

ČASOPIS
ČESKÉ OBCE
SOKOLSKÉ

SOKOL

04

PROSINEC 2025
CENA 65 Kč



VELKÁ PSÍ PARDUBICKÁ

Sokol Maxičky pořádá
MS v mushingu / 8

SOKOLSKÝ BĚH REPUBLIKY

Vznik republiky oslavilo pohybem
13 000 běžců / 22

ROZHOVOR S LUKÁŠEM KUBÍKEM

Reprezentant ve skoku na trampolíně
ze Sokola Kampa chce na olympiádu / 26



CO CHCEME, KAM SMĚŘUJEME

Programová konference České obce sokolské

23.-25.1.2026

Armádní muzeum Žižkov
a Tyršův dům



TÉMATÁ K DISKUSI

- 1// Co je podstatou sokolské myšlenky a jak ji komunikovat v 21. století
- 2// Jak posílit pocit sounáležitosti s organizací
- 3// Jak mluvit se sokoly v Sokole
- 4// Efektivní fungování organizace a její financování



OBSAH

TOP FOTO

- 3 17. listopad: Sokolové drželi čestnou stráž na Národní třídě

HLAVNÍ TÉMA

- 8 Velká psí pardubická

FOTOGALERIE

- 18 Sokolové a veřejnost uctili Památný den sokolstva

SOKOLSKÝ BĚH REPUBLIKY

- 22 Téměř 13 tisíc běžců na 90 místech

ROZHOVOR

- 26 Lukáš Kubík: Nečekej na mě a vyskoč

SERIÁL: PO KOM SE JMENUJÍ SOKOLSKÉ ŽUPY

- 34 Jindřich Fügner

ÚVODNÍ SLOVO

Milé sestry, milí bratři,
vážení příznivci Sokola,

máme za sebou velmi úspěšné podzimní měsíce s řadou sokolských akcí. Jednou z nich je například Aktivní září, které organizuje Nadační fond Aktivní Česko. Do něj jsme se znovu zapojili s projektem Sokol spolu v pohybu, který od 23. do 30. září přilákal do tělocvičných jednot po celém Česku více než 22 tisíc účastníků.

Velký úspěch sklídl i sedmý ročník Sokolského běhu republiky. Ten oslovil rekordních 12 920 běžců. Na pomoc Nikolce se podařilo vybrat tu vůbec nejvyšší částku, a to za celých 7 let, co běh pořádáme. Také nesmím opomenout svátek pro nás velmi významný. Mám na mysli Památný den sokolstva. Ten se po všech stránkách povedl.

Rád bych Vás také informoval o přípravách programové sokolské konference, která se uskuteční od 23. do 25. ledna, a to v Tyršově domě a v Armádním muzeu Žižkov. Bude se na ní diskutovat o směřování a prioritách našeho spolku v letech 2026-2030. Zároveň už také běží přípravy na květnový světový kongres Mezinárodní organizace sportu pro všechny TAFISA, na kterém očekáváme na čtyři sta delegátů ze stovky zemí z celého světa.

V časopise se dočtete i o tom, že jsme spojili síly s Českým olympijským výborem, Českou unií sportu a Českým paralympijským výborem k tomu, abychom uzavřeli prohlášení Společně pro zdravější a odolnější společnost. Vytýčili jsme základní cíle, o kterých chceme jednat s politickou reprezentací.

Zároveň Vám přeji krásné Vánoce a úspěšný vstup do roku 2026.

Se sokolským Nazdar!

MARTIN CHLUMSKÝ
STAROSTA ČOS



Časopis SOKOL, 80. 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:** Petra Peňáková | **Korektorka:** Pavla Poláková | **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. | **Titulní strana:** Markéta Navrátilová



17. LISTOPAD: SOKOLOVÉ DRŽELI ČESTNOU STRÁŽ NA NÁRODNÍ TŘIDĚ



| Foto: Markéta Navrátilová

Svátek svobody a demokracie i Mezinárodní den studentstva. Sokolové si připomněli události těchto významných dní, tedy 17. listopad 1989 a 1939. Už tradičně drželi čestnou stráž u pomníku revoluce. Za Českou obec sokolskou přišel zapálit svíčku místostarosta Peter Szenásy. Na Václavském náměstí nechyběl sokolský stánek s výstavou Sokolové proti totalitě.

V tramvaji číslo 17 jste si i letos mohli poslechnout přednášky o historii Sokola. ●

POŘÍDETE VÁNOČNÍ DÁRKY V SOKOLSKÉM E-SHOPU

NOVÁ KOLEKCE SE SOKOLEM DO ŽIVOTA



Úplná novinka!
Sokolík Pepík si připravil pro děti speciální kolekci. Najdete v ní trička různých barev, pastelky, svačtinový box nebo třeba lahev na pití. Vše s motivem z oblíbeného projektu se Sokolem do života, ve kterém cvičí více než 80 tisíc dětí ve stovkách mateřských škol.



SOKOLSKÉ KALENDÁŘE NA ROK 2026



Česká obec sokolská i letos připravila dvě verze kalendáře na příští rok. Nástěnný kalendář 100 let Tyršova domu očima Michala Pavlíka obsahuje fotografie z oslav výročí chrámu českého sportu. Stolní kalendář dokumentuje celoroční činnost v jednotách.

KALENDÁŘE NA ROK 2026



LVÍ SILOU, VZLETEM SOKOLÍM: DĚJINY SOKOLA V KOMIKSU

Lví silou, vzletem sokolím je jedno z tradičních sokolských hesel a od letoška i název komiksu mapujícího dějiny sokolského spolku. Jedinečná kniha vyšla v nakladatelství Argo a malým i velkým čtenářům přináší příběhy odvahy, soudržnosti a sokolského ducha zpracované v podobě poutavého komiksu.



STÁHNÍ SI QR KÓD
A NAKUPUJ

GRAFIKA OD MICHALA ŠKAPY



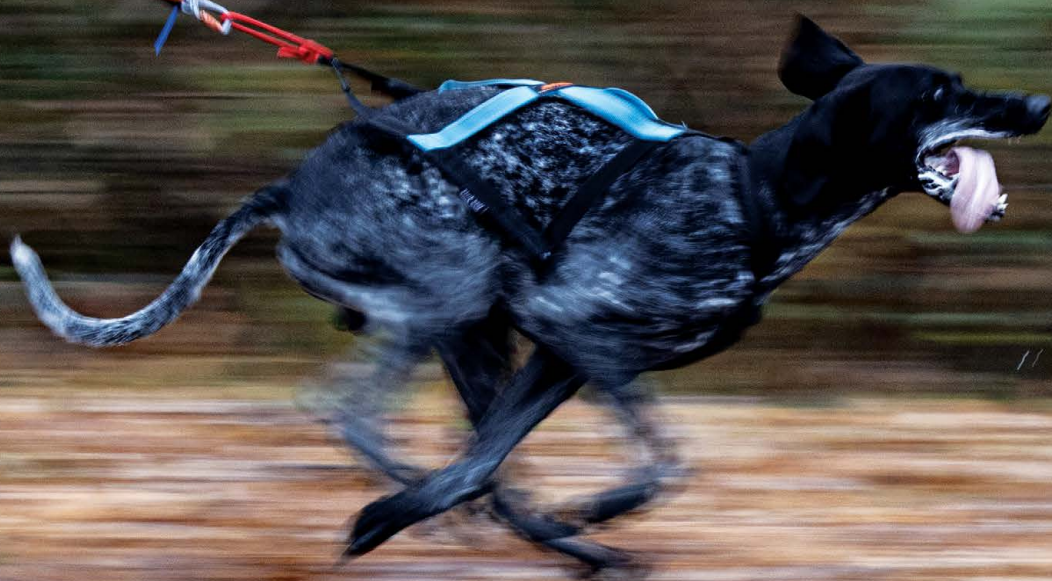
Známý český streetartista vytvořil pro Sokol už čtvrtou grafiku. Limitovaný počet signovaných grafických listů je tentokrát věnován 100 letům Tyršova domu.



VELKÁ PSÍ PARDUBICKÁ

| Text: Michal Borský | Foto: Markéta Navrátilová

Když se řekne sokolská všestrannost, člověk si dokáže v rámci sportovních disciplín představit ledacos - od gymnastiky přes plavání až po šachy. Tato nedozírná paleta disciplín má ale jedno společné. Hlavním hybatelem výkonu je zde vždy člověk. Ale mushing? To je tak trochu jiný sport. A právě kvůli účinkujícím. Rovnocennou úlohu s člověkem zde totiž zastává jeho nejlepší přítel - pes. A na nedávném mistrovství světa v mushingu, které pořádal Sokol Maxičky, byla k vidění spousta krásných příběhů.





Vlhkou ranní mlhu nad tradičním dějištěm Velké pardubické prořezávají různé různojazyčné pokyny. „Rester!“ „Hozzám!“ „Down!“ „Zůstaň!“ „Ke mně!“ „Sedni!“ Rozfukují za kuropění podzimní mlhu, a inhaluje vůni tlejícího listí, nechápu, kde jsem se to ocitl. Haf!

„Jedeme obyčejným autem od nás ze Skotska přes celou Evropu a z atmosféry tady v Pardubicích jsme uneseni. Však jsem taky tady s Quinnem vyhrála svoji kategorii v canicrossu,“ syje ze sebe nadšená čtyřicátnice Mairi Scott-Turner a laskavou rukou hladí svého čtyřnohého spolubojovníka.

Canicross je běh lidského a psího závodníka, přičemž oba jsou spojeni pružnou šňůrou. Pes běží, seč mu síly stačí, a závodník se snaží držet tempo, které je vesměs skutečně vražedné. Takže spíše letí vzduchem a jen občas se stihne odrazit nohama od země. „Na pětikilometrové trati jsem se psem o sedm minut rychlejší, než kdybych ji běžela sama,“ popisuje až děsivou skutečnost ostrovanka Mairi.

Do Pardubic se sjeli závodníci z Evropy i ze zámorí. A ve městě perníku, koní a ploché dráhy byli často už od poloviny týdne. Z větší dálky dorazili soutěžící z Mexika, Brazílie, Kanady nebo USA. Mushing

je amatérským sportem, a vítězové nedostávají finanční ohodnocení. Loni se mistrovství konalo v Itálii, v příštím roce bude v Polsku.

Zatímco při canicrossu je pes v záprahu s běžcem, při bikejöringu za ním vlaje závodník na kole a ve scooteru dokonce na koloběžce. Přesně v těchto třech disciplínách se také v Pardubicích závodilo. Na tu čtvrtou, tedy skijöring (pes a lyžař) ze zřejmých důvodů dojít nemohlo. Mistrovství světa na východě Čech bylo vrcholem musherské sezóny. Celý tenhle třídní monstrpodnik uspořádali nadšenci ze Sokola Maxičky, největšího musherského klubu u nás. Tato jednota byla přitom založena teprve v roce 1998!

„Mushing patří k fyzicky nejnáročnějším psím sportům vůbec. Základním předpokladem úspěchu je výborná kondice, připravenost psa a jeho chuť do práce. Fyzickou kondici získávají psi pravidelným a cíleným tréninkem. Část této přípravy se zaměřuje na výcvik fyzické kondice, další část pak na posílení vazby mezi psem a cvičitelem,“ vysvětluje Petr Smrčka, který vede oddíl psího spřežení v Sokolu Maxičky a který sám aktivně tento sport provozuje.





Jako musherský laik, ale i chovatel psů plemene bígl si záhy uvědomuji, že se svým parťákem bych tady neměl šanci. V musherských měřících je bígl totiž zoufale pomalý. Zapotřebí je psa velkého a rychlého, ale také dostatečně silného, protože nějaké rychlé, ale vychrtlé psisko by člověčímu závodníkovi moc nepomohlo.

V největší oblibě jsou tedy mezi závodníky speciálně šlechtěná plemena, jako je greyster (kříženec chrta a německého krátkosrstého ohaře) nebo takzvaný eurohound, což je kříženec aljašského huskyho a některého z řady ohařských plemen, nejčastěji však německého krátkosrstého ohaře. Oblíbení jsou také pointeri nebo čistokrevní ohaři. U člověka je to jednoduché - musí to být zdatný a rychlý běžec, případně dobrý horský cyklista, respektive koloběžkář.

Už se ale blíží start. Více než devět set lidí a psů z jedenácti zemí světa se postupně řadí před hlavní tribunou, kde jindy dusají koňská kopyta, a všichni vědí, že dneska se tu bude umírat, nebo žít naplno. Žádná romantika jako na skotské

Vysočině nebo v Apeninách. Jen těžká, blátivá, 3,8 (pro běžce) nebo 5,3 kilometru (pro jezdce) dlouhá trať, jejíž velkou část vidí diváci z tribuny, a úplně celou na velkoplošné obrazovce.

Excitovaní psi hrabou ve vymezených předstartovních slotech nožkami ve vzduchu. To, jak je jejich majitelé drží, aby se nepustili do závodu předčasně, případně aby se poněkud vášnivěji nerozdováděli s některým z chlupatých kolegů. A ano, MS v mushingu je také velmi silný audio zážitek.

Je tu první canicross. Hromadný start elitní kategorie mužů. Padesát chlapů najednou. První zatáčka po dvou stech metrech a už letí první tělo přes hlavu. Pes se splaší, musher se válí v blátě. Ale vstává, chytá vodící lano a běží, i s krvavým obličejem, dál. Všimám si, že jakmile pes pocítí ztrátu zátěže, okamžitě se zastavuje nebo se dokonce kousek vrátí povzbudit svého lidského kamaráda.

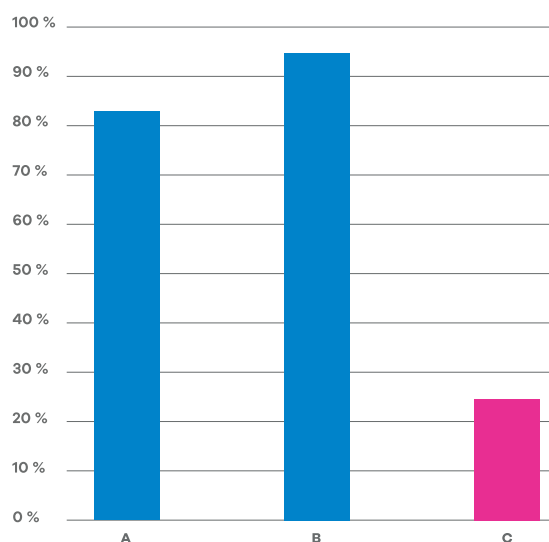
Koloběžky, v musherské latině zvané scooters, jsou pro psy vyložené vlečnou disciplínou. Tribuny řvou jako na fotbale. A pak přichází ona chvíle.

inzerce:

Hezký auto. Chalupa. Kondice?

Pohybem proti špatné kondici s EUC a Sokolem.

zdravinazdar.cz





Jana Tomášková, česká královna, s MobyDickem, tedy černým eurohoundem, co vypadá jako vlk na steroidech, startuje z druhé řady. Ale už po půlce kilometru je první. MobyDick táhne tak, že Jana i s velkou kolobrnou doslova letí za ním, nohy se jí odlepují od země. V cílové rovině sotva dýše. Už nemůže. Křičí bolestí. Ale křičí i radostí: „Moby, prosím, ještě kousek!“ Vbíhají do cílové rovinky. Jana zvedá ruce, Moby se na ni vrhne, oba padají do bláta a brečí. Zlato. Česká hymna. MobyDick vyje s ní. Celé závodíště stojí a řve: „Jani! Jani!“

O půl hodiny později startuje Markéta Krejčí s fenkou Xarou. Tahle fena má oči uhrančivé jako jezero, a běží, jako by ji honili všichni démoni pekla. Markéta je drobná,

ale v tu chvíli je deset metrů vysoká. V poslední zatáčce ji dohání Španělka, ale Xara ucítí nebezpečí. Položí se do lana tak, že div nepraskne, a Markéta letí přes cíl první. Padá na kolena, Xara jí olizuje obličej. Stříbro patří Španělce, ale ta přijde, klekne si k nim a říká lánou angličtinou: „You are crazy. I love you.“

Sobotní bikejöring. Vidím urostlého chlapa, tank na kole, které táhne urostlé psisko. Vypadá jako plyšák, ale táhne devadesátikilového chlapa rychlostí 42 km/h. V ostré zatáčce u irské lavice padá Francouz. Kolo se mu zamotá, krev prýští z nosu. Ale vstává, opravuje řetěz a jede dál. Dojede sedmý. Když projíždí cílem, zvedá zakrvácenou ruku a křičí: „Vive la France!“ A lidé aplaudují vstoje.

Odpoledne přicházejí juniorské koloběžky. Lucie Heřmanová, sedmnáctiletá juniorka z Valašska, s fenkou Lottou, co má víc svalů než polovina chlapů na startu. Ta holka vypadá jako princezna z pohádky, ale na trati je to ďábel. Křičí na Lottu: „Jdeme, jdeme!“ A fenka letí jako střela. V cíli je první. Padá do bláta, Lotta jí stojí na hrudi a olizuje jí slzy. Zlato. Junioři řvou, dospělí brečí.

V neděli přichází na pořad finále štafet. Je zima. Lezavo. Mokro. Prostě počasí, že by psa nevyhnal. Ale musherů jsou srdcaři z rodu nejtvrďších. Na programu je vrchol celého šampionátu - starty štafet. První startují běžci, následují koloběžci a jako poslední na plácnutí od kamaráda čekají s psíky cyklisté. České národní štafety zcela

převálcovaly všechny ostatní, neboť tři z nich braly zlato a jedna štafeta získala stříbrnou medaili. „Trať byla spravedlivá, protože byla pro všechny stejná. Byla náročná, atypická. Bylo to něco nového. Třeba to i někomu nesesedlo. Byl velký divácký ohlas z tribun, na což některá zvířata nejsou úplně zvyklá. Standardně se na závoděšti neběhá,“ souká ze sebe unavený, ale nadšený ředitel závodu Ženíšek.

Podmínky byly totiž dost různorodé. V pátek a sobotu bylo takové teplo, že pořadatelé museli zkracovat canicrossové závody. Teplotní limit vzduchu je pro psy stanovený na 15 stupňů Celsia. Kratší proto byly i trati pro nedělní závody, kdy sice bylo chladněji, ale běželo se ještě druhé kolo canicrossu, a tak bylo potřeba, aby délka závodů byla pokaždé stejná. Z 5,5 kilometru jich proto závodníci zdolávali pouze 3,8. „Bylo to kvůli teplotě a bezpečí zvířat,“ vysvětluje Ženíšek.

Česká reprezentace byla zastoupena 130 závodníky, včetně dětí. Získala 30 medailí, z toho 13 zlatých, 9 stříbrných a 8 bronzových, a to napříč všemi disciplínami. Byla jednou z nejúspěšnějších výprav a ukázala světu, že v tomto sportu stále, a to už mnoho let, patří na vrchol.

V disciplíně bikejöring se mistrýní světa stala Karolína Ulčová se psem Kudosem a v juniorech Barbora Holanová s fenkou Cassiopeiou. „Na medaili jsem pomýšlela v disciplíně scooter, na biku je to pro mě velké překvapení. Avšak oba dva závodní dny jsme jeli se psem čistou jízdou bez chyby,“ říká s jistým překvapením a dojetím mistrýně světa Karolína Ulčová.

Disciplína scooter byla též hojně obsazená českými sportovci, a to i na stupních vítězů. V mužské kategorii se stal mistrem světa Václav Vančura a pes Black Panther, pro něhož to byl první závod takového charakteru. Ve veteránech zvítězil Milan Dočekal se psem Iggyem. Mistrýněmi světa se staly Jana Tomášková se psem MobyDickem a juniorka Lucie Heřmanová s fenkou Lottou.



V canicrossu se Čechům dařilo taktéž skvěle, neb v rámci této disciplíny vybojovali čtyři tituly mistra či mistryně světa. V mužích vyhrál velmi úspěšný sportovec Ondřej Svěchota a jeho pes Fellow, v juniorech Matěj Suchý se psem Puňťou. V ženské kategorii uspěla především mladá děvčata, a to juniorka Tereza Blahoutová s fenkou Sally a kadetka Sofie Erbsová se psem Špekem.

„Ten souboj jsem si opravdu užil. Takhle kontaktní závod je vždycky zábavnější. Druhý Francouz Henrion Jerome zůstal za vítězem totiž opravdu jen několik setin. Díky náskoku z předešlého dne jsem věděl, že bychom si pro titul měli zaběhnout. Hlavně jsem si chtěl užít tu atmosféru, kdy člověk probíhá první cílem na domácí půdě. Můj psí parťák Fellow na trati nikoho nevnímá, jen mě. V cílové rovině ho rozhodilo to ohromné burácení davu diváků. A já viděl, jak ho mate, že neslyší moje povely. Ale i tak jsme to spolu zvládli. Atmosféra šampionátu byla každopádně dechberoucí,“ uvedl nejrychlejší canicrossař světa Ondřej Svěchota.

„Chci Vám znovu upřímně poděkovat. Vy a Váš tým jste zorganizovali výjimečné mistrovství

světa, a to s nejvyšším počtem účastníků v dosavadní historii. Bylo na velmi zajímavém místě, na které budou všichni dlouho vzpomínat,“ poděkoval dojatě prezident ICF Yvon Leisblez.

„Jsou momenty, které člověka pohltnou. A to byl přesně tento šampionát. A šlo nejenom o neuvěřitelné výkony sportovců a jejich psích parťáků, ale i ta mravenčí práce všech lidí zapojených do pořádání tak ohromující akce. Jsou to lidé, kteří všechno činí především ve svém volném čase a s velkým odhodláním a nadšením,“ prohlásila hrdě 1. místostarostka České obce sokolské Kamila Šrolerová.

Pořadatelé ze Sokola Maxičky si velmi vážily spolupráce se všemi partnery této akce, kteří stáli celý rok příprav pevně za nimi a při jakékoliv příležitosti pomohli, poradili či podpořili.

„Bylo to neuvěřitelně náročné, ale myslím si, že ve spolupráci s Carnilove, generálním partnerem akce, jsme posunuli tento typ sportovní události opět o mnoho úrovní výš,“ řekl s nadšením ředitel závodu Michal Ženíšek.

K tomu předseda sportovního oddílu z Maxiček Petr Smrčka dodal:

„Vše musím pořádně ještě vstřebat, ale bezprostřední dojmy jsou prostě perfektní. Obzvláště když se ke mně dostávají reakce závodníků ze všech koutů světa a když si k tomu taky uvědomím, kolik dobrovolníků nám přijelo s akcí pomoci. Přesně na nich totiž takové akce stojí.“

Pro mě jako nezaujatého diváka byl musherský světák unikátní možností přesvědčit se, jak je užitečné překročit občas komfort vlastní bubliny, rozhlédnout se kolem sebe a zjistit, čím se na světě baví ostatní. Často tak člověk narazí na obrovské komunity lidí sdružených kolem koníčků, o jejichž existenci neměl žádné, anebo jen zcela mlhavé, tušení. Mushing je přesně tím typem sportu, jenž má těžko popsatelné pozitivní vyznačování, které ladí se sokolskými hodnotami tak skvěle, že už to snad ani lépe nejde.

Ano, člověk musí mít rád psy a být připraven strávit s nimi tréninkem i několik hodin denně. Jak se ale jednou ocitne mezi podobně postiženými, bude mu najednou všechno ostatní závodění připadat trochu nudné a chudé na duchu. Frenetický radostný štěkot čtyřnohých přátel dává mushingu prostě úplně jinou dimenzi. ●





SOKOLSKÝ ZPRAVODAJ

**KAŽDÉ 2 TÝDNY
V SOBOTU DOPoledNE NA**

CS sport



| Text: Jana Horká | Foto: ČOV

SPOLEČNĚ PRO ZDRAVĚJŠÍ A ODOLNĚJŠÍ SPOLEČNOST

Zhoršující se zdravotnost dětí, zastaralá infrastruktura či nedostatečné podmínky pro trenéry vedou k tomu, že se české sportovní prostředí spojilo a v prohlášení s názvem Společně pro zdravější a odolnější společnost vytyčilo základní cíle, o kterých chce jednat s politickou reprezentací státu. Tyto cíle by měly vést k vytvoření lepších podmínek pro sportování, a to zejména u dětí a mládeže, a zároveň k podpoře elitních sportovců či národních týmů tak, aby měli ty nejlepší podmínky pro úspěch. Zároveň věří, že při sestavování vlády, státního rozpočtu a koncepce sportu bude tento postup brán na vědomí.

Na základních prioritách se shodli zástupci největších sportovních organizací, připojených sportovních svazů, klubů i tělovýchovných a tělocvičných jednot. „Prohlášení Společně pro zdravější a odolnější společnost je zprávou politikům o závěrech, na nichž se shodlo celé sportovní prostředí, které v Česku zastupuje zhruba 1,5 milionu sportujících dětí a dospělých, včetně těch hendikepovaných. Průsečíky jsou jasné – potřebujeme kvalitní trenéry a cvičitele pro děti, a také odpovídající infrastrukturu pro všechny. Od dětí přes širokou veřejnost až po vrcholové sportovce, kteří reprezentují naši zemi,“ řekl Jiří Kejval, předseda Českého olympijského výboru.

„Jistě nemusím zdůrazňovat, jak je naše činnost pro celou společnost

důležitá. To všichni dobře víme a jsme o tom přesvědčeni. Bohužel se tato skutečnost dosud nepromítla do navýšení finanční podpory. A nejsme v tom sami. Do českého sportu, a podpory pohybu obecně, stále nejde tolik peněz, kolik by bylo třeba. Aby se mohl pohyb rozvíjet, potřebujeme nejen kvalifikované trenéry a cvičitele, ale i dostupnou a věku odpovídající infrastrukturu. A to teď nemáme. Česká republika potřebuje investovat do oprav a do výstavby nových sportovišť. To je cílem našich společných snah,“ uvedl Martin Chlumský, starosta ČOS.

Bloku, v němž se diskutovalo o všem, co potřebuje vrcholový sport, se aktivně zúčastnili předseda Českého atletického svazu Libor Varhaník, předseda Rady Svazu lyžařů ČR Roman Kumpošt, viceprezident Českého hokeje a místopředseda Mezinárodní hokejové federace IIHF Petr Bříza a Marek Pakosta, který je předsedou Českého volejbalového svazu a členem vedení evropské i mezinárodní volejbalové federace.

SPOLEČNĚ PRO ZDRAVĚJŠÍ A ODOLNĚJŠÍ SPOLEČNOST

1. ZDRAVÉ DĚTI A MLÁDEŽ

Naším hlavním cílem je vytváření podmínek pro sportování všech, zejména dětí a mládeže. V době, kdy

Česká unie sportu, Český olympijský výbor, Česká obec sokolská a Český paralympijský výbor připravily společné prohlášení, ve kterém požadují dvoumiliardové navýšení podpory pro český sport, tedy jak pro sportovní kluby a svazy, tak i pro tělocvičné a tělovýchovné jednoty.

narůstá nejen dětská obezita, ale i další fyzické a psychické zdravotní problémy, hraje pohyb a sport zásadní roli při zlepšování kondice, zdravého životního stylu a vytváření pozitivního prostředí pro každé dítě. Abychom toho dosáhli, musíme investovat do dvou klíčových oblastí: do trenérů a cvičitelů, kteří inspirují a vedou děti ke správným hodnotám, a do infrastruktury. Tedy do sportovišť a klubových prostor, které zpřístupní sport všem.

2. VRCHOLOVÝ SPORT A NÁRODNÍ HRDOST

Stejně důležité je podporovat naše elitní sportovce a národní týmy. Špičkoví sportovci jsou vzorem pro všechny generace a jako hrdí reprezentanti naší vlasti pomáhají v zahraničí vytvářet její dobré jméno. Pro rozvoj vrcholového sportu, aby naši sportovci měli ty nejlepší podmínky pro úspěch, je nezbytné modernizovat naše Národní sportovní centrum v Nymburce a zapojit do přípravy sportovní vědu.

ČESKÉ SPORTOVNÍ PROSTŘEDÍ JE JEDNOTNÉ VE ČTYŘECH ZÁKLADNÍCH CÍLECH:

- > investice do kvalifikovaných trenérů
- > investice do sportovní infrastruktury pro mládež a všechny sportovce
- > podpora vrcholového sportu prostřednictvím modernizovaných center
- > zapojení vědy do sportovní přípravy ●

SOKOL A ČESKÝ NÁRODNÍ REGISTR DÁRCŮ DŘENĚ SPOJUJÍ SÍLY

Text: Jana Taušová

V polovině září v Tyršově domě podepsal starosta České obce sokolské Martin Chlumský a ředitel Českého národního registru dárců dřeně (ČNRDD) Daniel Pagáč memorandum o spolupráci. Společným cílem je podpora dárcovství krve i kostní dřeně, a to jak v rámci dlouhodobého projektu Sokolská kapka krve, tak i na dalších akcích a projektech.

„Pro nás to znamená naplnění jedné ze sokolských hodnot – laskavosti. Chceme, aby sokolové aktivně pomáhali těm, kteří to skutečně potřebují. Přesně tak, jak to již jedenáctým rokem činí v rámci našeho projektu Sokolská kapka krve,“ řekl po podpisu memoranda starosta

ČOS Martin

Chlumský.

Spolupráce tak doplní dosavadní aktivity zmíněného projektu o další zásadní oblast, tedy o darování kostní dřeně.

Memorandum předpokládá vzájemnou propagaci a prezentaci obou organizací. ČNRDD bude součástí vybraných akcí Sokola, a ČOS pomůže registru podpořit informovanost o dárcovství mezi svými členy i širší veřejností. Hlavním cílem je zvýšit počet registrovaných dárců, čímž se pro pacienty s poruchami krve tvorby zvedají šance k nalezení vhodného dárce.

„Darování kostní dřeně, přestože může zachránit život, je stále ještě

velmi podceňované. Sokolové nám pomohou s osvětou. Věříme, že to povede k rozšíření naší databáze,“ uvedl Daniel Pagáč, ředitel ČNRDD a dodal: „Máme aktuálně více než 155 tisíc potenciálních dárců a patříme k neefektivnějším registrům na světě. Díky Sokolu se může počet případných dárců dále významně rozrůst.“

Projekt cílí zejména na věkovou skupinu lidí od 18 do 35 let, a to těch, kteří jsou v dobrém zdravotním stavu, a proto pro registr nejvhodnější. Spolupráce se zaměří také na edukaci veřejnosti o důležitosti a možnostech dárcovství krvetvorných buněk. ●



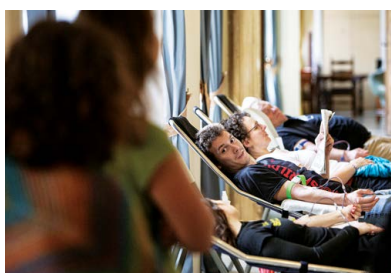
V TYRŠOVĚ DOMĚ JSME DAROVALI 23 LITRŮ KRVE

Text: Jana Taušová

Celkem 52 odběrů, z toho 8 prvodárců, a celkem 23 litrů krve. Už tradičně úžasný výsledek přinesl hromadný odběr krve v Tyršově domě. Ten, stejně jako v minulosti, provedl výjezdový tým Oddělení hematologie a krevní transfuze Ústřední vojenské nemocnice v Praze.

„Každoročně roste počet odběrů a zvyšuje se počet mladých dárců i prvodárců. Jen v loňském roce jsme zaznamenali osm set odběrů. Ukazuje to na sounáležitost sokolů se společností. Naplňuje to cíl našeho projektu, čímž je pomáhat lidem, kteří tuto vzácnou tekutinu potřebují,“ řekl Vít Jakoubek, lékař, člen Sokola Praha Libeň a Zdravotní komise ČOS, který s nápadem Sokolské kapky krve před 11 lety přišel.

Na svůj už třetí odběr přišel Ondřej Novotný ze Sokola Praha Podolí: „Jsem



rád, že můžu takto nepřímo někomu pomoci. Je to podle mě důležité. Když můžu, rád pomůžu. A myslím, že to by měli dělat všichni.“ Tradičně nejvíce dárců, celkem 26, přišlo ze Sokola Praha Spořilov. Mezi nimi i Eva Špelinová, která dnes byla také na svém třetím hromadném odběru: „Myslím, že na tom darovat krev není vůbec nic složitého. Nikdy nevím, kdy ji sama budu potřebovat.“ K tomu Jan Vávra ze Sokola Ostroměř,

který krev daroval už popatnácté, z toho teď podruhé na hromadném odběru v Tyršově domě, dodal: „Slyšel jsem, že v nemocnicích je nedostatek krve. Tak čím víc nás bude, tím lepší. Mám takový vnitřní pocit, že je to ta správná věc, kterou by v podstatě měl dělat každý.“

Do Sokolské kapky krve se může zapojit každý člen Sokola, nečlenové ale určitě odmítnuti nebudou. Darovat krev je možné celoročně a v zařízení podle vlastního výběru. V Tyršově domě se konají hromadné odběry dvakrát do roka. Vedle začátku října, kdy to je k příležitosti Památného dne sokolstva, i v únoru, kdy si 16. února ČOS připomíná založení Sokola v roce 1862. ●

NEZAPOMEŇTE NAHLÁSIT SVÉ ODBĚRY KRVE V JEDNOTĚ. UZÁVĚRKA JE 30. LEDNA 2026.



AMBASADOREM PETICE SLET DO UNESCO JE HEREC JAN ČENSKÝ

| Text a foto: Jana Taušová

K Sokolu má oblíbený herec a moderátor velmi blízko už od dětství, a tak neváhal ani vteřinu a petici pro zapsání všesokolského sletu na seznam nehmotného kulturního dědictví UNESCO podepsal mezi prvními. A to začátkem září na Střeleckém ostrově v Praze, kde se totiž před více než 140 lety uskutečnil první sokolský slet.

JAKÝ MÁTE VY A VAŠE RODINA VZTAH K SOKOLU? CVIČILI JSTE V SOKOLE?

K Sokolu mám strašně blízko. Už můj otec nás s bratrem odvedl do Sokola Záběhlce. A samozřejmě, že jsme dělali gymnastiku, ale nejen tu. Věnovali jsme se jak tělu, tak i duchu.

CO JSTE DOMA O SOKOLE SLÝCHÁVAL? JAKÉ HODNOTY VÁM RODIČE VŠTĚPOVALI?

Můj dědeček i otec byli velmi činní v Sokole v Praze na Smíchově. Táta byl dokonce náčelníkem župy a až do vysokého věku se i s maminkou Sokolu věnovali. Byli mu oddaní. Proto si myslím, že bych to v rodině Čenských měl nést dále.

JAKÝ MÁTE VZTAH KE SPORTU A JAK SE UDRŽUJETE V KONDICI?

Moje povolání mě nutí k tomu, abych se hýbal, protože pro herce je jediným nástrojem těla. A podle toho by to tělo

mělo také vypadat. Nejdříve to byl můj malý syn, který mě nutil k tomu, abych se s ním hýbal. Teď, když synek vyrostl, jej nahrazuje můj pejsek.

PROČ JSTE PODEPSAL PETICI PRO ZAPSÁNÍ SLETU DO UNESCO?

Všesokolský slet spojuje hodně. Je tam přátelství, spolupráce, ale i soupeření. Zdravé soupeření. Jedná se o akci, která nemá obdoby. Proto si myslím, že by se to nemělo zapomenout. Mělo by to zaznít do celého světa. Proto jsem petici podepsal.

PROČ SI MYSLÍTE, ŽE SI VŠESOKOLSKÝ SLET ZASLOUŽÍ ZÁPIS NA SEZNAM NEHMOTNÉHO KULTURNÍHO DĚDICTVÍ UNESCO?

Myslím, že to je opravdu světová rarita. Dát všechno dohromady, myslím se skladbami i s tréninkem, a to od těch nejmenších až po nás starší, to je



Slet je světová rarita, spojuje v sobě přátelství, spolupráci i zdravé soupeření. Proto jsem to podepsal.

něco nevídaného. Když si vzpomenu na Strahov, jak tam během sletu všichni vyběhli... Už tehdy jsem byl dojatý. Opravdu mi vyhrkly slzy.

A také je to něco, co patří k České republice, patří to k historii Sokola, který to vůbec neměl v historii jednoduché. To by se nemělo zapomínat. A právě zápis na seznam nehmotného kulturního dědictví UNESCO je krásný nápad. ●

PETICI MŮŽETE PODEPSAT ONLINE NEBO SI JI STÁHNOUT NA [SOKOL.EU/PETICE](https://sokol.eu/petice)



Každoročně vyjíždí v Památný den sokolstva do ulic spanilá jízda sokolů. Ti na kolech letos vyráželi ze Strašnic, pěší šli z Výtoně a vůbec poprvé část sokolů připlula k Tyršovu domu po Vltavě. Všichni se setkali na nádvoří u sochy Věry Čáslavské



SOKOLOVÉ A VEŘEJNOST UCTILI PAMÁTNÝ DEN SOKOLSTVA

Text: Jana Horká

Foto: Markéta Navrátilová

Nástup Sokolské stráže na Pražském hradě, pietní akt v Tyršově domě, sokolská světla na Čertovce či spanilá sokolská jízda na kole, pěšky i po vodě. Ale nejen to – také vyvěšení vlajek na dvanácti krajských i dalších úřadech nebo řada připomínkových akcí napříč celou republikou. To byl letošní Památný den sokolstva, který je od roku 2019 významným dnem České republiky. Středa 8. října se nesla ve znamení vzpomínek na všechny statečné sokoly, kteří obětovali svůj život v boji za svobodu, demokracii a samostatnost.

„Zakladatelé hnutí dali Sokolu do vínku ryze demokratické zásady, na nichž organizace stojí. Jakákoliv totalitní moc tak byla, a vždy bude, pro naši členskou základnu zcela nepřijatelná. I to je skutečnost, kterou jsme si letos už posedmé v řadě připomněli,” vysvětlil starosta České obce sokolské Martin Chlumský.

V tento den si společně symbolicky připomínáme na pět tisícovek sokolů a sokolek, kteří položili svůj život v protinacistickém odboji. Stejně tak i členy Sokola, kteří během první světové války padli v československých legiích; ostatně i všechny z řad třetího protikomunistického odboje. Díky jejich činům a statečnosti je dnes Česká obec sokolská jednou z nejvýznamnějších sportovních organizací s bohatou tradicí, a to už od roku 1862.





Ve středu 8. října zaválý sokolské vlajky na jedenácti hejtmanstvích a na Magistrátu hl. města Prahy. Sokolské vlajky byly k vidění v osmi městech také na vovech městské hromadné dopravy v Praze, Mladé Boleslavi, Liberci, Hradci Králové, Prostějově, Brně, Plzni a v Mariánských Lázních



Pietního aktu v Tyršově domě se zúčastnila řada významných hostů: předseda Senátu Parlamentu ČR Miloš Vystrčil, v té době 1. místopředsedkyně Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR Věra Kovářová, primátor Bohuslav Svoboda, hejtmanka Středočeského kraje Petra Pecková, ministr pro evropské záležitosti Martin Dvořák a další poslanci či senátoři. Ze sportovního prostředí pak Ondřej Šebek, předseda Národní sportovní agentury, a Jiří Kejval, předseda Českého olympijského výboru. Za Českou obec sokolskou položil věnec u pamětní desky Martin Chlumský, starosta ČOS



Na Pražském hradě přihlížely stovky diváků slavnostní výměně Hradní stáže za účasti Sokolské stráže



Celý den vyvrcholil Večerem sokolských světél. V Praze sokolové zapalovali svíčky, které na lodičkách pouštěli do Čertovky. Symbolicky jedna svíčka za jeden padlý život

#SBR

Text: Tomáš Straka | Foto: Tomáš Hejzlar

REKORDNÍ SOKOLSKÝ BĚH REPUBLIKY TĚMĚŘ 13 TISÍC BĚŽCŮ NA 90 MÍSTECH

Sokolský běh republiky (SBR) se vydařil i posedmé. Potvrdil, že tato novodobá tradice oslavy 28. října je stále oblíbenější. Na start se postavilo 12 920 běžců v devadesáti lokalitách doma i v zahraničí.

Sokolský běh republiky se rok od roku rozrůstá. Zatímco loni bylo lokalit 82, letos už jich bylo 90, včetně sedmnácti v zahraničí. A to je skvělá zpráva. „Na startu pokaždé vidíme všechny generace – od dvouletých dětí až po seniory. Jen tady v Praze u Tyršova domu jsme přivítali více než devět set účastníků. Děti si zazavodily na trasách 100, 400 a 800 metrů. Dospělí si zaběhli krásnou vyhlídkovou trasu na Petřín o délce 5,6 kilometrů,” řekl starosta ČOS Martin Chlumský s tím, že obrovský zájem o SBR měli běžci po celé České republice.

V hlavním městě organizátorům nezůstalo ani jedno volné startovní číslo a kapacita byla zcela naplněna. Velké

závody se konaly také v Brně, Prostějově, Ostravě nebo v Českých Budějovicích. Pozadu ale nezůstaly ani malé obce, a ve 14 hodin se rozezněly startovní výstřely napříč celým Českem. Běhů se zúčastnili lidé všech věkových kategorií. Na startu nechyběli ani ambasadoři a známé osobnosti. Mezi nimi například herec Jakub Kohák, běžecký trenér Miloš Škorpiš, beachvolejbalistka Barbora Hermannová, kanoista Vít Přindiš nebo paracyklista Jiří Ježek.

„Sokolský běh u Tyršova domu je pro mě obrovskou tradicí. Bavilo mě to jako každý rok. Atmosféra je tady vždycky skvělá a výhledy na Prahu... To je jednoznačný důvod, proč se sem každý rok vracím. Když vidím ty nadšené tváře běžců, kteří dobíhají do cíle s vědomím, že to zvládli a mohou být na sebe pyšní, to je pro nás sportovce ten nejhezčí pohled,” sdělil své dojmy hned po doběhu Jiří Ježek, který zdolal trať za 00:26:52.

O pitný režim a občerstvení se ve

všech lokalitách postaral hrdý partner PENNY, který pro letošní ročník připravil logistickou operaci v pravém slova smyslu. Mezi běžce se rozdalo více než 6 750 litrů vody, 2,2 tuny banánů, 2,1 tuny jablek a přes dvacet tisíc tyčinek.

Velký ohlas sklídila i novinka letošního ročníku, což byla bavlněná trička SBR od ALPINE PRO, která nahradila dřívější funkční verze. Vzhledem k sychravému říjnovému počasí si mnoho běžců tričko vzalo jako druhou vrstvu na zahřátí.

O pestrý doprovodný program nebyla nouze ani letos. V Praze se o hudební atmosféru postarala kapela DixiBand Městské policie a návštěvníci mohli obdivovat i freestyle motorku Petra Piláta, který dorazil k Tyršovu domu a svou účastí potěšil všechny přítomné.

Sokolský běh republiky 2025 znovu potvrdil, že pohyb k oslavám 28. října zkrátka patří.

Zbývá už jen říct: NAZDAR za rok opět na startu! ●

MEZI AMBASADORY BĚHU BYL I LUKÁŠ KRPÁLEK

Symbolicky měsíc před startem Sokolského běhu republiky, tedy 28. září, se v Tyršově domě na pražském Újezdě setkali organizátoři a ambasadoři SBR. Společně se podívali na trasu závodu v hlavním městě. Mezi podporovateli letošního SBR nechyběli ani olympionik a medailista z Paříže Jiří Beran, sportovní influencer Matěj König, herec Jakub Kohák nebo cyklista Jiří Ježek s manželkou Soňou. A samozřejmě olympijský šampion Lukáš Krpálek, který na výběhu neskrýval nadšení: „Sport vždycky lidi spojoval. A tohle je akce, kde to platí dvojnásob.“

Generálka na SBR se pravidelně koná v Den české státnosti. Organizátoři s ambasadory si

vyzkoušeli trasu včetně pověstného pražského krpálku. A nechyběli ani partneři běhu. „Na všech závodech se staráme o občerstvení a pitný režim účastníků. Je to poměrně velká logistická operace, do které zapojujeme i naše prodejny po celé republice,“ vysvětlil Vít Vojtěch, vedoucí strategického marketingu PENNY.

Nejen při SBR myslí Sokol na zdraví Čechů, proto spolupracuje se zdravotnickou skupinou EUC na dlouhodobém projektu, jehož cílem je bojovat proti špatné kondici a podporovat pravidelný pohyb a péči o zdraví. Pod názvem Běžec připravila

EUC pro všechny registrované účastníky slevu na laboratorní vyšetření. Tu obdrží e-mailem. Zároveň nachystala na vybraných lokalitách možnost měření na přístroji InBody, který ukazuje složení těla.

„Sokolský běh republiky je výjimečný. Oslovuje nejen sokoly, ale i širokou veřejnost napříč generacemi. Na říjnovém běhu v Praze jsme celý den dohlíželi na zdraví běžců a zajišťovali zdravotní dozor. Na trať se spolu s ostatními postavili i naši kolegové. Účast je pro nás už tradicí,“ řekla Lenka Sadílková, manažerka komunikace zdravotnické skupiny EUC. (hoj) ●



VÍT PŘINDIŠ MISTR SVĚTA VE VODNÍM SLALOMU

Všechny děti to i přes nepříznivé počasí zvládly skvěle. V cíli jsem teda viděl trochu i slzičky, ale to ke sportu prostě patří. Běžela i moje dcera. Na startu byla trochu zdrženlivá, ale zvládla to parádně. Věřím, že všichni nakonec měli hezký zážitek a rozhodně na sebe můžou být pyšní.

#SBR



MICHAL SUCHÝ
VÍTĚZ ZÁVODU

Ze začátku jsem se trochu bál, protože trať se po letech změnila. Bál jsme se toho dlouhého stoupání na začátku, ale kluci zvolili dobré tempo, takže jsme se nezakyselili, i když jsme se tam různě předháněli. Dál jsem už trasu znal a pohlídal si to. Už teď se těším na příští rok.



**DOMINIK
LANDKAMMER**
ŘEDITEL KANCELÁŘE ČOS

Skvělá atmosféra, běhám rád, trochu mě překvapily schody, které mě prověřily. SBR je skvělá akce a navíc se nám podařilo vybrat stovky podpisů do petice Slet do UNESCO.

NA POMOC PRO NIKOLKU JSME VYBRALI 380 TISÍC

Text: Štěpán Pohl
Foto: Markéta Navrátilová

Sokolský běh republiky letos nepřinesl jen radost z pohybu a společné oslavy 28. října, ale také nejsilnější charitativní podporu v celé své historii. Pro devítiletou Nikolku se podařilo vybrat rekordních 380 000 korun – nejvyšší částku, jaká se kdy v rámci SBR vybrala. A padl i další rekord. Jen během závodního dne lidé přispěli neuvěřitelných 20 000 korun!

Nikolčina rodina díky tomu 24. listopadu v Tyršově domě z rukou starosty České obce sokolské Martina Chlumského převzala šek na celou vybranou částku. Je to výsledek solidarity tisíců běžců, rodin, dobrovolníků a příznivců, kteří se rozhodli spojit běžecký zážitek s konkrétní pomocí.

„Jedná se o historicky nejvyšší částku vybranou díky úsilí téměř 13 000 běžců, kteří se zapojili do sedmého ročníku. Touto formou jsme naplnili jednu ze

sokolských hodnot a tou je laskavost. Sokolové tady nejsou totiž jen sami pro sebe, ale také rádi pomůžou ostatním, kteří tu pomoc potřebují,“ vysvětlil starosta ČOS Martin Chlumský důležitost charitativního rozměru Sokolského běhu republiky.

Nikolčin příběh zasáhl mnohé. Narodila se s agresivním nádorem na mozek a už v prvních dnech svého života podstoupila šest zásadních operací. Náročná léčba nese následky dodnes. Přesto Nikolka bojuje neuvěřitelně statečně.

Ve svých osmi letech udělala první samostatné krůčky. Dnes rehabilituje, cvičí, miluje jízdu na koni a nově i na speciální tříkolce, kterou si okamžitě zamilovala. Každý takový posun je obrovským úspěchem. Intenzivní rehabilitace, které Nikolka potřebuje, však pojišťovna

hradí jen zčásti, a proto jsou podobné sbírky pro Nikolku i její rodinu klíčové.

Pomoc běžců Sokolského běhu republiky má tak zcela zásadní význam. Každá registrace, každý dobrovolný příspěvek a zejména vlna podpory během samotného závodního dne pomáhají Nikolce udělat další krok vpřed, a to doslova.

Letošní rekord jasně ukazuje, že Sokolský běh republiky není jen sportovní akcí, ale že jsme komunitou, která drží při sobě a umí pomáhat tam, kde je to potřeba. Děkujeme všem, kdo běželi, kdo přispěli a šíří tyto myšlenky dobré vůle dál.

Těšíme se, že se s Vámi setkáme opět za rok na startovní čáře a znovu uděláme radost i někomu dalšímu. Na #SBR v roce 2026: Nazdar! ●



Nikolce a jejím rodičům předal šek starosta ČOS Martin Chlumský, vedoucí odboru sportu Jan Haupt a za spolupořádající Sokol Čertovka Martin Duka

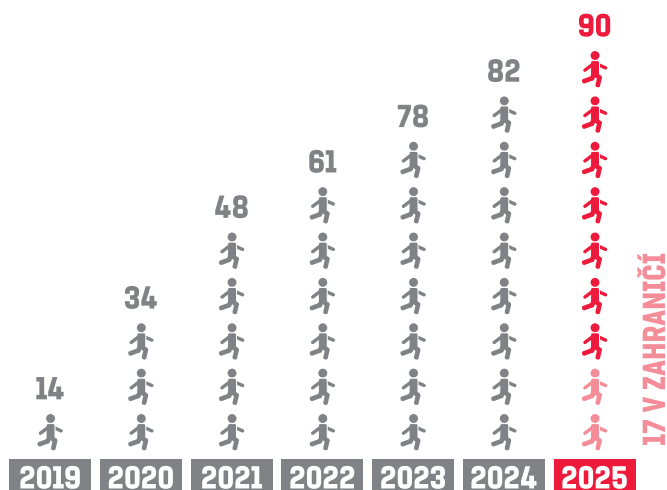


**Šupinu pro štěstí do
každého závodu a nový
rok plný osobních
i sportovních rekordů
přejeme všem sokolům!**

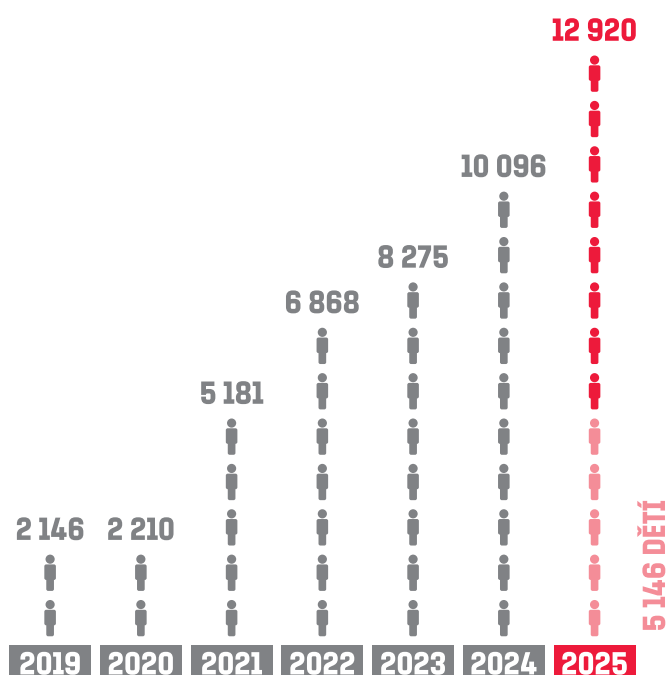
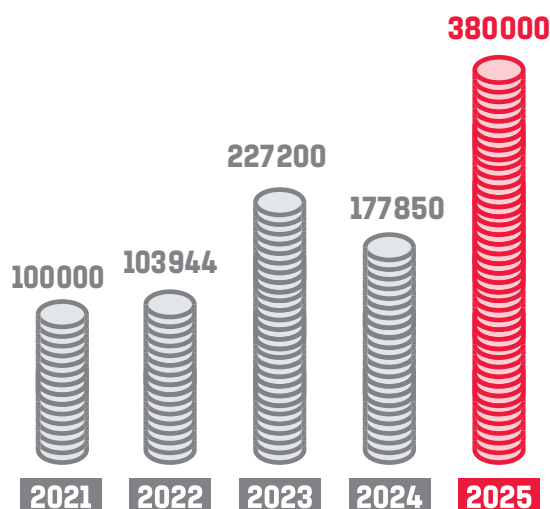
PENNY.

#SBR

POČET ZÁVODŮ



POČET ÚČASTNÍKŮ

PENÍZE
VYBRANÉ NA
CHARITU

NEČEKEJ NA MĚ A VYSKOČ

| Text: Michal Borský
| Foto: Markéta Navrátilová

Je mu teprve 18, ale v hlavě má větší pořádek než mnohý čtyřicátník. Lukáš Kubík přišel do Tyršáku poprvé v pěti letech a od té doby zde nesčetněkrát vzlétl ke stropu. Reprezentantem ve skákání na trampolíně se stal jakoby mimochodem.



Ještě před tímto rozhovorem Lukáš zmínil, že asi před rokem prodělával ve sportu vážnou psychickou krizi. Měl velký problém s motivací a vůbec s tím, co dělat dál. Naštěstí chuť jít dál i lásku k trampolíně znovu našel a dneska je tenhle udatný sokol na nejlepší cestě na olympiádu, která bude v roce 2028 v Los Angeles. Jeho disciplína je totiž součástí olympijských soutěží už od roku 2000.

TRAMPOLÍNY JSOU DOST SPECIFICKÝM SPORTEM I NA POMĚRY SOKOLSKÉ VŠESTRANNOSTI. JAK SES K NIM DOSTAL?

Byl jsem od malička hodně hravý kluk, všude jsem lezl, skákal. Byl jsem prostě hyperaktivní. Máma hledala nějakou smysluplnou aktivitu, kde bych tu energii zužitkoval. Úplně náhodou narazila tady v Praze na trampolínu – někde v inzerci nebo přes známé, přesně si to nepamatuju. A hned se jí to zalíbilo, protože viděla, jak to rozvíjí celé tělo, posiluje všechny svaly, zlepšuje koordinaci. Chodil jsem každé pondělí odpoledne po

škole sem do Tyršáku. Vlastně jen tak pro zábavu. Ale hned mě to chytlo. Ten pocit letu, volnosti. Zůstal jsem u toho jednoduše proto, že mě to moc bavilo.

JAK SE V SOKOLE CÍTÍŠ? JSOU PRO TEBE MYŠLENKY TYRŠE NEBO FÜGNERA JEN ABSTRAKTNÍ RELIKVIÍ NEBO K TOMU MÁŠ NĚJAKÝ VZTAH?

Nevím, jestli to dokážu pojmut takhle do hloubky. Cítil jsem se prostě od prvních minut v Tyršáku dobře. Sálá tady z těch zdí něco pozitivního. Každopádně všechny ty hodnoty jako osobnost, komunita, občanství, laskavost... Je mi to lidsky blízké. Není to něco, co člověk nechává tady v tělocvičně, když skončí trénink, ale nosí si to v srdci i v hlavě s sebou. Každý den, v každé situaci.

ZKOUŠEL JSI KROMĚ TRAMPOLÍNY I NĚJAKÉ JINÉ SPORTY?

Zkoušel jsem toho dost. Chvilí jsem

dělal team gym – to je taková týmová gymnastika. Ale vůbec mě to nebavilo. Vydržel jsem asi měsíc, maximálně dva. Pak fotbal, protože táta byl fotbalista. Hrál za muže Slavie za béčko. Pak stolní tenis, pinčes, jak se říká. To mě bavilo asi rok. Byl jsem na dvou závodech. Žádný velký úspěch, ale líbilo se mi, že je to čistě individuální sport. Všechno záleží jen na mně, na mojí soutěživosti, jak to zvládnu. Ale nakonec jsem všechno nechal, protože trampolína mě bavila nejvíce ze všeho. Ted' chodím do fitka, ale to je jen takový doplněk. Klobouk dolů před těmi, kteří to berou vážně.

MÁ PRO TEBE NĚJAKÝ SPECIÁLNÍ VÝZNAM, ŽE TOHLE VŠECHNO DĚLÁŠ PRÁVĚ V SOKOLE?

Má. Jak už jsem říkal, konkrétně tady v Tyršáku je to jiné než jinde. Je to nádherná historická budova v centru Prahy,

super dostupnost, nemusím nikam daleko jezdit. Hezké okolí, fajn atmosféra. Cítím tu zachovanou tradici sportu, sokolské hodnoty. V porovnání s jinými halami je to tady prostě domov. Motivuje mě to víc.

PRVÝ JSI MĚL DOCELA VÁŽNÝ ÚRAZ...

Měl jsem jich víc, bohužel. Když mi bylo zhruba 11 nebo 12 let, měl jsem zlomené obě ruce, zápěstí a tříštivou zlomeninu lokte. Stalo se to na koloběžce, špatný pád. Léčil jsem to dlouho, ale teď mě to už vůbec neomezuje. Pak jsem měl letos od ledna do července problémy s kotníkem. Bolelo to, nemohl jsem pořádně skákat. Šel jsem na operaci koncem června. Byl to malý zákrok. Rehabilitoval jsem intenzivně a od srpna už skáču aktivně dál, jakoby nic.

STÁVÁ SE VE VAŠEM SPORTU, ŽE OBČAS ZAPOMENETE NĚJAKÝ PRVEK ZE SESTAVY?

Jo, říká se tomu záskok. Je to hodně o mentální stránce. Za tu dobu, co skáču, se mi to párkrát stalo. Normální věc, patří to k tomu. Neznám žádného kvalitního skokana, který by to nikdy neměl.

CO JE NA TRAMPOLÍNĚ NEJRIZIKOVĚJŠÍ, POKUD JDE O ZRANĚNÍ? KDE NEJVÍC HROZÍ?

Nejvíce trpí kotníky. Odnášejí to úplně nejvíce při dopadech. Pak záda, ale to není vyloženo zranění, spíš pobolívají od skákání. A kolena jsou taky častá. Jinak nic extrémního.

NAPADÁ TĚ NĚJAKÝ JINÝ SPORT, KE KTERÉMU BY SE TRAMPOLÍNA DALA PŘIROVNAT JAK NÁROČNOSTÍ, TAK I CHARAKTEREM POHYBU?

Buď gymnastika – prostná nebo přeskok přes koně. Nebo akrobatické lyžování, co dělal Aleš Valenta. Prvky jsou podobné – salta, vruty. Ale odraz z plachty je za mě absolutně safe, žádné riziko jako na sněhu.

CO JE TVŮJ NEJVĚTŠÍ MAJSTRŠTVYK?

Naučil jsem se prvek, který v Česku ještě nikdo neskočil – trojné salto dopředu s dvěma a půl vruty schylmo. Nevím, jestli bych to nazval majstrštvkem, ale je to nejtěžší, co jsem kdy skočil. A teď nový národní rekord v celé sestavě.

JAK SE VLASTNĚ HODNOTÍ NA ZÁVODECH? JE TO JAKO V KRASOBRUSLENÍ?

Existuje panel rozhodčích. Myslím, že je jich šest. Hodnotí čtyři části. První částí je provedení – napnuté špičky, rovná kolena a jak dlouho držíš polohu. Je to hodně složité vysvětlit, ale jde o krásu pohybu. Druhá je obtížnost. Každý prvek má bodovou hodnotu podle salt, vrutů, polohy (skrčmo, schylmo, rovně). Třetí je doba letu – měří se přístroji zespoda. Čtvrtá je takzvané HD – horizontal displacement. Sleduje se, zda za 10 prvků sestavy zůstávám co nejbližší na kříži uprostřed plachty. Přístroj to vyhodnotí přesně.

NEDÁVNO JSI PŘEŠEL DO SENIORSKÉ KATEGORIE. BYL TEN PŘECHOD TĚŽKÝ? V ČEM JE TO JINÉ NEŽ U JUNIORŮ?

Je to úplně jiné. V juniorech se skáče povinná sestava, a pak ještě druhá volitelná. V seniorech jsou dvě volné, které si závodník sám vymyslí a skládá. To je za mě největší rozdíl. Konkurence na závodech je jasně vyšší. Ale věděl jsem, do čeho jdu, takže mě to nepřekvapilo. Osobně to pro mě nebylo až tak dramatické.

DÁ SE S TRAMPOLÍNOU UŽIVIT JAKO PROFÍK?

Podle mě není možné, abych už nedělal nic dalšího. Doufám, že to nějak skloubím se životem. Moc bych chtěl, ale zatím nevím přesně jak. Zkouším shánět nějaké sponzory, ale není to jednoduché.

CHODÍŠ NORMÁLNĚ DO ŠKOLY? JAK TO STÍHÁŠ?

Jsem na střední škole, maturuji příští rok na jaře. Pak nejspíš zkusím vysokou, ještě přesně nevím kam. Ale někdy to zkusím a uvidíme.

JAK, KROMĚ PŘÍPRAVY PŘÍMO NA TRAMPOLÍNĚ, VYPADÁ TVŮJ TRÉNINK?

Můj týden je nabitý. Mám pět tréninků na trampolíně, každý trvá 2,5 až 3 hodiny, a to včetně rozcvičky, strečinku. Na plachtě jsem asi dvě hodiny čistého skákání. Dvakrát týdně posilka s trenérem, vždy hodinu. Děláme cviky na výbušnost, dynamiku. To mám jinde než v Tyršáku, sám si to zařizuju. Pak pracuju osobně s mentálním koučem.

S ním se zaměřujeme na emoce a celkový přístup k životu, nejen ke sportu. Cílem je být všímavějším závodníkem a rozvíjet se komplexně. Hlídám si stravu, spánek, regeneraci. Všechno dohromady dává výkon.

JE NA TRAMPOLÍNĚ HLAVA TÍM NEJDŮLEŽITĚJŠÍM?

Úplně suverénně nejvíce. Závod je jako sprint. Sestava trvá 20 sekund. Musím předvést vše napoprvé. Když vypadnu jedním prvkem, nemám šanci. Musím skočit dobře hned. Pracujeme s emocemi, vědomím. Bereme to celkově – otázky o životě, nejen o sportu. Cílem není jen výkon, ale rozvoj osobnosti.

STALO SE TI, ŽE TĚ PŘED ZÁVODY NEBO TRÉNINKEM NĚCO ROZHODILO?

Jo, děje se mi to. Jsem hodně temperamentní, dokážu se naštvat. To byl prvotní impuls pro to začít s mentálním koučem. Mám ho už dva roky a výrazně se to zlepšilo. Jednou jsem psychicky nezvládl juniorské MS 2023. Měl jsem šanci na bednu, tabulkově i podle průběhu. Obě sestavy jsem ale pokazil kvůli tlaku.

STÍHÁŠ PŘITOM ŠKOLU A JINÉ ZÁJMY? NEBO JE TO CELÝ TVŮJ ŽIVOT?

Není to celý můj život. A nechci, aby to tak bylo. Snažím se vše skloubit. Nejsem studijní typ, ale školu zvládám. Mám i jiné věci, co mě baví.

KOLIK JE VLASTNĚ V TRAMPOLÍNĚ DISCIPLÍN?

Jsou celkem tři: individuál, synchron (dva na stejno) a nově mix synchron (muž + žena). Tam jsme na mistrovství světa byli pátí. Na olympiádě je ale jen individuál.

KDYŽ SE ROZHODNEŠ NAUČIT NOVÝ PRVEK, JAK DLOUHO TO TRVÁ?

Inspiruju se lepšími skokany. Hodně vizualizuji s koučem a představuji si to v hlavě. Když jsem přesvědčený, že to dám, jdu rovnou na věc. Na mé úrovni už bez pěnové jámy.

CO TI SNAHA BÝT DOBRÝ VE SPORTU DÁVÁ V NORMÁLNÍM ŽIVOTĚ?

Sebevědomí. Naučil jsem se pracovat se stresem, s nátlakem. A samozřejmě

taky disciplíně. Dělat věci opakovaně, i když mi nejdou.

JAK JSME NA TOM S TRAMPOLÍNOU OPROTI SVĚTU?

Je to málo známý sport, ve kterém je málo peněz. Specializovaných klubů je u nás pět nebo šest. Na republikovém mistrovství jednotlivců soutěží 12 až 16 mužů. Nejlepší je náš Sokol Kampa. Vyhráli jsme týmové mistrovství světa. Podmínky možná nejsou úplně ideální, ale teplo máme, na rozdíl třeba od Liberce.

CO MUSÍŠ SPLNIT, ABY SES KVALIFIKOVAL NA OLYMPIÁDU V ROCE 2028?

Nejjednodušší cestou je dostat se do finále na mistrovství světa. Tedy nejjednodušší na papíře. Ale jinak je to těžká věc. Nebo pak být v top 16 ve světovém poháru v roce předcházejícím olympiádě.

VE KTERÝCH ZEMÍCH JE TRAMPOLÍNA NEJPOPULÁRNĚJŠÍ?

Je to podobné jako u gymnastiky - Bělorusko, Rusko, Čína. Ti na to mají

školy, dril, systém. Velkou základnu talentů má třeba Portugalsko, tam jsou trampolíny navíc hodně populární.

ČÍM BYS PŘILÁKAL DÍTĚ K TRAMPOLÍNĚ?

Je to jedinečný pocit. Můžu létat, točit se hlavou dolů. Je to hravé - pokud to беру jako zábavu, ne jako dril.

CO BY POMOHLA ROZŠÍŘIT TENHLE SPORT U NÁS?

Chtělo by to jednodušší pravidla pro diváky. Málokdo, kdo se na to dívá, chápe, co se hodnotí. Změna pravidel by ten sport změnila a přiblížila lidem. Samozřejmě by bylo potřeba více dětských kroužků a podobně.

TVŮJ NEJVĚTŠÍ ÚSPĚCH?

Subjektivně 8. místo na mistrovství světa věkových skupin od 15 do 16 let, kde se závodilo i proti olympionikům. Objektivně 14. místo na světovém poháru seniorů. Pro mě osobně je ale nejdůležitější, abych posunul sám sebe, tedy nový bodový rekord, obtížnost, lepší provedení.



DÍVÁŠ SE NA VIDEO SVÝCH SKOKŮ?

Pořád. Třeba, když jedu v MHD, koukám na to pořád dokola. Mám tisíce svých videí. Hledám detaily, které nikdo nevidí. A přitom jsou klíčové pro posunutí se dál.

BYLO OBDOBÍ, KDY TĚ SKÁKÁNÍ NEBAVILO?

Minulý rok touto dobou. Nebylo to o tom, že by mi to nešlo, ale měl jsem k tomu sportu špatný přístup. Hledal jsem jen věci, které mě na tom štvály. S mentálním koučem Mírou Nečasem jsme nakonec otočili vnímání. Teď na tréninku hledám ty dobré věci. Trvalo to tehdy měsíc nebo dva, ale dneska jsem naprosto spokojený a odhodlaný jít dál. ●

inzerce:

 PohledniceOnline

Slova, která chcete říct.
Na papíře, který vydrží.



Všechny vánoční zprávy, které posíláme, jsou krásné. Ale jen některé mají váhu – ty, které může někdo držet v ruce. Pošlete Vánoce na papíře.

#PoštaSpojuje



NSA ZVEŘEJNILA VÝZVU PROGRAMU MŮJ KLUB 2026

Národní sportovní agentura (NSA) na svých webových stránkách zveřejnila dotační výzvu Můj klub 2026.

Žádosti přijímá od 10. prosince 2025 a ukončení příjmu žádostí je

31. ledna 2026 ve 12:00. Celková alokace výzvy Můj klub pro rok 2026 je ve výši 1,702 miliardy korun.

VE VÝZVĚ BUDOU PODPOŘENY TYTO OBLASTI

- a) sportovní aktivity dětí a mládeže ve věku 4 až 19 let
- b) zabezpečení sportovní, tělovýchovné a organizační funkce žadatele realizující sportovní aktivity dětí a mládeže ve věku od 4 do 19 let v souladu s platnými a registrovanými stanovami
- c) provoz a údržba sportovních zařízení

TERMÍN PŘIHLÁŠENÍ PROJEKTŮ

začátek příjmu žádostí: od 10. 12. 2025 od 12:00 hod.

ukončení příjmu žádostí: 31. 01. 2026 do 12:00 hod.

POROVNÁNÍ KLÍČOVÝCH ZMĚN VÝZEV NA ROK 2024, 2025 A NOVÉ VÝZVY NA ROK 2026

1. CELKOVÁ ALOKACE VÝZVY:

2024: 1,6 miliardy Kč

2025: 1,75 miliardy Kč

2026: 1,702 miliardy Kč

2. POČET MINIMÁLNĚ EVIDOVANÝCH SPORTOVců

2024: 20 sportovců

2025: 15 sportovců

2026: 15 sportovců

3. MINIMÁLNÍ ČLENSKÝ PŘÍSPĚVEK

Zůstává stejný (100 Kč).

4. DEFINICE A PODMÍNKY OPRÁVNĚNÉHO ŽADATELE

Byly aktualizovány drobné detaily, například upřesnění podmínek pro regionální působnost a vedení rejstříků.

5. OBLASTI PODPORY

V rámci výzvy budou podpořeny tyto oblasti:

- a) sportovní aktivity dětí a mládeže ve věku od 4 do 19 let (ročníky 2022 až 2007),
- b) zabezpečení sportovní, tělovýchovné a organizační funkce žadatele realizující sportovní aktivity dětí a mládeže ve věku od 4 do 19 let v souladu s platnými a registrovanými stanovami,
- c) provoz a údržba sportovních zařízení.

VYMEZENÍ POJMŮ

REGIONÁLNÍ PŮSOBNOST:

2024: Definováno přesně jako činnost převažující v daném okresu s výjimkou důvodů, jako je kapacita sportovních zařízení.

2025: Upřesněno, že činnost může být rozšířena do více regionů (okresů), pokud jsou důvody objektivní (např. kapacita zařízení).

2026: Žadatel může působit ve více regionech (okresech), nicméně jeho pravidelná a převažující vykonávaná sportovní činnost se vždy musí vztahovat k danému vymezenému regionu, kde se nachází jeho sídlo. Působnost v dalších regionech je akceptovatelná, pokud žadatel sportovní činnost provozuje nejen v místech svého sídla dle předchozí věty, ale kdy je z relevantních důvodů (např. nedostačující kapacita sportovních zařízení) nucen vykonávat sportovní činnost i v jiném regionu. Žadatel však musí vždy v jiném regionu organizovat sportovní činnost svým jménem a v souladu se svými platnými stanovami.

SPORTOVNÍ ODVĚTVÍ:

2024: Turistika není považována za sportovní odvětví.

2025: Přidáno "multisportovní zaměření" k všestrannosti jako příklad aktivity.

2026: za sportovní odvětví v rámci kategorie nesoutěžících sportovců je považována též všestrannost (včetně multisportovního zaměření) jako sportovní aktivity, jejímž primárním cílem je rozvoj všeobecných pohybových schopností a dovedností.



**NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA**

Za sportovní odvětví pro účely této výzvy naopak není považována turistika.

OPRÁVNĚNÝ ŽADATEL:

Minimální členský příspěvek.

Beze změny: 100 Kč/rok

PODMÍNKY SPORTOVNÍ ČINNOSTI:

2024: Žadatel musí organizovat pravidelnou činnost dle bodu 2. 13.

2025: Upřesněno, že pravidelná činnost zahrnuje minimálně 35 týdnů v roce.

2026: sportovní činností se pro potřeby této výzvy rozumí souvislá a nepřetržitá účast sportovce na pravidelně se opakující tréninkové jednotce, která je sportovní organizací organizována na základě tréninkových plánů, v rámci daného týdne, po dobu minimálně 35 týdnů v průběhu 12 po sobě jdoucích kalendářních měsíců.

BEZÚHONNOST ŽADATELE:

2024: Kontrola pouze žadatele.

2025: Bezúhonnost rozšířena i na členy statutárního orgánu.

2026: Za bezúhonného se považuje žadatel nebo stávající člen jeho statutárního orgánu, který nebyl pravomocně odsouzen pro trestný čin spáchaný v souvislosti s činností v oblasti sportu nebo pro trestný čin dotačního podvodu, pokud se na něj nehledí, jako by nebyl odsouzen.

ZÁKLADNÍ PODMÍNKY

Poskytnutí dotace:

Beze změny: Dotace může pokrýt až 100 % způsobilých nákladů.

SLEDOVÁNÍ NÁKLADŮ:

2024: Náklady musí být průkazně sledovány.

2025: Nově požadavek na oddělené sledování nákladů dle oblastí podpory.

2026: Příjemce dotace je ke dni 30. 9. 2026 povinen do rejstříku sportu doplnit údaje o trenérech dle bodu podílejících se na naplňování účelu dotace. Doplněné údaje může poskytovatel použít jako jeden ze vstupních údajů pro výpočet dotace pro rok 2027. (tau)

**VÍCE
INFORMACÍ
ZDE:**



JAK BÝT V POHODĚ A ONLINE

| Autor: Linka bezpečí



linka bezpečí

Být v pohodě a online. Hodně lidí to tak má. Nemá s tím potíž. Mnoha lidem se to ale proměňuje, a setkávají se na sítích, ve hrách nebo jinde online s různými nepříjemnostmi a potížemi. Využívej sítě i informace online tak, aby ti byly k užítku a sloužily tobě. Ne ty jim. Zjisti, jak být online v komfortu a v bezpečí a jak se případně bránit, když tě někdo na síti ohrožuje.

STAČÍ TO VYPNOUT VČAS, ŽIJ V REÁLNÉM SVĚTĚ

Žít online je nejen pohodlné, ale také lákavé. Tví kamarádi jsou dostupní ihned, konverzaci můžeš kdykoliv začít či utnout, sám si vybíráš obsah, který tě baví.

Co s tebou ale dělá čas, který trávíš online? Co bylo první půlhodinu nebo hodinu zajímavé a zábavné, může s narůstajícím časem být okoukané, otravné až frustrující. Všiměj si toho, jak se s narůstajícím online časem cítíš, fyzicky i duševně.

Méně je někdy více a někdy jen stačí to vypnout včas. Zůstat v pohodě online znamená, že pohyb na sítích, scrollování, hraní her, chatování s kamarády a další činnosti tvůj život neovlivňují negativně. Máš čas na jiné věci, kamarády, pohyb a máš i jiné zájmy. To znamená, že pobyt v onlinu ti nepřináší potíže. Nenarušuje to tvoji spokojenost a zdraví.

JAK MŮŽE VYPADAT TAKZVANÁ ONLINE NEPOHODA?

- > Změny nálad.
- > Zhoršení prospěchu, pracovního režimu, zanedbávání povinností.
- > Ztráta zájmu o kamarády, učení, volnočasové aktivity jiné než online.
- > Neschopnost omezit čas na mobilu nebo počítači.

- > Nervozita, podráždění, vztek, agresivita.
- > Hádky a konflikty v souvislosti s pobytem online.
- > Neustálé srovnávání s ostatními.

MODELOVÝ PŘÍBĚH:

Hry jsem hrál od malička, ani nevím, kdy jsem s tím začal. Nejdřív na tabletu, teď na počítači. Dřív jsme hráli s klukama ze třídy u nás doma a bylo to fajn. Pak jsem začal víc kamarádit s lidmi, se kterými hraju online přímo ve hře. Kámoši chodí na fotbal, ale já si ho radši zahraju online. Když se baví o jiných věcech, už mě to ani nezajímá. Navíc jsem dost unavený, protože hraju dlouho do noci. Tím pádem mám i horší známky. Doma se kvůli tomu hodně hádáme.

CO S TÍM

Co můžeš zkusit? Nečekej, až to za tebe někdo vyřeší. Udělej první krok s někým, komu věříš. Třeba s někým dospělým, který ti pomůže najít lepší balanc. Můžeš se taky inspirovat těmito tipy:

- > Mluv o tom. Řekni doma, co online děláš, co tě baví nebo co tě zneklidňuje. Tím můžeš otevřít dveře k pochopení i k případné pomoci.

- > Buď v online v bezpečí. Nesdílej osobní údaje. Změň heslo nebo profil, pokud se necítíš dobře. Chraň se.
- > Vyber si, co sleduješ. Scrollování je jako nekonečná spirála. Ujasni si, co ti dává smysl, a co ti bere čas nebo náladu.
- > Nesrovnávej se pořád. Všichni sdílí to nejlepší. Nenech se rozhodit tím, co vidíš. Když tě to trápí, mluv o tom – s kámošem, rodičem, s námi.
- > Omez čas online – vědomě. Lepší krátké dávky víckrát denně než maratony do noci. Získáš zpět kontrolu.
- > Offline plán je klíč k rovnováze. Připrav si, co budeš dělat mimo obrazovku. Sport, kniha, kámoš, cokoli. Čím víc možností, tím větší šance, že se odpojíš.
- > Buď s lidmi bez mobilu v ruce. Reálný kontakt je víc než notifikace. Domluv se s kámošem, že se uvidíte bez mobilu na stole.
- > Spí dost – a pravidelně. Osm hodin spánku není luxus, ale základ. Před spaním si dej pauzu od obrazovky, nejez těžké věci a nechej mozek odpočinout.
- > Jez normálně, ne jen rychle a sladce. Pestrá strava ti pomůže mít energii i lepší náladu. Méně energetiků je víc klidu.
- > Pohybuj se každý den. Půlhodina chůze nebo sportu dělá divy pro mozek i pro tělo. Zkus to i bez hudby, jen se svými myšlenkami.

Závěrem: Nemusíš být v pohodě pořád. Ale můžeš hledat, co ti pomáhá se do pohody vracet. A hlavně na to nemusíš být sám nebo sama. Stačí si říct...

POTŘEBUJEŠ POMOC TY NEBO KAMARÁD?

Pak volej **116 111**, napiš e-mail, využij chat, navštiv naši webovou poradnu www.linkabezpeci.cz/poradna/

Chcete poradit ohledně Vašich dětí či studentů? Volejte **606 021 021**, napište e-mail, využijte chat, navštivte naši webovou poradnu www.rodicovskalinka.cz/poradna, www.linkabezpeci.cz/poradna/

LETEM



SOKOLEM

Podcast Ústřední školy ČOS
pro cvičitele a činovníky



PREMIÉRA

KAŽDÝ 3. ČTVRTEK V MĚSÍCI



SOKOL SPOLU V POHYBU LETOS LÁKÁ ÚČASTNÍKY V ČR I NA SLOVENSKU



Tradiční zářijová akce Sokol spolu v pohybu s podtitulem #BeActive přilákala letos více než 22 tisíc účastníků. Tělocvičné jednoty po celé republice, ale i na Slovensku uspořádaly celkem 256 akcí, které připravilo 1 946 organizátorů. Projekt Sokol spolu v pohybu je součástí celoevropské iniciativy Evropský týden sportu.

Pořádá ho Česká obec sokolská od roku 2019. Zároveň je už druhým rokem součástí takzvaného Aktivního září, které pořádá Nadační fond Aktivní Česko, u jehož vzniku Sokol jako jeden ze spoluzakladatelů stál.

„Letošní téma Sokol spolu v pohybu se neslo v duchu motto (O)TUŽME SE! Bylo zaměřeno na posilování těla, ducha i kolektivu a dalo příležitost prozkoumat různé formy otužování – pobyt v chladné vodě, cvičení venku za každého počasí, kolektivní hry, výzvy a mentální trénink,“ prozradil starosta ČOS Martin Chlumský. (tau) ●



Kongres Mezinárodní organizace sportu pro všechny TAFISA se uskuteční od 13. do 17. května 2026 a hostit ho bude chrám českého sportu a srdce sokolského hnutí, tedy Tyršův dům. Pokud si lístky pořídíte do konce roku, ušetříte 60 eur.

„Očekáváme, že se kongresu zúčastní na čtyři sta delegátů ze stovek zemí z celého světa. Je určen nejen pro zástupce akademického sektoru a organizací sportu pro všechny, ale také pro naše sokolské

činnovníky, kteří zde získají inspiraci a přehled o tom, jakým směrem se může Sokol i celé hnutí rozvíjet,“ uvádí starosta ČOS Martin Chlumský.

Kongres TAFISA 2026 bude víc než jen odborným setkáním. Stane se místem, kde se propojí lidé, kultury či myšlenky a kde sport bude univerzálním jazykem. Mottem letošního kongresu je: Building Bridges for Inclusion, Equity and Harmony (Sport pro všechny je mostem pro inkluzi, rovnost a harmonii). ●

PŘIHLASTE SE NA SVĚTOVÝ KONGRES TAFISA

TÉMAT A AKTIVITY:

- > diskuze o inkluzi, rovnosti a roli sportu ve společnosti
- > mezinárodní networking a nová partnerství
- > outdoorové aktivity a orientační běh Prahou
- > inspirativní atmosféra, která přetrvá i po skončení akce

REGISTRUJTE
SE ZDE
QR KÓD



VERNISÁŽ V GALERII SOKOL: SOKOLOVÉ PROTI TOTALITĚ



V Galerii Sokol jsme ve čtvrtek 13. listopadu zahájili už šestou výstavu. Tentokrát nese název Sokolové proti totalitě a je plná neuvěřitelných příběhů sokolské statečnosti. Srdečně zveme všechny sokoly i veřejnost do Tyršova domu.

Úvodní slovo na slavnostním zahájení výstavy pronesli starosta ČOS Martin Chlumský a vzdělavatel ČOS Michal Burian. Dorazil také Ilja Pecháček, praprasynovec Františka Pecháčka, hrdiny, který za své činy a přínos pro stát i společnost získal 28. října 2023 od prezidenta republiky Petra Pavla nejvyšší státní vyznamenání, tedy Řád Bílého lva vojenské skupiny I. třídy in memoriam.

Mezi hosty nechyběl ani předseda Českého olympijského výboru Jiří Kejval, předseda České unie sportu Jan Boháč nebo ředitel Vojenského historického ústavu brigádní generál Aleš Knížek.

Výstavu připravila Česká obec sokolská za finanční podpory Úřadu vlády ČR. (tau) ●

inzerce:

ALPINE PRO

SLEVA S APLIKACÍ SOKOL

WWW.ALPINEPRO.CZ



V seriálu věnovaném osobnostem, po nichž jsou pojmenovány sokolské župy, si tentokrát připomeneme jednoho ze zakladatelů Sokola, Jindřicha Fügnera (1822–1865), od jehož úmrtí 15. listopadu letošního roku uplynulo 160 let. První starosta Sokola se do historie nesmazatelně zapsal nejen jako iniciátor vzniku sokolského kroje, ale především jako nezištný mecenáš, který vybudoval první sokolovnu a položil tak základ dalšímu rozvoji celého sokolského hnutí. Je téměř neuvěřitelné, co tento muž dokázal během pouhopouhých tří let, která uplynula mezi založením Sokola v roce 1862 a jeho úmrtím v roce 1865. V roce 1888 po něm byla pojmenována Sokolská župa Pojizerská-Fügnerova (dnes Sokolská župa Fügnerova) sídlící v Mladé Boleslavi.



JINDŘICH FÜGNER

PRVNÍ STAROSTA SOKOLA

| Text: Michal Burian, vzdělavatel ČOS | Foto: archiv ČOS

Jindřich Fügner, křtěný jako Heinrich, se v roce 1822 narodil do německy hovořící rodiny zámožného obchodníka s látkami. Později svou chabou znalost češtiny vnímal jako velký hendikep, který se snažil dohnat za pomoci domácích učitelů. O to s větším nadšením se hlásil k českému národnímu hnutí a jako velitel jednotky Národní gardy se aktivně účastnil i revoluce v roce 1848. Zasloužil

se, mimo jiné, o vznik a rozšíření českého těsnopisu. Podnik svého otce převzal již v roce 1846, ale úspěšného obchodníka s látkami zaujal víc obor pojišťovnictví. V roce 1855 byl jmenován do vedení pražské filiálky italské terstské pojišťovny Nuova Societa Commerciale d'Assicurazioni, ze které dokázal během pouhých pěti let vybudovat jednu z nejúspěšnějších pojišťovacích společností v Rakousku.

Jeho vztah k Itálii, podpořený dokonalou znalostí jazyka, měl záhy vstoupit i do historie rodícího se Sokola. Díky svým obchodním úspěchům byl Fügner v roce 1860 jmenován ředitelem české prozatímní burzy. Na začátku 60. let patřil k výrazným stoupencům české národní emancipace a stal se významným mecenášem spolkových, kulturních a vzdělávacích aktivit probuzené české

společnosti. Byl mimo jiné členem výboru pro postavení Národního divadla.

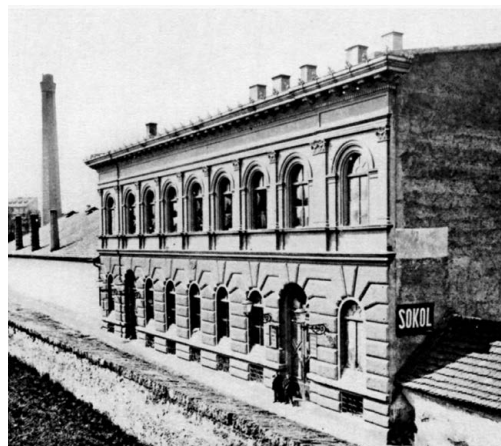
Život Jindřicha Fügnera zásadně ovlivnilo setkání s Miroslavem Tyršem, k němuž došlo v roce 1860 během jednoho z rodinných letních pobytů na Křivoklátsku, a to v myslivně Na Králi. Jejich přátelství se zpočátku rozvíjelo především díky společné vášni pro literaturu a filozofii, k čemuž byla velkým předpokladem mimořádně rozsáhlá Fügnerova knihovna. Setkání probíhala v atmosféře převratné doby počátku 60. let 19. století. Vznikaly české noviny a zřizovaly se české spolky – jako první pěvecký Hlahol v roce 1860. Záhy měly z celého Rakouska právě Čechy největší síť spolků všeho druhu. V této době zvažovali němečtí i čeští příznivci tělocviku založení společného tělocvičného spolku. Ten ale nakonec vznikl jako čistě německý. V debatách Tyrše, Fügnera a dalších nadšenců se začala rodit myšlenka na založení ryze českého tělocvičného spolku. A 16. února 1862 na valné hromadě, která dala vzniknout Tělocvičné jednotě Pražské – tedy Sokolu, byl na Tyršův návrh jednohlasně zvolen prvním starostou Jindřich Fügner.

Na spolkovou schůzi, která se odehrávala 27. března 1862 v budově střelnice na Střeleckém ostrově, přinesl Fügner poprvé červené kokardy s malým kovovým písmenem S. Spolu s Edvardem Grégrem a Vítězslavem Guthem přišli v červených košilích dovezených z Itálie – znaku Garibaldiho jednotek, bojujících za vytvoření italského národního státu. Když potom Edvard Grégr nadšeně hovořil o demokratickém a svobodomyslném základu spolku, o bratrství a rovnosti jeho členů, navrhl Fügner, aby si všichni členové spolku tykali a oslovovali se: „Bratře“. Spolu s Tyršem formuloval základní sokolské principy, v nichž byla fyzická zdatnost doprovázena estetikou, vlastenectvím a mravními zásadami. Na rozdíl od bratrů Grégrových se Tyrš s Fügnerem snažili držet Sokol dále od každodenních politických zápasů, a ušetřit tak spolek případných postihů ze strany úřadů.

Pro vznikající Sokol bylo důležité rovněž Fügnerovo přátelství s významným malířem Josefem

Mánesem, kterým se nechal portrétovat již v roce 1853. Požádal jej o vytvoření návrhu sokolského kroje, znaku a prvního praporu. Na tvorbu malovaného praporu, jehož slavnostní předání proběhlo 1. června 1862, pak osobně dohlížel. V případě kroje část výboru nesouhlasila s červenou garibaldiovskou košilí. Její nošení bylo proto na zvažení každého člena. Záhy se ale stala neodmyslitelnou součástí sokolského kroje.

Fügner byl od prvních okamžiků štědrým mecenášem Sokola. Na jaře 1862 vybral pro spolek prostorný sál U Apolla v Ječné ulici a poskytl bezúročnou půjčku na vybavení vhodným náradím. Sokol zde zažíval chvíle bouřlivého rozmachu. O rok později ale dostal ze sálu výpověď a byl nucen se narychlo přestěhovat do tmavého a stísněného sálu v Konviktu. Nevhodné prostory hrozily úpadkem zájmu o cvičení. I s tím si ale starosta dokázal rychle poradit. Překvapeným členům výboru oznámil, že z vlastních prostředků zakoupil pozemek poblíž pražských hradeb, kde má vyrůst nová tělocvična. Dvě stě členů jednoty začalo kopat základy 3. července 1863. V budově, kterou projektoval v novorenesančním slohu známý architekt Ignác Ullmann, se začalo cvičit v prosinci téhož roku. Budova zůstala Fügnerovým vlastnictvím a podle smlouvy, kterou uzavřel s výborem tělocvičné jednoty, ji mohli její členové užívat každodenně od 18 hodin do půlnoci. Nákladná stavba Fügnera finančně vyčerpala a silně se kvůli ní zadlužil. Bouřlivý vývoj Sokola v prvních letech jeho existence si ale bez tělocvičny, která v té době byla nejmodernější v Evropě a dodnes okouzluje svou krásou, nelze představit. Do sokolského života přinesl Fügner i další tradici. Pro zimní sezónu do nově postavené tělocvičny vymyslel zábavu v podobě maškarní-



Tělocvična Sokola Pražského

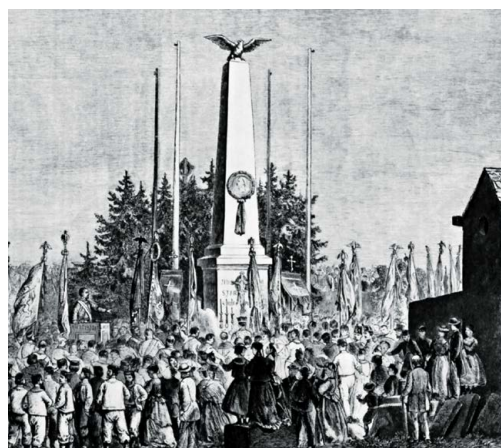
ho plesu. Miroslav Tyrš mu dal název šibřinky a poprvé se uskutečnily 25. února 1865.

Jindřich Fügner zemřel náhle 15. listopadu 1865. Příčinou smrti byl zřejmě zánět, který vyvolal otravu krve. V červenci 1869 mu byl na Olšanských hřbitovech odhalen monumentální pomník.

V památníku vydaném v roce 1883 na oslavu dvacetiletého trvání Sokola Pražského se píše: „Fügnera nelze nepřírovnat než ke skvělému meteoritu, který nakrátko nejjasněji zazáří, aby záhy zmizel, nikoliv však bez účinku, neboť jeho záře navždy osvětila dráhu všem, kteří po ní budou kráčet...“

Dne 19. února 1888 se v Mladé Boleslavi sešli zástupci sedmi sokolských jednot a založili Sokolskou župu Pojizerskou-Fügnerovu, aby v jeho září kráčely další generace sokolů a sokolek. ●

Náhrobek Jindřicha Fügnera na Olšanských hřbitovech



SOKOLOVÉ PROTI TOTALITĚ

NA PRAHU RUDÉ MOCI

SCÉNÁŘ: ZDENĚK LEŽÁK
ILUSTRACE: LIBOR DROBNÝ

V BŘEZNU 1948 V SOKOLE VZNIKLY AKČNÍ VÝBORY A STAROSTA HŘEBÍK I NÁČELNÍK KAVALÍR BYLI ODSTRANĚNI Z FUNKCÍ. KOMUNISTÉ CHTĚLI SOKOL OVLÁDNOUT ZE VNITŘ.



DNE 25. ÚNORA 1948 KOMUNISTÉ PŘEVEDLI V ČESKOSLOVENSKU STÁTNÍ PŘEVRA A NA ČTYŘI DESETILETÍ U NÁS ZAVLÁDLA RUDÁ TOTALITA.



AKČNÍ VÝBORY CHTĚLY ODSTRANIT I NÁČELNÍCI MARIÍ PROVAZNÍKOVOU, ALE ŽENY SE ZA NI POSTAVILY A HROZILY BOJKOTEM PŘIPRAVOVANÉHO SLETU.



V ÚNORU 1948 SE VE VYSOKÝCH TATRÁCH KONALY ZIMNÍ SLETOVÉ HRY. V PRAZE SE MEZITÍM ROZHODOVALO O OSUDU REPUBLIKY.



NAVZDORY POLITICKÝM OTŘESŮM PŘÍPRAVY SLETU POKRAČOVALY. NA STRAHOVĚ VYROSTLY NOVÉ ŠATNY PRO 71 TISÍC CVIČENCŮ.



SLET PŘICHÁZEL V ATMOSFÉŘE POLITICKÉHO NAPĚTÍ. 2. ČERVNA ABDIKOVAL JIŽ VELMI NEMOCNÝ PREZIDENT BENEŠ A 14. ČERVNA SE PREZIDENTEM STAL KLEMENT GOTTFELD.



VE DNECH 18. ČERVNA AŽ 7. ČERVENCE 1948 CVIČILO NA STRAHOVĚ REKORDNÍHO PŮL MILIONU SOKOLŮ! ŽENY PŘEDVEDLY REJ S KUŽELY, MUŽI SKLADBU VĚRNÍ ZŮSTANEME NA POČEST PADLÝCH SOKOLŮ.



CHCETE OPAKOVAT?

CHCEME!



SILNÝ DĚŠT PROMOČIL CVIČENKY DO NITĚ. PO SKONČENÍ SE ZVEDL BOUŘLIVÝ POTLESK.



OD PRVNÍHO DNE SE SLET STAL OBROVSKOU DEMONSTRACÍ PROTI NASTUPUJÍCÍMU KOMUNISTICKÉMU REŽIMU.

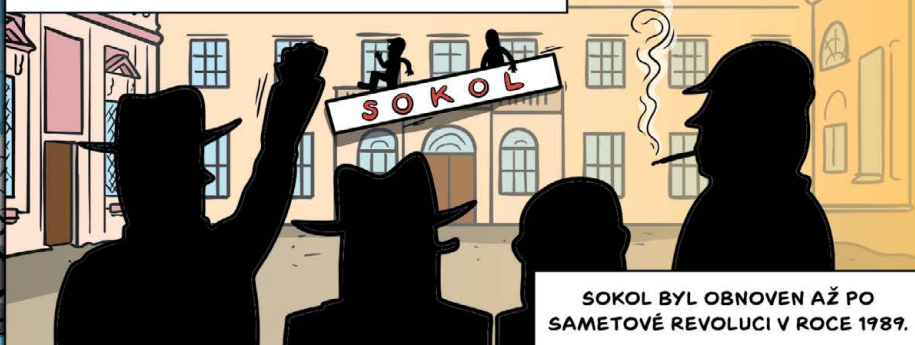


BĚHEM SLETU BYLO ZATČENO 200 SOKOLŮ, AKČNÍ VÝBORY NÁSLEDNĚ VYLOUČILI 11 000 ČLENŮ SOKOLA. REPRESY BYLY OKAMŽITÉ A KRUTÉ.



POSLUŠNOST NA NÁS NÁSILÍM NEVYNUTÍTE.

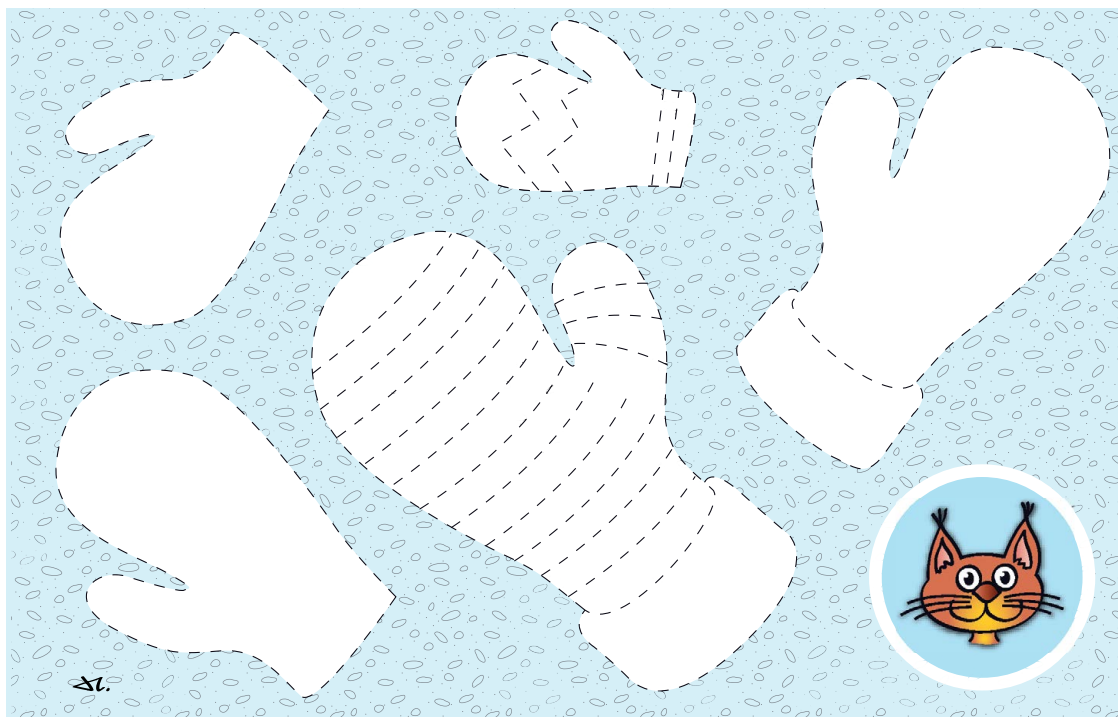
V ROCE 1952 BYL SOKOL DEFINITIVNĚ ZRUŠEN A SLETY NAHRADILY KOMUNISTICKÉ SPARTAKIÁDY.



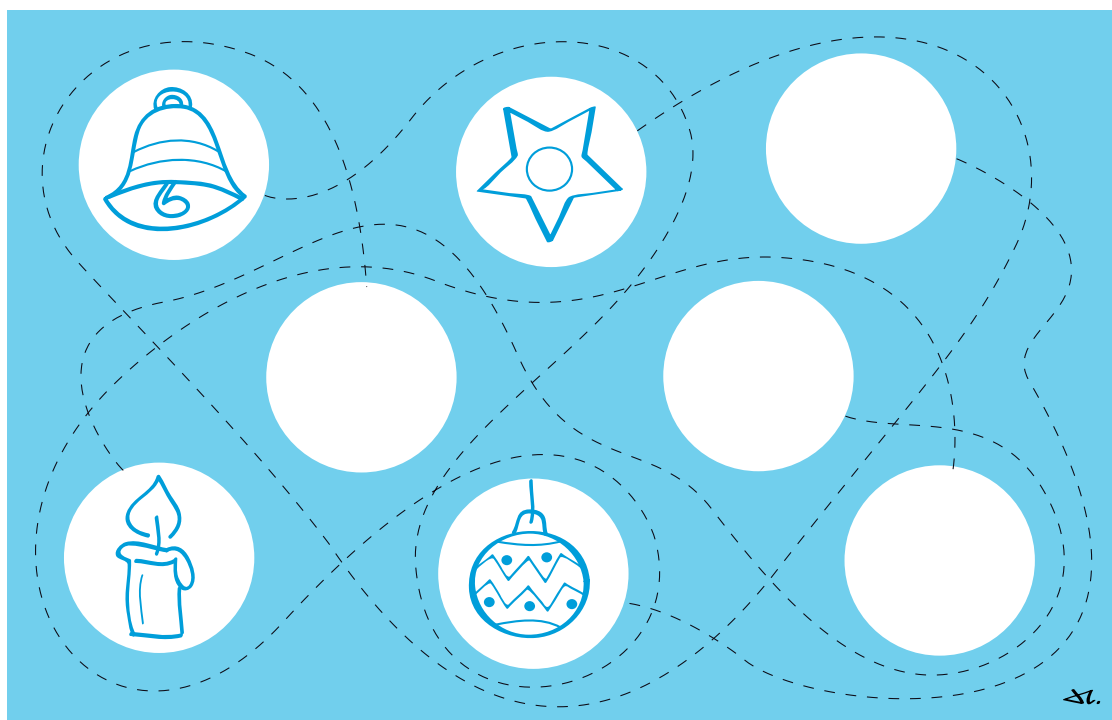
NAZDAR, SOKOLÍCI! 😊

Sokolík Pepík si pro vás opět připravil pár úkolů. Určitě je hravě vyřešíte...

! Připravili: Jan Lukášek a Dana Uzlová, spoluautorka projektu Se Sokolem do života



Obtáhni přerušované čáry a rukavicím dokresli další vzory.
Kolik rukavic je na obrázku? Dokážeš je seřadit od nejmenší po největší?



Od každého obrázku najdi správnou cestu k prázdnému kolečku.
A nakresli do něj obrázek stejný jako ten, ke kterému patří.

LASKAVÍ PARTNEŘI ČESKÉ OBCE SOKOLSKÉ



GENERÁLNÍ PARTNER

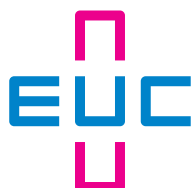


GENERÁLNÍ INSTITUCIONÁLNÍ PARTNER



NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA

HLAVNÍ PARTNEŘI



ALPINE PRO

PARTNER



GENERÁLNÍ MEDIÁLNÍ PARTNER



HLAVNÍ MEDIÁLNÍ PARTNEŘI

deník.cz

Radiožurnál
Sport
Český rozhlas

OFICIÁLNÍ DODAVATEL



VEDEME ČECHY K POHYBU A SPOLEČNÉ AKTIVITĚ



PF 2026

...A PŘED 125 LETY

V ROCE 2026 PŘEJEME

**VŠEM ŽENÁM STEJNOU ODVAHU A ROZHODNOST,
SE KTEROU POPRVÉ VYSTOUPILY VEDLE MUŽŮ NA SLETU V ROCE 1901,
A VŠEM MUŽŮM PŘEJEME ROZHODNÉ A ODVÁŽNÉ ŽENY.**



*Na IV. všesokolském sletu v roce 1901, uspořádaném na Letenské pláni v Praze, poprvé vystoupily se svojí skladbou také ženy. Ve cvičení s kužely jich bylo 800 a cvičení vedla cvičitelka Anna Ptáčková.