



SLETOVÝ VIZUÁL

ČOS představila grafickou podobu sletu od Dynama design a Jaromíra 99

SOKOLSKÝ BĚH REPUBLIKY

Rekordních 6 800 běžců na 60 místech

STR. 18

BRAZILSKÁ VŠESTRANNOST

Rozhovor s Martinem Chlumským, 1. místostarostou ČOS

STR. 29



**Radiožurnál
Sport**

Český rozhlas

V digitální síti DAB+,
mobilní aplikaci mujRozhlas
nebo na internetu



Více rádia

Jediné sportovní rádio

#poslouchesport

radiozurnalsport.cz

OBSAH/EDITORIAL

TOP FOTO

4 - 5 Sletové skladby

HISTORIE

6 - 7 Kus kanadské historie v depozitáři Tyršova domu

PŘEDSTAVUJEME JEDNOTU

8 - 9 Sokol Lány

HLAVNÍ TÉMA

10 - 15 Radost na čtyři? Slet

KOMUNIKACE A MARKETING

16 Kalendáře na rok 2023

SOKOLSKÝ BĚH REPUBLIKY

18 Sokolský běh republiky překonal loňský rekord

PAMÁTNÝ DEN SOKOLSTVA

20 Na hrdinské činy a pohnutou minulost nezapomínáme

22 Sokolové byli nejnebezpečnějším protivníkem nacistů

ZPRAVODAJSTVÍ

24 Sokolové darovali v Michnově paláci 21 litrů krve

VÝKONNOSTNÍ A VRCHOLOVÝ SPORT

26 Brno znovu hostilo gymnastickou špičku

ROZHOVOR

29 - 31 Brazilský sport pro všechny nezná slovo dobrovolník

SPORT PRO VŠECHNY, SOKOLSKÁ VŠESTRANOST

32 Tyršův Děčín

33 Na 23 tisíc sokolů bylo spolu v pohybu

SE SOKOLEM DO ŽIVOTA

36 - 37 S Pepíkem cvičí už více než 108 tisíc dětí

DVOUSTRANA PRO DĚTI

38 - 39 Nazdar, sokolici!

ZDRAVOTNÍ KOMISE ČOS

40 - 41 Zdravá záda neboli

Milé sestry, milí bratři, vážení příznivci Sokola,

jsem ráda, že Vás mohu opět přivítat u našeho nového vydání časopisu Sokol. Toto čtvrté číslo letošního roku, ve kterém si připomínáme 160 let od založení našeho spolku, přináší hlavní text o akci, na kterou se již všichni chystáme. XVII. všesokolský slet v roce 2024 je, ačkoliv se to vzhledem k letopočtu nezdá, opravdu takzvané za rohem. V posledním listopadovém víkendu byly předvedeny sletové hromadné skladby, kdy cvičenci už byli oblečeni do příslušných úborů. Dle reakcí diváků se autoři skladeb jak choreografií, tak i hudbou opravdu strefili do vkusu většiny diváků a všichni se již těší, až ve svých regionech začnou nacvičovat.

S posledním číslem letošního ročníku časopisu Sokol je vhodné také trochu bilancovat. Po loňském roce, kdy byla naše činnost výrazně omezena a kdy jsme nemohli sportovat, jak jsme zvyklí, byl ten letošní v mezích normálu. Na všech byla vidět radost z toho, že se znovu potkali se svými kamarády nebo známými a mohli sdílet radost ze společného cvičení, setkávání i sdělování zážitků. Obzvlášť to bylo viditelné v Plzni, Brně i Pardubicích na SokolGymu, kde byla koncentrace cvičenců i spontánní radosti největší.

Bylo to znát i na předvedených vystoupeních. Rok 2022 byl umocněn i tím, že po celý tento čas jsme si napříč spolkem připomínali 160. výročí.

Díky přičinění řady z Vás jsme 16. února rozsvítili řadu významných staveb napříč republikou, a to v červených a bílých barvách, takže i ti, kdo o oslavách Sokola nevěděli, viděli, že se něco děje, a když se zajímali blíže, dozvěděli se, oč jde. S řadou z Vás jsem se potkala také na Sokolském Řípu, kdy jsme si hromadným výstupem připomněli 160 let od prvního sokolského výletu. Jeli jsme zvláštním vlakem z Masarykova nádraží a myslím, že se akce velice povedla.

Nesmím zapomenout na Vaši spontánní pomoc ukrajinským běžencům, která se zvedla okamžitě, když jí bylo třeba. Tím jste ukázali, že všem, kdo si hrdě říkají sokol, je vlastní laskavost, která je jednou z našich hodnot vepsaných do názvu spolku SOKOL. A za to Vám patří velký dík.

Následující období nebude lehké, což všichni víme, ale jsem přesvědčena o tom, že spolu všechno zvládneme. Z řady jednání s představiteli státu vnímám, že si i ti v nejvyšších pozicích uvědomují, že je potřeba sportovním organizacím pomoci.

Přeji Vám všem krásné Vánoce, jejich klidné prožití v kruhu nejbližších a hodně sil i energie do roku 2023.

Vaše

Hana Moučková
starostka ČOS



Časopis SOKOL, 78. 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 • Redakční rada: Jan B. Uhlíř (předseda, jbuhlir@sokol.eu), Jana Horká, Anna Jagošová, Pavel Strejček, Eliška Pospíšilová, Alžběta Bendíková, Kateřina Pohlová • 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.





SLETOVÉ SKLADBY

Foto: Markéta Navrátilová

Na slavnostním předvedení sokolové představili dvanáct originálních hromadných skladeb, které uvidíme na XVII. všesokolském sletu v roce 2024. Přehlídka se v Sokole Praha Královské Vinohrady zúčastnilo 900 cvičenců, nejvíc od obnovení spolku. ©

KUS KANADSKÉ HISTORIE V DEPOZITÁŘI TYRŠOVA DOMU

V předešlém čísle časopisu Sokol jsme společně nahlédli za dveře nově utvářené archivní sbírky České obce sokolské v Tyršově domě a seznámili se blíže se zvláštní variantou Tyršova odznaku zdatnosti (TOZ), která je uložena ve fondu plaket. Dnes se podíváme do oddílu praporů a vlajek. V této sekci archivní sbírky ČOS se sice nenachází velké množství předmětů, jedná se však o objekty, jež nad jiné vynikají svými rozměry a vzácností.

| Text: Martin Klement, Vzdělávatelský odbor ČOS | Foto: archiv Vzdělávatelského odboru ČOS

Zvláštní místo mezi uchovávanými prapory a vlajkami zaujímá dar z 10. listopadu 2021, představující jeden z typů transparentu. Sestává z pruhu bílé, přibližně 115 centimetrů široké a 90 cm vysoké látky, která je po obou stranách upevněna ke štíhlým, 163 centimetrů vysokým, žerdím. Rozvinutý transparent tedy musí držet dva nosiči. Dle výrazného znečištění na bílé látce lze usuzovat, že byl transparent po dlouhou dobu uskladněn v nevyhovujících podmínkách podkrovního či sklepního prostoru. Kromě svého tvaru a vysoké míry poškození se transparent od ostatních předmětů zmiňovaného fondu liší též proveniencí. Zatímco valná část praporů a vlajek pochází

z českých jednot a žup, tento předmět se do sbírky ČOS dostal až z Kanady. Červený nápis na bílé látce totiž zní „Kanadský Sokol, okrsek Ústředí československého sokolstva v zahraničí“. Svou formulací vyvolává nápis řadu otázek: Co to bylo Ústředí československého sokolstva v zahraničí? Jaké mělo okrsky? A jaký byl vztah mezi touto organizací a českými zeměmi?

SOKOLSTVÍ VYVEZENÉ DO EMIGRACE

Vznik Ústředí československého sokolstva v zahraničí má bezprostřední souvislost s vývojem v Československu v roce 1948. V důsledku únorových politických událostí opustily zemi tisíce lidí. Někteří z nich

začali v německých a italských uprchlických táborech organizovat takzvané exilové sokolské jednoty, jejichž počet vystoupal celkem na 26. Sdruženy byly od roku 1949 v Sokolské župě dr. E. Beneše v exilu, která měla své centrum v německém Ludwigsburgu. Příslušníci exilových sokolských jednot postupně odcházeli do různých zemí, v nichž buď vstupovali do již stávajících jednot, nebo zakládali jednoty nové. Z těchto nových jednot a z jednot patřících do Sokolské župy dr. E. Beneše v exilu se koncem roku 1950 zrodila organizace nazvaná Ústředí československého sokolstva v exilu. K němu se následně připojily i jednoty bývalé Sokolské župy Zahraniční. Naopak Americká obec sokolská se k Ústředí československého sokolstva v exilu odmítla přidružit. Spojené státy prožívaly v 50. letech období tvrdých represí vůči americké levici, proto zřejmě nebylo pro Americkou obec sokolskou myslitelné spojovat se s organizací, jejíž mnozí členové pocházeli z východního bloku. Americká obec sokolská a Ústředí československého sokolstva v exilu tedy působily paralelně vedle sebe a jejich vzájemný vztah se vyznačoval jak tenzí, tak spoluprací a personálním propojením. Ústředí československého sokolstva v exilu, které se v roce 1952 přejmenovalo na Ústředí československého sokolstva v zahraničí, si kladlo za cíl udržet kontinuitu sokolské činnosti a hodnot, dokud ve vlasti nebude opět ustanovena svobodná ČOS. Jakmile se v roce 1990 podařilo ČOS obnovit, pozbylo Ústředí svého významu a roku 1995 došlo



**KANADSKÝ SOKOL
OKRSEK ČESKOSLOVENSKÉHO
SOKOLSTVA V ZAHRANIČÍ.**

k jeho rozpuštění. Během své existence zastřešovalo jednoty v Evropě, v Severní a Jižní Americe, v Africe i Austrálii. Zpočátku se Ústředí dělilo na okrsek australský, evropský a kanadský. Kanadské jednoty se však na valné hromadě v Kingstonu roku 1973 rozhodly přejmenovat svůj svazek na Sokolskou župu Kanadskou. Jelikož transparent ve sbírce ČOS označuje kanadské jednoty za okrsek Ústředí, lze usuzovat, že předmět pochází z období před rokem 1973.

STAŘÍ ZNÁMÍ SE SETKÁVAJÍ ZA OCEÁNEM


Tendence příslušníků Ústředí považovat tuto organizaci za legitimního „nástupce a zástupce ve vlasti násilně umlčeného sokolstva“ je pochopitelná, neboť do exilové sokolské činnosti se zapojily osobnosti symbolizující odkaz meziválečné ČOS. Spiritus agens Ústředí byl Antonín Hřebík, který se po první světové válce angažoval v předsednictvu Vzdělávacího sboru ČOS a v hierarchii sokolských funkcí se postupně dostal až na post třetího náměstka starosty. Po druhé světové válce se Hřebík stal dokonce starostou ČOS. Když však zkraje roku 1948 začaly vznikat akční výbory, které ze sokolské organizace vylučovaly členy stavící se proti novému režimu, byl takzvaně „vyakčněn“ rovněž Antonín Hřebík. Záhy nato se odebral do emigrace a počal s jednotami v zahraničí vyjednávat o vytvoření exilové sokolské organizace. Po boku mu od počátku stála legendární náčelnice Marie Provazníková. S družstvem sokolských gymnastek totiž v roce 1948 odjela na olympijské hry do Londýna, ale do vlasti se již nevrátila a pokračovala rovnou do Ameriky, kde se setkala s Antonínem Hřebíkem. Poté co se jim podařilo konstituovat Ústředí, zaujali v něm oba dva čelné pozice. Antonín Hřebík zastával až do roku 1978 funkci starosty a Marie Provazníková jej zastupovala jako první místostarostka. Vliv Provazníkové časem ještě vzrostl. Téměř jako sedmdesátiletá byla zvolena náčelnicí Ústředí, nedlouho nato pokladnicí a mezi lety 1955 až 1967 vydávala také periodikum této organizace. Podobnou stálíci jako ona byla ve strukturách Ústředí i Jarmila Uhlířová, která celých 25 let vykonávala funkci jednatelky Ústředí. Z této pozice rozeslala tisíce a tisíce dopisů do celého světa. Také s ní se Antonín Hřebík znal ještě z Československa. Poprvé se setkali v roce 1930, a to díky vzdělávací činnosti. Hřebíkovi totiž v předsednictvu Vzdělávacího sboru ČOS připadla funkce důvěrníka Moravskoslezské župy, kde za vzdělávání sokolů byla zodpovědná právě Jarmila Uhlířová. Mezi vedoucí elitu Ústředí časem pronikala mladší generace,



reprezentovaná zejména postavou Jana Waldaufa, rodáka z Nových Hradů. Waldaufovi bylo při odchodu do emigrace v roce 1948 necelých 20 let. Usadil se v Torontu, kde začal cvičit v tamější sokolské jednotě, a v Ústředí poté působil jako náčelník, matrikář, vzdělavatel, redaktor věstníku a po Antonínu Hřebíkovi až do roku 1986 také jako starosta. Z Waldaufova torontského bytu má údajně pocházet zmíněný transparent kanadského okrsku.

SÍŤ MEZI KONTINENTY

Jak udržet celé Ústředí pohromadě? Tato otázka musela jeho činovníkům způsobit nespočet bezesných nocí. Na rozdíl od meziválečné ČOS, jež sdružovala jednoty vyskytující se na poměrně malém území střední Evropy, rozpínalo Ústředí svou působnost mezi několika kontinenty. Nej hustěji propletená byla jeho síť ve Vídni, kde se podle statistiky z roku 1994 cvičilo v sedmi sokolských spolcích, a dále ve Švýcarsku, v němž se k Ústředí hlásilo devět jednot. Ovšem dvě další jednoty ležely v Austrálii, dvě v Africe, jedna v Argentině a tři v Kanadě. Aby se v době, kdy ještě neexistovaly mobilní telefony ani internet, zachovala soudržnost mezi jednotami, vzdálenými od sebe na tisíce kilometrů, rozvinuli vedoucí činitelé Ústředí několik speciálních komunikačních strategií. Jednou z nich bylo vydávání periodika Československý

Sokol v zahraničí, jehož počátky spadají do roku 1951. Československý Sokol v zahraničí vycházel až do zániku Ústředí v roce 1995 a čtenáře pravidelně seznamoval nejen s činností jednotlivých exilových spolků, ale také s metodikou tělocviku a s principy sokolského myšlení. Dlouholetý redaktor periodika Jan Waldauf navíc stanul v čele redakčního kruhu, jenž vydával edici Sokolská knihovna. V této knižní řadě, kterou lze považovat za další typ komunikační strategie uvnitř Ústředí, vyšly kromě reprintů některých Tyršových děl též důležité pomůcky speciálně určené pro funkcionáře exilových jednot. Marie Provazníková v rámci této knižnice uveřejnila například knihu Rádce sokolských činovníků a sám Jan Waldauf do edice přispěl publikací Školení sokolských cvičitelů. Waldaufova kniha vzešla ze cvičebních textů využitých roku 1975 při cvičitelské škole Ústředí ve švýcarském Winerthuru. Společně s časopisem Československý Sokol v zahraničí a knihami z edice Sokolská knihovna představovala osobní setkávání, k jakým docházelo například při cvičitelských školách, třetí významnou strategii k zachování sokolské exilové organizace. Na členy jednot v zahraničí velmi silně působila především shledávání během sletů, jichž Ústředí mezi lety 1951 až 1995 uspořádalo celkem sedm. Zdá se být velmi pravděpodobné, že při některém ze sletů, které se odehrály v 60. letech a na počátku 70. let, byl v průvodu nesen rovněž transparent, který se stal podnětem pro sepsání tohoto článku. 



SOKOL LÁNY

| Text: Martin Zelenka, Jana Horká | Foto: archiv Sokola Lány



HISTORIE

Nápad založit sokolskou jednotu v Lánech vznikl v létě roku 1918. Tehdy se sešli první nadšenci, aby si rozdělili úkoly a uspořádali veřejné cvičení. První řádná valná hromada byla 24. listopadu 1918. Členové toužili po vlastní sokolovně, a proto založili družstvo, do jehož fondu přispívali nejen místní, ale i takové osobnosti jako Alois Rašín nebo Karel Kramář. Sokolovna byla slavnostně otevřena za účasti Jana Masaryka v roce 1934.

Po roce 1945 potkal jednotu stejný osud jako jinde, ale sportovat se nepřestalo. Pod hlavičkou ČSTV byly Lány jednou z neaktivnějších jednot v okrese, proto po sametové revoluci bylo na co navazovat.

TYRŠ NEBO FÜGNER

Fügner byl prvním starostou Sokola a měl úlohu organizátora. Tyrš byl náčelníkem a přicházel s tělocvičnou praxí. Lze tedy říci, kdo je více? Oba společně budovali zázemí pro spolek, který je v současnosti největší v Česku. V celé historii Sokol dokazuje, že v jednotě je síla. A proto pro nás oba zakladatelé, Tyrš i Fügner, znamenají základní stavební kameny úspěšného fungování naší jednoty.

VEDENÍ JEDNOTY

Jednota má 220 členů (z toho 110 do 18 let). Nejpočetnější je oddíl všestrannosti, v rámci kterého nabízíme i rekreační volejbal a florbal. Velmi aktivní a úspěšný je oddíl aerobiku Báry Ladrové. Registrovaným sportovním oddílem je stolní tenis.



Martin Zelenka,
starosta



Martina Hořejší,
místostarostka



Václava Nováková,
jednatelka



Jana Porcalová,
náčelnice

VÁCLAVA NOVÁKOVÁ

Tato dlouholetá členka Sokola Lány, činovnice župy Budečské a obětavá cvičitelka všestrannosti byla starostkou jednoty od roku 1998 do roku 2019. Pod jejím vedením byly realizovány významné opravy lánské sokolovny (nová střecha, výměna oken, oprava podlahy, modernizace elektroinstalace). V současnosti je jednatelkou a kronikářkou jednoty. Věnovala Sokolu to nejvzácnější, volný čas.

VÝZNAMNÁ

SOKOLKA





PETANQUE

TENIS

VŠESTRANNOST **STOLNÍ TENIS**

ODDÍLY



**OBLÍBENÝ
TOP PROJEKT**

SOKOL SPOLU V POHYBU

Pohybové aktivity napříč celou jednotou a pro všechny věkové kategorie. Zapojení veřejnosti do našich pravidelných aktivit a prezentace činnosti jednotlivých oddílů.

POŘÁDANÉ AKCE

Ve spolupráci se Základní školou Ch. G. Masarykové a obcí Lány organizujeme vždy 8. května Běh vítězství zámeckým parkem, a to s účastí okolo pěti set závodníků. Naše oddíly pořádají turnaje ve stolním tenisu, volejbalu, nohejbalu. Veřejně přístupný je celoroční turnaj ve hře petanque. Zároveň Sokol Lány pořádá řadu kulturních akcí (taneční zábavy, divadelní představení). Letos v říjnu jsme ke 160. výročí založení Sokola zasadili v Lánech lípy.

JAKÉ JSOU PRIORITY JEDNOTY PRO SEZÓNU 2022/2023?

MARTIN ZELENKA, STAROSTA JEDNOTY

Jedním z našich plánů je zorganizovat pro děti letní sportovní den, na kterém se zábavnou formou budou účastnit sportovních a dovednostních aktivit. V naší režii je i provoz sokolovny a přilehlého sportovního areálu. V roce 2019 bylo zvoleno nové vedení jednoty a jeho hlavním cílem je snížit energetickou náročnost budovy sokolovny. Máme zpracovaný projekt a stavební povolení. Úzkým hrdlem jsou však finance jak na kompletní zateplení, tak i rekonstrukci a výměnu systému vytápění. Uvidíme, jak budeme úspěšní. V současné chvíli se většina prostředků získaných z dotací alokuje do záloh

energií a na provoz sokolovny. A to je teď největší finanční zátěž.

JANA PORCALOVÁ, NÁČELNICE JEDNOTY

Snažíme se plně dostát slovu všestrannost a nabídnout různé formy cvičení všem, a to bez rozdílu věku. Od hravosti rodičů s dětmi, přes sportování žáků, zdravotní a kondiční cvičení žen, až po účast týmů aerobiku na závodech. Máme obrovskou výhodu v tom, že v naší obci spolky při různých akcích spolupracují. Příkladem je blížící se 50. ročník Běhu vítězství zámeckým parkem. A také začnou přípravy na XVII. všesokolský slet. 📍

KONTAKTY: www.sokol-lany.cz  [tjsokollany](https://www.facebook.com/tjsokollany)

JEDNOTA, KTERÁ NÁS INSPIRUJE

SOKOL PŘÍBRAM

Velmi aktivní jednota se skvělým vedením a s velkou tradicí. Navíc pořádá spoustu sportovních aktivit.

**PŘEDSTAVÍME
PŘÍŠTĚ**



RADOŠT NA

Česká obec sokolská představila vizuální podobu XVII. všesokolského sletu, který se uskuteční v roce 2024. Jeho autory jsou renomované grafické studio Dynamo design a komiksový ilustrátor Jaromír 99. Na tiskové konferenci s názvem 600 dní do sletu byl zároveň představený program sletového týdne a všech dvanáct připravovaných hromadných skladeb. Podle starostky ČOS Hany Moučkové ale zůstává řada otazníků nad financováním celé akce, i když jednání s příslušnými institucemi už probíhají.

| Text: Jana Horká | Foto: Dynamo design



ČTYŘI? SLET

Všesokolské slety jsou bezpochyby největší celosvětovou akcí sportu pro všechny. Každému z nich předcházejí roky příprav, a ty spějí k jedinému cíli – představit širokou činnost Sokola, jeho bohatou historii, a hlavně moderní současnost. Nedílnou a vždy velmi sledovanou součástí sletu je jeho vizuální podoba. V minulosti se na ní podíleli nejlepší umělci své doby jako Alfons Mucha, Mikoláš Aleš, František Ženíšek, Max Švabinský, Bedřich Wachsmann, Jan Preisler, Artuš Scheiner nebo třeba Luděk Marold.

„Před rokem jsme vyhlásili výběrové řízení s cílem najít designové studio, které nám pomůže s vizuální podobou XVII. všesokolského sletu. Snahou bylo získat řešení, které bude moderní a zároveň i propojené s uměním. Zvítězil návrh

od Dynama design, a to hlavně proto, že tím navazujeme na

dlouhou tradici propojení sletu s významnými umělci své doby. Slet tak navíc získá nezaměnitelnou podobu,“ říká Marek Tesař, ředitel Kanceláře ČOS.

”

Do každého písmene je vložena jiná ilustrace a výsledný dojem vzniká až jejich spojením, což navazuje na motto sletu, kterým je spojování společnosti, tedy lidí různých generací i zájmů.

Jiří Šlégr
senior graphic designer
Dynamo design

Moderní grafika s ilustracemi komiksového výtvarníka Jaromíra 99 nakonec získala výraznou většinu hlasů členů Programové rady ČOS, Komunikačního týmu ČOS a zástupců všech programových útvarů, kteří o podobě vizuálu rozhodovali.

KLÍČOVÉ SLOVO

„Vizuálu dominuje klíčové slovo SLET, vlastně je to odpověď na pomyslnou křížovkářskou otázku: Radost na čtyři (písmena)? Toto heslo jednoznačně identifikuje událost. Oproti oficiálnímu názvu je výrazně kratší a dobře se s ním pracuje. Do každého písmene je vložena jiná ilustrace a výsledný dojem vzniká až jejich spojením, což navazuje na motto sletu, kterým je spojování společnosti, tedy lidí různých generací i zájmů,“ popisuje vznik vizuálu Jan Šlégr, senior graphic designer z Dynama design a s úsměvem dodává, že Jaromíra 99 nejspíš na sletu mezi cvičenci nenajdeme, ale v ateliéru si už prý zacvičil důkladně. „Mnoho zdánlivých detailů jsme museli pečlivě ladit, aby výsledné ilustrace co nejlépe vystihovaly charakter a eleganci pohybu v jednotlivých motivech a jejich kombinacích,“ vysvětluje.





”

Mě tyto popkulturní věci baví, když jsou dobře udělané. Věřím, že vizuál bude působit velkolepě, protože je dělaný tak, aby se dal zvětšit na jakýkoliv prostor.

Jaromír 99
výtvarník

Zároveň bylo cílem studia vytvořit vizuální koncept, který bude na první pohled zcela odlišný od standardní komunikace Sokola.

Tu Dynamo design pro ČOS vytvořilo v roce 2019 a mezi sokoly i na veřejnosti vyvolala spoustu kladných ohlasů.

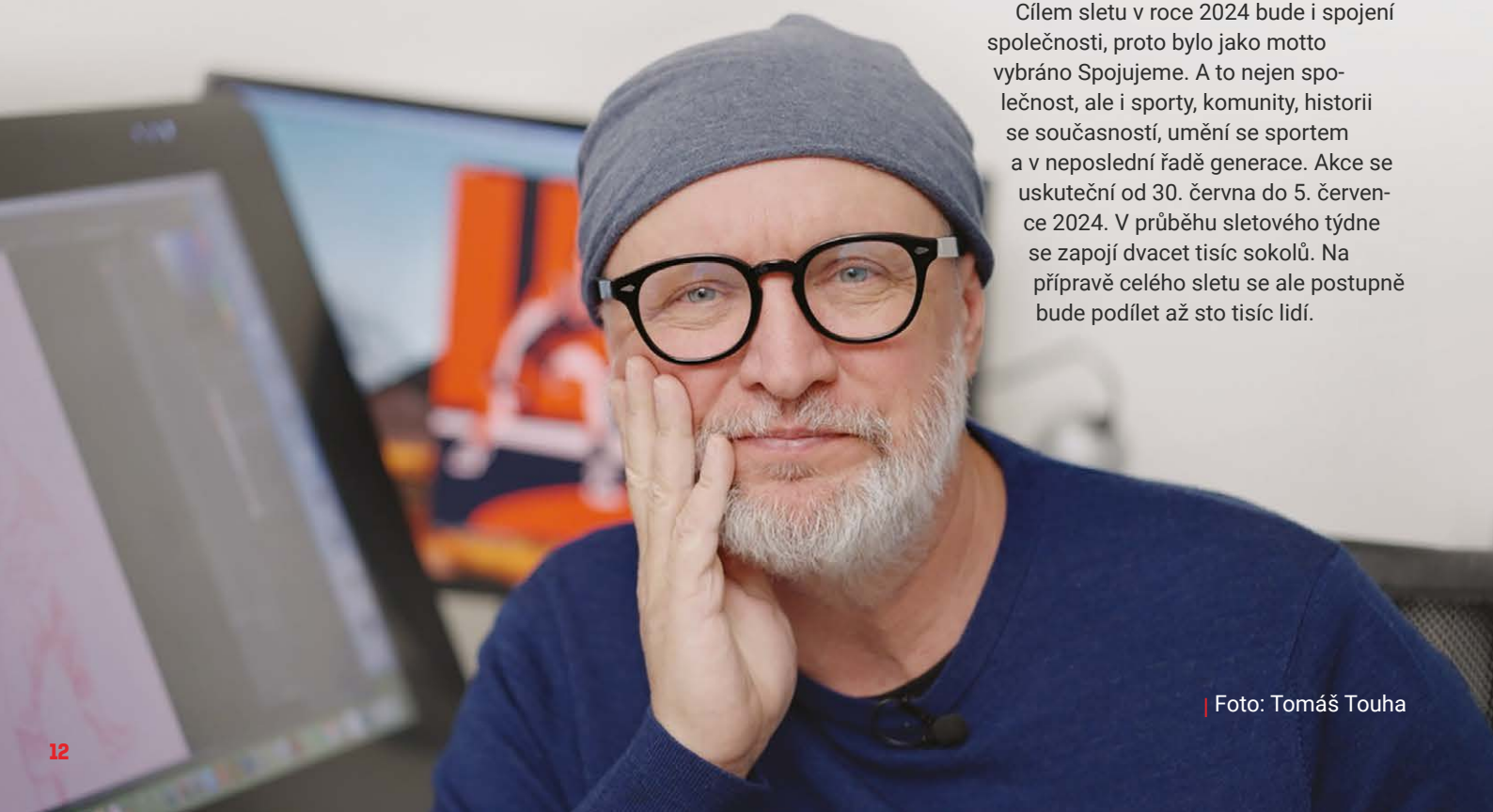
ALOIS NEBEL, ZÁTOPEK, SLET

Pro známého ilustrátora a také hudebníka Jaromíra Švejdíka, neboli Jaromíra 99, který je autorem řady úspěšných komiksů, především Aloise Nebela a Zátópka, byla prý práce výzvou. Připouští, že když se dozvěděl, kdo před ním na sletu pracoval, byl nervózní a vše bral s velkou pokorou. „Podle zadání jsem mohl použít jen dvě barvy – na bílý

podklad červenou a modrou, což je na vyjádření pohybu celkem málo. Dohromady to muselo chytit vizuál, který má v sobě nějaký drive, je správně barevný, zapadne do písma a konceptu, který v Dynamu vymysleli,“ říká výtvarník. „Mě tyto popkulturní věci, jako třeba billboardy, baví, když jsou dobře udělané. Věřím, že to bude působit velkolepě, protože jsem chtěl, aby se to dalo zvětšit na jakýkoliv prostor. Párkrát už jsem to zažil. U filmu Alois Nebel byly všude billboardy, nebo se Zátópkem před olympiádou. Ale toto mi přijde ještě víc dotaženější a těším se, jak to bude vypadat třeba na stadionu hodně zvětšené,“ dodává.

MOTTO SLETU: SPOJUJEME

Cílem sletu v roce 2024 bude i spojení společnosti, proto bylo jako motto vybráno Spojujeme. A to nejen společnost, ale i sporty, komunity, historii se současností, umění se sportem a v neposlední řadě generace. Akce se uskuteční od 30. června do 5. července 2024. V průběhu sletového týdne se zapojí dvacet tisíc sokolů. Na přípravě celého sletu se ale postupně bude podílet až sto tisíc lidí.



| Foto: Tomáš Touha



inzerce:

čeps



Vedeme energii těm, kteří ji násobí

„Přípravy jsou v plném proudu, i když se může zdát, že slet je ještě daleko. Bude už třetím, který zažijí jako starostka České obce sokolské, a tak vím, jak náročné je tak velkou akci uspořádat. Můžu se opřít o zkušený tým a věřím, že všechny případné problémy vyřešíme a opět předvedeme divákům originální skladby, jež cvičenci trénují po dva roky,“ řekla na tiskové konferenci, která se uskutečnila 8. listopadu, tedy přesně 600 dní před sletem, starostka ČOS Hana Moučková, která je zároveň i předsedkyní sletového týmu, který ČOS zřídila.

Stejný tým také jedná o podpoře této unikátní akce s českou vládou, ale zatím nemá žádnou garanci pro finanční podporu na takové úrovni, jak to bývá u významných sportovních akcí mimořádné důležitosti standardem. „Bohužel zatím podporu garantovanou nemáme. Snažíme se vládě vysvětlit, že všesokolský slet, který má 140letou tradici, je pro Česko minimálně stejně významnou akcí, jakou je mistrovství světa nebo Evropy, případně finále komerčního tenisového projektu,“ říká Marek Tesař.

12 SKLADEB PRO VŠECHNY

Koncem listopadu bylo odborné veřejnosti představeno všech dvanáct hromadných skladeb, které se na slet chystají. V Sokole Praha Královské Vinohrady se cvičitelé seznámili s ideálním předvedením a toto přesné provedení skladeb budou secvičovat i v regionech.

V únoru příštího roku pak začnou nácvičné srazy. Do té doby budou

natočena i instruktážní videa s detaily jednotlivých choreografií. Pro rodiče a děti je připravena skladba Čmeláci, pro předškoláky jsou to Mravenci. „Tady zúročíme naši úspěšnou spolupráci s mateřskými školami. V rámci našeho programu Se Sokolem do života totiž cvičí už víc než 108 000 dětí ze dvou tisíc školek. Těm všem nabídneme, aby se do nácvičku zapojili,“ říká náčelník ČOS Petr Svoboda.

Pro společnou skladbu rodičů, dětí a mladšího žactva si autorka vybrala motivy z komedie století S tebou mě baví svět. Mladší žákyně se představí ve skladbě Čarodějky a ve společném vystoupení s mladšími žáky pak předve-

dou Sokolhraní. Starší žákyně se zase inspirovaly fitness a zacvičí ve stejnojmenné hromadné skladbě. Dorostenky a mladší ženy se předvedou v Leporelu, dorostenci a muži svou skladbu zase nazvali Před kamerou. Ženy zacvičí V rytmu srdce a společně se seniorkami zase Babí léto. Ve společné skladbě dorostu, mužů a žen uvidíme Rockovou symfonii, a konečně seniorky a senioři zazáří ve skladbě Jdi za štěstím.

SOKOL GALA

Sletový program bude v roce 2024 podobný tomu před šesti lety. Připravuje se ale i řada novinek. Jako už tradičně






zahájí hlavní sletové dny v Praze průvod, který půjde z Václavského na Staroměstské náměstí. Ve stejný den se uskuteční i ekumenická mše v Chrámu svatého Víta a večer bude slavnostní zahájení v Národním divadle.

„Slet, to je mnoho příběhů. Při hromadných skladbách na ploše vídám zároveň děti, co sotva chodí, ale i zdatné seniory. A právě tím je sport pro všechny. Zajímavý ale bývá i doprovodný program během celého týdne. Já osobně se velmi těším do Národního divadla a na Sokol Gala,“ říká Hana Moučková.

Sokol Gala, jako přehlídka toho nejlepšího ze sokolského výkonnostního

sportu, je součástí sletového týdne už od roku 2006. Koná se vždy v pražské O2 aréně, kde bohatému sportovnímu programu přihlíží až deset tisíc návštěvníků.

VÝTVARNÍCI SLETU V ROCE 2018

To vše se děje pod jednotným vizuálním stylem. Na tradici spolupráce se známými umělci navázala ČOS už v roce 2018, kdy u příležitosti XVI. všesokolského sletu vznikl unikátní soubor obrazů a grafik vytvořených Michalem Cihlářem, Stanislavem Divišem, Ivanem Komárkem, Zdeňkem Netopilem, Pavlem Roučkou, Jakubem Špaňhelem a Jakubem Spurným. 



Autorský kalendář fotografa Jana Jirkovského vychází v limitované edici. Nástěnný kalendář obsahuje třináct krásných černobílých fotek ze čtyř sokolských jednot.

SOKOLSKÉ KALENDÁŘE NA ROK



Pořídít si ho můžete v e-shopu **obchodsokol.cz**.

Na stejném místě najdete i klasický stolní kalendář, který shrnuje naši činnost.

VE STAVU BEZTÍŽE

Text: Petr Volf, kritik umění a kurátor

Pozoruhodný cyklus fotografií Jana Jirkovského (1973) přibližuje atmosféru pražských sokoloven nejen ve Vršovicích, Hodkovičkách, na Kampě a Vinohradech, ale také v Libni. Jedná se o velmi propracovaný, kompaktní a vyvážený soubor, který lze považovat za upřímnou poctu pohybu.

Černobílé snímky okamžitě vtahují do hry, máme pocit, že se stáváme téměř jejich součástí. Dobrá fotografie totiž bourá bariéry, otevírá dveře, nechává nás nahlédnout za oponu, která by jinak zůstala zatažená. V tom je nezastupitelná. Spolu s protagonisty fotografií tudíž můžeme nejen sdílet sounáležitost ke

kolektivu a radost z vítězství, ale užívat si i stavu beztlíže, posilovat, skákat, zápasit nebo překonávat fyzické omezení, a tak se zocelovat. Jan Jirkovský zachycuje nejrůznější emoce doprovázející sportování, ať už se odehrávají v jakémkoliv věku. Jsme si rovni. K tomu, abychom byli spokojeni, nemusíme usilovat o medaile ani o rekordy, stačí jen dosáhnout správné tepové frekvence a vhodně vynaložit sílu, která nás zase posune o kousek dál, než jsme byli včera. Opakováním se zdokonalujeme.

„Hned po první návštěvě jsem byl doslova uhranutý,“ vzpomíná Jan Jirkovský na počáteční fázi, kdy se jeho cyklus začínal formovat. „Krásná tělocvična v pražské Libni mi doslova

učarovala. Obdivoval jsem ten pevně daný řád v podobě nástupů, pozdravů a celkové disciplíny. Přitom vše ale probíhá ve vzájemném respektu a naprosto kamarádském přístupu. Na tréninky sokolské všestrannosti se zde schází hned několik generací dohromady. To mě také ohromilo. V jednu chvíli je totiž možné sledovat nejen svalnatého cvičence při šplhu na laně, ale třeba i malou holčičku, která se pokouší o své první krůčky na kladině.“

Je znát, že se Janu Jirkovskému podařilo stát se součástí děje, který zaznamenával. Splynul s prostředím, získal si jeho důvěru, aby mohl podat bezprostřední svědectví o platnosti sokolského hesla „Ve zdravém těle zdravý duch“, k němuž odnepaměti patří propojení fyzických aktivit s těmi kulturními a uměleckými. Miroslav Tyrš, původním zaměřením historik umění, by z tohoto následnictví vyjádřeného v kalendáři pro rok 2023 měl určitě radost. ☺

DO KOMUNIKAČNÍHO TÝMU ČOS PŘIŠEL MAREK GLOSER

Marek má za sebou bohaté marketingové zkušenosti jak z oblasti korporací, tak i ze soukromého podnikání. Bude mít na starosti některé top projekty, merchandising nebo spolupráci s partnery a ambasadory.

„Sokol vnímám jako významnou organizaci, která už po mnoho let přináší lidem v jakémkoliv věku nejen radost z pohybu, ale učí je i sdílet a ctít vysoké morální hodnoty. Při tom všem ještě dokáže být moderní, aktuální a přizpůsobuje se dnešní době. Moc se na práci s Vámi těším,“ říká nový člen komunikačního týmu, který se ve volném čase věnuje beach volejbalu, silničnímu kolu a běhání. Mezi jeho další zájmy patří cestování, knížky, osobní rozvoj a koučování. Zbývající čas pak rovnoměrně dělí mezi své dvě pubertální dcery a extrémně aktivní štěně maďarského ohaře. (hoj) ©

I LETOS JSME POŘÍDILI NOVÉ VYBAVENÍ

Letos už podesáté se mohly jednoty a župy zúčastnit projektu Sokol 21, jehož



cílem je dostat do sokoloven nové moderní vybavení. Tentokrát si díky ČEPS, generálnímu partnerovi ČOS, pořídily za zvýhodněnou cenu sadu dětské atletiky, stavebnicový molitanový systém pro předškolní děti a otevřenou trampolínu.

„Zájem o toto sportovní vybavení byl velký. Zboží je v těchto dnech do jednot distribuováno, celkem se jedná o téměř dvě stovky kusů,“ říká Petr Svoboda, náčelník ČOS.

Do projektu se přihlásilo 38 ze 42 žup. Největší zájem byl o dětskou atletickou sadu, objednáno jich bylo více než osmdesát. (hoj) ©

inzerce:

Sokolové už znají své vítěze!

V rámci projektu Hýbeme se hezky česky s PENNY soutěžilo celkem 730 sokolských týmů, ze kterých 242 postoupilo do finále.

Každý vítězný tým si odnesl výhru v hodnotě 5–25 tisíc korun. Celkově PENNY mezi týmy Sokola rozdělilo více než 2,5 milionu korun. Všichni finalisté navíc obdrželi poukázky na zdravé potraviny v hodnotě téměř 1,5 milionu korun.

Všem týmům gratulujeme a přejeme mnoho radosti z pohybu!



Pro výsledky soutěže naskenujte QR kód.





SOKOLSKÝ BĚH REPUBLIKY PŘEKONAL LOŇSKÝ REKORD

Heslo letošního Sokolského běhu republiky znělo: Jedinec nic, celek vše! A bylo dodrženo do puntíku. Již 4. ročník obnovené sokolské tradice si užilo rekordních 6 800 běžců nejen po celém Česku, ale i daleko za jeho hranicemi. K radosti z pohybu pomohlo beze sporu příjemné slunečné počasí a nadšení všech, kteří se rozhodli oslavit vznik republiky pohybem.

| Text: Jan Vonášek
| Foto: Jakub Nedbal, Tomáš Hejzlar

Hlavní závod v Praze potvrdil svoji velkou oblibu, a to jak u sokolů, tak i u široké veřejnosti. Na start se 28. října postavilo celkem 522 závodníků. Rozmanitý program u Tyršova domu, sídla České obce sokolské, zahájily už od 11 hodin závody dětí, kdy se na start v kategoriích do 6, 10 a 14 let posta-

vilo celkem 135 malých závodníků. Velká chvíle a vyvrcholení společné oslavy přišla ve 14 hodin. To hromadně v jeden okamžik vyběhlo několik tisícovek běžců na všech 53 místech po celém Česku. Ještě těsně před startem závodníci online pozdravili ambasadoři zapojení do běhu v dalších lokalitách, například Ivana Večeřová z Brna, Radek Liška z Terezína nebo Veronika Preti z Kačice.

O startovní výstřel v Praze se s předsedou Odboru sportu Janem Hauptem postarala starostka České obce sokolské Hana Moučková, která k závodu dodala: „Každým rokem se zvyšuje počet běžců, a navazují tak na první Rozestavný běh z roku 1919. Slavíme výročí

republiky pohybem, který nám v Sokole je vlastní. Myslím si, že k velkolepé oslavě obou výročí, tedy jak republiky, tak i 160 let Sokola přispělo i krásné počasí.“ Do kopců Petřínských sadů se posléze vydalo 387 běžců včetně Davida Svobody, Martina Koukala, Radka Šloufa nebo Jiřího Ježka. Na startu nechyběl ani senátor Parlamentu České republiky Pavel Fischer.

Oslava republiky pohybem přinesla jak zajímavé momenty, tak i doprovodný program v Praze i mimo ni. Pokud začneme hlavním městem, na trase i v zázemí se představily moderní sporty jako ukázka modernizace Sokola a hmatatelný důkaz toho, že Česká obec sokolská hledí stále dopředu a podporuje i nové, méně tradiční sporty. Závodníci mohli vidět trampolinisty, twirling, frisbee, florbal, lakros a další.



VALINCE Z DĚČÍNSKA JSME PŘISPĚLI VÍCE NEŽ STO TISÍC KORUN

| Text: Jan Vonášek

Jednou z pěti sokolských hodnot je laskavost. I v dnešní zrychlené době plné stresu a problémů, kterým čelí v podstatě každý, ukazuje Sokol svou důležitost a sílu ve schopnosti spojovat veřejnost za společným cílem. Tím letos mimo oslavu vzniku republiky pohybem byla také pomoc potřebným. Závodníci tentokrát pomohli díky příspěvkům, které vkládali už při online registraci, a to sokolce Valince, která trpí dětskou mozkovou obrnou. Částka se vyšplhala na krásných 103 944 korun.

KDYŽ ZÁVODNÍCI TÁHNOU ZA JEDEN PROVAZ

Valinka je jedenáctiletá mladá slečna, která se s rodinou ráda účastní sportovních akcí. Také letos jste ji mohli potkat na Sokolském běhu republiky v Děčíně. Díky veselé povaze je všude oblíbená a navzdory zdravotním problémům dělá všem ve svém okolí radost. Maminka Simona by ji ráda vzala do lázní na rehabilitační pobyt a pořídila pro ni i zdravotnické pomůcky, které jsou pro snazší život nezbytné. A to se díky vybrané částce podaří. Valinka také volný čas ráda tráví u koní. A mimo jiné je velkou fankou frontmana kapely Kryštof Richarda Krajča, s nímž se i díky Sokolskému běhu republiky už v srpnu poprvé setkala.

Narodila ve 32. týdnu a vážila pouhých 1 400 gramů. Od prvních dnů života je velkou bojovnicí. I když je odkázaná na invalidní vozík, doma se pohybuje po čtyřech. A když se zrovna zadaří, zvládne i pár krůčků s chodítkem. Čím je ale Valinka větší, tím se stává pro rodinu její léčba a každodenní život náročnějším a nákladnějším. „Miluje jízdě na koni, dvakrát týdně dochází na hypotermii, chodíme společně plavat a na rehabilitace. Jsme rodina, co má ráda sport, jezdíme na speciální závody pro handicapované a milujeme Sokolský běh republiky. Běháme se speciálním vozíkem a vše si užíváme, jak jen je to možné. Jsme šťastní, že máme tak úžasnou holčičku plnou elánu do života,“ dodává maminka



Simona. Usměvavá a šťastná Valinka vloni svou pozitivní energii rozzářila děčínský běh a udělala to i letos. Pojďme ji společně podpořit a zároveň přispět na nákladné rehabilitace, díky kterým dělá pokroky.

DALŠÍ PENÍZE PŘIDALI BĚŽCI V PRAZE

Sokolský běh republiky by se na 61 místech, včetně osmi zahraničních, nemohl uskutečnit bez partnerů. Velký dík patří Nadaci ČEZ. Ta ve své ČEZ Energy zóně závodníkům a veřejnosti umožnila vysportovat na handbiku krásných 51 584 Kč. S tím ve finálové jízdě pomohli i vedoucí Odboru sportu České obce sokolské, Jan Haupt, a moderátorka Lucie Výborná. Peníze putovaly na konto České



obce sokolské, a to na cestovné 220 dětí z opavského Sokola a tamních základních škol, které přicestovaly do Prahy 26. listopadu na první ukázkou ze cvičení skladeb pro sokolský slet v roce 2024. ©



V Písku zase vystoupily skupiny akrobatických gymnastů a gymnastek Five Fellas a Fearless Písek. Výčet unikátních vystoupení a zajímavého programu by mohl být mnohem delší. A dostalo se také na kulturu. V Milovicích místní uspořádali rockový večer za doprovodu kapel Basslake a Big Rock.

Tisíce běžců a stovky organizátorů spojily ve sváteční den síly, aby si připomněly tradici a zároveň ukázaly, že dokážeme držet při sobě i v dnešní rychlé a náročné době. Jsme nadšení, že jsme propojili takové množství míst jak v ČR, tak v zahraničí. Takže nezapomeňte, ve stejný čas na stejném místě v roce 2023. Nazdar! ©

NA HRDINSKÉ ČINY A POHNUTOU MĚNULOŠT NEZAPOMÍNÁME



| Text: Jiří Reichl | Foto: Markéta Navrátilová

Památný den sokolstva jsme si letos již počtvrté připomněli jako významný den České republiky. Opět se všude vzpomínalo na sokoly, kteří obětovali život v boji za svobodu, a nejen při službě v legiích nebo při budování Československa. Později v době druhé světové války byli vězněni, mučeni a popraveni nacisty jednak kvůli tomu, že patřili k našemu spolku, ale o něco později i za pomoc při přípravě atentátu na Reinharda Heydricha či skrývání parašutistů poté, co se atentát úspěšně podařilo vykonat. V neposlední řadě si připomínáme i ty, kteří nepřežili věznění v komunistických lágrech, nebo zemřeli na nemoci, které si odtud přinesli.





Na nezměrné oběti, které položili na oltář vlasti členové spolku Sokol při boji za svobodu a demokracii, každoročně vzpomínáme 8. října. Od roku 2019 je tento den, který připomíná nacistickou akci Sokol, významným dnem České republiky. „Velmi si vážím toho, že se nám podařilo přesvědčit tehdejší politiky. Po pěti letech diskusí tento den uzákonili jako významný den České republiky,“ říká starostka ČOS Hana Moučková.

Na znamení úcty se nad řadou radnic či sídel krajů v tento den vedle české vlajky vztyčuje i ta sokolská. Například na Magistrátu hlavního města Prahy se této čestné role ujala naše starostka Hana Moučková, a to s náměstkem primátora Petrem Hlaváčkem. V Praze zavlála vlajka také na řadě radnic městských částí (Praha 2, 3, 4...). Vlajka ČOS se objevila i nad sídly Moravskoslezského a Libereckého kraje. Tam se slavnostního aktu účastnil hejtman Martin Půta.

PRVNÍ PIETNÍ AKT BEZ DAGMAR EVALDOVÉ

Největší vzpomínkovou akcí je každoročně ta v Tyršově domě. Letos se za přítomnosti významných hostů uskutečnila na nádvoří u pamětní desky se jmény popravených a umučených sester a bratrů. Kromě představitelů Sokola se ho účastnili: 1. místopředseda Senátu Parlamentu ČR Jiří Růžička, 1. místopředsedkyně Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR Věra Kovářová, místopředseda Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR Jan Bartošek, za vládu ČR ministr školství mládeže a tělovýchovy Vladimír Balaš a řada dalších představitelů ministerstev i velvyslanců.

„To, že vždy přijdou významní představitelé státu, znamená, že si toho, co naši členové vykonali pro vlast, váží. Opravdu mne to hřeje u srdce,“ říká Hana Moučková. Připomněla také, že letos je to poprvé, co se vzpomínkového dne neúčastnila sestra

Dagmar Evaldová, která byla přímou účastnicí provedení Akce Sokol.

Nacisté totiž zatkl jejího otce Karla, který organizoval odbojové hnutí. Po zatčení se ještě vrátil domů, nacisté si pro něj ale přišli znovu v září 1942. Sestra Evaldová říká, že má v paměti poslední otcova slova: „Já se vezu, tentokrát je to určitě naposled. Když se nevrátím, tak hlavně nezapomeň,



že jsem z tebe chtěl mít sokolku, a ty víš, co to znamená. Musíš se postarat o maminku a sestru Hamilku.“ To bylo naposled, kdy s tátou mluvila. Karel Evald byl popraven v roce 1943 v Berlíně-Plötzensee. Dagmar Evaldová nezapomněla. „Po pádu komunismu společně s bratry Jandáskem a Uhrem 7. ledna 1990 zorganizovala ustavující sjezd, a pomohla tak obnovit činnost Československé obce sokolské,“ psala v čísle 2/2021 tohoto časopisu Kateřina Pohlová ze vzdělávacího odboru. Dagmar Evaldová se často účastnila akcí Sokolské stráže, jíž byla patronkou.

SOKOLSKÁ STRÁŽ V HLAVNÍ ROLI

Ta se předvedla také při letošním Památném dni sokolstva. Nejdříve se sestry

a bratři účastnili v pravé poledne společného slavnostního nástupu s Hradní stráží na Pražském hradě. Podařilo se jej uskutečnit i přesto, že areál Hradu byl uzavřen kvůli Summitu EU.

Při slavnostním nástupu, kterému přihlížely stovky turistů, mezi nimiž byli i členky a členové Sokolské stráže v krojích, byl nesen druhý prapor Sokola Pražského. Ten věnovaly v roce 1922 členky spolku jako připomínku rovnoprávnosti žen a mužů v Sokole. „Při letošních výročích mi přišlo jako dobrý nápad ho představit právě při střídání Hradní stráže na Pražském hradě. Proto se slavnostního nástupu zúčastnilo šest krojovaných sester jako stráž sokolských praporů. Stalo se tak vůbec poprvé,“ říká velitel Sokolské stráže Marek Manda.

Poté se členové Sokolské stráže přesunuli do Tyršova domu k pietnímu aktu. Část jich nesla historické prapory, někteří kladli věnce k památníku popravených a umučených. Ještě předtím ale drželi fotografie těch bratrů, kteří byli nacisty umučeni nebo popraveni. Bylo to výmluvné gesto, že na hrdinské činy a na pohnutou minulost nezapomínáme. Ocenila to také řada hostů

pietního aktu při neformálních rozhovorech po jeho skončení. Fotografie objevil před nějakou dobou historik ČOS Jan B. Uhlíř. Všechny pocházejí z archivu Ateliéru Langhans. V době před nástupem nacismu totiž patřilo v takzvané lepší společnosti, jakou Sokol bezesporu byl, nechat se portrétovat u Langhans. Tím, že se tyto fotografie dochovaly, vznikl zajímavý historický doklad

a památka na popravené či umučené.

Poslední akcí Památného dne sokolstva je tradiční Večer sokolských světél, při kterém se na řadě míst v celé naší republice pouštějí dřevěné lodičky s plápolajícími svíčkami. Toho se velmi rády účastní především děti. Symbolicky si tak připomínáme ty, kteří již nejsou mezi námi, a předáváme nejmladší generaci hodnoty, které sami vyznáváme. ☺



SOKOLOVÉ BYLI NEJNEBEZPEČNĚJŠÍM PROTIVNÍKEM NACISTŮ

| Text: Jan B. Uhlíř, historik, vedoucí Vzdělavatelského odboru ČOS

Český domácí protinacistický odboj byl prvním ze všech a trval nejdéle. Představoval jednoznačnou reakci na vznik Protektorátu Čechy a Morava. Jeho neoddelitelnou součástí představovala Obec sokolská v odboji (OSVO) i představitelé ČOS v rámci dalších rezistenčních organizací.

Právě Sokol označil v rámci Norimberského procesu obhájce bývalého říšského protektora von Neuratha za nejnebezpečnějšího nacistického protivníka. Právem. Sokolové bojovali na všech myslitelných frontách – jak na západní nebo východní, tak i v severní Africe, na Blízkém východě, dokonce i v Indočíně. Ve vzduchu i na zemi. Nejblíží jim ale byla fronta domácí.

Poslední noc před okupací bylo vedení ČOS na nohou. Z vládních kruhů (zřejmě od ministra Eliáše) přišlo varování, na jehož základě se v Tyršově domě urychleně probíraly kompromitující materiály. Řadu z nich pohltily plameny kotelny. Odvážely se historické prapory, část archivu Slovanského sokolstva byla dokonce zazděna. Organizovaný sokolský odboj, tedy rezistence řízená z Tyršova domu, vznikl prakticky ihned po okupaci na nejsnazší a nejjednodušší bázi;

na léty prověřené župní struktuře. Nově ustavená Komise pro styk se župami fakticky nepředstavovala nic jiného než ústřední řídicí orgán sokolského odboje, respektive ilegální náčelnictvo pověřené řízením odbojové činnosti. V jejím čele stanul bratr Otakar Klich, kterého doplnili bratři Augustin Pechlát, Bohumil Havel, Ladislav Vaněk, František Bláha, Svatopluk Svoboda, Jan Plánička, Evžen Penninger a Jan Pelikán. Zemskými veliteli OSVO se stali bratři František Pecháček (Čechy) a Štěpán Drásal (Morava).

Do vypuknutí války se OSVO významně podílela na budování ilegálních přechodů do Polska a zajišťovala spojení na členy ČOS v dalších odbojových skupinách (Obrana národa, Zemský národní výbor, Politické ústředí). Koncem srpna 1939 vznikl centrální řídicí orgán OSVO, takzvaná Pětka, která zdvojovala dosavadní vedení OSVO. Jejimi členy byli bratři Augustin Pechlát, Josef Truhlář, Jan V. Keller, František Bláha a Evžen Köppl. Úkolem Pětky bylo zajistit nejen styk se zahraničím, ale i finance pro odboj a ideové směřování, zatímco Komise se zabývala konkrétní odbojovou činností. Zdvojení vedení OSVO sice představovalo zvýšené riziko, které bylo nicméně přijatelné, neboť při případné likvidaci jednoho orgánu mohl kontinuitu odbojové práce zajistit druhý.

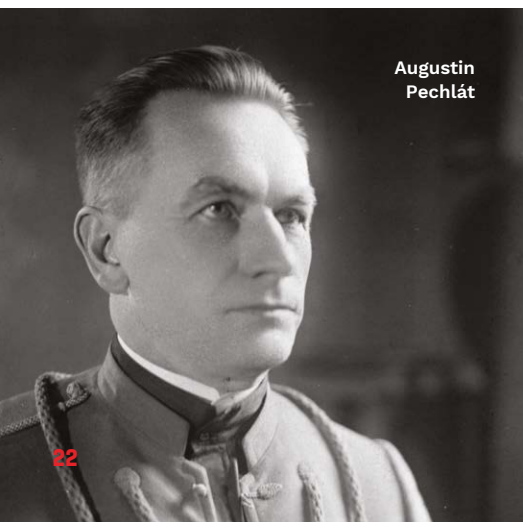
Až do konce roku 1939 OSVO stmelovala a propojovala odboj jako celek; zvláště



František Pecháček

ve vztahu ke svému hlavnímu strategickému partnerovi, tedy Obraně národa (ON), působila jako organizace do značné míry servisní. Osvědčená struktura ČOS a její lidský potenciál byl však pro Obranu národa natolik podstatný, že uvolnila velitele Zemského velitelství ON - Čechy, generála Huga Vojtu, a jmenovala jej vojenským velitelem Sokola. Velitelská struktura jak Obrany národa, tak československé branné moci byla s ČOS úzce spjata. Tento vztah vynikl právě v první polovině trvání protektorátu, neboť předsedou vlády se stal člen ČOS a bývalý cvičitel dorostu vinohradské jednoty generál Alois Eliáš.

Význam OSVO počal stoupat při budování takzvané druhé odbojové garnitury, a to na jaře 1940. V polovině července 1941 vznikla Sokolská revoluční rada (SRR), která nahradila zatýkáním postiženou vedoucí strukturu OSVO. Do jejího čela byl postaven bratr Antonín Hřebík, dalšími členy se stali bratři Antonín Benda, Otakar Klich a Ladislav



Augustin Pechlát

Vaněk. V létě 1941 se SRR podařilo napojit OSVO na Petiční výbor Věrní zůstaneme, čímž vznikla vůbec nejpočetnější odbojová protektorátní struktura. O významu domácího sokolského odboje svědčí celá řada hlášení nejen bezpečnostní služby SS (SD), ale samozřejmě i závěry gestapa, které neustálý příliv zatčených z řad OSVO doháněl k zuřivosti.

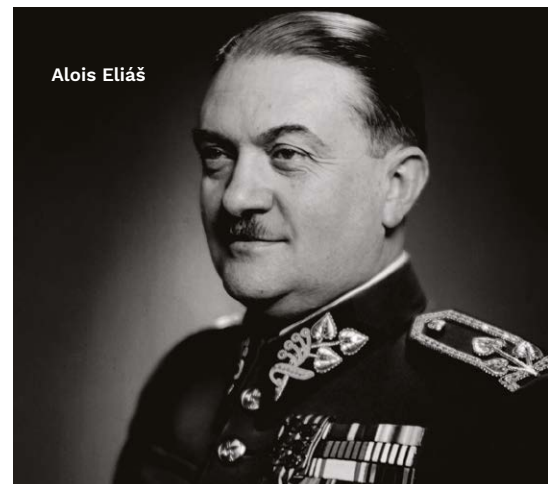
Hlavní úřad říšské bezpečnosti (RSHA), v jehož čele stál od jeho vzniku Reinhard Heydrich, vnímal s krajní nevolí nejen vztah Neuratha s Eliášem, který nebyl založen na ničím menším než na příslušnosti k Řádu svobodných zednářů, ale především vzrůst odbojové činnosti v protektorátu po vypuknutí války na východě. Po svém jmenování zastupujícím říšským protektorem nechal Heydrich v den svého příchodu do Prahy zatknout ministerského předsedu Aloise Eliáše, o den později popravil vůbec první generály bývalé československé branné moci (rovněž Huga Vojtu), které vzápětí následoval náčelník ČOS Augustin Pechlát.

Závěrečný úder proti ČOS, jejíž činnost byla zastavena již v dubnu 1941, vedl Heydrich v noci ze 7. na 8. října 1941. Cílem takzvané Akce Sokol bylo maximální narušení vrcholných struktur ČOS. Podle připravených seznamů byli zatčeni nejdůležitější funkcionáři předsednictva, náčelnictva

mužů a vzdělavatelského odboru. Na celém území protektorátu došlo k zatýkání župních náčelníků, někde i místonáčelníků; na Ostravsku pak i činovníků jednot. V první fázi bylo zadrženo více než devět stovek sokolů, z toho 49 členů výboru ČOS, 19 členů předsednictva, 17 členů náčelnictva mužů, 9 členů předsednictva vzdělávacího sboru a 216 župních činovníků, z toho 30 starostů, 33 místostarostů, 27 náčelníků a 23 jednatelů. Celkem bylo zatčeno téměř 1 500 členů ČOS, z nichž drtivá většina nastoupila cestu přes Malou pevnost v Terezíně přímo do koncentračního tábora v Osvětimi. Mezi významné zatčené funkcionáře z ústředí ČOS patřili bývalý starosta Stanislav Bukovský a úřadující starosta Jan V. Keller, místonáčelník Antonín Benda a členové předsednictva vzdělavatelského odboru Ladislav Jandásek a Jan Pelikán. Zároveň byly likvidovány i oficiální struktury ČOS.

Na torzo OSVO navázala organizace Jindra v čele s představitelem SRR Ladislavem Vaňkem, z níž vzešla i její radikální odnož, tedy skupina Říjen, jejíž název akcentoval měsíc, v němž došlo k Heydrichově úderu. V čele Října stanuli bratři František Pecháček a Jan Zelenka, kteří se zásadním způsobem podíleli na podpoře československých výsadek první vlny, kam patřil i desant Anthropoid. (Opomenout samozřejmě nelze

ani skupinu S21B.) Říjen šel v krevní mstě za zatčené a mrtvé až do krajnosti, kterou představoval atentát na Heydricha. V odvěti za smrt tyrana byl domácí odboj atomizován, včetně zbytků odboje sokolského. Smrt tyrana však současně představovala červánky svobody, neboť potoky prolité české krve nenechaly slušný svět chladným. Výsledkem atentátu bylo oduznání Mnichovské dohody a jistota obnovy republiky v původních hranicích. Sokolský podíl na této skutečnosti je neoddiskutovatelný. Je nanejvýš vhodné si jej připomínat zvláště nyní, kdy válka v Evropě není již pouhým strašákem, ale realitou. ☹



Alois Eliáš

inzerce:

 Balíkovna

Pošli to dál!

Stvořená **pro nákupy**
v e-shopech.

balikovna.cz





| Text: Jiří Reichl
| Foto: Markéta Navrátilová



SOKOLOVÉ V MICHNOVĚ PALÁCI DAROVALI 21 LITRŮ KRVE

Téměř padesátka členů našeho spolku i našich příznivců si našla v pátek 7. října, tedy jeden den před Památným dnem sokolstva, cestu do Michnova paláce a darovala nejcennější tekutinu. Odběrový tým Oddělení hematologie a krevní transfuze Ústřední vojenské nemocnice v Praze odebral krev 47 dárcům, mezi kterými bylo i několik prvodárců. Při odběru 450 mililitrů na osobu to vychází na 21,15 litru krve. Dohromady s téměř 28 litry z hromadného odběru z 16. února se tak v Tyršově

domě v letošním roce podařilo darovat úctyhodných 49 litrů krve.

V tradičně vřelé přátelské atmosféře se ke vstupnímu vyšetření u lékaře dostavilo 50 zájemců, ale ne všichni byli doporučeni k odběru

„I v tomto podzimním termínu se našel dostatek zájemců, kteří přišli darovat krev. Znovu jsem viděla řadu sester a bratrů, kteří tady byli nejen vloni, ale i letos při 160. výročí založení našeho spolku. To dokazuje, že si tyto hromadné odběry našly svoje příznivce,“ uvedla starostka ČOS Hana

Moučková. Sokolská kapka krve ale není jen tento jeden hromadný odběr. Darovat ji lze celoročně. V zářijovém čísle časopisu Sokol byla zveřejněna statistika za první polovinu roku 2022. Pro zařazení do počtu dárců za každou jednotu je potřeba každý individuální odběr nahlásit župnímu koordinátorovi.

Za sedm ročníků Sokolské kapky krve jsme dosud darovali více než 1400 litrů této cenné tekutiny. Podrobnější výsledky byly zveřejněny v únorové tiskové zprávě. ☺

OSLAVY 17. LISTOPADU BYLY OPĚT ZA ÚČASTI SOKOLŮ



U pamětní desky na Národní třídě ani letos nechyběla Sokolská stráž, která se významně podílela na oslavách nejen Dne boje za svobodu a demokracii, ale i Mezinárodního dne studentů. Ty přilákaly do pražských ulic desetitisíce lidí. Řada z nich zavítala i do sokolského stanu na rohu Václavského náměstí a Opletalovy ulice, kde je čekal kvíz a populární deska se vzkazy republiky.

Rok 1989 byl pro sokoly, stejně jako pro celou zemi, zcela zásadní. Tehdy na podzim, tedy v době, kdy politická situace v Evropě již naznačovala pád železné opony, se začali scházet bývalí sokolští činovníci a také se už tajně nacvičovalo na slet, který plánovalo zahra-



niční sokolstvo uspořádat v roce 1990 v Paříži.

Po pádu totalitního režimu Sokol rychle obnovil svou činnost. Rozhodující byl sjezd na pražském výstavišti 7. ledna 1990, kam přišly téměř tři tisíce lidí. Obnovené České obci sokolské se také podařilo získat zpět své ústředí, které je v Tyršově domě v Praze. (hoj) ©



Pražské Muzeum Kampa představuje to nejlepší ze současné české architektury, konkrétně práci Josefa Pleskota. Přehlídka se nezaměřuje jen na jednotlivé stavby a projekty, ale snaží se zprostředkovat i samotný přístup Pleskotova ateliéru.

Soustředí se na tři specifická městská sídla, v nichž lze nalézt nejvíce jeho realizací, tedy Prahu, Litomyšl a Ostravu-Vítkovice. Na výstavě, která potrvá až do 12. února, nechybí ani model Tyršova domu. Je to totiž právě Pleskot, kdo je autorem připravované studie. „ČOS začala tuto strategii připravovat už v roce 2018 a jsme opravdu nadšení, že se nám podařilo ke spolupráci přizvat renomovaného architekta evropského významu, kterým

Josef Pleskot bezpochyby je. Jeho plán na rekonstrukci Tyršova domu jsme na výstavu velmi rádi zapůjčili. Každý si tak může prohlédnout, jak by mohlo toto unikátní místo v historickém centru Prahy vypadat,“ říká Marek Tesař, ředitel Kanceláře ČOS.

Architekt v rozhovoru pro časopis Sokol už dříve uvedl, že jde o velký a složitý projekt obsahující všechny složky, které má rád. Jedná se jak o oživení starých věcí, tak i zároveň o tvorbu nových, a to v rámci celého komplexu. „Moje úloha spočívá v tom, aby se celý areál mezi Újezdem a Kampou zpřehlednil a člověk se v něm mohl pohybovat přirozeně a logicky, aniž by se ztrácel,“ prohlásil architekt Pleskot. (hoj) ©

SOKOL PRAŽSKÝ USPOŘÁDAL VÝSTAVU K VÝROČÍ VZNIKU

V letošním roce si připomínáme 160 let od založení Sokola. Jednota, ve které to tehdy všechno začalo, tedy Sokol Pražský, připravila k tomuto výročí venkovní výstavu, která byla k vidění do poloviny listopadu na náměstí Míru v Praze. Na několika panelech se kolemjdoucí seznámili nejen s historií, ale i se současností aktivní jednoty.

Výstava, která se konala pod záštitou starostky MČ Prahy 2 Alexandry Udženije a místostarosty Jiřího Šolce, představila všechny oddíly, tedy jógu, moderní gymnastiku, všestrannost, basketbal, akrobatický rock-and-roll, turistickou a rychlostní kanoistiku i loutkové divadlo.

„Výstava odkazovala na počáteční myšlenku zakladatelů, která svůj význam neztrácí ani dnes,“ říká Radovan Křížek, člen výboru Sokola Pražského. „Celkem jsme připravili deset panelů se spoustou fotografií, jejichž pomocí jsme chtěli Sokol nejen představit v tom nejlepším světle, ale také do něj nalákat nové členy,“ dodává. (hoj) ©



Polovina listopadu již tradičně patří Memoriálu Jana Gajdoše, tedy mezinárodnímu závodu, ve kterém měří síly družstva sportovních gymnastů. Nejinak tomu bylo i letos, kdy se mezi 19. a 20. listopadem konal již potřicáté, a to v hale, která patří Sokolu Brno I.

Text: Bohumír Veselý

Foto: Martin Fiala

BRNO ZNOVU HOSTILO GYMNASTICKOU ŠPIČKU



Co se týče účasti, byla velmi kvalitní. Představili se nám dívky i chlapci nejen z Ukrajiny, Rakouska a Maďarska, ale i ze Slovinska nebo Slovenska, Nizozemí, Polska a samozřejmě i z České republiky.

Sobotní dopoledne patřilo děvčatům. Vzhledem k velkému počtu startujících muselo být klání rozděleno do dvou sledů. Oba nabídly vskutku kvalitní podívanou. Mezi družstvy si nejlépe vedly gymnastky z KŠG Detva, které odsunuly na stříbrnou příčku závodnice z Bohemians Praha. Bronzový

stupínek patřil domácím, tedy Sokolu Brno I, konkrétně jejich A družstvu.

Mezi jednotlivkyněmi na prvním místě zazářila Nela Ostrihoňová ze Slovenska, následovaná týmovou kolegyní Luciou Piliarovou. Na třetím stupínku stanula Daniela Háchová z Bohemians Praha.

Odpoledne ovládli chlapci. I zde jsme sledovali perfektní výkony. Ze třinácti družstev na všechny tři nejlepší příčky vystoupaly týmy z Maďarska. Prvními byli budapešťští, druhý skončil tým KSI A a bronz si odvezlo družstvo Ferencvárosi Toma Club.

Sobotnímu závodu jednotlivců kraloval Zeteny Kiss z Budapešti, druhý skončil zlínský Milan Jaroš a bronz zásluhou Alexe Istvána Mártona opět putoval do Maďarska.

V neděli jsme byli svědky finálového soupeření, kam

postoupilo 12 nejlepších závodníků, a to jak z řad chlapců, tak i děvčat; maximálně ale vždy jen dva z jednoho týmu. Pomocí speciálního klíče byli rozděleni do dvanácti smíšených párů. Na všechny čekala dvoukolová kvalifikace. Následovalo semifinále, v němž změnilo síly osm nejlepších dvojic. Finálového souboje se potom účastnily čtyři nejlepší dvojice. Šlo nejen o kvalitně zacvičené sestavy, ale i o taktiku, neboť každý si mohl vybrat, v jakém pořadí a na kterém nářadí bude cvičit.

Celý závod byl vyrovnaný až do poslední vteřiny. Nejlépe z něj vyšla slovensko-maďarská dvojice Lucia Piliarová a Bence Hamza. Stříbro si odvezl pár Larissa Szanwald (Rakousko) a Ilan Lederer (Slovinsko). Bronz zůstal částečně v ČR zásluhou Natálie Hajdinové a jejího slovenského partnera Petera Kremnického. Nепopulární bramborová medaile putovala na Slovensko, a to díky dvojici Nela Ostrihoňová a Sebastian Samson. 📍



ZLÍNSKÁ KOLOVÁ SLAVÍ ÚSPĚCHY



| Text: Miloslav Urbanec

Úspěšné vystoupení na evropském šampionátu hráčů do 23 let, který hostil německý Aalen, má za sebou zlínská kolová. Tomáš Horák společně s Radkem Adamem vybojovali bronzové medaile a završili tak velmi úspěšnou sezónu, kterou ozdobili rovněž postupem do Škoda extraligy mužů.

V základní skupině nastoupili k úvodnímu utkání proti houževnatému soupeři, kterým byl druhý tým Švýcarska. Kluci se chopili otěží zápasu hned v jeho úvodu a postupně navyšovali náskok až na čtyřbrankový. O tom, jak je důležitá koncentrace až do samotného závěru, se přesvědčili právě s tímto soupeřem. Švýcaři vsílili dvě spleené branky, snížili stav utkání na 4:6 a rázem jich bylo plné hřiště. Necelou minutu před koncem utkání vstřelil soupeř pátou branku, ale vítězný vstup do utkání si již naši hráči pohlídali.

V dalším utkání se naše dvojice střetla s týmem Gabriel-Lampert, kteří byli v pozici dvojky. Tomáš Horák otevřel skóre zápasu, a když ho proměněnou šancí následoval i Radek, rakouský tým byl z jejich útočných akcí bezradný a skóre zápasu začalo pěkně narůstat. Střelecká chuť našim hráčům vydržela až do samotného závěru a výsledkem 9:2 se kluci dostali do herní pohody.

Střetnutí s třetím týmem Německa bylo jednoznačnou záležitostí našich hráčů a výsledek v poměru 9:1 potvrdil jejich

postup do finálové části mistrovství. O vítězi skupiny A se tedy mělo rozhodnout v utkání mezi prvním týmem Německa a naší dvojicí.

Češi nastupovali k závěrečnému utkání ve skupině bez ztráty bodu, vedle toho německý tým ztratil body za remízu se švýcarskou dvojkou. Začátek utkání se oboustranně nesl v defenzivním duchu, protože se utkaly technicky i takticky vypělé dvojice.

Ve třetí minutě utkání Radek poslal do volného prostoru přesný pas a Tomáš se nemýlil. Jedna nula pro náš tým. Bohužel s touto brankou se u našeho týmu vytratil střelecký apetit a dlouhé minuty se nám nepodařilo ohrozit branku soupeře.

Ten naší střelecké absence dokonale využil, a když jsme přidali i chyby v rozehrávce, na světelné tabuli svítil stav utkání 1:4 v neprospěch české dvojice. Závěrečný tlak z naší strany přišel již pozdě, když se našim hráčům podařilo upravit stav utkání na 2:4.

V semifinále narazila naše dvojice na švýcarskou bratrskou dvojici Timon a Yannick Fröhlich. Aktuálně druhý tým švýcarské nejvyšší soutěže v prvním poločase herně dominoval a postupně šel do vedení v poměru 3:0. Naši kluci marně hledali recept na bezchybnou obrannou hru švýcarského týmu, ale nesložili zbraně a odměnou jim bylo snížení na 1:3. Utkání mělo spád i ve druhém poločase a Švýcaři kontrovali další brankou a navýšili své vedení. To náš tým nesrazilo, ale spíše nastartovalo k další aktivitě. V samotném závěru se nám podařilo smazat náskok soupeře a o vítězi semifináleho klání musely rozhodnout čtyřmetrové údery. V nich byl nakonec šťastnější švýcarský tým a na penalty zvítězil v poměru 3:2. Se švýcarskou dvojicí naši sehráli nejlepší utkání na mistrovství, a dvojici, která v letošním roce startuje v sérii světového poháru (ve třetím kole v Berlíně 4. místo), jsme byli vyrovnaným soupeřem.

V boji o bronzové medaile jsme se utkali s českou dvojkou, která hrála ve složení Jan Kripner, Jan Hrdlička. Nezdar z penaltového rozstřelu dokázal Radek s Tomášem hodit za hlavu a v boji o třetí příčku zvítězili v poměru 8:1.

Těší mě, že kluci dokázali v takto silné konkurenci získat po pěti letech bronzové medaile pro Českou republiku, a věřím, že jdeme správnou cestou. Skvělý výsledek Tomáše s Radkem je rovněž odrazem práce našich trenérů, kteří pracují s hráči v žákovské (J. Ondlevec, M. Struhař), juniorské (P. Landt, M. Chovančík) i elitní kategorii (M. Chovančík). 📌



SLATIŇANSKÁ MOZAIKA FOLKLORU

Ve Slatiňanech se v září konala VIII. národní přehlídka sokolských folklorních souborů. Zúčastnilo se jí 172 vystupujících, kteří patří k devíti uskupením. Svě vystoupení tak předvedl mužský sbor Vlčnov, dětský Dřeváček z Jihlavy, Soubor písní a tanců Josefa Vycpálka nebo pražská muzika Rozmarýn. Nechyběl ani taneční soubor z Jedovnice či martínkovský Džbáněk a Kordula z Velkých Bílovic. Diváci viděli jak slatiňanské národopisné Formany a jejich dětský folklorní soubor Sejkorky, tak i Jiskru 58 z Plzně. Nebylo vystoupení, které by se nesetkalo s příznivým ohlasem, nadšené ovace pak právem sklídily Sejkorky vedené Stanislavou Sejkorovou. (jbu) ©



inzerce:

SOKOL OMOTANÝ OSTNATÝM DRÁTEM

Župa Jana Podlipného letos představila originální odznak k Památnému dni sokolstva. Je na něm sokol spoutaný ostnatým drátem, což je víc než symbolické. Odkazuje na 8. říjen 1941, který byl začátkem zatýkání

a likvidace statečných sokolů, kteří se vzepřeli nacistům. Prvními majiteli odznaku se stali starostka ČOS Hana Moučková a Michal Burian, vzdělavatel ČOS.

Iniciátorem vzniku byl bratr Vladimír Richter, bez jehož zaujetí pro věc by k finální realizaci nedošlo. Vítězný návrh vzešel z veřejné výtvarné soutěže, kam bylo přihlášeno 29 návrhů. Pětičlenné hodnotící komisi předsedal akademický sochař a medailér Michal Vitanovský, který je žákem Olbrama Zoubka. Zvítězila práce studenta Střední uměleckoprůmyslové školy v Turnově Štěpána Hály. Samotné odznaky, tedy jejich bronzovou i stříbrnou verzi, zhotovila pražská firma Triga.

V první várce bylo vyraženo na dvě stě kusů, které se téměř okamžitě vyprodaly. Do e-shopu www.obchodsokol.cz se už připravuje druhá ražba, která brzy doplní zásoby. (jbu) ©



SAM73.CZ

-20%

kód: **SOKOL20**

Platí pouze na novou kolekci podzim/zima 2022 na e-shopu www.sam73.cz a pouze do 31. 3. 2023.

Nová kolekce



| Text: Jana Horká

| Foto: Markéta Navrátilová,
archiv Martina Chlumského

ROZHOVOR



BRAZILSKÝ
SPORT PRO
VŠECHNY

NEZNÁ SLOVO
DOBROVOLNÍK

V brazilském Sao Paulu se v říjnu uskutečnil 10. ročník populárního fóra Gymnastics para todos, neboli Gymnastika pro všechny. Do největšího a nejbohatšího města v Brazílii, které patří mezi největší aglomerace světa, se sjelo více než 500 zájemců o sport. Mezi nimi i Martin Chlumský, 1. místostarosta ČOS a ředitel Ústřední školy ČOS, která má na starosti vzdělávání cvičitelů. S Martinem jsme si povídali o tom, proč mají Brazilci rádi Sokol, o tamních pódiových skladbách, které na rozdíl od těch našich často reflektují společenskou situaci, a také o tom, jak je v Brazílii sport pro všechny financovaný.

► **Kdo fórum Gymnastics para todos pořádá?**

Organizuje ho brazilská sportovní a kulturní asociace SESC a Univerzita v Campinas (Pontifical Catholic University of Campinas). Obě instituce mají silné zastoupení v oblasti tělesné výchovy a sportu, proto v roce 2001 založily toto fórum, kde se pravidelně setkávají nejen spolky a sportovní skupiny, ale také vědci, kteří studují oblast gymnastiky pro všechny, včetně jejího rozvoje. Součástí fóra je mimo jiné i festival pódiových skladeb, nebo řada diskusí a kulatých stolů. Je to skloubení teorie a praxe. Jedná se o největší fórum na jihoamerickém kontinentě. Účastnilo se ho Chile, Paraguay, Uruguay a další země z regionu. Každý rok zvou i významné hráče v oblasti gymnastiky z celého světa. V minulosti to bylo Dánsko, Španělsko nebo Japonsko, letos my.

► **S čím jsi tam jel? Co jsi chtěl hlavně o Sokole říct?**

Chtěl jsem Sokol samozřejmě představit v co nejlepším světle, ale zároveň jsem se těšil na výměnu informací a zkušeností s ostatními účastníky. Pro mne tam nastal vlastně takový moc pěkný moment. Letošním tématem byl kolektiv v pohybu, proto jsem mluvil nejen o Sokole jako o komunitě, ale i o sletových a pódiových skladbách. V praktické části jsem se s uchazeči snažil mimo jiné nacvičit i ukázkou slavných Pecháčkových prostných ze sletu 1938. Většina sokolů ví, že právě Pecháček je hlavní postavou na plakátu k 8. říjnu a na jaké události památný den odkazuje. Náhoda nahrála tomu, že jsme tuto skladbu v Brazílii cvičili právě v den připomínky, tedy 8. října. Když jsem všem vysvětlil, co se stalo v roce 1941 a jak bylo se sokoly zacházeno v dalších letech, atmosféra se úplně změnila a byla opravdu dojemná. Velmi mne také překvapilo, jak dobré povědomí o Sokole mezi Brazilci je.

► **Podařilo se vám ukázkou secvičit?**

Ano, i když to bylo náročné. Jednak

Brazilci neumí moc dobře anglicky, takže mi s povely a vysvětlováním musela pomáhat překladatelka. Na fotbalovém hřišti byla asi stovka lidí, z nichž každý musel vědět, co má dělat a kdy. Do toho bylo potřeba pracovat s muzikou nebo hlídat choreografii. A navíc bylo ještě velké teplo. Nakonec to dopadlo výborně. Byl jsem nadšený z toho, jak se všichni zapojili. Po skončení jsme si ještě dlouhou dobu povídali o metodice tvorby skladeb, protože s nimi mám jako spoluautor dvou sletových skladeb zkušenost. Byli dost překvapení, že se vše chystá už tři roky předem. Touhle formou jsem je vlastně chtěl na slet pozvat.

► **Předpokládám, že jsi jako ředitel Ústřední školy ČOS hodně mluvil také o vzdělávání cvičitelek a cvičitelů. Jak jste na tom v porovnání se zúčastněnými zeměmi?**

V diskusi u kulatého stolu jsem se setkal se zástupkyní brazilské akademické sféry a německým kolegou z Institutu pro sport a vědu. Bylo to hodně zajímavé srovnání. V Evropě vzdělávání ve sportu pro všechny vychází z historického vývoje sportovních klubů nebo tělocvičných jednot. Oddílů je hodně a nedaří se pokrýt poptávku na cvičitele. U nás a v Německu se jedná především o dobrovolníky. To je věc, která je specifická pro Evropu a její vývoj, který je patrný už od 18. století. Němci mají taky, podobně jako my, třístupňový systém vzdělávání a také řeší, kolik cvičitelů má jaký stupeň licence a třeba komu zrovna propadá.

► **V Brazílii funguje vzdělávání cvičitelů líp?**

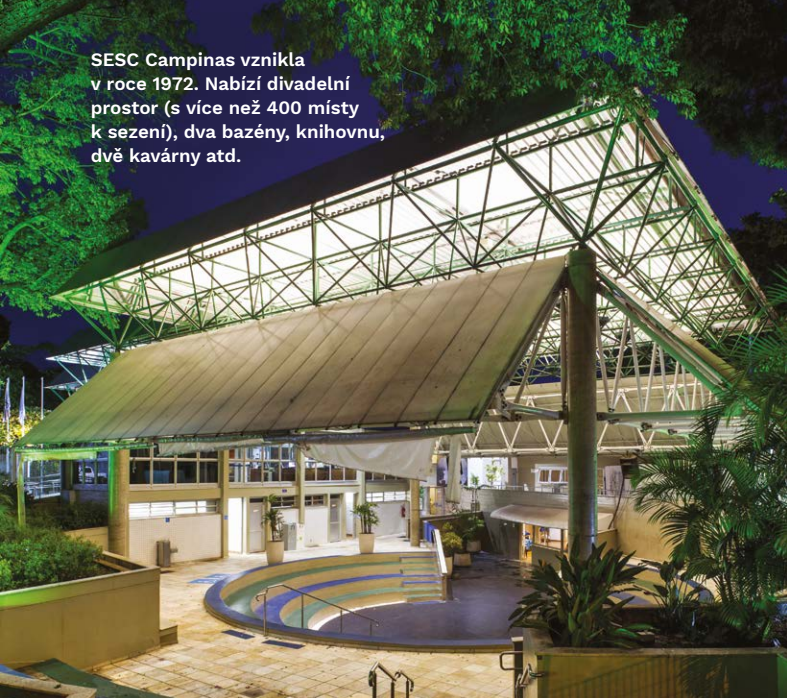
Oni dobrovolného cvičitele nebo instruktora prakticky vůbec neznají. Zatímco u nás jsme rádi za třístupňový systém vzdělávání cvičitelů, přičemž základní školení obsahuje obvykle 50 vyučovacích hodin, což je dané časovými možnostmi dobrovolníků, v Brazílii na stejnou práci musí cvičitel mít vysokoškolský diplom. Veškeré pohybové aktivity a sporty jsou řízené vystudovanými pedagogy-tělocvikáři, ať už ve školství nebo třeba v neziskové organizaci, jakou je SESC. To je zásadní rozdíl.

► **Jak tyto lidi zaplatí?**

SESC (Serviço Social do Comércio) je nezisková organizace a způsob, jakým je financovaná, je určitě velmi inspirativní. Je vidět, že financování sportu pro všechny



SESC Campinas vznikla v roce 1972. Nabízí divadelní prostor (s více než 400 místy k sezení), dva bazény, knihovnu, dvě kavárny atd.



může fungovat dobře a udržitelně. Někdy od roku 1946 odvádí brazilský komerční sektor určité procento (0,2 % až 2,5%) ze svých příjmů do společného fondu. Z těchto peněz pak SESC a jiné organizace staví nová sportovní a kulturní zařízení; z nich financuje všechny programy. U SESC se řádově jedná o 1,3 miliardy brazilských reálů (cca 6 mld. Kč) ročně. Organizace tak není příliš závislá na státních dotacích. Na oplátku mají zaměstnanci komerčního sektoru velmi levný přístup ke kvalitnímu obsahu, který jim pomáhá ke zdravému životnímu stylu. To je pro mě velmi inspirativní model, který v evropském kontextu vůbec neznám.

► Často se jedná o velká komunitní centra. Kolik jich je?

Ve státu Sao Paulo je 46 poboček. To se může zdát, vzhledem k tomu, že je to město s dvaceti pěti miliony obyvatel, málo. Některá centra ale mají členskou základnu čítající 15 až 20 tisíc lidí. Ročně na různé akce SESC přijde až 12 milionů lidí. Jsou to obrovská centra s bazény, tělocvičnami, posilovnami, veřejnými jídelnami, knihovnami, divadly a s dílnami pro různé rukodělné workshopy. Jedním z nejnovějších center je třeba bývalý obchodní dům, který SESC koupil a předělal na sportoviště. Něco jako kdyby se u nás přestavěl OD Kotva v Praze. Na střeše je bazén o rozměrech 25 x 40 metrů, a dále řada tělocvičen. Mimo jiné také zubní klinika, která slouží jak členům, tak veřejnosti. Jedná se o komunitní centra, v nichž jednou z jejich součástí je sport, ale není nejdůležitějším. Lze tam jít třeba do divadla nebo na přehlídku, ale také na různé workshopy, jako je třeba pletení, vyřezávání ze dřeva nebo výuka tvorby videa na YouTube. Sport tvoří přibližně třetinu všech aktivit. V rámci něj se zaměřují i na pohybovou aktivitu předškolních dětí. V programech

používají koncept multisportovní přípravy, kdy se zejména u mládeže zařazuje hned několik sportů. Toto je jasné pojetí se Sokolem.

► Už jsi mluvil o vzdělávání cvičitelů, napadá tě ještě něco, co je v brazilském sportu pro všechny jinak?

Brazilci rádi zpracovávají v pódiových

skladbách aktuální témata, která hýbou společností. Je to obrovská země, která řeší spoustu problémů, jako chudobu, rasismus, klimatickou změnu, rovné příležitosti a homofobii. Během konference jsem viděl skladbu na téma covidu, uprchlické krize a homosexuálních menšin. Například do skladby pro ženy středního a vyššího věku o posmrtném životě byla vložena reflexe konfliktu na Ukrajině, kdy na závěr přišly ženy s ruskou a ukrajinskou vlajkou a s mírovými symboly. Nakonec všichni na pódiu padli k zemi.

Zajímavá byla i skladba studentů tělesné výchovy z Amazonie, kteří žijí 3 500 kilometrů od Sao Paula. Zpracovali téma komunikace s původními obyvateli v tamních pralesích. Studovali jejich pohyby při rituálních tancích, jak se oblékají, jaké mají tradiční tetování. Kromě magisterské práce o této unikátní kultuře byla výsledkem tohoto pozorování i pohybová skladba, která kombinovala tradiční kulturu s muzikou a s gymnastickými prvky. Takovou perličkou bylo, že ti studenti několik let šetřili na cestu a vydělávali si na ni na brigádách. Na festivalu

jako takovém měli velký úspěch, ale přímo v SESC už ne. Tamní manažer diversity řekl, že nejsou dostatečně inkluzivní, protože ve skupině není zastoupený jediný domorodec a vystoupení na půdě SESC tak neproběhlo.

► Mezi námi a Brazilci je ještě jedna odlišnost. Oni prý vůbec nesoutěží; teda ti ve sportu pro všechny. Je to tak?

Třeba v gymnastice pro všechny v Brazílii nepřichází žádná soutěž vůbec v úvahu, chápou ji více jako přehlídku pódiových skladeb. Nechtějí, aby se mezi sebou lidé porovnávali. My máme přebory ČOS, ale to by tam nepřipustili. Když jsem řekl, že i ve sportu pro všechny máme soutěže a rozdáváme medaile, nevěřičně na mě koukali. Vidí v tom totiž už prvek výkonu. Mluvíli jsme třeba o tom, jestli dávat diplomy všem účastníkům pódiových skladeb. A oni přišli s tím, že je lepší rozdat diplomy předem, protože pokud se to stane až po skončení výkonu, už to znamená nějakou formu hodnocení. Ta diskuse tam stále probíhá.

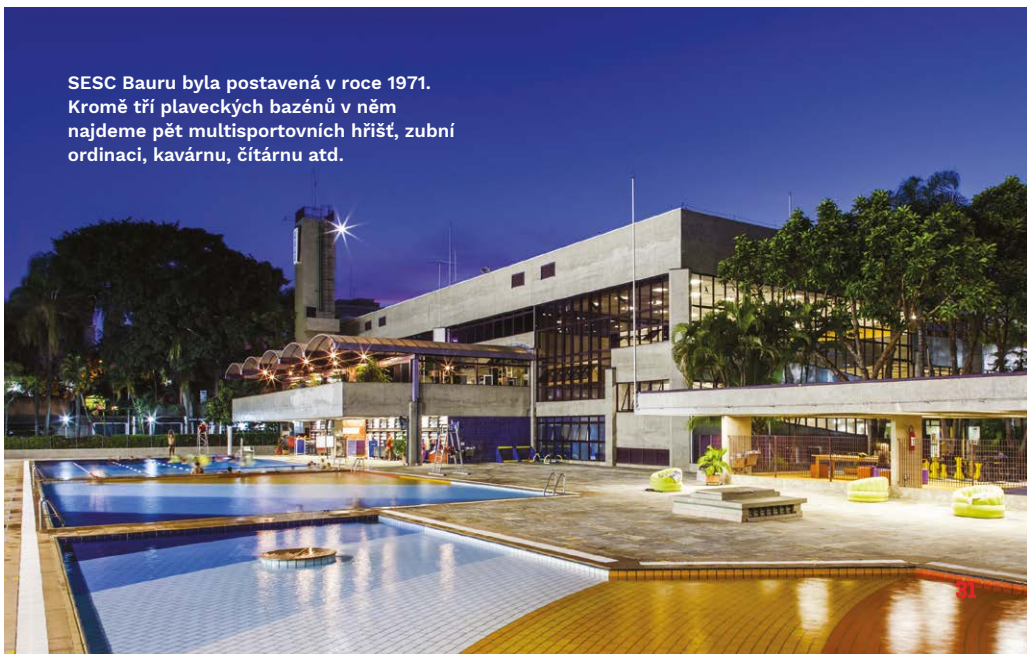
► Vypadá tam gymnastika pro všechny zhruba stejně jako u nás, nebo jak si to mám představit?

Nemá tam takovou tradici jako u nás. V Brazílii je to záležitost řekněme posledních 30 let. Hodně přejímají filozofii a metodiku od Mezinárodní gymnastické federace. Alespoň to, co jsem viděl, mělo spíše charakter akrobacie, akrobatické gymnastiky a tance. Nářadová gymnastika, jakou známe u nás, je spíše na okraji.

► Uvidíme Brazilce na sletu v roce 2024?

Věřím, že ano. Jejich reakce byly velmi pozitivní. Někteří by se dokonce chtěli přidat do hromadných skladeb, proto jsme řešili, jak to udělat. Brazilskou delegaci jsme měli na sletu i v roce 2018. A byla s nimi opravdu legrace. ☺

SESC Bauru byla postavená v roce 1971. Kromě tří plaveckých bazénů v něm najdeme pět multisportovních hřišť, zubní ordinaci, kavárnu, čítárnu atd.



DĚČÍN OSLAVIL TYRŠE I SOKOL

Text: Jana Horká | Foto: Markéta Navrátilová



KOMUNITA

Záříjový Tyršův Děčín je jednou z tradičních sokolských akcí. Do města na Labi se pravidelně sjíždějí stovky členů našeho spolku. Tentokrát ale bylo setkání mnohem slavnostnější – od narození místního rodáka Miroslava Tyrše totiž uplynulo 190 let a navíc si letos připomínáme 160. výročí založení Sokola.

Třídenní oslavy začaly oblíbeným překážkovým závodem Raptor. V pátek spolu změřili síly školáci a v sobotu pak mohli prověřit svou kondici, sílu i obratnost ostatní závodníci. Nevyhnuli se ani koupeli v Labi, a přestože už nebylo nejtepleji, zvládli to všichni.

„Přírodních překážek tam bylo ale víc. Mimo ně plnili silové nebo dovednostní úkoly a překonávali překážky zaměřené na využití vlastní váhy těla, jako je šplh, ručkování, plazení nebo angličáky,“ popisuje závod jeho zakladatel Ladislav Toncar, starosta Sokola Maxičky.

Sobotní program se z velké části přesunul do zámeckého areálu, kde sokolové z celé republiky předvedli krásné pódiové skladby. Fyzickou zdatnost dětí prověřila Tyršova stezka


a ti odvážnější se večer vydali i na stezku odvahy. Vyvrcholením dne byl 1. reprezentační ples ČOS, který se konal přímo na zámku.

Neděle už patřila pietě u sochy Miroslava Tyrše na Smetanově nábřeží. Zakladateli spolku se poklonila i starostka ČOS Hana Moučková nebo vzdělavatel ČOS Michal Burian, který řekl: „Věřím, že se na nás Miroslav Tyrš teď dívá, že nám fandí a že se mu to, co vidí, líbí. I po 160 letech tu stojíme ve stejném sokolském kroji, jako nosil on.“ Na pokyn Sokolské stráže se pak dlouhý průvod vydal přes město až k zámku.

Tato dvě kulatá výročí si ale žádala něco speciálního. Proto byla v parku pod zámkem slavnostně odhalena Tyršova lavička, na které si může odpočinout každý, kdo půjde kolem.

Navíc se mu naskytne krásný výhled na řeku. Mimořádné razítko si pro tuto příležitost připravila i Česká pošta,



partner ČOS. Na zámku byla otevřena výstava o Sokole a klasické prohlídkové okruhy byly obohaceny o návštěvu Tyršovy světničky, která se v místě nachází. 



NA 23 TISÍC

SOKOLŮ BYLO SPOLU

V POHYBU

Text: Pavel Tichý

Sokol spolu v pohybu je tradiční zájmovou akcí, kdy na jeden týden v roce spojí sokolské jednoty své síly a dají veřejnosti vědět, že Sokol žije. Cílem je představit náš spolek jako otevřenou organizaci s rozsáhlou činností. Tento projekt je také propojen s Evropským týdnem sportu (EWOS), což je iniciativa Evropské komise. Letos se uskutečnilo na 245 akcí, a to ve 185 jednotách. Celkový počet zúčastněných se vyšplhal na 23 178.

Chtěli jsme veřejnost seznámit s tělocvičným náradím a náčiním, které používáme. V letošním roce slavíme 160 let výročí vzniku Sokola, proto jsme se zaměřili na to, které bylo používané v minulosti, a ukázali, jak na něm lze cvičit. Kromě starého (historického), dnes už možná méně využívaného náradí a náčiní, jsme také představili i to nové a moderní, na kterém se v sokolovnách cvičí teď.

Významnou součástí tohoto týdne sportu byla také #BeActive Night, která připadla na sobotní večer, tedy 24. září. Byla připravena výzva k překonání co nejdelší vzdálenosti, a to libovolnou formou, tedy například během, pochodem, orientačním závodem nebo i pohádkovým lesem. Překonané vzdálenosti se za každou jednotu sečetly a byla vyhodnocena ta s nejlepším výsledkem. 📍



VŠESTRANNOST
V NEHVIZDECH

Veřejnosti se představila většina sokolských oddílů, kde si zájemci vyzkoušeli jak atletiku, či basketbal, florbal nebo karate pro dospělé a mládež, tak i třeba cvičení pro děti, stolní tenis, volejbal nebo také SM systém. Akci navštívilo více než 150 dětí a 50 dospělých. Při noční akci #BeActive Night nehvzdští sportovci zdolali vzdálenost 235 kilometrů. 📍



MINIHÁZENÁ
VE STUPNĚ

Základní škola Radnice ve spolupráci se Sokolem Stupno uspořádala turnaj v mini-házené, který se odehrál coby Evropský školní sportovní den a zároveň byl součástí #BeActive Sokol spolu v pohybu. Ve chvílích, kdy družstva zrovna nehrála, si jejich členové pod dohledem pedagogů mohli vyzkoušet i jednoduché prvky na gymnastickém náradí. 📍

ATLETICKÝ
ČTYŘBOJ
V BLOVICÍCH

V Blovicích se konal atletický čtyřboj. O organizaci se postarali členové všestrannosti. Při závodech v atletickém čtyřboji se soutěžilo ve sprintu na 60 metrů, skoku dalekém, hodu kriketovým míčkem a ve vytrvalostním běhu. Délky pro vytrvalost se lišily podle věku závodníků. Nejmladší kategorie tak běžely 250 metrů, dále pak 400, 600, 800 a nejstarší kluci měli trať dlouhou 1000 metrů. Pro všechny soutěžící připravil místní Sokol velmi pěkné a hodnotné ceny, které byly pořízeny u příležitosti 100. výročí založení sokolovny. 📍

SPORT PRO VŠECHNY, SOKOLSKÁ VŠESTRANNOST

GOLDEN AGE GYM

FESTIVAL NA MADEIRE

| Text: Lenka Brandová

Od 2. do 7. října 1573 účastníků z 18 zemí v rámci 8. ročníku Golden Age Gym Festivalu navštívilo exotický ostrov Madeira. Pod taktovkou gymnastické federace Portugalska probíhalo i mnoho workshopů, exkurzí a společenských aktivit. Golden Age je určen pro účastníky starší 55 let.

Česká republika reprezentovaná Českou obcí sokolskou a ČASPV pod zastřešením České gymnastické federace vyslala na festival 99 účastníků. Obě sokolské skladby, tedy Vivat Vivaldi od autorky Heleny Peer a Optimistky od autorky Ivany Jirákové a Dáši Honové, sklidily úspěch. Cvičilo se hned dvakrát, jednak na náměstí a pak v centrálním městském parku ve Funchalu, hlavním městě Madeiry. Jak velkolepý zahajovací i závěrečný ceremoniál, tak

i jednotlivá vystoupení zúčastněných zemí, která se konala na dvou podiích současně, vtáhla svojí atmosférou všechny přítomné do děje.

Sokolská výprava pod vedením 1. místonáčelnice ČOS sestry Dáši Toncarové strávila na Madeire sedm dní. ☺



SOKOL MAXIČKY

MÁ MISTRA EVROPY

| Text: Martin Hendl

První říjnový víkend se na jihu Londýna konalo mistrovství Evropy ve SPARTAN (překážkové běhy). Náš oddíl tam vyslal dva dlouholeté reprezentanty. A cinklo to hned dvakrát. Nádherné 1. místo ve své věkové kategorii obsadil Tomáš Knepr a třetí místo si odvezla Kateřina Kneprová. A nebylo to jednoduché. Závodníci museli uběhnout 21 kilometrů a překonat více než třicet překážek, a to v podmínkách typických pro anglické počasí. Ranní teplota vzduchu se pohybovala kolem 6 stupňů Celsia, vody 7 °C. Vlhko, mokro, technicky náročné běžecké pasáže.

Náš oddíl nedávno oslavil 6 let od založení. V současné době u nás trénuje více než 30 dětí, a to celoročně za jakýchkoliv povětrnostních podmínek. ☺



SOKOL HODONÍN

OSLAVIL VÝROČÍ

ZALOŽENÍ JEDNOTY

| Text: Martin Zlámal

V neděli 9. října 2022 se konala v prostorách městské haly TEZA Hodonín slavnostní akademie, a to jak k výročí 150 let založení místního Sokola, tak zároveň i ke 160 letům od vzniku Československé obce sokolské. Místní organizace patří bezpochyby mezi největší spolky v našem městě. Sdružuje na 400 bratrů a sester, kteří navštěvují více než dvě desítky fungujících oddílů a provozují svou činnost v hodonínské sokolovně či na stadionu.

Akci zahájil starosta Sokola Hodonín Ján Lahvička, jenž vedle uvítání čestných hostů nechal také vzpomenout na bratra Karla Kopečka, který byl v dubnu roku 1872 na uvozující schůzi zvolen prvním sokolským starostou v Hodoníně. Dále pak připomněl mezníky v historii, tedy vznik sokolských pluků chránících naši hranici ve válečném mezidobí, následně účast v protifašistickém odboji, kdy 12 tehdejších sester a bratrů zemřelo v koncentračních táborech, a také rok 1948, kdy byla organizace rozpuštěna a včleněna pod tehdejší ČSTV. Neopomenul také znovuoživení činnosti jednoty po sametové revoluci, a to v čele s bratrem Vojtěchem Kopečkem, sestrou Jiřinou Jirákovou a dlouholetým vzdělavatelem Milošem Hynkem. Poděkoval také všem nejmenovaným členům Věrné gardy. Také na sokolský prapor, jenž se hrdě tyčil v rukou nastoupené Sokolské stráže, slavnostně připnul stuhu vyrobenou k výročí 150 let místní jednoty. ☺



ROZLOUČENÍ

ODEŠEL JIŘÍ BĚLOHLAV

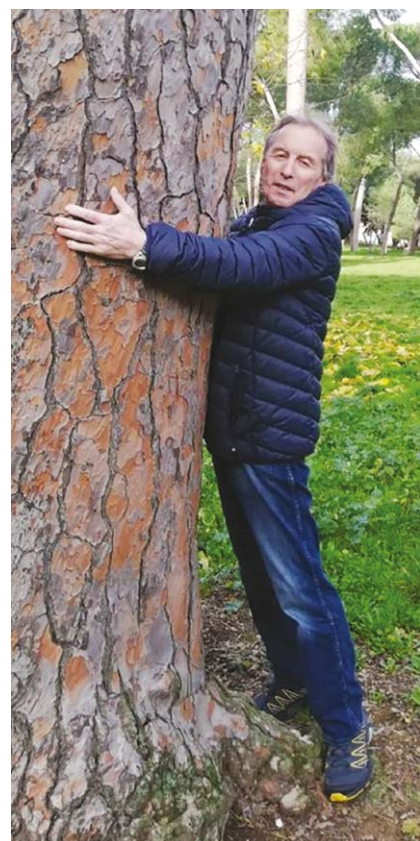
V říjnu nás uprostřed pilné práce ve věku 70 let opustil starosta Sokola Tábor a bývalý starosta sokolské župy Jihočeské bratr Jiří Bělohlav.

Jirka byl neobyčejně schopným organizátorem a cílevědomým člověkem. Do táborské jednoty přišel v roce 2000 a zajímal se hlavně o sálovou kopanou. V roce 2005 se stal starostou jednoty. Stav navrácené táborské sokolovny byl velice špatný, a proto se Jirka se vsí vervou pustil do její celkové opravy. Nejnáročnější bylo zajistit dostatečný finanční obnos. Díky své neústupnosti přispěl k získání velkého množství příspěvků, a to od nejrůznějších dárců. Stále to ale nestačilo, proto Jirka navrhl prodej nejen sokolské plovárny na břehu rybníka Jordán, ale i turistické chaty u řeky Lužnice pod Bečicemi. Náročná oprava nádherné historické budovy se vydařila a sokolovna je díky tomu od roku 2007 ozdobou Tábora.

To ale nebylo všechno. Jirka uchoopil roli starosty opravdu důkladně a v jednotě se staral doslova o všechno; od pomůček pro uklízečku, přes oblečení pro sportovce i členy oddílů všestrannosti či finanční záležitosti až po správné fungování celé jednoty i budovy.

Jirka dobře cítil, že župa Jihočeská nepracuje tak, jak by pracovat měla. V letech 2015 a 2016 proto kontaktoval další župní jednoty a snažil se připravit změny v předsednictvu. U mnoha jednot se však tyto snahy nesetkaly s pochopením, stávající členové předsednictva změnu nechtěli, takže se plán nevydařil. Jirka se ale nevzdal. O rok později dopadlo už všechno podle přání jeho i rozumných členů dalších jednot. V mimořádných volbách bylo zvoleno nové předsednictvo a Jiří Bělohlav se stal župním starostou. Slíbil, že nastolí pořádek a pak z předsednictva odejde. Po dva roky, které z tohoto volebního období zbývaly, věnoval župě obrovské množství práce, času i energie. A svůj slib splnil. Župa, které hrozil krach, začala do dvou let perfektně fungovat a Jirka do dalšího předsednictva již nekandidoval. Nadále se věnoval pouze své náročné práci starosty Sokola v Táboře.

Nečekaný odchod Jiřího Bělohlava je určitě největší ztrátou pro táborské sokoly. Ani členové župy ale nikdy nezapomenou na svého starostu, který díky své houževnatosti a nezměrné pracovitosti župu zachránil před jistým krachem. Věříme, že nám i z toho sokolského nebe bude nadále dobře radit. Čest jeho památce. ☺



inzerce:

Darujte předplatné

Získejte víc než jeden dárek ve 3 krocích

- 1. OBJEDNEJTE** Deník na www.Mojepredplatne.cz nebo telefonu **272 015 015**.
- 2. VYBERTE SI** dárek k předplatnému pro sebe nebo své blízké.
- 3. ZÍSKEJTE** tištěný dárkový certifikát

A JE TO!

S PEPÍKEM UŽ CVIČÍ VÍCE NEŽ 108 TISÍC DĚTÍ



| Text: Adéla Hynková

Naučit děti pracovat se svým tělem, koordinovat pohyby a zároveň zvyšovat zdatnost, to jsou hlavní cíle projektu Se Sokolem do života. Ten je plný aktivit, jež se již sedmým rokem snaží motivovat holky a kluky, aby se pohyb stal součástí jejich života, bavil je a užívali si ho.

„Projekt se těší opravdu velké oblibě. Děkujeme všem, kteří se k nám v letošním ročníku přidali a pomáhají nám tak rozvíjet předškoláky v pohybové gramotnosti,“ uvádí Věra Smejkalová spoluautorka projektu.

Zároveň zmiňuje, že některé mateřské školy či tělocvičné jednoty spolupracují již od samého začátku: „Je hezké vidět pedagogy, kteří se zapojují opakovaně. Usuzujeme, že jim tedy projekt pomáhá a je pro ně inspirací, jak zařadit pohyb do běžných činností.“



Pravidelně během dne začleňujeme úkoly od sokolíka Pepíka. Děti jsou nadšené a všechny nás to moc baví.

**Přípravná třída
ZŠ Novosedlická**

„I přes nárůst konkurenčních projektů s námi v tomto školním roce bude cvičit více než 21 tisíc nových dětí,“ uvádí Iva Číčovská, koordinátorka projektu.

Sokolík Pepík a jeho parta zvířátek učí holky a kluky ve věku od 3 do 6 let vnímat pohyb jako přirozenou součást života. A právě oni společně s pracovním sešitem,

do kterého si děti lepí samolepky za každý zvládnutý úkol, jsou tou největší motivací.

„Sokolík Pepík se těší velké oblibě v naší mateřské škole. Dohlíží na děti při plnění úkolů, ale zároveň s námi tráví čas při jakýchkoliv pohybových aktivitách a děti ho s sebou berou i na společné výlety,“ uvádí ředitelka jedné ze spolupracujících mateřských škol.

Projekt se Sokolem do života je v České republice nejrozšířenější aktivitou pro rozvoj pohybových dovedností. Do 7. ročníku se zapojilo 108 702 dětí z 2 011 subjektů.

Rostoucí obliba je pro nás odměnou, ale zároveň i závazkem, abychom projekt neustále rozvíjeli a přicházeli s novými nápady.

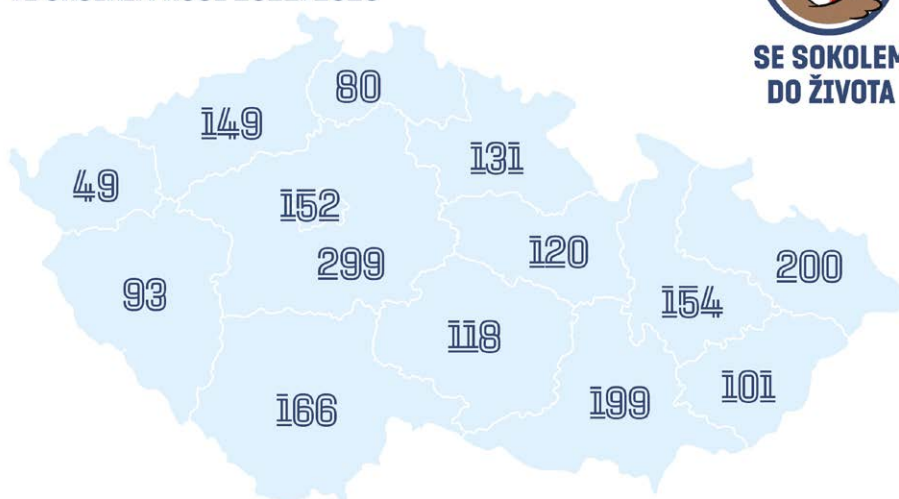
Všichni pedagogové mají k dispozici propracovanou metodiku včetně návodných videí. Ta jsou zdarma k dispozici na YouTube kanále České obce sokolské. Učitelé se zároveň mohou zúčastnit některého z akreditovaných seminářů, které jsou pořádány ve spolupráci s Ústřední školou ČOS, a seznámit se tak blíže s obsahem a cílem projektu.

Letošní novinkou je pak série videí zaměřená na pohybové stereotypy. Videá jsou připravena ve spolupráci s fyzioterapeutem Tomášem Hrdým z Centra pohybové medicíny Pavla Koláře.

Sokolík Pepík se zároveň snaží motivovat a inspirovat i rodiče, aby to byli právě oni, kteří budou pro děti tím nejlepším vzorem.

Náměty jako například pohybový adventní kalendář, prázdninová část s názvem Sokol v létě na výletě nebo seriál videí Jak zařadit pohyb do každodenních činností se snaží poskytnout rodičům inspiraci a motivovat je ke společné činnosti s jejich ratolestmi. 📺

POČET PŘIHLÁŠENÝCH SUBJEKTŮ DO PROJEKTU SE SOKOLEM DO ŽIVOTA VE ŠKOLNÍM ROCE 2022/2023



**SE SOKOLEM
DO ŽIVOTA**



Letos jsme se do projektu zapojili poprvé a víme, že ne naposled. Dnes jsme měli první hodinu s Vaším projektem a děti nadchl.

Sokol Kněžice



V České spořitelně věříme, že pohyb je jedním ze základních faktorů, a to nejen pro zdravý vývoj dětí, ale rovněž i základním kamenem pro jejich vzdělávací potenciál. Proto máme program s názvem Sportujeme se Spořkou, jehož součástí je řada velkých pohybových partnerství napříč všemi věkovými skupinami. Pro ty nejmladší ve věku od 3 do 6 let je určen právě projekt Se Sokolem do života. Jsme jeho generálním partnerem a věříme v jeho pozitivní vliv na zdravé a vzdělané obyvatele České republiky.

Radomil Štumpa

Brand activation leader České spořitelny



METODICKÁ VIDEA ZAMĚŘENÁ NA POHYBOVÉ STEREOTYPY

Pokud se mezi 3 a 6 rokem děti naučí nevhodné pohybové návyky, je obtížnější je v pozdějším věku předělávat. Může to vést k vadnému držení těla a časem k různým bolestivým syndromům. Ve spolupráci s fyzioterapeutem Tomášem Hrdým z Centra pohybové medicíny Pavla Koláře jsme pro Vás připravili sérii cviků s důrazem na

kvalitu držení trupu, hlavy a opory na ručičkách a nožičkách dětí. Videá jsou rozdělena dle věku dětí – vždy s ročním odstupem, tedy od 3, 4 nebo 5 let, a jsou zdarma k dispozici na YT kanále České obce sokolské. Opakované správné provádění těchto cviků vede k upevnění vhodných pohybových stereotypů.

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

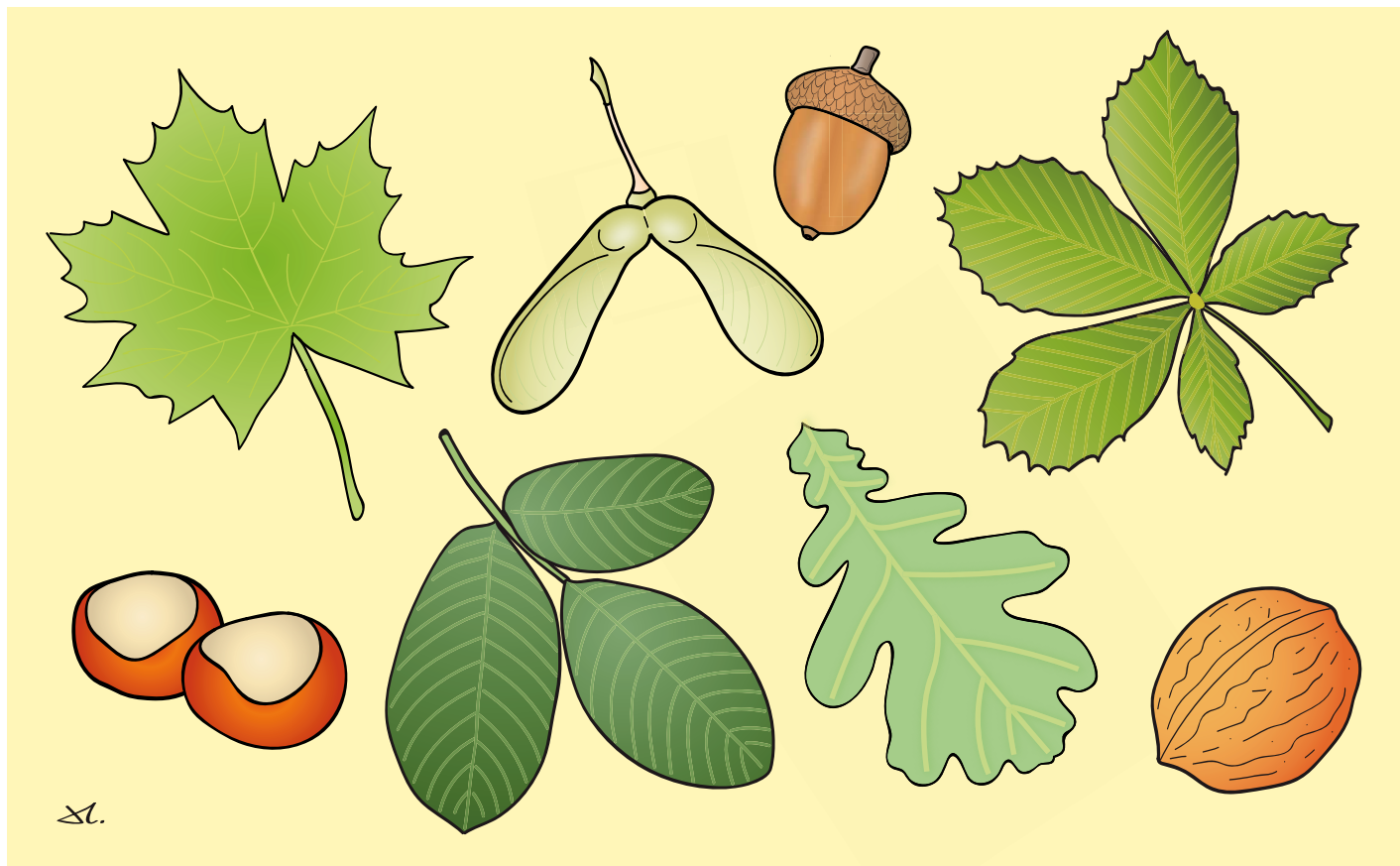
Sportujeme
se Spořkou

www.sportujemesespořkou.cz

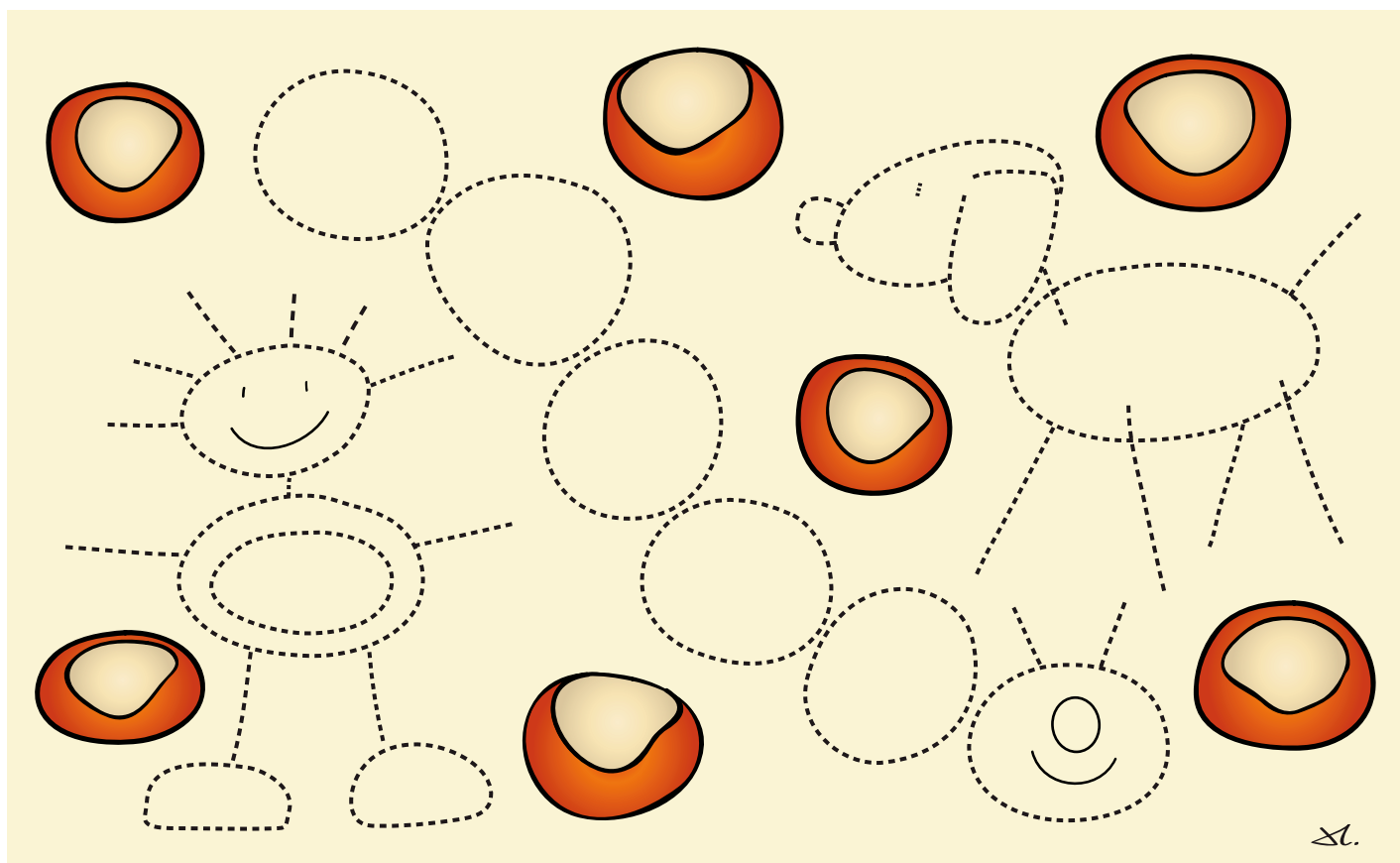


NAZDAR, SOKOLÍCI!

| Zpracovali: Dana Uzlová, Jan Lukášek



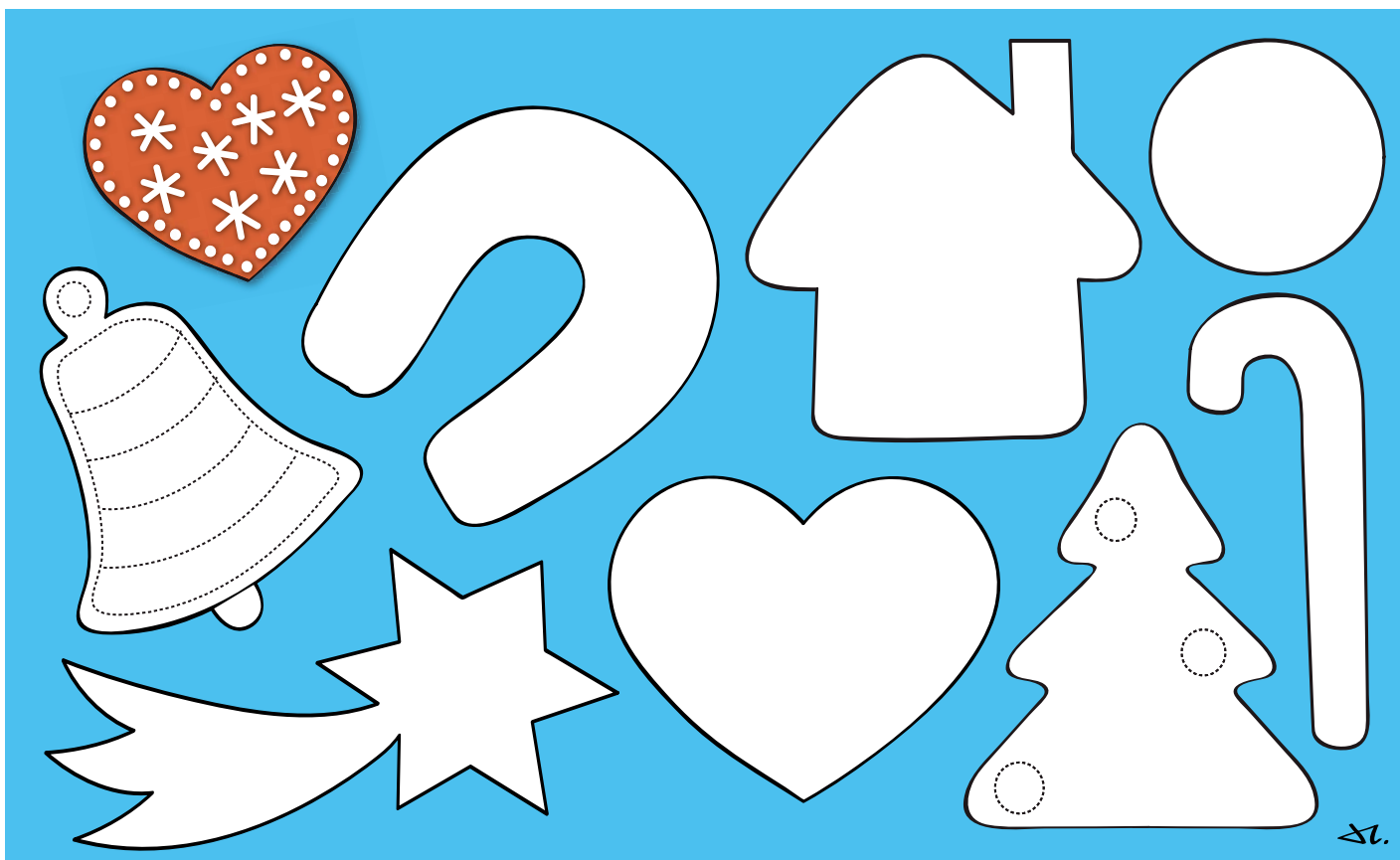
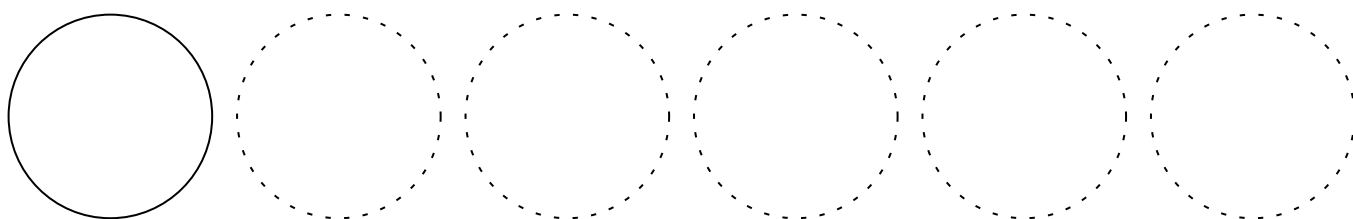
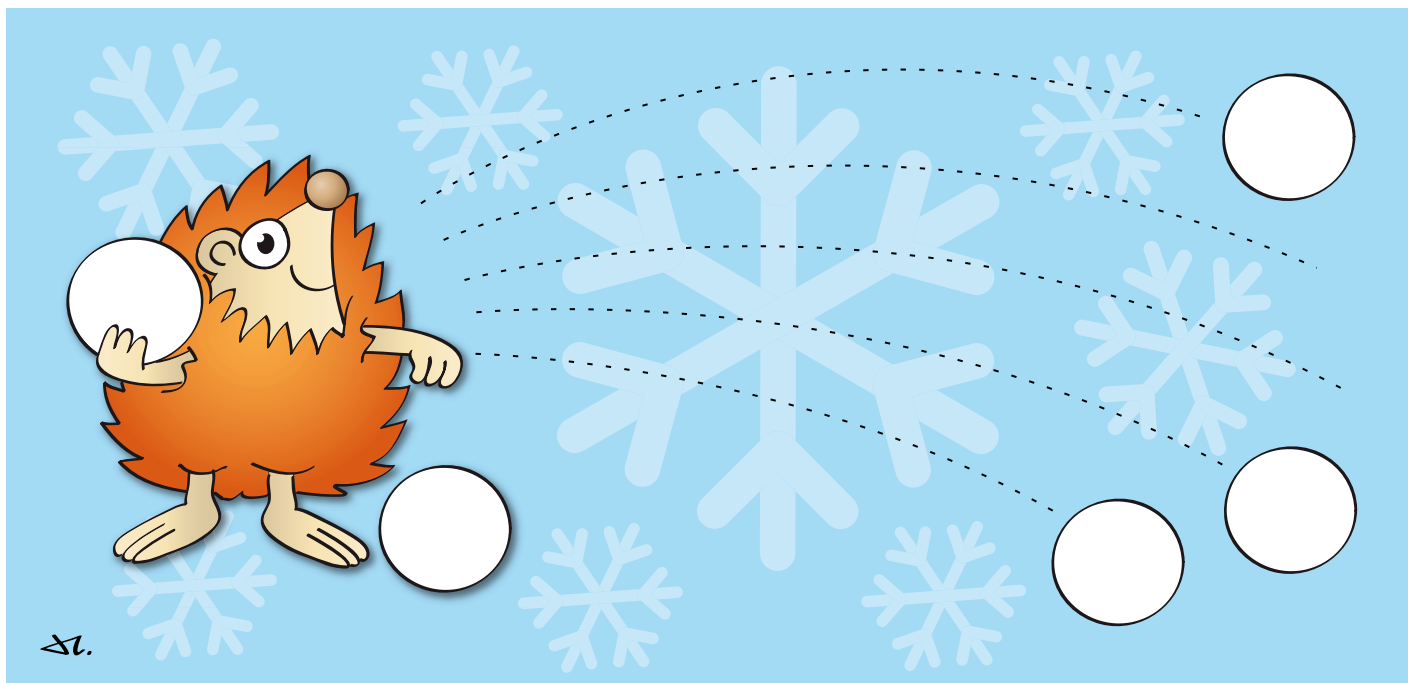
Dokážeš určit, co k sobě patří? Přihraď k listům správné plody.



Obkresli figurky z kaštanů. Nakresli si svoje vlastní postavičky. Spočítej barevné kaštiny, které jsou na obrázku.

V tomto čísle jsme si pro Vás, děti, připravili úkoly s podzimní a zimní tematikou. A protože se blíží Vánoce, můžete si tu nanečisto nazdobit vánoční cukroví. Tentokrát se při plnění úkolů potkáte s ježečkem Marečkem z projektu Se Sokolem do života.

Obtáhni křivky zakreslené přerušovanou čarou. Spočítej sněhové koule na obrázku.



Nazdob vánoční perníčky podle vlastní fantazie.

ZDRAVÁ PÁTEŘ NEBOLÍ

| Text: Michal Příbyl, Zdravotní komise ČOS

Páteř je základním stavebním kamenem pohybového aparátu. Staráme se o ni tak, jak vyžaduje? Co je pro ni přínosné a co naopak nebezpečné? Její kineziologie se může zdát složitou. Pokud ale pochopíme základní principy, nejedná se o nic náročného.

V první řadě je potřeba respektovat základní anatomické aspekty. Páteř se skládá z obratlů spojených klouby a vazivem. Mezi nimi se nacházejí meziobratlové ploténky. Ty mají chrupavčitý obal, ve kterém je tekuté jádro pohybující se v závislosti na celé páteři. Pokud se mluví o výhřezu ploténky, je tím myšleno porušení právě chrupavčitého obalu a posunu jádra směrem ven z páteře.

Rozsah a následky takového poranění jsou různé, nicméně vždy je lepší mu předjet. Aby se to povedlo, je potřeba respektovat přirozený pohyb páteře a zatěžovat ji správně.

POHYBLIVOST A STABILITA

Pohyblivost páteře je ovlivněna nejen tvarem a velikostí obratlů, ale i typem jejich spojení. A to se liší podle segmentu páteře.

Krční a bederní je mnohem pohyblivější než hrudní, a to zejména kvůli spojení žebry. Tvar páteře je takzvaně dvojesovitý, a to z důvodu střídání lordózy a kyfózy (prohnutí a ohnutí). Naše páteře se svým tvarem mohou lišit, někdo trpí hyperlordózou či hyperkyfózou, někdo naopak oploštěním celé páteře. Při zakřivení v čelní rovině se jedná o skoliózu. Tyto poruchy si nejčastěji odnášíme z vývoje v prvním roce života. Přesto, že není vždy reálné tvar páteře cvičením napravit úplně, je možné ovlivnit vznikající svalové dysbalance a odchylky minimalizovat. Proto bychom při cvičení měli brát v úvahu přirozenou křivku a k té se snažit přiblížit.

Dalším důležitým faktorem je stabilita páteře, která je kromě vazivového aparátu

Tématem prosincové tajenky je plakát k VI. všesokolskému sletu.
Dozvíte se v ní, co je na plakátu vyobrazeno a kdo je jeho autorem.

POMŮCKA: ANET, ANTARA, CHOTAN, CHRASK, NAMOK, OLSON, OREST	ZOOLO- GICKÁ ZAHRA DA	NAPODO- BENINA	1. DÍL TAJENKY		OPAK LESKU	ANGLICKÁ PŘEDLOŽKA	TISK PO POVRCHU	4. DÍL TAJENKY		OMÁMENÁ ALKOHO- LEM	DRUH KÁVY		ZNÁMKOVÝ PŘETISK	3. DÍL TAJENKY	NEŠIKOVNÍ	ANGL. ONEN	
ZA CO				KARTO- GRAFICKÝ VÝTVOR					OKRESNÍ MUZEUM (ZKR.)			NÁŠ HEREC MPZ SAÚDSKÉ ARÁBIE					
NĚKDEJŠÍ SPZ OSTRAVY				MODEL VOZU HYUNDAI ZVRÁTNÉ ZÁJMENO					VNÍMAVOST OBEC V OKRESU VÝŠKOV								
CIZÍ MUŽSKÉ JMÉNO						POSILUJÍCÍ LÉKY ALBÁNSKÝ NEVĚSTA							JMÉNO HEREČKY JANŽUROVE SEKNUTÍ				
	SPOJKA INIC. BÁŠNIKA NERUDY				ŽENSKÉ JMÉNO (20.11.) POKLADNA							SPOJIT ŠITÍM DŮLNÍ ŠACHTA					
SARTROVY INICIÁLY				ROZDĚLENÁ NA KUSY JAPONSKÉ PENÍZE							ANGL. VIDĚT BRNĚNSKÁ UNIVERZITA				FRAN- COUZSKÁ ŘEKA	NORMALI- ZAČNÍ INSTITUTE INDONÉSIE	
NAKRÁPLÉ										VYSVĚTLENÍ CITO- SLOVCE OPOVRŽENÍ							
	TĚŽCE	FRAN- COUZSKÝ DEPART- MENT ZROZENÍ					VCHOD HORKÉ						ČÍSLO K PLATEBNÍ KARTĚ MODEL VOZU OPEL				
NAPLNO						OTČINA PRUŽNÉ VĚTVIČKY						STARO- ŘEKOVÉ TWINOVO JMÉNO					
ŘEKY					PŘEDLOŽKA UHNÍVAJÍCÍ						FOSFID MANGANU KÓD LETADEL BRAZÍLIE				NAMÁČENÍ KŮŽI DO VODY	KŮŇ (BÁŠNICKY)	
VÁČNATEC				CETY OČIŠTĚNÉ VODOU						VIDNO AMERICKÝ BÁŠNÍK							
METRO- POLE HAVAJE									PRACOVNÍK OPRAVNÝ VYPÍT DO DNA								
NAHÁČI								ŘÍMSKY 550 MNIŠSKÁ CELA			MAST NA OBLIČEJ ZDE					INIC. HEREČKY STAŠOVÉ	
	KÓD ZAIRU	POHYBY KYVADLA LACINÉ					ČÁST KOSTRY ZBABĚLEC					STARŠÍ ČESKÉ JMÉNO CHRASTÍ (NÁREČNÉ)					
POLSKÁ MÉNA						KOUŘOVOD NĚMECKÝ LÉKAR							NÁZEV PISMENE X SLOVENSKY ODLIŠNÍ				
JMÉNO DABĚRKY SLOVÁČ- KOVÉ					TVOR BEZ PIGMENTU TAHLE						DOMÁCKY CEDRIK CÍRKEVNÍ HODNOSTÁŘ V ANGLII			EGYPTSKÁ ŘEKA	BASKICKÝ A		
	ŘÍMSKY 6 TĚLESNÁ VÝCHOVA (ZKR.)			KŘÍDLO BUDOVY KOVBOJSKÝ KLOBOUK							ZNAČKA JOGURTŮ ZLATÁ BARVA						
TELEVIZNÍ NOVINY (ZKR.)			TAXA 2. DÍL TAJENKY						ZINTEN- ZIVNIT ŠTĚSTÍ (SLANGOVĚ)								
SMĚŘOVAT					TURISTICKÝ ODDÍL (ZKR.) POTYČKA			MRTVICE (HOVOROVĚ) SVĚTOVÁ ORGANIZACE					DOMÁCKY ALENA PLANETKA				
	ANGL. SŮL	ANEBO (KNIŽNĚ) VYRYTÁ RYHA				ČÍNSKÁ OÁZA ANGL. TRAMVAJ						NÁZEV HLÁSKY Š KÓD PORTU- GALSKA			LYSÍ	FRAN- COUZSKÝ ZAMEK	
ZÁŘIT							SPLETĚ TADY (NÁREČNÉ)				NAŠE HLAVNÍ MĚSTO OZVĚNY						
PRVNÍ ČLOVĚK NA MĚSÍCI										STANDARD MĚRIDLA UNIVERZITNÍ KNIHOVNA (ZKR.)							
JEZDIT NA LYŽÍCH								SHON					MLÁDĚ KRÁVY				
TECHNICKÝ PŘUKAZ (ZKR.)			NAMÁČECÍ PŘÍPRAVEK					SMYČKY				OBROUBIT ŠITÍM					

LASKAVÍ PARTNEŘI ČESKÉ OBCE SOKOLSKÉ



GENERÁLNÍ PARTNEŘI



HLAVNÍ PARTNER

INSTITUCIONÁLNÍ PARTNEŘI



NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

HLAVNÍ MEDIÁLNÍ PARTNEŘI



PARTNEŘI



OFICIÁLNÍ DODAVATELÉ



UNDER ARMOUR



VEDEME ČECHY K POHYBU A SPOLEČNÉ AKTIVITĚ

SLETOVÁ KOLEKCE 2024

XVII. všesokolský slet se kvapem blíží, a tak neváhejte a zařaďte sletovou módu do svého šatníku. Dva druhy unisex triček a speciální mikina bez rukávů vám zaručeně udělají radost.



ROZŠÍŘENÍ SOKOLSKÉ KOLEKCE UNDER ARMOUR

Sokolskou kolekci rozšiřujeme o další skvělé kousky z dílny vynikající americké značky Under Armour. Vyberte si pro sebe to pravé z nabídky stylových mikin, kraťas a extra pohodlných triček nebo sportovních tílek. **A na své si tentokrát přijdou i děti.**



TO VŠE A MNOHEM VÍCE NA WWW.OBCHODSOKOL.CZ