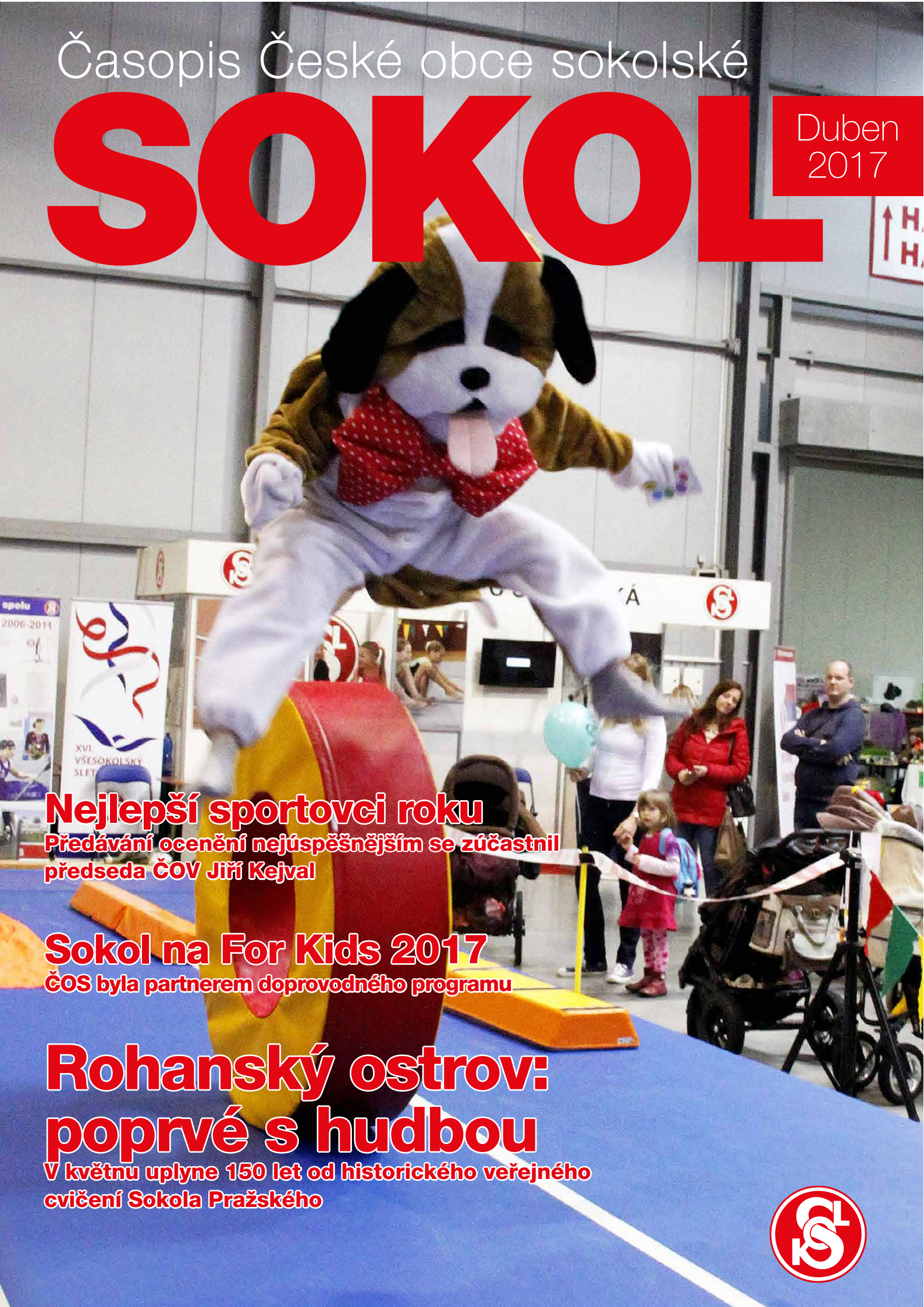
Časopis České obce sokolské

SOKOL

Duben 2017



Nejlepší sportovci roku

Předávání ocenění nejúspěšnějším se zúčastnil předseda ČOV Jiří Kejval

Sokol na For Kids 2017

ČOS byla partnerem doprovodného programu

Rohanský ostrov: poprvé s hudbou

V květnu uplyne 150 let od historického veřejného cvičení Sokola Pražského

Z obsahu

Zpravodajství

3–4 Jarní zasedání Výboru ČOS
5 Trenérky a cvičitelky roku
5 Jarní sraz župních náčelníků a náčelnic
6 Sokol na For Kids 2017
7 Rohanský ostrov: poprvé s hudbou
8–9 Pojištění

Sokolská všestrannost, sport pro všechny

10–11 V peřině
12–13 Princezna republika
14 Sokolští zálesáci se chystají do Olomouce
15 Pozvánka na Pešíkův pochod 2017
16 Věra mezi námi
16 Memoriál V. Straky 2017
17 Otevřené projekty pro veřejnost pořádané OV ČOS v roce 2017

Výkonnostní a vrcholový sport

18–19 Vyhlášení nejlepších sokolských sportovců
20 Vamberecký sokolský lvíček
21 Gymnastické oblastní přebory žáků
22 Letní volejbalový kemp
22 Sokolské kadetky vybojovaly volejbalové zlato
23 Štafeta veze dvanácté místo z Baham
23 Opočno má mistra republiky
24 Jarní seminář karate 2017

Vzdělávání, kultura, společnost

25 X. národní přehlídka sokolských divadel
26 Sokol Michle slaví 130 let
27 Vzpomínka na bratra Josefa Pyskatého
28 Do knihovničky
29 Rozloučení
29 Výcvik sokolů u Hradní stráže
29 Ocenění bratra Bendy

● **Časopis SOKOL,** 74. 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. 257 007 332 ● **E-mail:** zkubin@sokol.eu; redakce.sokol@seznam.cz ● **Redakce:** Zdeněk Kubín ● **Grafika:** Linda Hušková ● **Zlom:** Ilona Hodková ● **Redakční rada:** Jakub Otáhal, Vítězslav Perun, Jaromír Kučera, Zdeněk Bartůněk, Martin Chlumský, Zdeněk Kubín, Anna Jurčíčková, Dominika Dušková ● **Obálka:** Z expozice České obce sokolské na veletrhu For Kids 2017, foto Marie Brunerová ● Registrace: MK ČR E 17339, ISSN 2336-8187 ● **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.

Letošní apríl si s námi pohrával jako kočka s myší. Už už se zdálo, že teplejší oblečení budeme moci definitivně uložit do skříní, když rozmařilý duben nás na pár dní vyzval k vyndání již uložených lyží. Ale tak jako lázeňská veverka se dočká svých lázeňských hostů, i my se – alespoň doufám – již brzy dočkáme počasí, které bude přát aktivitám venku. Ostatně v sokolském kalendáři na nejbližší týdny jich není nijak málo. Tak třeba již první květnový víkend se bude konat v Lounech setkání v rámci projektu U nás v Sokole (psali jsme o něm v minulém vydání), v Komárově budou pořádat již 43. ročník „Pešíkova pochodu" (pozvánku na něj přinášíme v tomto vydání). Na přelomu května a června se bude opět konat Move Week, do nějž se zapojí i řada sokolských jednot – a mnohé z programu jejich akcí se bude asi konat venku. V druhé polovině května se rovněž uskuteční přebor ZZZ.

Zkrátka, nastává čas výletů a pobytu v přírodě. A pokud se na nějaký ten výlet chystáte, můžete si i připomenout trochu historie: před 155 lety, 11. května 1862, se konal první spolkový výlet Sokola Pražského na Závist. A třeba vás bude právě toto výročí inspirovat vydat se po více než století a půl na stejná místa (a napíšete nám o tom hezké povídání do časopisu)...

Toto vydání časopisu Sokol není samozřejmě jen o výletech a pobytu v přírodě. V dubnu se konala řada akcí – především jednal Výbor ČOS na svém pravidelném jarním zasedání, na srazu župních náčelníků a náčelnic se vedle další agendy hovořilo o přípravách XVI. všesokolského sletu, byli vyhlášeni nejúspěšnější sportovci ČOS... Všesokolskému sletu 2018 se věnujeme i na dalších stránkách, když v rozhovorech s autorkami představujeme další dvě hromadné sletové skladby ČOS. A protože letošek je rokem řady sokolských výročí – ať již 155., 150. či jiných, připomínáme i jedno z nich: před 150 lety, 19. května 1867 se na Rohanském ostrově konalo první veřejné cvičení, při němž se cvičilo na hudbu. Právě ono je tak považováno za zárodek budoucích sletů.

Vedle těchto článků naleznete v květnovém vydání i řadu dalších – o národní přehlídce sokolských divadel, o úspěších sokolských sportovců v různých soutěžích, o aktivitách v jednotách.

Hezké čtení Vám přeje
Zdeněk Kubín

Jarní zasedání Výboru ČOS

O předposledním dubnovém víkendu v Tyršově domě v Praze se ve dnech 21.–22. dubna konalo 3. zasedání Výboru České obce sokolské. Součástí zasedání bylo rovněž již tradiční slavnostní předávání sokolských vyznamenání – stříbrných medailí ČOS.

Výbor ČOS začal jednat v podvečer v pátek 21. dubna. První den jednání, po jeho zahájení a uctění památky zesnulých bratří a sester, přišly na program volba mandátové a návrhové komise, schválení programu zasedání a kontrola plnění usnesení z 2. zasedání Výboru ČOS. Poté přednesla svoji zprávu starostka ČOS sestra Hana Moučková, na níž navázala ekonomická agenda – zpráva o hospodaření ČOS. Ta obsahovala čtyři body – zprávu o čerpání rozpočtu hlavní činnosti ČOS za rok 2016, schválení rozpočtu hlavní činnosti ČOS na rok 2017, schválení rozpočtu pro XVI. všesokolský slet, zprávu o průběhu plnění hospodářské činnosti Tyršova domu za rok 2016 a schválení plánu hospodářské činnosti TD na rok 2017. Po projednání těchto bodů bylo na programu zasedání schválení nových směrnic ČOS. Závěr prvního dne zasedání Výboru patřil zprávám o propagaci, tisku a ediční činnosti.

Druhý den jednání Výboru ČOS byly na programu nejprve zprávy programových útvarů – Odboru všestrannosti ČOS, Odboru sportu ČOS, Vzdělavatelského odboru ČOS, na něž navázala zpráva Ústřední školy ČOS. Následně náčelník ČOS bratr Petr Svoboda hovořil i přípravách XVI. všesokolského sletu.

Dále Výbor projednával problematiky spolkového rejstříku, členské základny, správy majetku a změn majetkoprávních vztahů za uplynulé období. Poté Výbor projednal návrhy na udělení stříbrných a zlatých medailí ČOS. Na závěr jednání byla přednesena zpráva Kontrolní komise ČOS.

Již tradiční slavnostní tečkou jednání Výboru ČOS bylo předávání sokolských vyznamenání, o jejichž udělení rozhodl Výbor na svém předchozím zasedání. Stříbrné medaile byly uděleny těmto sestrám a bratřím: Luďku Bartákovi, Věře Bicanové (nemohla se osobně zúčastnit, medaile jí bude slavnostně předána v jednotě), Libuši Dutnarové, Josefu Mlynaříkovi, Petře Šikýřové (nemohla se osobně zúčastnit, medaile jí bude předána na podzimním zasedání Výboru ČOS), Elišce Šrubařové (nemohla se osobně zúčastnit, medaile jí bude slavnostně předána v župě), Miroslavu Vránovi. Sokolská cena fair play A. Hudce byla slavnostně předána sestře Kristýně Bedlekové.

STRUČNĚ O VYZNAMENANÝCH, KTEŘÍ OBDRŽELI STŘÍBRNÉ MEDAILE ČOS

Mgr. Petra Šikýřová,
T. J. Sokol Hostivař,
SŽ Jana Podlipného

Sestra Šikýřová je duší velmi dobře pracující T. J. Sokol Hostivař. Její práce proniká veškerou činností jednoty, a to nejen v oblasti tělovýchovné, ale i společensko-kulturní. Je jednatelkou jednoty, zakladatelkou a vedoucím organizátorem divadélka Frydolín, které je základem i širší loutkoherecké působnosti, přesahující rámec tělocvičné jednoty. Každoročně organizuje přehlídku pražských loutkových divadel, nazvanou Pražský Tajtrlík. V oblasti loutkoherectví pořádá sestra Šikýřová metodické semináře celostátního rozsahu. S Divadélkem Frydolín, které získalo i župní ocenění, se zúčastňuje akcí Odboru všestrannosti ČOS, jako např. na výstavě For Kids v Letňanech a dalších.

Současně pracuje i v kulturní komisi Vzdělavatelského odboru ČOS. Její činnost tak přesahuje oblast činnosti Sokolské župy Jana Podlipného.

V Tělocvičné jednotě Sokol Hostivař iniciovala vznik již mnoho let existujícího a hojně využívaného mateřského centra. Sestra Šikýřová organizuje též kurzy orientálních tanců pro ženy, maškarní bály pro děti i dospělé, kurzy angličtiny i školu hry na klávesy pro děti. Řada akcí má již svoji mnohaletou tradici, jako například čarodějnický rej, dětské dny, zpívání pod lípou, mikulášské besídky a mnoho dalších podobných akcí, nabízených k využití všem jednotám župy. Župa ji za tyto činnosti v roce 2009 ocenila stříbrným odznakem.

Jako členka Zastupitelstva Městské části Praha 15 se významně podílí na úspěšné spolupráci mezi samosprávou a Sokolem Hostivař.

Ing. Luděk Barták,
T. J. Sokol Hostivař,
SŽ Jana Podlipného

Bratr Barták je starostou Tělocvičné jednot Sokol Hostivař a poslední dvě volební období i starostou Sokolské župy Jana Podlipného. Župa pod jeho vedením nejen vzorně plní úkoly dané vedením Sokola, ale je velmi aktivní i ve vlastní činnosti jak sportovní, tak společenské. Sokol Hostivař je pod jeho vedením jednou z nejúspěšnějších jednot nejen župy, ale i Prahy. Díky jeho péči i dobré spolupráci s MČ se daří stále vylepšovat stav mateřské sokolovny. Kromě standardní tělocvičné a sportovní činnosti je v jednotě, kterou jako starosta vede, rozvíjena činnosti i jiného druhu, kterou je možné zahrnout do oblasti společensko-vzdělávací, jako jsou různé kulturní akce, přednášky, kurzy i společenské akce nejen pro členy, ale i pro nejširší veřejnost (sešlosti se zpěvem i tradičními lidovými zvyky apod.).

Doc. PhDr. Josef Mlynařík, CSc,
T. J. Sokol Plzeň-Skvrňany,
SŽ Plzeňská

Bratr Mlynařík je členem Sokola Plzeň-Skvrňany od jeho založení v roce 1994. Byl členem Výboru, v němž zastával funkci jednatele, od roku 2006 vykonával funkci vzdělavatele a archiváře. Svoji práci dělal vždy s plným nasazením. V rámci funkce vzdělavatele pravidelně obměňoval nástěnky a vývěsní

Společná fotografie vyznamenaných se starostkou ČOS sestrou Moučkovou a vzdělavatelem ČOS bratrem Mičkou - sedící: (zleva) Kristýna Bedleková, Libuše Dutnarová, Hana Moučková, Josef Mlynařík, stojící: Luděk Barták, Miroslav Vrána, Zdeněk Mička

skříňku historickými i současnými aktualitami ze života Sokola, tělocvičné jednoty a České republiky, politickými aktualitami, jubilei členů jednoty apod. Jeho přednášky, převážně z historie Sokola a Tělocvičné jednoty Sokol Plzeň -Skvrňany, byly součástí života jednoty, vyhledávané a vysoce ceněné členy jednoty. Historicky byl bratr Mlynařík členem vesnického Sokola v Merklíně – od roku 1948 do roku 1964 – a následně od roku 1964 do roku 1970 v Horní Kamenici. Poté se odstěhoval do Plzně a stal se členem předchozí tělovýchovné organizace v objektu dnešního Sokola. Při příležitosti oslav výročí T. J. Sokol Plzeň -Skvrňany byl oceněn čestným uznáním za odvedenu práci (v roce 2005 při 100. výročí založení jednoty a v roce 2010 při příležitosti 105. výročí jednoty). Ačkoliv ze zdravotních důvodů ukončil svoji činnost ve Výboru, obětavě zajišťuje aktualizaci nástěnek a vývěsné skříňky a příležitostně plni některé úkoly pro Výbor. Je neustále platným členem jednoty.

Ing. Miroslav Vrána, T. J. Sokol Pražský, SŽ Pražská-Scheinerova

Bratr Vrána se stal členem Sokola v roce 1948. Po zákazu ČOS působil v nástupnických organizacích – od svých 16 let byl cvičitelem v TJ Dynamo Plynárna, od roku 1978 byl cvičitelem dětí a mužů v TJ Lokomotiva Praha. V roce 1992 přestoupil do T. J. Sokol Pražský, kde působí jako cvičitel žáků. V roce 1994 byl vedoucím nácviku sletové skladby mužů v Sokole Pražském. V letech 1998–2007 byl náčelníkem Sokola Pražského, v letech 2004–2013 byl náčelníkem České obce sokolské. Při všesokolských sletech v roce 2000 a 2006 působil v týmu sletové skladby mužů, při XV. všesokolském sletu 2012 byl vedoucím sletové skladby mužů. Za svoji aktivní práci při sletech byl oceněn sletovými pamětními medailemi. Konzultantem a vedoucím sletové skladby mužů je i v současnosti, při přípravě XVI. všesokolského sletu 2018.

Věra Bicanová, T. J. Sokol Pražský, SŽ Pražská-Scheinerova

Sestra Věra Bicanová je dlouholetou členkou ČOS – členkou Sokola se stala již v roce 1934, kdy začala cvičit v Sokole Pražském. V roce 1947 byla pomahatelka žactva a absolvovala 14denní kurz pomahatele v ČOS. V roce 1948 byla cvičitelkou žactva a na XI. všesokolském sletu cvičila jako dorostenka ve dvou skladbách. V letech 1948–1952 byla cvičitelkou žactva, dorostu a žen. Od oku 1952, kdy se provdala, do roku 1960 byla cvičitelkou všech ženských složek ve Slovanu Mariánské Lázně, kde zastávala funkci okresní náčelnice tělovýchovy. Od roku 1960 do současnosti je opět členkou a cvičitelkou v Sokole Pražském (do roku 1993 TJ Praga). Aktivně pomáhala při nacvičování všech všesokolských sletů po listopadu 1989. Cvičitelskou práci vykonává nepřetržitě 60 let. Za svou cvičitelskou činnost obdržela řadu ocenění.

Sestra Bicanová je stále aktivní cvičitelka – nyní oddílu seniorů. Na župním školení pravidelně vede ukázkové hodiny pro seniory. Díky její energii a nadšení se může tělocvičná jednota každoročně (již pátým rokem) účastnit sokolského setkání v Oetzu, když sestra Bicanová sama organizuje zájezd na toto setkání. Do roku 2015 pořádala rekondiční zájezd pro seniory v Itálii, kterého se zúčastnili i členové T. J. Sokol Vodňany. V současnosti sestra Bicanová pomáhá při závodech konaných v T. J. Sokol Pražský, ve Dnech kulturního dědictví provází po sokolovně.

Mgr. Eliška Šrubařová, T. J. Sokol Brno – Královo Pole, SŽ Dr. Jindry Vaníčka

Sestra Šrubarová je v Sokole od dětství. Je dlouholetou aktivní cvičitelkou I. třídy žákyň a žen. Žákyně se umísťují na předních místech v župních soutěžích a účastní se republikové soutěže všestrannosti. Sestra Šrubařová nacvičovala na všechny novodobé všesokolské slety i Sokolská Brna, kde měla dvě stadiónové skladby pod názvem Lidové tance z Brněnska a Autíčko a jednu pódiovou skladbu (Rytmus). Eliška Šrubařová je dlouholetou náčelnicí jednoty, v současnosti je starostkou jednoty a místonáčelnicí župy. V náčelnictvu župy Dr. J. Vaníčka působí více než deset let. Pravidelně se účastní župních soutěží jako rozhodčí ve sportovní gymnastice. I po svých 70. narozeninách stále zůstává aktivní cvičitelkou mladších žákyň a žen.

Libuše Dutnarová, T. J. Sokol Pankrác, SŽ Pražská-Scheinerova

Sestra Libuše Dutnarová má nespornou zásluhu na novém životě T. J. Sokol Pankrác po roce 1989. Staří sokolové a sokolky začínali cvičit nejdříve v tělocvičně pankrácké školy, neboť o svou sokolovnu přišli při stavbě pražského

metra. Pak se přestěhovali do pronajatého menšího sálu sokolovny v Podolí. Sestra Dutnarová byla v roce 1998 zvolena náčelnicí. Zvěst o jejích skvěle vedených cvičebních hodinách začala lákat další nové sokolky. Brzo bylo nutno zavést v jednom dni dvě po sobě jdoucí hodiny. Sestra Dutnarová vedla cvičení až do svého pozdního věku bez jediného vynechání. V posledních čtyřech letech ji sice ve vedení cvičebních hodin vystřídala její dcera sestra Libuše Švecová, současná starostka jednoty, ale náčelnice se dále zúčastní přípravy cvičení, jeho zahájení a závěru, vítá také nové cvičenky.

Velké úsilí věnovala sestra Dutnarová nácviku skladeb všech porevolučních sletů. Sama na všech sletech vystupovala ve skladbách pro seniory, naposledy v roce 2012 ve svých 87 letech.

Velkou zásluhou sestry Dutnarové je aktivní účast na mezinárodních setkáních sokolů v rakouském Oetzu, kam pravidelně jezdí od roku 2003. Do dějin současného Sokola se zapsala svým realizovaným návrhem na zhotovení putovního praporu pro zahraniční sokolské župy, které střídavě tato mezinárodní setkání připravují.

Libuše Dutnarová je cvičitelkou ČOS II. třídy a je držitelkou průkazu cvičitelky pohybové výchovy a rozhodčího ve sportovní gymnastice. V roce 2010 jí byla udělena medaile za vzornou reprezentaci župy Scheinerovy.

SOKOLSKÁ CENA FAIR PLAY A. HUDCE

Sokolská Cena fair play A. Hudce za rok 2016 byla udělena **Kristýně Bedlekové** (nar. 2000), která je členkou oddílu všestrannosti T. J. Sokol Jaroměř. Kristýna Bedleková si v roce 2016 vybojovala účast na přeboru všestrannosti ČOS. V atletické části přeboru se zúčastnila závodu ve vrhu koulí a po vyhlášení výsledků zjistila, že má zapsán výkon o metr delší, než kterého dosáhla. Ihned na to upozornila pořadatele, kteří výsledkovou listinu opravili. Tímto svým činem se připravila o výrazně lepší umístění v dané disciplíně i celém přeboru. Na základě této skutečnosti organizátoři akce oprávněně navrhli Kristýnu Bedlekovou k ocenění za významný čin fair play.

-red-

Trenérky a cvičitelky roku

■ Nejlepší trenérky a cvičitelky roku 2016 napříč všemi sportovními odvětvími byly v pátek 7. dubna vyhlášeny na slavnostním ceremoniálu v reprezentačních prostorách České národní banky. Ženy, které se věnují trénování a výchově různých věkových kategorií sportovců a v širokému spektru sportů od vrcholových po nesoutěžní, oceňuje již desátým rokem Komise rovných příležitostí ve sportu Českého olympijského výboru.

V průběhu slavnostního předávání získalo ocenění šest profesionálních trenérek a za dobrovolnou práci 24 trenérek a cvičitelek. „Dobrovolné trenérky a cvičitelky jsou pilířem výkonnostního sportu dětských kategorií a sportu pro všechny všech kategorií v České republice. Téměř výhradně jsou to právě dobrovolné cvičitelky, které se věnují cvičení a pohybovým aktivitám seniorů. Tady je jejich činnost zcela nezastupitelná. Je to navíc činnost velmi obdivuhodná, protože veškeré své trenérské a cvičitelské aktivity provozují ve svém volném čase bez nároku na finanční odměnu, v plném nasazení rodinného a pracovního zatížení. Bez jejich činnosti by sport převážně v malých obcích úplně vymizel," uvedla Naďa Knorre, předsedkyně Komise rovných příležitostí ve sportu.

Své zastoupení měla při vyhlašování trenérek a cvičitelek roku i Česká obec sokolská. V kategorii Objev roku byly oceněny sestry Eliška a Kateřina Karešovy, které vytvořily skladbu Siluety pro XVI. všesokolský slet 2018. Mezi oceněnými je rovněž Hana Kratochvílová z Olomouce, trenérka trampolín, která dříve vedla oddíl cvičení rodičů a dětí a dnes se věnuje cvičení žen a seniorek. V kategorii profesionálních trenérek byla oceněna Lenka Šeráková ze Sokola Zbraslav, která od roku 2000 vede klub společenského tance ve Zbraslavi, kde se jí dlouhodobě daří navyšovat členskou základnu. Založila také oddíl pro děti od 5 let. V roce 2016 se její juniorské družstvo poprvé zúčastnilo mistrovství republiky ve standardních tancích. Kompletní seznam oceněných trenérek a cvičitelek:
http://www.olympic.cz/upload/files/Trenerky-cvicitelky-roku-2016.pdf

Jarní sraz župních náčelníků a náčelnic

■ Župní náčelníci a náčelnice hodnotili na svém letošním jarním srazu, který se konal v sobotu 1. dubna, činnost Odboru všestrannosti v období od podzimního srazu (od listopadu 2016 do druhé poloviny března 2017) a projednávali plány a úkoly na rok 2017 a přípravy na XVI. všesokolský slet 2018. Na úvod, po oficiálním zahájení srazu, pozdravila přítomné starostka ČOS sestra Hana Moučková, která informovala o některých aktuálních otázkách, zmínila se rovněž o přípravách oslav 100 let republiky a XVI. všesokolského sletu v roce 2018.

Zprávu o činnosti Odboru všestrannosti ČOS a informace o stěžejních akcích a projektech odboru přednesli náčelnice ČOS sestra Lenka Kocmichová a náčelník ČOS bratr Petr Svoboda. Na srazu župní náčelnice a náčelníci rovněž projednávali rozpočet OV ČOS na rok 2017, vzdělávání v OV ČOS, problematiku grantů, byly hodnoceny aktivity žup, hovořilo se o soutěžích OV ČOS ad.

V části věnované XVI. všesokolskému sletu 2018 hovořil náčelník ČOS bratr Svoboda mimo jiné o dosavadní práci Sletového týmu, o prvních nácvičných srazech jednotlivých sletových skladeb a o dalších sletových přípravách. Bratr Zdeněk Lauschmann, vedoucí Komise pobytu v přírodě, podrobněji hovořil o přípravách Sletové štafety, která se uskuteční ve dnech 22.–24. září 2017 a která bude dostředivá – povede z okrajů země a ze zahraničních žup do Prahy.

-red-

Sokol na For Kids 2017

O tom, že veletrhy nejsou pouze o návštěvě jednotlivých výstavních stánků, ale mohou také přinést zajímavé zážitky, se mohli přesvědčit návštěvníci veletrhu For Kids 2017 při návštěvě stánku a přilehlé gymzóny České obce sokolské, která byla partnerem doprovodného programu tohoto veletrhu.

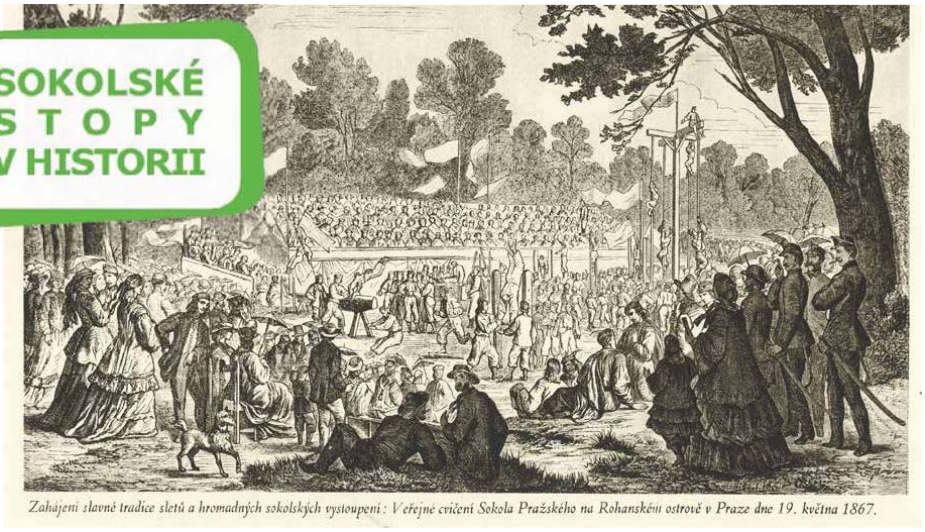
V loňském roce navázala Česká obec sokolská spolupráci s veletržní a výstavní společností ABF, v jejímž rámci se ČOS stala partnerem doprovodného programu dubnového veletrhu For Kids a podzimního veletrhu For Toys. Na obou veletrzích účast ČOS výrazně obohatila jejich program a setkala se s kladnou odezvou jak ze strany pořadatele těchto veletrhů, tak ze strany návštěvníků. Proto se ČOS a společnost ABF dohodly na spolupráci i v letošním roce – ČOS se, stejně jako vloni, stala partnerem doprovodného programu veletrhu For Kids, který se konal na Výstavišti PVA v Praze-Letňanech ve dnech 6.–9. dubna. A stejně jako v loňském roce, i letos se sokolská expozice těšila značnému zájmu. Návštěvníci veletrhu mohli nejen navštívit veletržní stánek ČOS o velikosti 5x 2 metry, ale především mohli zhlédnout řadu pódiových vystoupení z různých sokolských jednot a navštívit gymzónu na ploše zhruba 300 metrů čtverečních, v níž se mohli věnovat pohybu, vyzkoušet si některé sportovní aktivity. Byly zde například trampolíny, doskočiště a další atrakce, s nimiž se mohli návštěvníci seznámit již při loňském veletrhu. Na pódiu ve vstupní hale vystoupili s ukázkami ze své činnosti členové a členky ze Sokola Vysočany (mažoretky), Sokola Pražského (akrobatický rokenrol), Sokola Královské Vinohrady (TeamGym), Sokola Hodkovičky (moderní gymnastika), Sokola Radotín (TeamGym, trampolínky), Sokola Hostivař (orientální tance) a Sokola Praha Vršovice (gymnastika, judo). Na veletržním stánku ČOS získali návštěvníci informace o Sokole a také přehled o pražských sokolských jednotách a jejich aktivitách.

Celou expozici České obce sokolské zajišťoval Odbor všestrannosti ČOS. Pořadatelskou službu zajišťovali spolu s pracovníky Odboru všestrannosti členové Sokola Radotín, Sokola Vyšehrad, Sokola Vysočany, Sokola Kampa, Sokola Hanspaulka a z župy Pražské-Scheinerovy. Všem, kteří se na zdárném průběhu sokolské účasti podíleli – ať již vystoupeními na pódiích, či při organizačním a pořadatelském zajištění celé expozice – patří poděkování za vzornou reprezentaci České obce sokolské.

-red-

Rohanský ostrov: poprvé s hudbou

SOKOLSKÉ STOPY V HISTORII



Zahájení slavné tradice sletů a hromadných sokolských vystoupení: Veřejné cvičení Sokola Pražského na Rohanském ostrově v Praze dne 19. května 1867.

Vltava v Praze vytváří řadu malebných zákoutí a poskytuje i zajímavý výhled na pražské pamětihodnosti. Přispívají k tomu i vltavské ostrovy, jichž je v Praze deset, nepočítáme-li tři bezejmenné. Minimálně tři z nich jsou spojeny se sokolskou historií – Střelecký, Slovanský (Žofín) a Rohanský. Ke všem třem se také váží letošní jubilea: na Střeleckém ostrově se konal první slet (135. výročí), na Slovanském ostrově se konal první koncert prvního sokolského hudebního souboru (155. výročí) a na Rohanském ostrově se konalo první veřejné cvičení na hudbu (150. výročí).

Právě cvičení na Rohanském ostrově, od kterého uplyne letos 19. května 150 let, je považováno za zárodek budoucích sokolských sletů. Pravda, veřejná sokolská cvičení se konala již dříve, krátce po vzniku Sokola. První z nich se uskutečnilo již 1. června 1862 při příležitosti svěcení praporu Sokola Pražského, který vytvořil Josef Mánes a který Sokolu věnovaly pražské paní a dívky. Hudba při těchto cvičeních sice hrála, ale ne ke cvičení, ale jako doprovod k navození atmosféry a „obveselení publika".

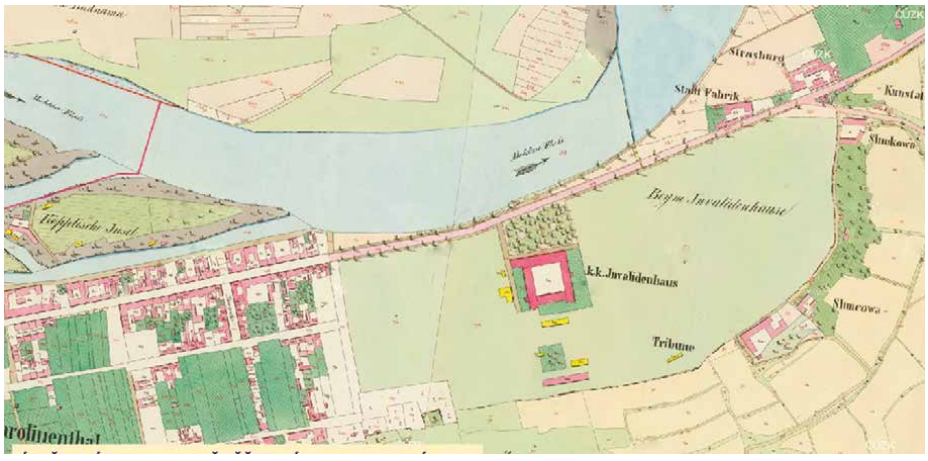
Památník vydaný k 20. výročí Sokola Pražského cvičení na Rohanském ostrově popisuje následovně:

„... cvičení jednoty odbýváno 19. května 1867 o 4. hodině odpolední na ostrově Rohanském dle následujícího programu: I. Rej (částečně poklusem). II. Cvičení družstev, první oddělení. III. Cvičení prostná. IV. Cvičení družstev, druhé oddělení. V. Školská rej šermířská. VI. Cvičení sboru cvičitelského na hrazdě a na koni na šíř. VII. Skupina (čtyřpatrá, kuželovitá).

Při tomto veřejném cvičení uveden poprvé nový činitel, jenž mocně přispěl k úsečnému provedení cvičení společných a k zvýšení lahodnosti jich dojmu – totiž hudba. Do té doby bylo použito hudby při veřejných cvičeních pouze k vůli vzbuzení slavnostní nálady obecenstva a cvičenců a k oživení ruchu při cvičení samém. V jakémsi organickém spojení s cvičením hudba tato nebyla. Jako pomůcky cvičební bylo hudby ponejprv užito při tomto veřejném cvičení a sice při cvičeních prostných – rej odbývána ještě bez hudby. Obé, rej i cvičení prostná, byla přizpůsobena rozsáhlé, tenkrát částečně stromy obroubené místnosti na dotčeném ostrově, kde mohly vyniknout jen massy a kde jednoduché útvary a pohyby velkým množstvím cvičenců precisně provedené musily učiniti dojem žádoucí. Za touto příčinou súčastnili se jak reje, tak cvičení prostných veškeří činní členové v úplném kroji spolkovém; dále převládaly při reji útvary šiků a proudů dvoj- i trojčlenných vedle šestistupu, kdežto dvojstupu použito pouze při závitech a kruzích poklusem provedených: konečně pro cvičení prostná zvoleno postavení mezerní, odčítáni první a druzí a obratem jedněch utvořeny mimo řady čelní též příční aneb boční, tak že jednoduché pohyby paží (skrčení a trčení) a měny postojů (stoj spatný, výpad, dřep) poskytly pohled mohutného vlnění, jehož pestrost zvýšena ještě tím, že první měli kajdy přes ramena zavěšeny, kdežto druzí byli do nich oblečení.

Tato cvičení prostná, čtyřdobá, byla provedena pomocí dvou ukazovatelů, při hudbě, bez velení..."

-red-



Mapa Rohanského ostrova z první poloviny 19. století dle Stabilního katastru 1827; zdroj: Geoportál, Zeměměřický úřad

„Na úrazové a odpovědnostní pojištění přispělo Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy sportovním organizacím částkou 20 milionů korun.“

KATEŘINA VALACHOVÁ
ministryně školství, mládeže a tělovýchovy

ÚRAZOVÉ POJIŠTĚNÍ

Úrazové pojištění je sjednáno prostřednictvím Českého olympijského výboru u pojistitele Kooperativa, a.s., Vienna Insurance Group s číslem pojistné smlouvy 4950050842.

KDO JE POJIŠTĚN:

- Všechny sportovní svazy, organizace a instituce sdružené v Českém olympijském výboru (olympijské svazy i neolympijské subjekty, střešní organizace a jejich sdružené subjekty, včetně sportovních svazů a jejich sdružených subjektů, TJ, T.J.)
- Osoby, které se sportovních akcí zúčastní v rámci plnění svých pracovních úkolů nebo mají s příslušnou sportovní organizací uzavřenou smlouvu (podle občanského zákoníku nebo zákoníku práce).
- Osoby, které se účastní akce pořádané některým ze sportovních svazů a organizací uvedených v příloze pojistné smlouvy, i přesto, že nejsou jejími členy. Tyto osoby jsou pojištěné pouze po dobu konání akce.

ÚZEMNÍ ROZSAH POJIŠTĚNÍ: Celý svět.

JAK NAHLÁSIT POJISTNOU UDÁLOST

Pojistnou událost hlásí pomocí příslušného formuláře pojištěná osoba. V případě její smrti pak osoby, kterým vznikne nárok na výplatu pojistného plnění.
Odpovědný pracovník příslušné organizace (resp. sportovního svazu) potvrdí razítkem a podpisem skutečnost, že k pojistné události (úrazu, či smrti) došlo při pojištěné činnosti. Dále připojí své evidenční číslo, pokud mu bylo přiděleno v rámci střešní organizace.
Pojistnou událost nám nahlaste co nejdříve po ukončení léčení. Smluvní podmínky, rozsah pojistného krytí, včetně dokumentace pro nahlášení pojistné události jsou ke stažení na webové stránce: www.olympic.cz/pojisteni.

Část dokumentu „zpráva lékaře“ vyplní odborný lékař, který pojištěného ošetřoval nebo je informován o jeho zdravotním stavu. Zprávu může vyplnit také praktický lékař, pokud poskytl pojištěnému první ošetření nebo má-li k dispozici odborné lékařské zprávy o průběhu jeho léčení.

Kontaktní osoba pro hlášení pojistné události:
Sabina Římanová
Telefon: +420 221 421 744
E-mail: sabina.rimanova@renomia.cz

Formuláře k hlášení pojistné události zašlete na adresu:
RENOMIA, a. s.
Sabina Římanová
Na Florenci 15, 110 00 Praha

Kontaktní osoby pro Vaše případné dotazy k pojištění:

Ing. Edita Pažoutová
Telefon: +420 221 421 732
Mobil: +420 606 758 267
E-mail: edita.pazoutova@renomia.cz

Barbora Kreisingerová
Telefon: +420 221 421 735
Mobil: +420 725 491 057
E-mail: barbora.kreisingerova@renomia.cz

POJIŠTĚNÍ OBECNÉ ODPOVĚDNOSTI ZA ÚJMU ZPŮSOBENOU ČINNOSTÍ TRENÉRA ČI CVIČITELE

Pojištění obecné odpovědnosti za újmu způsobenou činností trenéra či cvičitele je sjednáno prostřednictvím Českého olympijského výboru u pojistitele Kooperativa, a.s., Vienna Insurance Group s číslem pojistné smlouvy 7721008020.

KDO JE POJIŠTĚN:

1. Všechny sportovní svazy, organizace a instituce sdružené v Českém olympijském výboru (olympijské svazy i neolympijské subjekty, střešní organizace a jejich sdružené subjekty, včetně sportovních svazů a jejich sdružených subjektů, TJ, T.J.)
2. Trenér (cvičitel), který vykonává níže definovanou činnost, pro kterou je sjednáno pojištění, na základě alespoň jednoho z následujících vztahů: pracovně právního vztahu (pracovní poměr, DPP, DPČ), členského vztahu nebo jako OSVČ v souladu se svým živnostenským oprávněním. Pojištění je platné také pro osobu, kterou trenér (cvičitel) použije při výkonu své činnosti.

Předmětem činnosti pojištěného je činnost trenéra (cvičitele) v oblasti sportu, tělovýchovy a turistiky, kterou vykonává pro sportovní organizace (tj. tělovýchovné a tělocvičné jednoty, sportovní kluby a sportovní svazy) a pro všechny střešní sportovní organizace pod ČOV, včetně jejich jednotlivých členských organizací (např.: svazy, asociace, kluby, TJ, T.J. a obdobné tělovýchovné subjekty).

ÚZEMNÍ ROZSAH, LIMIT POJISTNÉHO PLNĚNÍ, SPOLUÚČAST:

Rozsah pojištění	Limit pojistného plnění	Spoluúčast	Územní platnost pojištění
Povinnost k náhradě újmy (újma na hmotné věci a nemajetková újma při ublížení na zdraví nebo při usmrcení vč. následných finančních škod) – obecná odpovědnost	20 000 000 Kč	5 000 Kč	Evropa

JAK NAHLÁSIT POJISTNOU UDÁLOST

Pojistnou událost hlásí pojištěný na níže uvedený kontakt. Abychom mohli škodu řešit, potřebujeme písemné vyjádření pojištěného a písemný nárok poškozené osoby. Potřebné podklady se mohou pro jednotlivé škody lišit. Konkrétní postup Vám sdělí kontaktní osoba pro hlášení pojistné události.

Kontaktní osoba pro hlášení pojistné události:
Radek Blažek
Telefon: +420 221 421 799
E-mail: radek.blazek@renomia.cz

Kontaktní osoby pro Vaše případné dotazy k pojištění:

Ing. Edita Pažoutová
Telefon: +420 221 421 732
Mobil: +420 606 758 267
E-mail: edita.pazoutova@renomia.cz

Ing. Radomír Michniak
Telefon: +420 222 390 808
Mobil: +420 731 129 403
E-mail: radomir.michniak@renomia.cz

V peřině

Představujeme skladby pro XVI. všesokolský slet

V tomto vydání časopisu Sokol představujeme v rozhovorech s autorkami poslední dvě z jedenácti hromadných skladeb ČOS pro XVI. všesokolský slet 2018. První z nich je skladba „V peřině" zkušeného autorského a rodinného týmu – Dagmar Fischerové (matka) a Martiny Soukupové (dcera). První nácvičný sraz této skladby se koná 20. května v Tyršově domě v Praze.

Martina Soukupová

Dagmar Fischerová

Pro koho je Vaše skladba určena a co Vás motivovalo k tomuto tématu, názvu?
Skladba V peřině je určena pro mladší žákyně od sedmi let. Svůj název získala podle stejnojmenného muzikálu, který tvoří její hudební doprovod. Dívky si tak mohou zacvičit na písničky, jejichž interprety jsou například Lucie Bílá, Jiří Mádl nebo skupina Kabát. Pro umocnění vizuálního efektu na velké ploše bylo vystoupení koncipováno jako dvojskladba.

Co to konkrétně znamená?
Část děvčat cvičí v choreografii čtyř celků s nízkými molitanovými kladinkami žluto-oranžové barvy. Na jeden celek připadají vždy dvě kladiny, jež lze dále rozkládat. Jedná se přitom o nářadí, které i po sletu určitě najde využití v běžných cvičebních hodinách, proto si myslíme, že se investice do něj rozhodně vyplatí. Mezi těmito „kladinkovými čtyřcelky" budou vytvářet jakousi mřížku celky dívek s bílými stuhami. Toto cvičení je vhodné hlavně pro děvčata, která preferují taneční pohyb a moderní gymnastiku.
Cvičení obou skupin na ploše se vzájemně doplňuje. Základní celek tvoří vždy osm dívek, přičemž jednoty se mohou podle svých zájmů a možností rozhodnout, kterou část skladby budou chtít nacvičit – samozřejmě při zachování určité celkové proporcionality.

V PEŘINĚ

Autorky: Dagmar Fischerová, Martina Soukupová
Hudba: René Rypar, Ota Váňa
Konzultant skladby: Iva Pízová,
Vedoucí: Dagmar Fischerová
Metodik: Iva Pízová
Skladba je určená **pro mladší žákyně od sedmi let.**
Základní nácvičný celek pro skladbu tvoří vždy osm dívek, přičemž jednoty se mohou podle svých zájmů a možností rozhodnout, kterou část skladby budou chtít nacvičit – samozřejmě při zachování určité celkové proporcionality. Obě skupiny budou mít na sobě červený trikot s bílou aplikací, u „kladinek" doplněný krátkými legínami, u „stuh" sukénkou. Cvičenky cvičí v prostoru 4 x 4 značky.

Proč jste si zvolili tuto věkovou kategorii, čím vás oslovuje?
Tato věková kategorie je nám nejbližší. Pracujeme s ní již řadu let a máme s ní asi nejvíce zkušeností. Právě pro dívky v tomto věku jsme také vytvořily řadu skladeb včetně těch sletových.

Co bylo impulsem pro téma skladby?
Po skončení sletu člověk vždy tak nějak bilancuje, a přestože si říká, že do tvorby další skladby již rozhodně nepůjde, zároveň podvědomě přemýšlí o tom, jak by mohla vypadat a kam by se dala posunout. Tuto věkovou kategorii podle nás limituje fakt, že dívky ještě úplně nemohou cvičit v celoplošné choreografii, a tak nás napadlo zkusit opět jednou skloubit na ploše dvě skladby, které by se vzájemně doplňovaly, a tím by tento handicap zmenšily. Také jsme chtěly, aby nová skladba nebyla laděna jen čistě sportovně jako ta předchozí, ale aby měla i své tanečnější, dejme tomu takové to „více dívčí", zaměření pro žákyně, kterým cvičení na nářadí není tolik blízké. Stuhy se nám navíc líbily tím, že mohou (jak doufáme) na ploše dobře vypadat a zároveň jsou skladné, což umožní nácvik i v jednotách, kde nemají prostory ke skladování nářadí. Pokud jde o vlastní téma, zde posloužila jako hlavní inspirační zdroj právě hudba z muzikálu V peřině. Ta tedy rozhodla o tom, že žákyně budou na sletu tentokrát „snít".

V čem jsou podle vás pozitiva a v čem negativa autorské týmové práce, a to ještě rodinné?
Dana Fischerová: Rodinná týmová práce je u nás již tradicí. Skladbu pro

minulý slet jsme připravovaly ještě jako tři generace. Tato spolupráce je pro nás samozřejmostí, vzájemně se doplňujeme, a to nejen při tvorbě sletových, ale i jiných pódiových skladeb.

Martina Soukupová: To je pravda, vyrostla jsem v prostředí, kde byla tvorba různých skladeb, v nadsázce řečeno, téměř na denním pořádku, a tak jsem tomuto „postižení" asi nemohla uniknout. Byla jsem proto ráda, když mě později mamka s babičkou přibraly do týmu. Jejich předchozí zkušenosti pro mne přitom znamenaly nespornou výhodu, protože sletová skladba kromě vlastní tvorby zahrnuje spoustu věcí organizačního a technického charakteru (kresby obrázků, tvorbu popisu, nácviky apod.), které mi nebyly příliš blízké. Jinak si ale myslím, že až tak moc nezáleží na tom, jestli jsou autoři v příbuzenském vztahu či nikoliv. Určitě je ale potřeba, aby si lidsky „sedli" a byli naladěni na stejnou vlnu.

Jaké jsou vaše dosavadní autorské zkušenosti?

Jak jsme již zmínily, vytvořily jsme společně několik sletových skladeb – na minulém všesokolském sletu v roce 2012 to byla skladba Jonatán, na předminulém v roce 2006 skladba Karimatky. Kromě toho jsme připravovaly například pohybové skladby pro EuroGym a také vymýšlíme závodní pódiové skladby pro TeamGym Junior.

Jak hodnotíte spolupráci s týmem skladby – ve vašem případě konzultantkou a metodičkou?

Naším metodikem je Iva Pízová, s níž spolupracujeme již dlouhou dobu, a to nejen při sletu, ale i při jiných akcích pořádaných ČOS. Má přehled a je velice dobrým organizátorem, proto je našim nedocenitelným spolupracovníkem. Svými radami ke skladbě přispěla také Jana Sedláčková, vedoucí sboru mladších žákyň.

Můžete stručně uvést Vaše dosavadní působení v Sokole?

Dana Fischerová: V Sokole pracuji od jeho obnovení jako cvičitelka všech věkových kategorií, postupně jsem začala pracovat jako župní vedoucí, župní náčelnice a místonáčelnice ČOS. V současné době jsem částečně zaměstnána na župě Jana Podlipného.

Martina Soukupová: Také já jsem v Sokole od jeho znovuobnovení, i když tehdy jsem se na jeho činnosti podílela „jen" jako cvičenka. Kromě Sokola jsem se v té době věnovala moderní gymnastice a později scénickému tanci. V současné době působím jako cvičitelka dětských složek sokolské všestrannosti v T. J. Sokol Praha Vršovice, kde trénuji především družstvo mladších žákyň. Zároveň ve Vršovicích stále sama i aktivně cvičím, s naším družstvem žen se účastníme závodů TeamGym Junior.

Princezna republika

Představujeme skladby pro XVI. všesokolský slet

Na žádném novodobém všesokolském sletu nechyběla skladba pro seniory. Vždy také tyto skladby patřily k těm, v nichž cvičilo nejvíce cvičenců. Pro připravovaný XVI. všesokolský slet 2018 jsou autorkami sletové skladby pro tuto věkovou kategorii sestry Lenka a Blanka Kocmichovy. Je to již jejich třetí společná sletová skladba, tentokrát s názvem Princezna republika. Její první nácvičný sraz se uskuteční o víkendu 13.–14. května v Tyršově domě v Praze. Blíženi tuto skladbu představujeme v rozhovoru s autorkami.

Blanka a Lenka Kocmichová (zprava)

Skladba je určena pro seniorky a seniory ale i pro všechny, kterým se skladba líbí, a budou si ji chtít zacvičit.

Proč jste si zvolily tuto věkovou kategorii, čím Vás oslovuje?

Kategorie seniorů je pro nás již potřetí velkou výzvou, proto jsme se odvážily vstoupit opět do stejné řeky a přesto přinést něco nového. Prvním impulzem již před dvanácti lety bylo vytvořit skladbu pro věkovou kategorii naší maminky a jejích vrstevníků, kteří mají smysl pro hudbu, tanec ale i humor, a nebojí se pustit do něčeho nového.

Jaká specifika vyžaduje složení skladby pro tuto věkovou kategorie? Proč jste zvolily hudbu právě Karla Hašlera?

Seniorská kategorie vyžaduje určitá pohybová specifika s ohledem na zdravotní a další hlediska. Jedná se tak o práci s velmi úspornými pohybovými prostředky, které musejí finálně vytvořit celek, který zaujme a potěší jak diváky, tak samotné cvičence. Proto jsme v roce 2006 sáhly po nesmrtelných melodiích Karla Hašlera a v roce 2012 jsme je „nahradily" filmovými melodiemi z první republiky. Pro rok 2018 byla volba naprosto jasná. Vrátily jsme se k velikánovi české hudby, vlastenci, který byl navíc v roce 2016 jmenován Rytířem české kultury, protože skladba je oslavou 100. výročí vzniku Československé republiky a k danému tématu jsme u Karla Hašlera našly melodie nejpůsobivější.

Jako velké ctitelky Hašlerovy tvorby jsme zařadily do skladby jak známé, tak „trezorové" písně, které budou pro mnohé překvapením, ale určitě jenom příjemným.

Co bylo impulsem pro téma právě této skladby?

Jak už bylo řečeno, hlavním impulsem je oslava vzniku republiky před 100 lety, a proto i název Princezna republika, který je současně názvem vstupní melodie. Chceme skladbou oslavit Československo, krásu naší České republiky, specifiku „srdce Evropy" matičky Prahy a v neposlední řadě svobodu, demokracii a vlastenectví.

Týmová tvorba přináší své přednosti, ale i nevýhody. Čím je pro Vás týmová spolupráce?

Jsme sestry, známe se celý život, máme stejné zájmy a přesně víme, co od sebe můžeme čekat. A tak spolu pořád něco tvoříme už od dětství, protože kreativita nám rozhodně nikdy nechyběla, a naopak s délkou naší spolupráce naskakují nové nápady. Mnohokrát se nám stane, že se i nějakou dobu nevidíme, a potom přijdeme s úplně stejným

PRINCEZNA REPUBLIKY

Autorky: Blanka Kocmichová, Lenka Kocmichová
Hudba: Karel Hašler, úprava Ivan Zelenka
Konzultanti: Eva Svobodová, Bohumír Roubal
Vedoucí a metodik: Lenka Kocmichová
Skladba je určená **pro seniory**.

Základní nácvičný celek je 9 cvičenců (6 žen a 3 muži). Skladba je bez náčiní v tradičním cvičebním úboru.

nápadem na daný motiv. Současně jsme vstřícné všem připomínkám konzultantů a cvičenců, prvním kritikem je ale vždy naše maminka (členka a cvičenka Sokola od roku 1926). Před naše cvičence stavíme stále nové a nové překážky a výzvy, které odhalují jejich rezervy, a zvládnutí ne zrovna jednoduchých úkolů je pro ně samotné leckdy velkým překvapením.

Co byste dodaly na závěr?

Chtěly bychom, aby skladba Princezna republika byla důstojnou součástí programu hromadných vystoupení XVI. všesokolského sletu, připomněla slavné výročí a také tak trochu „zahřála u srdce". Doufáme, že ji budou všichni cvičenci cvičit stejně rádi, jako jsme my rády a s láskou pro ně skladbu připravily.

Sokolští zálesáci se chystají do Olomouce

Na tradiční víkend druhé poloviny května připadá konání přeboru ČOS v zálesáckém závodu zdatnosti. Tentokrát se pořadatelství úplně poprvé ujala župa Olomoucká, respektive náčelnictvo župy. Vlastní prostory, kde by bylo reálné závod smysluplně uspořádat, v župě nemáme, tak budeme využívat zázemí rekreačního areálu v Radíkově. Tam máme dobré zkušenosti s provozovatelem, snad dostatečnou kapacitu zázemí, i když ubytování bude trošku jinak, než jsou závodníci zvyklí. Výhodou vybraného místa je velice dobrá dopravní dostupnost městskou hromadnou dopravou, příjemný členitý terén. V blízkém okolí jsou i turistické zajímavosti – pevnost FORT, ZOO, bazilika na Sv. Kopečku s vyhlídkou na Hanou.

Souběžně s přeborem (mimochodem právě 18. ročníkem) se bude konat zkušební ročník zálesáckého závodu pro dospělé. Příští řádky bych chtěl věnovat právě představení koncepce tohoto závodu.

Zálesácký závod dospělých je určen pro dvoučlenné hlídky dospělých závodníků (muži, ženy koedukované dvojice, všichni v jedné kategorii), kteří budou dle mapy sami vybírat a hledat kontroly a na nich plnit zálesácké úkoly. Úkoly budou vycházet z tradice ZZZ, nebudou přesně definovány a svázány seznamy, budou více zaměřeny na praktické využití znalostí a dovedností v přírodě. Závodníci budou hodnoceni body za stanoviště, která navštíví, a dalšími body za správné plnění úkolů na těchto stanovištích. To vše bude limitovat čas, který v terénu můžou strávit, při jeho nedodržení budou penalizováni. Závodníci před zahájením budou znát názvy úkolů i jejich bodové hodnocení. Mapu získají až při startu. Startovat budou hlídky v časových intervalech, ne všechny společně.

Zálesácký závod dospělých je určen pro dvoučlenné hlídky dospělých závodníků (muži, ženy koedukované dvojice, všichni v jedné kategorii), kteří budou dle mapy sami vybírat a hledat kontroly a na nich plnit zálesácké úkoly.

Pro koho je akce určená? Hlavně pro odrostlé účastníky ZZZ, kteří již vyrostli z dorosteneckých kategorií, táborové vedoucí, pobyťáky, cvičitele i další adepty, kteří se dokáží orientovat podle turistické mapy, mají chuť si prověřit své znalosti a dovednosti v oblasti pobytu v přírodě a zaběhat si po lese.

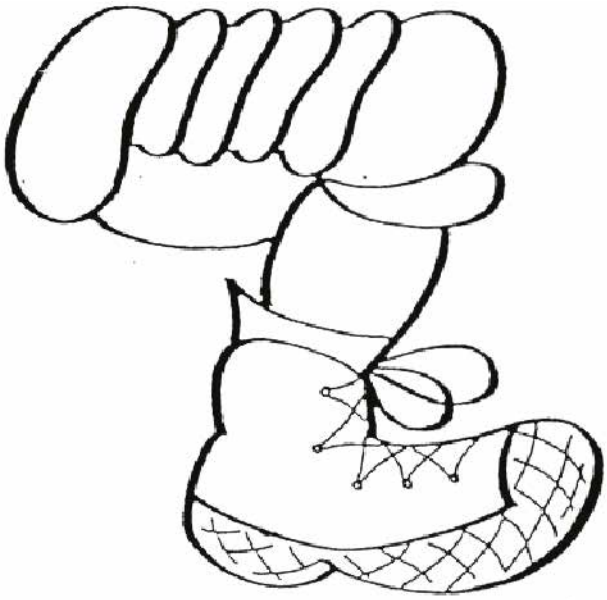
Též je možné spojit tento závod s „prací" organizátora a rozhodčího na přeboru, poté si taky zazávodit a užít si atmosféru celé akce.

Do budoucna se uvidí, jestli tento závod začne mít tradici, stane se součástí přeborů v ZZZ, osamostatní se, nebo si své příznivce a organizátory nenajde a pokračovat nebude.

Doufám, že se akce vydaří, že závodníci i organizátoři budou spokojení a že si příští rok budu moct jet zazávodit do jiné župy. Třeba na jih Čech.

Přihlášky a propozice jsou ke stažení na www.sokol.eu

Jan Nemrava,
za náčelnictvo župy
Olomoucké-Smrčkovy



Pozvánka na Pešíkův pochod 2017

Odbor turistiky T. J. Sokol Komárov pořádá v pondělí 8. května již 43. ročník „Pešíkova pochodu". Pochod je pojmenován podle zakladatele vládnoucího rodu v Komárově, kterým je podle pověsti zbrojnoš Pešík.

Tato pověst vypráví, že roku 1158 se český kníže Vladislav II. zúčastnil se svým vojskem bojů v severní Itálii na straně německého císaře Friedricha Barbarossy proti odbojným severoitalským městům. V jeho vojsku byl i vladyka Diva se svým zbrojnošem Pešíkem. Diva byl v boji u Milána těžce zraněn a dostal se do zajetí, kde byl přikován ke svému zbrojnoši za nohu. Aby umožnil svému pánu útěk z vězení oknem, odřízl si Pešík dobrovolně svoji pravou nohu v koleně. Útěk šlechtice se podařil. Když se velitel nepřátelského vojska dozvěděl o této události, považoval to za hrdinství a šlechetnost a přikázal, aby byl Pešík pečlivě ošetřován. Po uzdravení mu byla dána milost a byl propuštěn na svobodu. Podařilo se mu dostat zpět do svého bydliště a Diva ho za jeho obětavost odměnil tím, že mu daroval komárovské panství a přimluvil se u krále Vladislava o jeho povýšení do rytířského stavu. Jako erb obdržel uříznutou okovanou nohu s ostruhou. Tento znak používal celý rod Pešíků, který sídlil v Komárově téměř 450 let. Rychlý úpadek rodiny Pešíků pravděpodobně souvisel s duševním úpadkem jednotlivých členů rodu. V roce 1601 byl majetek prodán Jindřichovi Ottovi z Losu.

Pro milovníky turistiky jsou připraveny čtyři pěší trasy v okolí Komárova (13, 18, 23, 28 km), včetně míst, která jsou úzce spjata s rodem Pešíků. Pochod je doplněn o cyklotrasy.

Pro milovníky turistiky jsou připraveny čtyři pěší trasy v okolí Komárova (13 – 18 – 23 – 28 km), včetně míst, která jsou úzce spjata s rodem Pešíků. Od roku 1997 je pochod doplněn o cyklotrasy, které se každoročně obměňují a cyklisté vyrážejí na trasy od 35 km do cca 100–120 km. V letošním roce je nejdelší trasa pouze do sta kilometrů, vede křivoklátskými lesy a nejzdatnější cyklisty zavede na rozhlednu Velká Buková.

Účastníci pochodu se mohou vydat na pěší nebo cyklo trasy od 7.00 do 10.00 hod. z areálu komárovské sokolovny. Sběratelé razítek mohou do svých zápisníčků získat kromě pešíkovského razítka ještě další čtyři z kontrol, které jsou na trase. Nejvýznamnější kontrola je ta „poslední" – na vrcholu hory Jivina, kde je každoročně připravena vědomostní soutěž. Cíl je opět v komárovské sokolovně (do 17.00 hod.), kde na účastníky čeká čaj, oplatka a pamětní list.

Všichni příznivci pohybu – pěšího nebo na kole, kteří chtějí poznat Komárov a jeho blízké i vzdálenější okolí, jsou srdečně zváni!

Olga Kleknerová,
odbor turistiky Sokola Komárov

Věra mezi námi

■ Tak by si to asi Věra Čáslavská přála. Jak jinak uctít její památku, než sportem! Sokol Černošice uspořádal v sobotu 8.dubna na počest své spoluobčanky a patronky nové sportovní haly Memoriál Věry Čáslavské. V krásné nové hale, která nese její jméno a kterou se svou houževnatostí a bojovností podporovala, se v gymnastickém dvojboji na kladině a v prostných utkalo šedesát sedm děvčat a žen, na kruzích a v prostných osmnáct chlapců a mužů. Plně zaplněné hlediště sledovalo se zatajeným dechem výkony gymnastek a gymnastů z Dobřichovic, Radotína, Libčic, Nižboru, Vyšehradu, Hlubočep a Černošic. Celý závod byl naplněn duchem radosti a krásy z pohybu tak, jak to Věra uměla.

Z černošického Sokola se zúčastnilo dvacet jedna dívek, dva chlapci a tři muži. V nejsilněji obsazené kategorii žákyně II se umístila Nela Havlenová na druhém a Jolanka Farová na čtvrtém místě. V také silně obsazené kategorii žákyně III získala Katja Valtonen třetí místo. Dále pak ve svých kategoriích byli naši závodníci: Jindřich Urbanec 3., Lucie Schrötterová 1., Karolína Blažejová 2., Lucie Trnková 3., Jana Tuháčková 1., Kristýna Pavlovská 3., Jakub Fara 1., Roman Malíř 2. a Jaroslav Lžičař 3.

Umístění cvičenců však nebylo to nejdůležitější, podstatná byla přátelská atmosféra závodu, jako by paní Věra Čáslavská byla s námi. To vše bylo umocněno krásným prostředím haly, kterou hostující cvičenci a trenéři obdivovali.

Při závodech byl použit odlišný způsob bodování než ten, který je používán při všestrannosti a který nemotivuje závodníky k zařazování obtížnějších prvků. Výchozí známka byla stanovena na 10 bodů a hodnota bonifikovaných prvků se k této známce přičítala bez omezení počtu těchto prvků a s tím, že mohly být i ze stejné skupiny. Navíc u některých obtížnějších prvků byla bonifikace zvýšena na 0,3 desetiny bodu. Závodníci, trenéři i rozhodčí tuto změnu uvítali a konstatovali, že přispěla k atraktivnosti závodu.

Memoriál poctil svou návštěvou i senátor Jiří Oberfalzer, starosta města Černošic Filip Kořínek a ve svých devadesáti letech bývalý trenér gymnastiky pan Vladislav Březina.

Děkujeme všem ze Sokola, kteří se podíleli na přípravě a průběhu memoriálu, rovněž správcům haly a technickým službám.

Jaroslav Formánek,
Sokol Černošice

Memoriál V. Straky 2017

■ Všestrannost Sokola Praha Vršovice ve spolupráci s župou Jana Podlipného uspořádala v neděli 26. března již 10. ročník memoriálu V. Straky, který byl tajemníkem a jednatelem župy.

I letos jsme na akci přivítali jeho manželku.

Závod je soutěž MTG, kde závodí družstva na akrobacii a malé trampolíně. Během celého dne se vystřídalo v sedmi kategoriích 65 šesti- až dvanáctičlenných družstev z 21 jednot.

Soutěž získává každým rokem stále větší oblibu.

Již dnes se těšíme na další ročník.

Dana Fischerová,
náčelnice župy

Otevřené projekty pro veřejnost pořádané ČOS v roce 2017

Po loňském úspěšném ročníku MoveWeeku a projektu ČOS Sokol spolu v pohybu nadešel čas zahájit registraci těchto akcí pro letošní rok. Na začátku chceme poděkovat za výbornou spolupráci a podělit se s vámi o několik zajímavých informací a čísel.

Ilustrační foto z loňského ročníku Move Week v Sokole Vyšehrad

Jak již víte, MoveWeek je jednou ze stěžejních akcí celoevropské kampaně zaměřené na propagaci sportu a tělesných aktivit „NowWeMove", pořádané Mezinárodní asociací pro sport a kulturu (ISCA), jejíž je Česká obec sokolská jedním ze zakládajících členů. Loňský ročník byl z evropského hlediska již čtvrtým ročníkem, zapojilo se do něj téměř 3,5 milionu účastníků z 38 zemí v Evropě a Latinské Americe, uskutečnilo se více než 14 100 akcí. V České republice v rámci ČOS proběhlo 34 akcí v 19 městech, zapojilo se 2 267 účastníků, což naši organizaci zařadilo na první místo v ČR co do počtu i rozsahu uskutečněných akcí.

Jak to bude probíhat v roce 2017?

MOVE WEEK, KVĚTEN 2017

V letošním roce se akce bude konat, stejně tak jako v roce loňském, v týdnu **29. 5.–4. 6.** Letos je také možné si zažádat o drobnou materiální podporu (zapůjčení banneru, trička pro pořadatele, tisk certifikátů). Podmínky pro získání materiální podpory je registrace nejpozději do 3. 5. 2017, vyplněný formulář zašlete prosím na e-mailovou adresu OV ČOS:

odbor.vsestrannosti@sokol.eu

SOKOL SPOLU V POHYBU, ZÁŘÍ 2017

Projekt se uskuteční v týdnu **18.–24. 9. 2017**. Sokol tímto projektem odstartuje propagační kampaň k XVI. všesokolskému sletu směrem k veřejnosti. Součástí tohoto týdne bude také akce Noc sokoloven a Sletová štafeta, která bude probíhat ve dnech 22.–24. 9. 2017.

Registrace je nejpozději do 15. 6. 2017, vyplněný formulář zašlete prosím na e-mailovou adresu OV ČOS:

odbor.vsestrannosti@sokol.eu

Prosíme o zaregistrování i doprovodných akcí Sletové štafety v rámci projektu Sokol spolu v pohybu.

Struktura týdne bude následující:

Pondělí – aktivity seniorů

Úterý – projekt a aktivity pro předškolní děti

Středa – den zdraví a spolupráce s handicapovanými

Čtvrtek – aktivity upozorňující na oblast výkonnostního sportu

Pátek – kulturně společenské aktivity - Noc sokoloven, start sletové štafety

Sobota a neděle – aktivity pro rodiny s dětmi a soutěže všech úrovní, doběh sletové štafety v 18 hod. do Tyršova domu.

Pokud vám z jakéhokoliv důvodu nebude zaměření vaší akce korespondovat s vyhlášeným tématem dne, nic se neděje a vaši akci realizujte dle vašich plánů.

Vyplnění a zaslání registračního formuláře na OV ČOS je podmínkou pro získání materiální podpory (bannery, trika pro pořadatele, diplomy pro účastníky a drobné propagační předměty) a medializace akce v rámci projektu.

Pokud nebudete využívat materiální podpory, i tak Vás ale prosíme o přihlášení do projektu, abychom váš projekt medializovali.

Formulář pro obě akce je ke stažení na www.sokol.eu. Každá akce musí být vyplněna samostatně na formulář.

Registrace na **Noc sokoloven** bude probíhat stejně jako v minulém roce, a to přes garanta akce, jímž je Vzdělavatelský odbor ČOS. V případě dotazů kontaktujte K. Wágnerovou:

kwagnerova@sokol.eu

Kontakt pro další informace a dotazy D. Dušková: dduskova@sokol.eu, telefon: 257 007 389

Lenka Kocmichová, náčelnice ČOS
Petr Svoboda, náčelník ČOS

Vyhlášení nejlepších sokolských sportovců

Sokolští olympionici, kteří reprezentovali Českou republiku na loňských Olympijských hrách v Rio de Janeiru, obsadili čelní místa v anketě Nejúspěšnější sportovci, družstva a trenéři České obce sokolské v roce 2016. V kategorii individuální sporty – dospělí se na prvním místě umístil vzpěrač Jiří Orság (na olympijských hrách 8., Sokol Karolinka), následován atletkou Kateřinou Šafránkovou (na olympijských hrách 17., Sokol Kolín atletika) a judistou Jaromírem Ježkem (trojnásobný olympijský reprezentant, Sokol Praha Vršovice). Rovněž v kategorii 19–23 let obsadili první dvě místa sokolští olympionici: loňské prvenství obhájil šermíř Alexander Choupenitch (na olympijských hrách 26.), na druhém místě je sportovní gymnasta David Jessen (na olympijských hrách 47.) a trojici na stupních vítězů této kategorie doplňuje kanoista David Macháček.

V kategorii do 18 let (žactvo, dorost) obsadil první místo stolní tenista Vlastimil Buben (Sokol Pražské Předměstí - Hradec Králové 2), druhý je atlet Štěpán Hampl (Sokol Kolín atletika) a na třetím místě se umístili plážoví volejbalisté Matyáš Džavoronok a Jiří Sedlák (Sokol Brno I). V kategorii kolektivní sporty – dospělí obhájilo loňský primát družstvo házenkářek Sokola Poruba, na druhém místě skončily basketbalistky Sokola Hradec Králové a třetí národní házenkářky Sokola Tymákov. V kategorii kolektivní sporty – mládež byly vyhlášeny jako nejlepší starší dorostenky v házené ze Sokola Písek, druhá příčka patří házenkářským mladším dorostencům ze Sokola Nové Veselí a třetí jsou basketbalisté – starší žáci ze Sokola Písek.

Takové jsou výsledky ankety Nejúspěšnější sportovci, družstva a trenéři České obce sokolské v roce 2016, které byly slavnostně vyhlášeny ve středu 26. dubna 2017 v Tyršově domě v Praze. V anketě jsou pravidelně vyhlašováni nejúspěšnější sportovci České obce sokolské, kteří úspěšně reprezentovali jak Sokol ve vrcholových domácích soutěžích, tak Českou republiku na olympijských hrách, mistrovstvích Evropy či světa a v dalších mezinárodních soutěžích.

Ocenění nejúspěšnějším sportovcům předali předseda Českého olympijského výboru Jiří Kejval a starostka České obce sokolské Hana Moučková a místostarosta ČOS a starosta Prahy 1 Oldřich Lomecký.

Vedle sportovců byli rovněž vyhlášeni nejúspěšnější sokolští trenéři. Bez nich by sportovci nikdy nedosáhli tak mimořádných sportovních výkonů. Letos byli oceněni trenéři Pavel Ivanič (Sokol Karolinka – vzpírání), Michal Lebeda st. (Sokol Pražské Předměstí - Hradec Králové 2, stolní tenis) a Jan Slavík (Sokol Písek, házená).

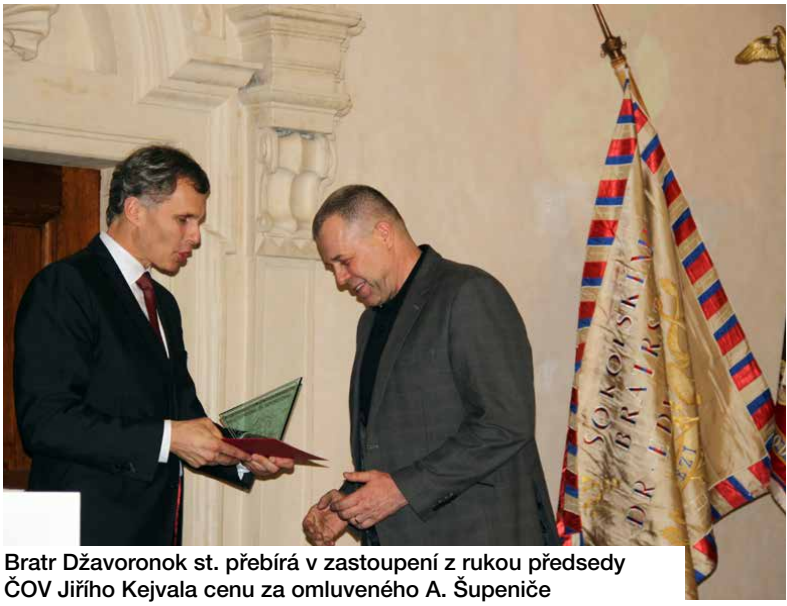
Atmosféru slavnostního odpoledne zpestřila muzika „Vycpálkovců", jejíž členové také na úvod zazpívali státní hymnu.

-red-

Účastníky slavnostního vyhlášení ankety uvítala starostka ČOS sestra Hana Moučková

FOTOGALERIE
Vyhlášení nejlepších sokolských sportovců

Házenkářky ze Sokola Písek Lucie Preslová a Kateřina Karetová přebírají cenu z rukou starostky ČOS Hany Moučkové



Bratr Džavoronok st. přebírá v zastoupení z rukou předsedy ČOV Jiřího Kejvala cenu za omluveného A. Šupeniče

Sandra Chudomská a Vítězslav Horák – akrobatický rokenrol, Sokol Pražský

Házenkářka Lucie Preslová přebírá v zastoupení cenu pro trenéra Jana Slavíka

K atmosféře slavnostího odpoledne přispěla muzika „Vycpálkovců“

Vítěz kategorie Individuální sporty – dospělí Jiří Orság se svým, rovněž oceněným, trenérem Pavlem Ivaničem

Vamberecký sokolský lvíček

Ve sportovní hale ve Vamberku se 25. března konal již šestý ročník soutěže v karate, určené pro začínající závodníky z řad mládeže – Vamberecký sokolský lvíček 2017. Na soutěž přijelo rekordních 180 závodníků z celé ČR, jeden klub z Polska a jeden klub ze Slovenska, i když se ve stejné době konala velká soutěž v Bratislavě. To svědčí o vzrůstající popularitě našeho turnaje, jak v České republice, tak i v zahraničí. Pro porovnání, na první ročník přijelo 80 soutěžících.

Soutěž začala přesně podle propozic v 9.30 hodin soutěžemi Kata, které byly rozděleny na skupinu pro úplné začátečníky od 8 kyu do 7 kyu a skupinu od 6 kyu do 4 kyu. To platilo i pro soutěž Kumite, která následovala po soutěži a předání cen v Kata. Soutěž řídil jako hlavní rozhodčí Petr Kocmánek a dále mu asistovali jeden rozhodčí ze Slovenska, pět rozhodčích z Polska a zbytek tvořili regionální rozhodčí z ČR. Díky pořadatelské službě, které se ujali někteří rodiče dětí z oddílu, proběhla soutěž v pohodě a bez zranění. Chtěl bych poděkovat všem, kdo svou pomocí přispěli ke zdárnému průběhu soutěže a vzorné reprezentaci našeho města a ČOS. Poděkování patří také kolegům z Vysokého Mýta za zapůjčení tatami, krajskému svazu karate a Městu Vamberk za finanční pomoc.

Ladislav Lux,
ředitel soutěže

Vítězové jednotlivých kategorií

Kata žáci 7–9 let, 8.–7. kyu: Witek Patryk – Nidan Zawadskie,
Kata žáci 7–9 let, 6.–4. kyu: Náhlík Ondřej – KCK team,
Kata žákyně 7–9 let, 8.–7. kyu: Marková Ingrid – KK Topoľčany,
Kata žákyně 7–9 let, 6.–4. kyu: Kobernyk Marie – Karatedo Litomyšl
Kata žáci 10–11 let, 8.–7. kyu: Dočkálek Daniel – Hakuba karate Ostrava,
Kata žáci 10–11 let, 6.–4. kyu: Orsag Tadeáš – SKBU Trutnov,
Kata žákyně 10–11 let, 8.–7. kyu: Pattai Stela – KK Topoľčany,
Kata žákyně 10–11 let, 6.–4. kyu: Dostálová Veronika – Karatedo Litomyšl,
Kata žáci 12–13 let, 8.–7. kyu: Otta Tomáš – Target Sport Milovice,
Kata žáci 12–13 let, 6.–4. kyu: Ručka Filip – Hakuba karate Ostrava,
Kata žákyně 12–13 let, 8.–7. kyu: Dračková Lucie – Karate Silesia Opava,
Kata žákyně 12–13 let, 6.–4. kyu: Višňovská Veronika – Target Sport Milovice
Kata DUO žactvo 7–13 let: KK Topoľčany
Kata team žáci 7–11 let: Nidan Zawadskie
Kata team žákyně 7–11 let: Nidan Zawadskie
Kata team žáci 12–13 let: **KCK team 1**
Kata team žákyně 12–13 let: Karate Do Dvůr Králové n. Labem
Kumite žáci 7–9 let, 8.–7. kyu, -32kg: Krátký Václav – KCK team
Kumite žáci 7–9 let, 8.–7. kyu, +32kg: Hasan Jakub – Karatedo Sokol Sadská
Kumite žáci 7–9 let, 6.–4. kyu, -32kg: Náhlík Ondřej – KCK team
Kumite žáci 7–9 let, 6.–4. kyu, +32kg: Tománek Jan – Karatedo Sokol Sadská
Kumite žákyně 7–9 let, 8.–7. kyu, -30kg: Poskerová Nela – KK Jeseník
Kumite žákyně 7–9 let, 8.–7. kyu, +30kg: Pijáková Klára – Hakuba karate Ostrava
Kumite žáci 10–11 let, 8.–7. kyu, -35kg: Jirouš David – Karate Vrchlabí
Kumite žáci 10–11 let, 8.–7. kyu, +35kg: Šulc Jan – KCK team
Kumite žáci 10–11 let, 6.–4. kyu, -35kg: Orsag Tadeáš – SKBU Trutnov
Kumite žáci 10–11 let, 6.–4. kyu, +35kg: Merhulík Vojtěch – Karate Do Dvůr Králové nad Labem
Kumite žákyně 10–11 let, 8.–7. kyu, -35kg: Smutková Viktorie – Karate Ústí nad Orlicí
Kumite žákyně 10–11 let, 8.–7. kyu, +35kg: Pattai Stela – KK Topoľčany
Kumite žákyně 10–11 let, 6.–4. kyu, -35kg: Dostálová Veronika – Karatedo Litomyšl
Kumite žákyně 10–11 let, 6.–4. kyu, +35kg: Denchylia – Karina KCK team
Kumite žáci 12–13 let, 8.–7. kyu, -39kg: Gábriš Dominik – KASR Žamberk
K**umite žáci 12–13 let, 8.–7. kyu, -52kg:** Šulc Vojta – KCK team
Kumite žáci 12–13 let, 8.–7. kyu, -60kg: Jáchym Daniel – Karate Vrchlabí
Kumite žáci 12–13 let, 8.–7. kyu, +60kg: Hasan Patrik – Karatedo Sokol Sadská
Kumite žáci 12–13 let, 6.–4. kyu, -52kg: Müller Jakub – KCK team
Kumite žáci 12–13 let, 6.–4. kyu, -60kg: Bryška Martin – Karate Ústí nad Orlicí
Kumite žáci 12–13 let, 6.–4. kyu, +60kg: Nový Daniel – KCK team
Kumite žákyně 12–13 let, 8.–7. kyu, -50kg: Dračková Licie – Karate Silesia Opava
Kumite žákyně 12–13 let, 8.–7. kyu, +50kg: Štrumfová Hana – Karate Polička
Kumite žákyně 12–13 let, 6.–4. kyu, -42kg: Šídová Nikol – Karate Vrchlabí
Kumite žákyně 12–13 let, 6.–4. kyu, -50kg: Krátká Natálie – Karatedo Sokol Sadská
Kumite žákyně 12–13 let, 6.–4. kyu, +50kg: Celarová Nela – KCK team
Kumite team žáci 12–13 let: KCK team 1
Kumite team žákyně 12–13 let: KCK team

Gymnastické oblastní přebory žáků

Začátkem dubna se konaly oblastní přebory ČOS žáků ve sportovní gymnastice. Přebor oblasti Morava se konal v Brně, přebor oblasti Čechy hostil Kolín.

Oblast Morava

Na tradičním místě, v prostorách sportovní gymnastiky T. J. Sokol Brno I, se v sobotu 8. dubna konal oblastní přebor ČOS žáků ve sportovní gymnastice, oblast Morava. Rovněž tradičně na závod přijeli účastníci ze sedmi oddílů, aby svedli boj o titul přeborníka Moravy. Za velké podpory rodičů a trenérů zde závodilo celkem 53 jednotlivců poskládaných do 18 družstev: v nejmladších žácích závodilo jedenáct družstev, 28 jednotlivců, v mladších žácích čtyři družstva, 14 jednotlivců a ve starších žácích tři družstva, 11 jednotlivců.

V kategorii nejmladších žáků zvítězili borci ze Sokola Zlín s pětibodovým náskokem před domácími závodníky ze Sokola Brno I. Taktéž v kategorii mladších žáků bylo nejúspěšnějším družstvem družstvo Sokola Zlín, v kategorii starších žáků si titul přeborníka vybojovalo družstvo Sokola Šternberk posílené o závodníka Sokola Bučovice. V jednotlivcích se vítězi, a tím pádem oblastními přeborníky, stali: v nejmladších žácích Milan Jaroš ze Sokola Zlín A, v mladších žácích Jonáš Daněk ze Sokola Zlín a ve starších žácích František Marghold ze Sokola Šternberk.

Poděkování patří všem pořadatelům závodu za přípravu a hladký průběh přeboru Moravy.

Oblast Čechy

Organizací oblastního přeboru ČOS žákovských kategorií (nejmladších, mladších a starších žáků) ve víceboji sportovní gymnastiky byl komisí SG ČOS pověřen oddíl sportovní gymnastiky Sokola Kolín. Závod se uskutečnil 8. dubna v prostorách kolínské tréninkové tělocvičny, perfektně připravené a upravené do závodního kabátu. Závody jednotlivých sledů zahájil ředitel soutěže a jednatel T. J. Sokol Kolín bratr M. Taftl.

Závod byl podle rozpisu naplánován na dva sledy, vzhledem k počtu účastníků a počtu přítomných rozhodčích proběhl ve třech sledech. Ve všech kategoriích startovalo celkem 47 jednotlivců v 15 družstvech. Závodníci a členové družstev na 1.–3. místě obdrželi medaile a diplomy určené pro oblastní přebory.

V kategorii nejmladších žáků startovalo 16 závodníků v 6 družstvech. Na prvních třech místech v kategorii jednotlivců se umístili: 1. Marek Šik – T. J. Sokol Domažlice, 2. Daniel Janák – T. J. Sokol Domažlice, 3. Lukáš Sauer – T. J. Sokol Kolín. Na prvních třech místech v kategorii družstev se umístili: 1. T. J. Sokol Domažlice, 2. T. J. Sokol Praha Vršovice, 3. T. J. Sokol Kladno

V kategorii mladších žáků startovalo 18 závodníků v 6 družstvech. Na prvních třech místech v kategorii jednotlivců se umístili: 1. Jan Kusák – T. J. Sokol Kladno, 2. Jakub Šmolík – T. J. Sokol Kladno, 3. Radek Pecha – T. J. Sokol Kolín. Na prvních třech místech v kategorii družstev se umístili: 1. T. J. Sokol Kladno, 2. T. J. Sokol Kolín, 3. T. J. Sokol Praha Vršovice. V kategorii starších žáků startovalo 9 závodníků ve 3 družstvech. Na prvních třech místech v kategorii jednotlivců se umístili: 1. Adam Zítko – T. J. Sokol Praha Vršovice, 2. Tobiáš Scholz – T. J. Sokol Poděbrady, 3. Jaroslav Skokan – T. J. Sokol Praha Vršovice. Na prvních třech místech v kategorii družstev se umístili: 1. T. J. Sokol Praha Vršovice, 2. T. J. Sokol Rokycany, 3. T. J. Sokol Poděbrady

-red-

Letní volejbalový kemp

VK Česká Třebová, AMS-Lubomír Vašina, T. J. Sokol Česká Třebová II., pod záštitou ČVS a ČOS pořádají začátkem července již devatenáctý ročník letního volejbalového kempu v České Třebové. Akce, která se koná od 2. do 7. července, je určena pro všechny volejbalisty a volejbalistky, kteří chtějí pod vedením našich špičkových trenérů (reprezentačních, extraligových a ligových družstev mužů a žen) zlepšit své HČJ ve specializacích, na které je kemp zaměřen. Z hlediska priorit vítají pořadatelé především účast ročníků 2006 a starších, rádi však uvítáme i hráče a hráčky mladší.

Uzávěrka přihlášek je do 15. 5. 2017 (přihlášky jsou do naplnění kapacity kempu podle data přihlášky). Vzhledem ke kvalitě tréninku jsou počty přihlášek limitovány tak, aby bylo ve skupině na dva trenéry dvanáct hráčů.

Kontakt:
L. Vašina, Komenského 781, 560 02 Česká Třebová, tel.: 605 415 868, e-mail: ams-lubomir.vasina@seznam.cz

-red-

Sokolské kadetky vybojovaly volejbalové zlato

V seniorské kategorii patří volejbalistky Sokola Šternberk již ke stálicím domácí extraligové scény. O největší úspěch klubu z nejmenšího města hrajícího nejvyšší soutěž ve volejbalu žen se teď ale postaraly šternberské hráčky do sedmnácti let, tedy kadetky. Ty na finálovém turnaji mistrovství České republiky své věkové kategorie vybojovaly zlaté medaile a titul domácích šampiónek.

Finálový turnaj mistrovství republiky volejbalových kadetek uspořádal v březnu na své palubovce vítěz dlouhodobé části extraligy, kterým byl tým Sportovního gymnázia Ludvíka Daňka Brno. Kadetky Sokola Šternberk se na něj kvalifikovaly díky druhému místu v tabulce. Čtveřici adeptů na zlato doplnil ještě PVK Olymp Praha a Volejbal Plzeň. Všechny týmy se nejprve střetly systémem každý s každým a dva nejlepší celky z tohoto klání si vybojovaly právo utkat se na závěr o vysněný titul. Mladé Šternberanky se probojovaly do finále, v němž se utkaly s volejbalistkami Sportovního gymnázia Ludvíka Daňka. Po velkém boji si mladé sokolské volejbalistky vybojovaly mistrovský titul. Sokolský tým si z Brna vedle zlatých medailí pro novopečené kadetské mistryně republiky odváží také ceny pro Denisu Dosoudilovou coby nejlepší nahrávačku turnaje, Lucii Hanouskovou jako nejlépe podávající a Gabrielu Orvošovou coby nejvíce bodující volejbalistku.

Mistrovský titul je velkým úspěchem nejen pro samotný Sokol Šternberk, ale i pro olomoucký ženský volejbal. Oba kluby totiž dlouhodobě úzce spolupracují a největší olomoucké talenty současnosti získávají ostruhy právě ve šternberských mládežnických družstvech v extralize. Naopak hráčky zlatého kadetského družstva Gabriela Orvošová a Barbora Oborná jsou už letos také členkami seniorského týmu žen Univerzity Palackého.

Kadetky Sokola Šternberk vedla do bojů o zlaté medaile jako kapitánka Kristýna Soldánová, spolu s ní v základní sestavě nastupovaly Gabriela Orvošová, Michaela Ambrožová, Denisa Dosoudilová, Lucie Hanousková, Anna Vrabcová a jako libero Barbora Oborná. Na úspěchu týmu se z pozice střídajících hráček podílely Ema Kneiflová, Monika Jančová, Kristýna Jarošová, Monika Navrátilová a Tereza Dvořáková. Trenéru Janu Drešlovi pomáhali jako asistenti Miroslav Jehlář a Aneta Tobiášová, nezbytný servis zajišťovali statistik Filip Koryčanský a fyzioterapeut Ondřej Laštovička.

-red-

Štafeta veze dvanácté místo z Baham

■ V Nasau, hlavním městě Baham, se 22. až 23. dubna konalo atletické IAAF mistrovství světa ve štafetách. Česká štafeta mužů 4x 400 m, v níž měl dvojnásobné zastoupení Sokol Hradec Králové, obsadila celkové 12. místo.

Česká štafeta 4x 400 m nejprve běžela v sobotu, respektive brzy ráno v neděli našeho času, ve složení Michal Desenský (T. J. Sokol Hradec Králové), Patrik Šorm, Jan Tesař a finišoval Vít Müller (T. J. Sokol Hradec Králové). Díky času 3:07,58 postoupilo kvarteto do finále B, kde si v neděli vybojovalo celkové 12. místo časem 3:08.17.

V tomto závodě běželi druhý a třetí úsek kluci z atletického oddílu v Hradci Králové. Vítu Müllerovi dokonce organizátoři zaznamenali třetí nejlepší průběžný mezičas ze všech závodníků v tomto finálovém běhu. V polovině závodu byli Češi díky jeho výkonu ve vedení, nakonec se ale propadli na čtvrtou pozici, těsně za Polsko. A to běželi bez Pavla Masláka. Titul uhájili Američané o 15 setin před Botswanou (3:02.13 vs. 3:02.28), bronz brala Jamajka (3:02.8). *-vp-*

Opočno má mistra republiky

■ Tělocvičná jednota Sokol Opočno se může hned na začátku roku pochlubit dvěma významnými úspěchy.

Člen jednoty bratr Leoš Malenovský se díky možnosti tělocvičné jednoty využívat prostory tělocvičny Střední školy Nové Město nad Metují stř. Opočno mohl připravovat na halové mistrovství republiky seniorů v atletice, které se konalo poslední únorový víkend v Jablonci nad Nisou. Leoš závodil ve skoku dalekém a ve své kategorii M45 výkonem 574 cm zvítězil. Velice si tohoto úspěchu vážíme a přejeme Leošovi další vynikající výkony na letním mistrovství republiky v Hranicích na Moravě a po případném úspěchu i na mistrovství světa ve Španělsku.

Druhým významným úspěchem je udělení Zvláštní ceny OS ČUS za dlouholetou cvičitelskou a organizační práci bývalé starostce T. J. Sokol Opočno sestře Haně Kováčové. Haně všichni sokolové přejí pevné zdraví a elán, který bude potřebovat jako cvičitelka sestavy pro XVI. všesokolský slet v Praze.

Jan Koďousek,
starosta T. J. Sokol Opočno

Jarní seminář karate 2017

Tak jako každý rok, i letos, začátkem března – v termínech 4.–5. a 11.–12. března – začal v Hanušovicích jarní seminář moderního sportovního karate, kterého se zúčastnili také karatisté oddílu MSK Sokola Pardubice. Seminář se konal pod vedením mistra Miroslava Zezulky, VI. Dan. První víkend jsme strávili cvičením ve skupinách, kde nižší pasy procvičovali program 10 a 9 pod vedením mistra Jana Radila, I. Dan, vyšší pasy pod vedením mistra Martina Čipery, I. Dan, a mistra Pavla Trunce, II. Dan nacvičovali program 8 a 7 s využitím v bojových situacích.

Nejvýznamnější částí druhého víkendu byl turnaj, jemuž však předcházela důkladná příprava, která probíhala odděleně, podle jednotlivých technických stupňů. Po této části již započal turnajový úsek s formami, ve kterém se členům našeho oddílu velmi dařilo. To dokazuje následující tabulka výsledků:

Adam Knajbl, F°6 (Dan set) – 1. místo
Dalibor Mrňávek, F°5 (Quinta set) – 1. místo
Ondřej Vachek, F°4 (Quarta set) – 2. místo
Jiří Michek, F°3 (Tertia set) – 2. místo
Nikola Novotná, F2° (Secunda) – 2. místo

Neděle pak patřila turnaji ve sparingu a sportovním boji. Kondice a štěstí z předešlého dne členy našeho oddílu neopustila, ba naopak, sesbírali ještě o něco více umístění než předchozího dne:

Adam Knajbl, MA (muži absolutní) – 1. místo
Dalibor Mrňávek, MA (muži absolutní) – 2. místo
Martin Goláň, MG (muži zelení) – 3. místo
Jiří Michek, MG (muži zelení) – 4. místo
David Puchoň, MO+MY (muži oranž. + žlutí) – 2. místo
David Šulc, MO+Y (muži oranž. + žlutí) – 1. místo
Nikola Novotná, FY+O (ženy žluté a oranžové) – 1. místo
Younes Serbouti, M16 (muži žlutí pod 16let) – 2. místo
Iveta Špačková, F16 (ženy žluté pod 16let) – 2. místo

Díky vynikajícím výsledkům se některým z nás podařilo složit zkoušky na vyšší technický stupeň: Tomáš Nejezchleb – 11. kyu (druhý bílý pás), David Šulc – 9. kyu (druhý žlutý pás), Younes Serbouti – 9. kyu (druhý žlutý pás)

Jiří Michek,
Sokol Pardubice

X. národní přehlídka sokolských divadel

V Lázních Toušeň se ve dnech 21.–23. dubna konala v pořadí již desátá národní přehlídka sokolských divadel. Jednalo se o první kolo výběrové přehlídky pro XVI. všesokolský slet. Termín druhého kola je stanoven na květen 2017.

Přehlídku zahájili 21. dubna v pátek v podvečer herci Divadla pod Petřínem a hudebníci swingového uskupení Modrá Synkopa s „Baladou z hadrů". V sobotu se představily Soubor divadelních ochotníků při T. J. Sokol Dolní Životice s pohádkou „Ať žijí duchové", DS Ledříček (T. J. Sokol Klášterec nad Orlicí) s komedií „Mátový, nebo s citronem?" a Divadlo Dámská šatna s komedií „Vzpoura nevěst". V neděli byla odehrána dvě představení, a to pohádka „Na skok do pohádky" Divadelního souboru Jana Lišky (T. J. Sokol Třešť) a drama „Petrolejové lampy" v podání Divadla V Roztocké (T. J. Sokol Jilemnice).

Marcela Janouchová, VO ČOS

V sobotu a v neděli na přehlídku zavítal zájezd pořádaný Klubem seniorů ČOS. Dojmy ze zhlédnutých představení přibližuje Marie Brunerová:

První představení přivezli herci z Klášterce nad Orlicí komedii „Mátový nebo s citronem". Oficiální historie tohoto ochotnického divadla se píše již od roku 1897. V roce 1996 se dala dohromady nová parta mladých divadelníků. Na národní přehlídku se přihlásili letos poprvé.

Večer, druhá hra, také komedie, o ženách, nejen pro ženy, napsaná pro herečky a jednoho herce. U obou her jsme se velice dobře pobavili a zasmáli. V neděli na poslední představení přehlídky přijeli ochotníci z Jilemnice s dramatem od Jaroslava Havlíčka „Petrolejové lampy". „Vzpoura nevěst". Tu nám zahráli ochotníci Sokola Kroměříž. O co vlastně jde? Vítejte v agentuře glamour svatby.cz. Budete-li se vdávat, nesmíte zapomenout na nic důležitého. Na to i mnohem víc je doktorka Navrátilová. Navštívíme její mentorský výcvik. Je to komedie

V Jilemnici po roce 1991 poměrně rychle vznikl ochotnický divadelní soubor. První titul byl Zeyerův Radúz a Mahulena a tím se dalo tušit, jakým směrem se soubor bude ubírat. Na místě režisérů se již vystřídali tři. Jilemnické divadlo vstoupilo do sokolských přehlídek už v roce 2001.

Jejich představení bylo překrásné, a tak jsme odjížděli s hezkými pocity a skvělým dojmem.

Na všechna představení dohlížela porota ve složení Milan Špale, Bohumil Gondík, Filip Müller.

Text a foto Marie Brunerová

Sokol Michle slaví 130 let

V dubnu 1887 se michelští ochotníci usnesli založit Tělocvičnou jednotu Sokol. V dějinách ochotnického divadla sepsaných v roce 1891 bratry Kohoutem a Pácalem se uvádí: „V roce 1887 učiněn ve schůzi ochotníků návrh, aby založena byla tělocvičná jednota „Sokol", čímž nový démant ve vínek svých zásluh bylo si družstvo vsadilo. Z té příčiny zvolen výbor k zpracování a zadání stanov a již na podzim tohoto roku vidíme mladistvou jednotu v plné činnosti, která již dnes směle měřiti se může s jednotami vůkolními."

Již čtyři dny po založení jednoty cvičilo v restauraci starosty Pankráce Jaurise 22 mužů a v roce 1891 se muži zúčastnili II. všesokolského sletu, který se konal při příležitosti Zemské jubilejní výstavy. Od té doby členové jednoty cvičili na všech sletech. O prapor jednoty se postaraly dámy. Daly jej zhotovit z výnosů plesů a šibřinek. Svůj vlastní odbor založily ženy v roce 1898. Od roku 1903 působil v jednotě též odbor hudební.

Sokolové z Michle sehráli také nezanedbatelnou roli v roce 1918, kdy vznikal samostatný stát. Na vyzvání České obce sokolské se 29 mužů přihlásilo do strážní služby. Dne 29. října 1918 dvanáct z nich obsadilo hlavní vojenské velitelství na Malé Straně, ostatní zaujali pozice na velitelství na Josefském náměstí, kde setrvali až do 15. prosince.

Po první světové válce byla oživena myšlenka na novou tělocvičnu. V roce 1920 byla pro cvičení upravena budova na Jezerce. Sen michelských sokolů se splnil až koncem roku 1937, kdy při příležitosti 50. výročí založení Sokola Michle byla 1. ledna 1938 otevřena nová sokolovna v Michli pod Bohdalcem, postavená za necelý rok a bez zadlužení. Večer se konala akademie, kde účinkovali i hosté z Národního divadla Eduard Haken, Václav Vydra a další. Slavnostní akademie je připravena i k letošnímu výročí, a to na listopad.

Během druhé světové války padlo mnoho sokolů. Mezi nimi i starosta Sokola Michle Jaroslav Pechman, který s Janem Zelenkou, starostou Sokola Háj u Duchcova, jenž byl michelskou svěřenkou, patřili mezi přední organizátory skupiny Jindra. Kolik členů Sokola Michle bylo uvězněno není známo, ale 16 mužů a žen bylo popraveno a umučeno. Po osvobození Sokol Michle obnovil svou činnost v plném rozsahu. Nacvičovalo se na XI. všesokolský slet v roce 1948 – cvičenců bylo tolik, že ani nová sokolovna nestačila. Jen žen cvičilo 650. Po sletu bylo mnoho sokolů zatčeno, uvězněno a vyloučeno. Sokoloven se zmocnily různé závodní jednoty. Majetek byl sokolům vrácen až v roce 1991.

V současnosti působí v Sokole Michle oddíl všestrannosti a několik sportovních oddílů. V oddílu sokolské všestrannosti cvičí předškolní děti, žáci a žákyně moderní výrazový tanec, zdravotní tělocvik. Oddíl pořádá akademie, veřejné hodiny, mikulášské, dětský karneval, vánoční nadílku a účastní se akcí župy Pražské Scheinerovy i České obce sokolské. Sportovní oddíly – volejbal, basketbal, stolní tenis – hrají mistrovské zápasy vypisované svazy. Oddíl volejbalu byl založen přibližně v letech 1930–1931. Nyní má tři družstva, dvě žen a jedno mužů, které hrají pražské přebory. Oddíl basketbalu vznikl při oddílu volejbalu v roce 1945 jako doplňkový sport pro zimní měsíce. Dnes má čtyři družstva, dvě žen a dvě mužů. Některé hráčky reprezentují Českou republiku v kategorii seniorek, které na MS a ME získaly zlaté, stříbrné i bronzové medaile. Oddíl stolního tenisu vznikl původně z několika pražských družstev. Oddíl má jedno družstvo mládeže a 6 družstev mužů, která hrají pražské přebory. Stolní tenis si může zahrát ve veřejné hale stolního tenisu i veřejnost.

Další info: www.sokol-michle.cz

-red-

Vzpomínka na bratra Josefa Pyskatého

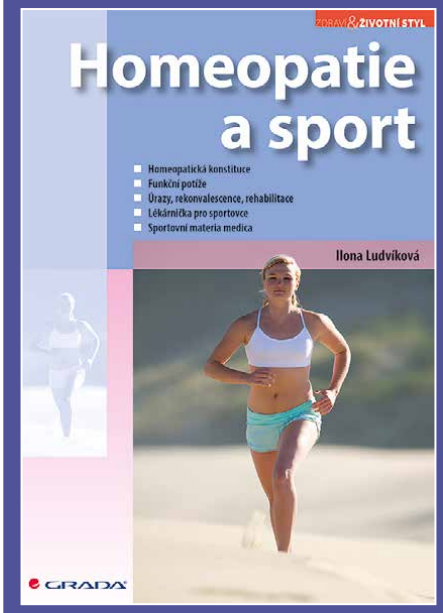
V pátek 10. března po valné hromadě Tělocvičné jednoty Sokola Břeclav se všichni členové zúčastnili odhalení pamětní desky prvnímu předválečnému starostovi Sokola Břeclav JUDr. Josefu Pyskatému. Pamětní deska je umístěna na domě Odboru školství Městského úřadu v Břeclavi a jejího slavnostního odhalení se zúčastnili starostka Sokolské župy Slovácké Vladimíra Potůčková, starosta T. J. Sokol Břeclav Miroslav Salajka, starosta města Břeclavi Pavel Dominik, 1. místostarosta Jaroslav Válka a vedoucí kulturního odboru města Karel Křivánek, který přednesl projev o životě a práci JUDr. Josefa Pyskatého.

JUDr. Josef Pyskatý byl starostou Sokola Břeclav v letech 1910–1920 (kromě období 1914–1918) a v roce 1921 byl zvolen prvním starostou nově ustavené Sokolské župy Slovácké v Břeclavi.
Narodil se 31. července 1878 v Lanžhotě v rolnické rodině, která mu umožnila středoškolská studia na českém gymnáziu v Uherském Hradišti a dále pak pokračoval ve studiu práv na Karlově univerzitě v Praze. Po ukončení vysokoškolských studií viděl svůj hlavní životní úkol v nezištné práci pro rozvoj českého národa. Láska k rodnému kraji a znalost jeho potřeb, zvláště na poli národním, byly hlavním důvodem, aby se vrátil na svou milovanou jižní Moravu a jako mladý koncipient nastoupil v roce 1906 do advokátní kanceláře k JUDr. Karlu Čermákovi, tehdejšímu vůdci českých národních snah v tehdy značně poněmčelém městě Břeclavi. Začal působit v břeclavské sokolské jednotě, v čtenářském a divadelním kroužku Břetislav, ale především se významnou měrou přičinil o postavení České matiční měšťanské školy v Břeclavi. Jako členu Matice břeclavské se mu v roce 1910 podařilo za přispění vrchního správce knížecího statku, uvědomělého Čecha JUDr. Jana Musila, získat souhlas tehdejšího knížete Jana II. z Lichtenštejna, aby postoupil Matici břeclavské záměnou za pozemek rodičů v Lanžhotě pozemek na nynější ulici Kupkově k výstavbě soukromé české měšťanské školy.
Již v době předválečné v letech 1910 až 1914 se Dr. Pyskatý osvědčil jako výborný organizátor a stal se starostou Tělocvičné jednoty Sokol Břeclav. Práce v Sokole mu v té době zabrala největší část jeho volného času. Po vypuknutí I. světové války musel Břeclavsko opustit a jako politicky podezřelý byl přeložen do polské Haliče. Po návratu do Břeclavi v roce 1918, již 23. října 1918, byl iniciátorem cirkuláře, požadujícího ustavení národního výboru v Břeclavi. Ten byl 27. října skutečně ustaven na schůzi v tehdejším Národním domě. Spolu s Dr. Františkem Sovadinou se účastnil obtížných a složitých jednání s tehdejším starostou města Eduardem Kafkou. Po vzniku Československé republiky se stal Dr. Pyskatý prvním představitelem města, když byl 10. listopadu 1918 jmenován Zemským národním výborem v Brně vládním komisařem města Břeclavi.
Jako vládní komisař v čele správní komise musel řešit nekonečnou řadu naléhavých úkolů. V poválečném zmatku a chaosu, kdy se hroutila rakousko-uherská monarchie, musela být upevněna bezpečnost civilního obyvatelstva města i okolních obcí v nově vytvořené Československé republice a zajištěn pořádek. Oč to bylo obtížnější a složitější, neboť ještě v roce 1919 nebyla u Břeclavi vůbec stanovena hranice nového státu s Rakouskem. Přes Břeclav se z válečných front vracely desetitisíce vojáků, domů spěchalo množství válečných zajatců, pro které bylo nutno zajisti stravování. Byl velký nedostatek základních potravin a hrozilo vypuknutí a rozšíření různých chorob, ale tomu se podařilo zabránit.
Se jménem JUDr. Josefa Pyskatého je spojeno i konečné vyřešení dlouholetých nesplněných požadavků české Břeclavi. Na podzim roku 1919 dobře organizačně zajistil otevření prvních českých středních škol ve městě: gymnázia, obchodní a rodinné školy, mlynářské a pekařské školy (později Střední průmyslová škola). Řádně též připravil první poválečné komunální volby, které pak proběhly bez problémů a otřesů 9. 11. 1919. Úkolů a jejich řešení bylo bez konce a vyžadovalo nadlidskou námahu. Díky své neumdlévající a nikdy nekončící práci a díky svým organizačním schopnostem dovedl tyto naléhavé úkoly vyřešit a připravit půdu obecní samosprávě, která pak po volbách na podzim roku 1919 převzala správu města.
JUDr. Pyskatý se pak vrátil ke své advokátní činnosti, ale od veřejné činnosti neodešel. Nadále se věnoval především sokolství, byl také členem výboru Československé obce sokolské. Byl však aktivně činný i v oblasti hospodářské. Založil Hospodářský spolek, byl ve výboru Občanské záložny a předsedou silničního výboru. Stal se také zakladatelem Slováckého veslařského klubu v Břeclavi i členem Klubu přátel umění.
Zemřel u svého pracovního stolu dne 30. března 1928, v nedožitých padesáti letech.

Jaroslav Školl,
ředitel Gymnázia v Břeclavi

DO KNIHOVNIČKY
Knihy, které stojí za to mít!

HOMEOPATIE A SPORT



Homeopatie a sport, která vyšla v ediční řadě Zdraví a životní styl a která je první knihou tohoto zaměření na českém trhu, podává v neobvyklé šíři velmi praktické informace o možnostech využití homeopatie ve sportovní medicíně. Autorka Ilona Ludvíková, zkušená homeopatka a lektorka homeopatických kurzů, v textu uvádí ověřené klinické návody pro homeopatickou léčbu běžných potíží, věnuje se také sportovním úrazům a poúrazové rekonvalescenci a neopomíjí ani duchovní kontext léčby a výživu sportovce.

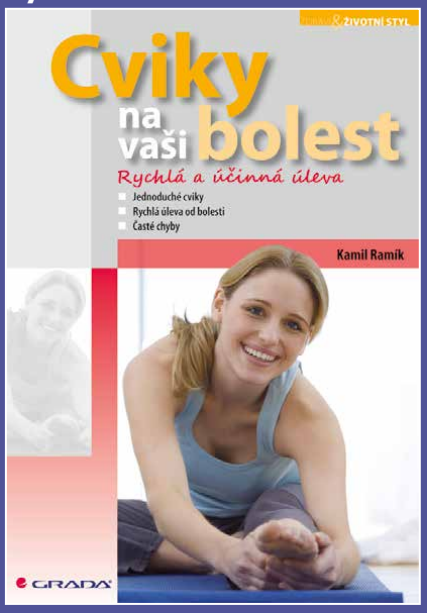
Díky této komplexní příručce získá čtenář přehled o tom, jak během rekreačního i vrcholového sportování pracovat s homeopatickými léky, komunikovat se svým tělem a získat tak nenahraditelnou zpětnou vazbu a zdroj pozitivního zdraví.

Kniha je určena rodičům, trenérům sportujících dětí, fyzioterapeutům a psychologům, všem sportujícím lidem.

MUDr. et MUDr. Ilona Ludvíková promovala na Lékařské fakultě Masarykovy univerzity v Brně v roce 1994 v oboru stomatologie a v roce 1996 v oboru všeobecného lékařství. Po ukončení studia pracovala v Masarykově orofaciální onkologické společnosti jako zubní lékařka. Atestaci prvního stupně v oboru stomatologie složila v roce 2001. V témže roce absolvovala francouzskou homeopatickou školu CEDH. Nyní pracuje jako stomatoložka a věnuje se homeopatickému poradenství. Je odbornou konzultantkou na klinické využívání homeopatie. Přednáší pro lékaře, fyzioterapeuty, porodní asistentky a farmaceuty. Členkou Homeopatické lékařské asociace je od jejího vzniku v roce 2002, z toho valnou část v její radě. Je autorkou několika informačních brožur a výukových materiálů pro stomatology, porodní asistentky a lékaře.

(Nakladatelství Grada Publishing, Praha, 2013, 152 stran, 1. vydání, dotisk 2014)

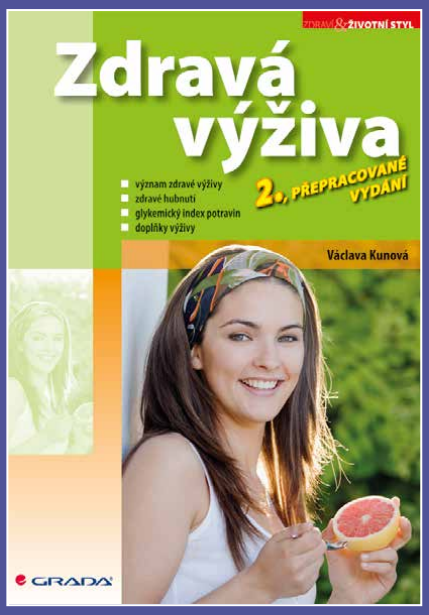
CVIKY NA VAŠI BOLEST
Rychlá a účinná úleva



Bolí vás záda z věčného sezení u počítače nebo stání v práci? Máte bolesti po úrazu či natažené svaly z cvičení, bolesti hlavy, krku, páteře, nohou, ramen apod.? Nezoufejte a spolu s námi si zacvičte pod dozorem renomovaného českého autora a zároveň rehabilitačního a sportovního lékaře MUDr. Kamila Ramíka, autora publikace Cviky na vaši bolest. Naučí čtenáře jednoduché cviky, které vycházejí z moderních postupů současné rehabilitace, jsou velmi účinné a přinášejí rychlou úlevu od bolesti. Jasný a stručný popis cviků doplňuje fotografiemi dokumentujícími správné provedení cviku a upozorňuje na časté chyby při cvičení.

(Nakladatelství Grada Publishing, Praha, 2008, 96 stran, 1. vydání, dotisk 2012)

ZDRAVÁ VÝŽIVA



S návody a „zaručenými" tipy, jak zdravě jíst, a díky tomu zůstat štíhlí a fit, se setkáváme na každém kroku. Jak ale najít skutečně zdraví prospěšný přístup k výživě a k péči o svou fyzickou kondici? Buďte realističtí a zachovejte si splnitelná očekávání! Tímto směrem vede čtenáře publikace Zdravá výživa autorky Václavy Kunové, zkušené dietní lékařky. Jednotlivé kapitoly přehledně, jasně, a především s ohledem na naše prostředí vysvětlují základní principy racionální výživy a vyvracejí nejčastější mýty a omyly. Zvláštní prostor je věnován dosažení a udržení přiměřené tělesné hmotnosti a vlivu výživy na riziko vzniku civilizačních nemocí. Vyčerpávající tabulky nutričních hodnot a profesionální odpovědi na nejčastější laické dotazy pomohou čtenáři převést zdravý způsob stravování do svého každodenního života.

Knížka vyšla v ediční řadě Zdraví a životní styl.

(Nakladatelství Grada Publishing, Praha, 1. vydání, 2011, 140 stran, 2. přepracované vydání)

Knížky je možné si prolistovat na internetu – www.grada.cz

SLEVOVÝ KUPÓN

sleva na veškeré publikace
nakladatelství Grada

Nákup přes e-shop
na www.grada.cz
heslo: SOKOL17
Platnost kupónu: **do 31. 12. 2017**

Ocenění bratra Bendy

„Nazdar bratře!" zdraví děda Benda a pevným stiskem ruky mne ujišťuje o své vitalitě. Vitalitě, která je u muže, který zažil 2. světovou válku i následné období totality a nikdy neztratil veselého ducha, zcela ojedinělá. Miroslav Benda, narozený v roce 1932, je dlouholetým členem Sokola Křenovice a ztělesněním hesla „ve zdravém těle zdravý duch". K sokolskému duchu byl veden již od útlého věku, jeho otec, Antonín Benda, byl taktéž dlouholetým členem a dokonce hospodářem Sokola Křenovice – až do roku 1950, kdy byla činnost zakázána. Sám bratr Benda udržoval celý život blízké vztahy se sokoly z různých zemí z celého světa. Za zmínku stojí například jeho návštěva New York city, při které se setkal s tamními sokoly a sokolkami, se kterými si předtím dlouhá léta dopisoval. Účastnil se také sokolského plesu v Paříži, kde navázal známost s Japoncem jménem Išikava, profesorem bohemistiky a sociologie s velkou láskou k moravskému folklóru, který bratra Bendu pozval do Tokia, aby zde přednášel o uzení masa a pálení slivovice. O výjimečnosti bratra Bendy se dozvíme i z nového dokumentu, na kterém již dva roky pracují fotograf Roman Franc a režisér Pavel Jurda. Dokument, věnovaný životu sokola Bendy, bude v příštím roce odvysílán Českou televizí. Dne 30. 3. 2017 byl Miroslav Benda uveden do síně slávy Jihomoravského kraje.

Michal Doležel,
místostarosta Sokola Brno I
a zastupitel JMK

Výcvik sokolů u Hradní stráže

Na začátku dubna se uskutečnil v pořadí již 6. výcvik sokolů u Hradní stráže. Celkem se zúčastnilo dvanáct bratrů a tři sestry různého věku z jednot po celé republice. Jsou jimi jednoty Bílovice nad Svitavou, Bratronice, Dejvice I, Domašín, Jedovnice, Jihlava, Karlovy Vary, Přerov, Sokol Pražský a Ústí nad Labem.

Cvičenci opět dokázali, že za tři dny lze úspěšně absolvovat základní výcvik v pořadové přípravě, který má za úkol zkvalitnit vystupování sokolů na slavnostních, pietních a sokolských akcích. V době naší přítomnosti cvičili vedle nás i samotní nováčci Hradní stráže. Vítanou změnou poslední den výcviku bylo uspořádání cvičného slavnostního pietního aktu právě s těmito nováčky, kdy jsme si mohli společně s nimi ukázat, co vše jsme se naučili. Na závěr výcviku jsme jako vycvičená sokolská jednotka vyšli z kasáren Hradní stráže a pochodovali odtud kolem Pražského hradu do Tyršova domu. Pro všechny krojované cvičence to byl nevšední a emotivní zážitek, který nám okořenil vydatný déšť. Ani promáčené kroje nám nezkazily dobrou náladu a po společném focení před Hradem, sochou T. G. Masaryka a dr. M. Tyrše jsme se „rozlétli" do svých domovů.

Další výcvik je naplánován na 20. až 22. září 2017 a přihlásit se můžete už teď na info@sokolskastraz.cz. Výcvik je určen jak pro bratry, tak pro sestry, ty v tomto dubnovém výcviku potvrdily, že jsou velikým obohacením a neoddělitelnou součástí krojovaných sokolů.

Marek Manda

Rozloučení

V plné duševní svěžesti a v požehnaném věku 95 let 8. března odešel na věčnost **bratr Josef Slanina**. Byl synem ruského legionáře, věrným Sokolem – cvičitelem žactva a nejstarším členem spořilovské Věrné gardy. Po listopadu 1989 s nadšením znovu zakládal a do posledních dnů svého života obětavě pracoval ve své rodné obci v Tělocvičné jednotě Sokol v Žiželicích u Chlumce nad Cidlinou.

Jako obětavý, statečný člověk a pravý vlastenec byl v prosinci 1948 zatčen a vyšetřován v hlavním sídle StB v Bartolomějské ulici jako člen ilegální organizace „Pravda vítězí", v jejímž čele stál generál Karel Kutlvašr. V květnovém monstrprocesu se třináctičlenným štábem v roce 1949 byl senátem Státního soudu odsouzen pro trestný čin velezrady k trestu odnětí svobody v trvání 15 let. Byl uvězněn společně s generálem Karlem Kutlvašrem v různých věznicích. Po podmínečném propuštění v roce 1957 však byl dále pronásledován. Nastoupil do dělnického povolání jako topenář. Začátkem 90. let pracoval v Úřadu pro dokumentaci a vyšetřování zločinů Stb. V roce 1993 vydal společně s historikem Zdeňkem Vališem knihu o generálovi Kutlvašrovi.

Vladimír Prchlík

TYRŠŮV III. DĚČÍN

Miroslav Tyrš
17/ 9/ 1832
v Děčíně

K výročí narození Děčínského rodáka Miroslava Tyrše

PÁ Příjezd účastníků do Kempu Děčín

SO Volnočasové aktivity a prohlídky děčínského okolí. Večer společenské posezení u ohně s hudbou.

NEDĚLE

Uctění památky narození Tyrše bude v neděli 17.9. položení květin k soše a poté bude kulturní program Sokolů i pro veřejnost. Následně bude průvod na Zámek k Tyršově světničce.

15.-17.9. 2017

Zupa.
severoceska-novakova
@seznam.cz

KEMP DĚČÍN