzbudila. Objeli jsme s tímto pořadem několik sokoloven a kaváren v Praze. Dokonce jsme s ním vystoupili v jednom kostelíku v Záběhlicích, a to v rámci Noci kostelů.

Autor a vedoucí tohoto projektu, který je členem Divadla pod Petřínem, Petr Burian byl okamžitě požádán o pokračování. Vznikl tak další díl pořadu s podtitulem "Pro život ten správný hlad". Tímto pásmem jsme vyjádřili poctu Josefu

Kainarovi. Opět zazněly folkové písničky v podání Tomáše Bartáčka, který se kromě kytary postaral i o klavírní doprovod.

Náš soubor také několikrát vystoupil s pásmem veršů s vánoční tematikou. Pod titulem "Už je tu zas adventní čas" jsme hráli v Michnově paláci, v sokolském klubu seniorů v Libni i v několika pražských kavárnách. V těchto předvánočních vystoupeních nabízíme i vlastní básnickou tvorbu.

Premiéra posledního tematického pásma, které bylo uvedeno s podtitulem "Kudy všudy s láskou za láskou", byla 29. září 2020 v Michnově paláci. ☺



inzerce:



-10%

EXKLUSIVNÍ SLEVA

Heslo „SOKOLFW20“

-10% na novou kolekci SAM 73

**SAM73.CZ**
street & sportswear

 100 PRODEJEN  ESHOP

Platí pouze na e-shopu SAM 73 od 20.9. do 31. 12. 2020.

JAK UDĚLAT KOTOUL NEBO PŘEMET

| Text: Dana Šonková

Na tuto otázku jsme hledali odpověď během dvoudenního semináře, který v září pořádala ústřední škola. V tomto prázdném roce to byl jeden zmála, který se uskutečnil, a to za důsledného dodržování hygienických předpisů.

Oba dny začaly rozcvičením, k němuž patřily hry a honičky, které skupinu asi 30 cvičitelů různého věku semkly. Lektorka Zuzka nás prováděla celým víkendem s profesionálním pohledem na zdravé a fyziologicky správné provádění nácviku ať už jednoduchých, či složitých pohybů. Zjistili jsme, že i ke kotoulu potřebujeme mít posílené svaly, abychom své tělo plně ovládali. A to je základem zvládnutí jak stoje na ruce, tak přemetu vpřed i vzad.

Neděle začala téměř stejně, jen skupina se trochu obměnila. Dorazili kluci se zkušeností s parkourem, pro něž předvedení složitějších cviků nebylo žádným problémem. Lektorka Renáta, která má velké zkušenosti s tréninkem sportovní gymnastiky, nám ukázala využití různých cvičebních pomůcek, a to jak pro nácvik přemetů vzad i vpřed, tak salt. Zajímavé bylo zvýšené odrazové místo k nácviku přemetů, a tím pádem i více času a prostoru pro dopad. Naše tělocvičny jsou už vybaveny různým náradím a náčiním, jen se naučit je správně kombinovat a využívat pro naši práci s dětmi. Loučili jsme se sice unavení, ale nadšení z nových poznatků. ☺



ŠKOLENÍ CVIČITELŮ VŠESTRANNOSTI III. TŘÍDY

| Text: Marie Šemeláková

Chodím cvičit od svých čtyř let. Ano, již něco pamatuji, ale nebudu zde poukazovat na svůj věk či starší tělesnou schránku. Chtěla bych se podělit o nevšední zážitek. Přihlásila jsem se na školení cvičitelů všestrannosti III. třídy, které organizuje Ústřední škola České obce sokolské.

Na samém začátku jsem zvládla první konzultace i ořukávání. Vše bylo velice přátelské, s úsměvem a, dalo by se říci, hravé. Prověřila jsem svou zdatnost, a to nejen na kruhovém tréninku, ale také v pohybových hrách. Trochu jsem pozapomněla, kolik je mi let, a snažila se létat po tělocvičně jako ostatní. Byla to zkouška vytrvalosti, odvahy i dechu. Dech mě trochu zaskočil a vrátil zase zpátky do reality. Leč nevzdala jsem se a snažila se běžet dál. I kotoul při prostných jsem zvládla, a to po dlouhých 40 letech. Mé ruce pozvolna začaly spolupracovat se stuhou, míčem, obručí i kužely. Nejvíce se mi líbilo cvičení s hudbou, což bude tím, že je mi nejbližší.

Kolektiv byl různorodý, tedy všechny věkové kategorie. Bratři si zaposilovali a užili sportovních her; sestry měly větší zájem o cvičební jednotky s dětmi. V menší míře mělo zastoupení mé oblíbené cvičení s hudbou.

Druhá konzultace začala vážněji. Měli jsme předlékařskou první pomoc, kde jsme si všichni vyzkoušeli resuscitaci. V mém případě to bylo poprvé a jsem moc ráda, že si už budu vědět rady.

V bazénu, do kterého jsme se večer přesunuli, nás přivítala velice rázná, ale milá lektorka a já věděla, že v bazénu mi to nepůjde, protože plavání není moje doména. Styl "à la paní starostová" tu zřejmě vyučován nebude. Nicméně jsem se namočila a zpytovala svědomí, proč jsem se o tento druh sportu dříve nezajímala více.

Bylo skvělé, jak jsme si navzájem pomáhali, a nikdo se neškarčil. Naopak - úkoly jsme zvládali s úsměvem. A nadšení, když se cvik podařil, bylo velkolepé. ☺

TERMÍNOVÁ LISTINA AKCÍ ÚSTŘEDNÍ ŠKOLY ČOS NA ROK 2021

Termíny	Název akce	Místo konání	Druh
15. - 17. 1., 12. - 14. 2., 20. - 21. 3.	Cvičitel sportovní všestrannosti	Praha	ŠIII
23. 1.	Závěsná akrobacie	Praha	SE
24. 1.	Playfight	Praha	SE
29. - 31. 1., 26. - 28. 2., 26. - 28. 3., 16. - 18. 4., 14. - 16. 5., 25. - 27. 6., 3. - 5. 9., 25. - 26. 9.	Instruktor gymnastiky	Praha	ŠII
29. - 31. 1., 5. - 7. 3., 17. 4.	Cvičitel RDPD	Praha	ŠIII
29. 1., 19. 3.	Svět nekončí za vrátky, cvičíme se zvířátky	Praha	SE
6. - 7. 2., 6. - 7. 3.	Zdravotník zotavovacích akcí	Praha	Š
6. 2., 18. 4.	Kineziotaping pro cvičitele	Praha	SE
6. 2.	Atletika ve sportovní všestrannosti + Rozhodčí atletiky	Praha	SE
7. 2.	Plavání ve sportovní všestrannosti + Rozhodčí plavání	Praha	SE
20. - 21. 2.	Školení činovníků	Praha	Š
20. 2.	Moderní gymnastika	Praha	SE
6. 3.	Doškolovací seminář Zdravotník zotavovacích akcí	Praha	SE
6. 3.	Rozhodčí SG - mužské složky	Praha	SE
7. 3.	Miniházená	Praha	SE
21. 3.	Dětská psychologie ve sportu, důvěra, motivace, sebevědomí	Praha	SE
11. 4.	Jóga pro děti	Praha	SE
18. 4.	Pohádkové cvičení nejen pro předškoláky	Praha	SE
9. 5.	Jóga pro děti	Praha	SE
22. 5.	Motivace lidovou písničkou II	Praha	SE
29. 5.	Tricking - akrobatické bojové umění	Praha	SE
6. 6.	Jak na sociální síť	Praha	SE
3. - 11. 7.	Prázdninová škola mladých pomahatelů	Praha	ŠIII

U akcí, kde není uveden přesný termín konání, bude informace zveřejněna na www.sokol.eu v průběhu roku. Sledujte webové stránky.
 Vysvětlivky: Š = školení, ŠII = školení II. třídy, ŠIII = školení III. třídy, SE = seminář

Počet kusů:

Župa, jednota: (je-li objednatelem předplatného)

Jméno a příjmení:

Číslo účtu:

/

IČO organizace:

ADRESA PRO ZASÍLÁNÍ

Ulice:

PSČ:

Město:

E-mail:

Datum úhrady:

☐ složenkou ☐ příkazem ☐ pokladnou

Bankovní spojení ČOS: KB Praha 1, č.ú.: 27-7699580257/0100

Variabilní symbol: 160 2021

OBJEDNÁVKA PŘEDPLATNÉHO ČASOPISU SOKOL

PŘEDPLATNÉ NA ROK 2021

(do zahraničí + doplatek za poštovné)

199 Kč

Vyplněný objednávkový lístek zašlete bezprostředně po zaplacení na adresu:

ČOS – tiskové oddělení
Újezd 450, 118 01 Praha 1

nebo e-mailem: jhorka@sokol.eu

Přiložte kopii bankovního příkazu (doklad o platbě).

PATRONKOU PROJEKTU SE SOKOLEM DO ŽIVOTA JE KATEŘINA BAĐUROVÁ-JANKŮ

| Text: Zuzana Fendrychová

Skvělá česká atletka, která v roce 2007 na mistrovství světa získala stříbrnou medaili ve skoku o tyči. Dnes především máma dvou dcer a majitelka sportovní mateřské školy v Horoměřicích u Prahy. V té už druhým rokem rozvíjí pohybovou gramotnost dětí podle sokolské metodiky. Projekt Se Sokolem do života si tak nemohl přát lepší patronku.

► Když se řekne Sokol, co se Vám vybaví?

Jsem bývalá, tedy dnes už opravdu hodně bývalá, sportovní gymnastka, takže první, co si vybavím pod pojmem Sokol, je gymnastická tělocvična, parkety a nářadí. Pamatuji si, jak jsme si ho s holkami vždycky před tréninkem nanosily do tělocvičny, a po něm ho zase odnesly do nářadovny. Vybavují se mi ale i nádherné historické stavby, jako je třeba Tyršův dům. V neposlední řadě ale pro mě Sokol je synonymem pro všestranný zdravý pohyb, který již několik let propaguji v naší mateřské škole s cílem předat dětem základy a lásku k pravidelnému pohybu, a tak komplexně rozvíjet tělo i ducha. Snažíme se tak předcházet předčasným specializacím nebo naopak nezájmu o pohyb jako takový. Taková zlatá střední cesta.

► Jak hodnotíte zapojení Vaší školky do projektu Se Sokolem do života?

Právě zapojení do programu byla jedna z inovativních aktivit, do kterých jsme se ve školce pustili. V loňském roce jsme bohužel neměli tolik prostoru, kolik bychom si představovali. Jako všechny školy a většina školek byla i ta naše po celé jaro uzavřena a do konce školního roku byl program ochuzený o společné akce rodičů s dětmi, které

jsem do vyhodnocení projektu plánovali. Ta část, kterou ale mohu hodnotit – tedy první pololetí – byla vnímána ze strany dětí, rodičů i učitelek velice pozitivně. Všichni si přáli se do programu zapojit i v letošním roce.

► Co Vás na sportu jako dítě nejvíc bavilo?

Z vyprávění vím, že jsem byla velmi živé dítě, které rádo běhalo, skákalo a lezlo do výšek. Proto se mnou maminka začala chodit na cvičení rodičů s dětmi. Tam si mne všimla gymnastická trenérka a nabídla, abych zkusila gymnastiku. To mne nadchlo a začala jsem chodit pravidelně. Zhruba do třinácti let jsem se věnovala sportovní gymnastice. Pak následovala krátká pauza, kdy jsem chtěla zkusit latinsko-americké tance, ale ty tehdy na sportovním gymnáziu, kde jsem studovala, nebrali jako sport. Zkusila jsem proto atletický trénink a zjistila, že mne různorodost atletických disciplín baví, a nakonec mi i jde.

► Máte doma dvě dcery. Jak je s manželem, taky bývalým atletem, vedete k pravidelnému pohybu?

Snažím se je vést stejně, jako kdysi vedla moje mamka mě, tedy k všestrannosti. Aby uměly plavat, jezdit na

kole, na lyžích, na bruslích. Naštěstí je k pohybu vůbec nemusíme nutit. Naopak někdy spíše brzdíme. Za základ k atletice a plavání považuji gymnastiku, takže se třikrát týdně věnují právě jí. Pak už jen ukazují nebo nabízím a nechávám je, aby si samy vyzkoušely a zjistily, co je baví a co jim přináší radost. Protože to je opravdu nejdůležitější. ☺



SOKOLÍK PEPÍK PLNÍ DĚTSKÉ SNY

Čtyřletému Jakubu Hauptovi z MŠ Velké Přítočno se díky projektu Se Sokolem do života splnilo velké přání – získal svou vůbec první medaili. „Syn si ji přál už hodně dlouho a díky sokolskému projektu se mu ji podařilo získat. Nosil ji pyšně na krku,“ říká Jakubův otec Jan Haupt.

Učitelky z MŠ, do které Jakub chodí, si celý program pochvalují. „Líbí se nám jeho ucelená forma, kdy děti plní různé úkoly z obratnosti, dovedností s míčem, přirozeného cvičení a rozvíjení poznání změn v přírodě a okolí,

jako i netradiční úkoly z hlediska pohybu, které vycházejí z tradičních lidových zvyků a ročního období,“ říkají.

Mateřská škola Velké Přítočno se do projektu Se Sokolem do života zaregistrovala letos podruhé a je tak jednou z 1 632 školek a jednot, které se do projektu v sezóně 2020/2021 zapojily. Rekordní je nejen toto číslo, ale především počet dětí, které se Sokolíkem Pepíkem cvičí. Celkem je to 90 137 předškoláků. Děti tak získávají nejen lásku k pohybu, ale i své první medaile. ☺

JOSEF ŠKÁBA OSLAVIL 101 LET



Bratr Josef Škába se narodil 1. listopadu 1919 v Bratislavě a sokolem se stal již ve svých 4 letech. Sport mu byl vlastní. Jako žák, a později i jako dorostenec, se mu plně věnoval. Ještě před druhou světovou válkou se stal tamním mistrem republiky v basketbalu, a to za Slávia UK Bratislava.

Protože uměl dobře německy, byl za II. světové války v rámci totálního nasazení přesunut do Milovic, kde se přidal k aktivitám v Sokolu, i přesto, že tato činnost byla za protektorátu zakázána. Vzpomíná, jak i přes zákaz shromažďování docházeli cvičenci hojně do zahrady Sokola, kde se všestranně zdokonalovali.

V Milovicích se i oženil a zůstal aktivním sokolem. K jeho oblíbeným sportům patřil volej-

bal a fotbal, kde hned po válce chytal v brance. Láska k míči mu zůstala i poté, co z branky odešel. Na hřišti totiž zůstal a více než 40 let pískal zápasy jako rozhodčí.

V jednotě zastával funkci pokladníka a pamětníci na něj vzpomínají jako na zcela přesného účetního, který vždy všechno spočítal do haléře.

V aktivním důchodovém věku se věnoval hlavně turistice; nebyl pro něj problém ujít za den i 40 kilometrů.

Se starou gardou se zúčastňoval téměř každého klání a volejbal hrál do svých 78 let.

Bratr Škába se v letošním roce dožívá úctyhodných 101 let. Přejeme mu další krásná léta plná elánu a pevného zdraví.

ODEŠLA SESTRA ALENA KOTTOVÁ



Na nebeské cvičiště od nás v 90 letech odešla významná členka Sokola Kladno (župa Budečská), cvičitelka, členka Věrné gardy a poradkyně vzdělávacího odboru župy, sestra Alena Kottová (rozená Janatková).

Jako úspěšná atletická závodnice a útočnice týmů české házené (Kladno, Dubí, Slavia Praha) do roku 1948, se v době obnovy Sokola v roce 1990 Alena Kottová opět ihned zapojila do činnosti kladenské sokolské jednoty, a to jako cvičitelka, která připravila své žáky na dva všesokolské slety (v letech 1994 a 2000). Sama vystupovala na

sletech až do roku 2012. Pak byla ještě cvičitelkou Věrné gardy. Jako znalkyně někdejšího Sokola, jeho života a způsobu naplňování sokolských ideálů se snažila pomáhat svými zkušenostmi a nápady také jako poradkyně vzdělávacího odboru župy.

V roce 1995 dostala od Sokola Kladno plaketu „Za zásluhy o obnovu Sokola po roce 1990“. Letos v únoru jí byla udělena bronzová medaile ČOS. Děkujeme sestře Aleně za její celoživotní a zcela nezištnou i obětavou práci pro Sokol. Na člověka a sokolku jako ona nezapomeneme. ☺

inzerce:

Rozvíjíme vašeň k pohybu

Pohyb je nedílnou součástí péče o naše zdraví a imunitu. Proto rozvíjíme pohyb ve všech jeho formách a pro všechny věkové kategorie. Díky programu Sportujeme se Spořkou podporujeme s našimi partnery děti a mládež už od těch nejmenších v mateřských školách. Myslíme na budoucnost a pohybem rozvíjíme nejen tělo, ale i mysl.

ČESKÁ
spořitelna

Sportujeme
se Spořkou

www.csas.cs infolinka: 800 207 207

V tajence najdete dokončení citátu Renáty Tyršové.

" V době specialistů a odborníků Tyrš byl sokolem, řečníkem, ..."

POMŮCKA: ALTE, ATALA, BALOT, INDO, LYŽA, MAAT, POUSTEVA, RIED, SOTA	ANGL. DAV	JM. SKLADA- TELE KREJČIHO	DOMÁCKÝ TEOBALD		AVIATIKA	TLAČÍTKO NA OVLAĐAČI	RYBÁŘSKÁ POTŘEBA		STRŽ	EVROPSKÁ KOMISE (ZKR.)	ČÍNSKÝ DRAMATIK		PORTUGAL- SKÉ SIDLO	MLÁDE HUSY	KONČETINA (NÁREČNĚ)	JARMA
NĚMECKÝ S				SEVERSKÉ ZVÍŘE				HRDINA				POZDRAV				
				ANGL. KUKURICE												
ŠATSTVO								PYTLÁKÉ NASTRAHY				HYDROXID SODNÝ				
								CELNI KÓD UKRAJINY				SOUJMÉR- NOST				
ŽOK NA CHMEL						CITO- SLOVCE TUKNUTÍ				HANBA						
						ANGL. SEDADLO				PNEUMA- TIKA (ZAST.)						
	PRACOVNÍK UDÍRNÝ	TRIKOT					HORSKÝ SKŘÍTEK				BRITSKÁ ROCKOVÁ KAPELA				ČLEN SKUPINY BEATLES	LATINSKÝ HNĚV
		HBITĚ					INIC. ZPĚVÁČKY JANDOVÉ				JMÉNO LVICE					
1. DÍL TAJENKY								JENOM (NÁREČNĚ)					JEŽÍŠOVO ZVOLÁNÍ Z KŘÍŽE			
								EPOPEJ					POTÍŽ			
DROBNÝ INVESTOR				ZÁHADY					JM. MODE- RÁTORKY ČERNÉ (VALENTOVÉ)					NÁZEV PÍSMENE R		
				SPZ OKRESU BENEŠOV					TAMTEN					4. DÍL TAJENKY		
INIC. TENISTY LENDLA			KÓD BOUVETOVA OSTROVA				EREMITÁŽ									
			NUKLEOVÁ Kyselina				SEHRA- NOST									
ČERNĚ ZABARVENÍ						ANGL. SYN				CHEMICKÝ PRVEK (AS)						POPĚVEK
						POVĚDĚT (KNIŽNĚ)				UTKÁNÍ DVOJIC						
	DŮLEŽITÁ VYPRAVA	ZÁPOR			MYSLI- VECKÉ STANO- VIŠTĚ					AROMATICKÁ ORGANICKÁ SLOUČENINA NĚMECKÉ SIDLO						
		JÍDLO (DĚTSKÝ)			UTONUT											
ZN. MEGA- PASCALU				BRAZILSKÁ ŘEKA				NESKU- TEČNÁ								
				ASIAT				OVĚŘENÁ LISTINA								
OSLÍ HYKÁNÍ			PLANETKA (Č. 152)						CELNÍ KÓD BURUNDI			PŘEDLOŽKA			ŠPANĚLSKÁ POLEVKA	NÁMOŘ- NICKÁ HODNOST
			SULFID IRIDNATÝ (VZOREC)						VYSOKÉ KARTY			ŠTÁVA Z JABLEK				
2. DÍL TAJENKY													KÓD JAZYKA SOMÁL- ŠTINY			
													CHEM. ZN. VÁPNIKU			
ANTICKÝ DRAMATIK										VEŠKRZE						
										SKLUZ						
	MENŠÍKOVY INICIALY	VYNADAT (EXPRE- SIVNĚ)					OBYVATEL SASKA				BULHARSKÁ OBŠTINA					
		ROZKAZ. ZPUSOB					PROTĚJŠEK NASTĚNKY				KĚŽ					
ŘÍMSKÝ 6			DÍVKA Z PÍS- NÍČKY PAVLA BOBKA			INFORMAČNÍ TECHNOLÓ- GIE (ZKR.)			OPAK LESKU			ANGL. JÍST				
			PŘÍTOK KÁMY			VEŠTBA			PODĚKO- VÁNÍ			DOMÁCKÝ ROLAND				
MONOLITICKÝ MIKROVLNNÝ INTEGRO- VANY OVOĐ (ANGL. ZKR.)					OBČANSKÁ VYCHOVA (ZKR.)			SOUHLAS (ŘIDCE)				HEYERDAH- LOVO PLAVIDLO			ROZPOČET (ZAST.)	RUSKÁ ŘEKA
					ČÁSTI DIVERŮ			OKRAJ LÁTKY				USAZENINA				
	MPZ PAKISTÁNU			DOMÁČÍ ZVÍŘE							SAMEC KOZY					
	KLENOT			ZKR. NAŠÍ TELEVIZE							ASPIK					
ZVRATNÉ ZÁJMENO			SOUČÁST CELKU							ROZTR- HANÉ KNIHY						
			EVROPAN							ROTAČNÍ OVALE TĚLESO						
3. DÍL TAJENKY								ÚL (NÁREČNĚ)					ČESKÝ HEREC			
								ANGL. UMĚNÍ (MN. Č.)					MOUDRÝ JAKO			
VŘENÍ				HELE				AMATÉRSKÁ VOLEJBAL LIGA (ZKR.)				ŘEKA V BENINU				
				POLNÍ PLEVEL				CHEM. ZN. TELLURU				AFRICKÝ VELETOK				
ZNÁMKOVÝ PŘETISK			KVĚTNÍ PRÁŠEK VELKO- OBCHOD (ZKR.)				ŽÍŽKOVO RODIŠTĚ								TENISOVÝ KLUB (ZKR.)	SPISOVÁ ZNAČKA
							INIC. HERCE SOVÁKA									
ŠEDÝ					VZDÁLITI SE JÍZDOU						ŽENSKÉ JMÉNO (7.6.)					
STVOŘENÍ					MISTROV- STVÍ SVĚTA (ZKR.)			ANGL. CHATOVACÍ ZKRATKA (SLADKÉ SNY)			MALÁ LAŇ					

LASKAVÍ PARTNEŘI ČESKÉ OBCE SOKOLSKÉ



GENERÁLNÍ PARTNER



HLAVNÍ PARTNEŘI



INSTITUCIONÁLNÍ PARTNEŘI



NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA

HLAVNÍ MEDIÁLNÍ PARTNEŘI



Český rozhlas



PARTNEŘI



OFICIÁLNÍ DODAVATEL



VEDEME ČECHY K POHYBU A SPOLEČNÉ AKTIVITĚ

79 Kč



159 Kč

SOKOLSKÉ KALENDÁŘE 2021

STOLNÍ KALENÁŘ

Se stolním kalendářem se potěšíte každý týden novou fotkou z činnosti jednot, žup i z celostátních projektů.

Kalendář obsahuje **53 týdnů + kalendárium 2020 a 2021 + seznam svátků a státních svátků**. Rozměr kalendáře je 30 x 12,5 cm.

NÁSTĚNNÝ KALENÁŘ

Nástěnný kalendář pro rok 2021 prezentuje ukázky sokolské architektury známých i méně známých sokoloven z celé ČR. **Kalendář má 14 listů** a luxusní rozměr 48 x 33 cm.

SADA TRIK SAM73

Tričko s krátkým rukávem by nemělo chybět v žádném šatníku. Je totiž nejen velice praktické, ale v kombinaci s potiskem i velmi moderní. Příjemný materiál a kulatý výstřih zajistí dokonalé pohodlí. Sokolské nápisy na prsou budou zdobit ženy i muže. Pro každé pohlaví máme čtyři varianty.



ROZŠÍŘENÁ SOKOLSKÁ KOLEKCE UNDER ARMOUR

Kolekce výborného sportovního oblečení Under Armour se sokolským designem se rychle stala velmi populární. Proto její nabídku rozšiřujeme o další kousky, na které se sokolové ptali.



TO VŠE A MNOHEM VÍCE NA WWW.OBCHODSOKOL.CZ