

Tělocvičná jednota Sokol Liberec I.

Nazdar!

Sokolské souzvuky

***č. 10 – říjen 2013
ročník 3.***

***„Věřím i já Bohu, že po přejití vichřic hněvu,
vláda věcí tvých k tobě se zase navrátí, ó lide
český!“***

**Citát z Komenského „Kšaftu“ použitý TGM při
inauguračním projevu v roce 1918.**

Úvodní slovo

Trpký 28. říjen 2013

Význam 28. 10. 1918 pro dnešek

Význam je obrovský, získali jsme samostatnost, po třech stech letech. Opět mohli Češi vydechnout a věřit sobě samým. Byly to doby našich dědečků a babiček. Boj o češtinu, o českou literaturu a kulturu byl dovršen. Lidé plakali štěstím. Kolik legionářů položilo svůj život za tuto chvíli, tito mladí kluci prožili sedm dlouhých let v Rusku, neustále ohroženi trestem smrti za vlastizradu, kdyby první válku vyhrál trojspolek.

Neuvěřitelné zkušenosti měli za sebou legionáři, kteří projížděli Sibiří směrem na Vladivostok. Říkali si – bratře – byli to sokolové. Nádherná doba, opravdová a bytostná. Patočka by řekl, že lidé žili z Ideje. Slovo – Idea- psal s velkým písmenem, protože to znamená žít autenticky, bez přetvářky a lži.

Dnešek je trochu jiný. Mladí už nerozumějí vlastenectví, žijí ve „vele vesnici“, kterou je vlastně planeta, mluvíme o planetární době. Chtějí žít naplno, potřebují rauš, milují vše moderní a silné. Něco se s námi stalo, co to je?

Nežijeme z Ideje, ale z podsunutých náhražek, přicházejících z našich médií. Vše se řídí zákonem zisku a tržní myšlení je základem naprosto všeho. Zapomnělo se na samostatnost. I rozdělení Československa přišlo především z ekonomických důvodů – jaké nepochopení Masaryka, jaké nepochopení smyslu dějin, o kterém psal Masaryk. My, kteří jsme nezapomněli, jsme smutni, velmi smutni a cítíme se podvedeni. Bolí nás vyznamenání za dobrý průběh oddělení Čechů a Slováků. Vše poukazuje na charakter a kvalitu našeho vzdělávání. Jde jen o peníze, co nepřináší zisk je nepragmatické a musí být odstraněno, ale vše dobré je dobré jen ze svého vlastního základu, nikoli z peněz. Na to by se nemělo zapomínat. Cítit se Čechem a cítit se Slovákem – co to dnes znamená?

Zdá se, že to neznámá vůbec nic, hlavně, když dost vyděláváme....

Jak se budeme omlouvat těm, kteří za naši samostatnost položili své životy? Tyto otázky by se měly pustit do oběhu, vždyť jsme těmto lidem dlužni.....

Anna Hogenová, vzdělávací odbor ČOS

A já se ptám – nejsme něco dlužni také sami sobě ?!

Obsah:

Úvodní slovo:

Trpký 28. říjen 2013

Metodika:

Sokolové pod Řípem očima organizátora

Poznámka k dopisu sestry Uzlové

Pohybové etudy č. 2 – „Blueberry Hill“ nebo „Helou, Dolly“

Rodič – nejlepší cvičební nářadí

Geocaching

Nejenom pohybem živ je sokol

Památný sokolský den

Říjen – výročí osobností a událostí Sokola

Kalendarium

Sokolské výstavy – vzdělání a informace

Vzpomínka

Co nelze zapomenout

Prapor Sokola Brno I.

Máte doma globus?

„...a to je ta krásná země..“

Chlum svaté Máří

Alespoň prstem po mapě

Zprávy z jednot a žup

Sokolské putování 2013 (České Švýcarsko)

Prázdninový klid ??

Blanická rytířka

Župní vycházka cestou zdraví

TGM - humanista, sokol – podvečer v Michnově paláci

Z činnosti vzdělávacího odboru ČOS

Pozvánka na Blaník

100. výročí založení župy dr. J. Vaníčka

Závěrečné slovo

Hádanka

Metodika

Sokolové pod Řípem očima organizátora

Děšť mám celkem ráda. V neděli 26. května mne však pěkně štval. Co nám ale příroda připravila potom, tak to jsme dopadli ještě dobře.

Nevím, zda zrovna já bych měla hodnotit celou akci. Měla jsem pod palcem pouze režii vystoupení. Ta ostatní mravenčí práce ležela na župní kanceláři, konkrétně na jednatele sestře Vavřenové a starostovi župy br. Vodochodském. Samozřejmě že byl utvořen organizační tým, ale kdo takovou akci někdy připravoval, tak ví, že vše leží jen na pár lidech. Ubytování, stravování, plakáty, odznaky, stravenky, kontakt se župami a mnoho dalšího.

Mým prvním úkolem bylo vybrat skladby. Zkontaktovala jsem autory a vedoucí skladeb. A pak už se množily přihlášky. Vytvořila jsem s rodinným týmem značkovou síť stadionu, kterou jsme vzhledem ke stále většímu počtu cvičících 3x měnili. V dubnu jsme se s vedoucími skladeb sešli a prohlédli si stadion. Roudničtí sokolové pod vedením br.starosty Válka a župního náčelníka Jirků stovkami brigádnických hodin vyšperkovali stadion do krásy. Dlouho se na něm žádná velká akce neděla a tak potřeboval opravdu velkou obnovu.

Výstup na Říp a o jeho organizaci se postaral br. Filip Uzel. Ten měl také na starosti propagaci. Od prosince 2012 rozesílal pravidelně desítky emailů zpravodajským webům, novinářům, televizním stanicím. Někteří zprávy zveřejnili, ale účast novinářů na akci samotné byla minimální. K dobré propagaci posloužily také webové stránky.

A pak přišel den D.

Od pátku se všichni začali sjíždět a naše plány se mohly začít realizovat. Sobota se vydařila. Zkoušky probíhaly dobře, výstup na Říp dle vydaných pamětních listů navštívilo přes dva tisíce lidí (spousta jich ale byla i mimo určený čas). Večerní program se dle ohlasů také velmi vydařil. Br. Kučera jako vždy vytvořil bezvadnou atmosféru na zimním stadionu a roztančil stovky sokolů. Koncert v kině byl také velmi vydařený.

Když jsem pak v neděli brzy ráno vykoukla z okna, dostala jsem vztek. Děšť a vítr, zima. Bylo mi to líto. Potom ale to nadšení všech, radost z pohybu a setkání, mě trochu zahřálo u srdce. Děkuji všem, opravdu všem.

Nejvíce utrpěl průvod, na který se celé město těšilo. A také samozřejmě málo diváků v hledišti. Platících bylo 511. Díky počasí jsme také museli zrušit vystoupení sportovců a závěrečné společné cvičení všech. Naopak nepříznivé počasí zahnilo mnoho cvičenců do sportovní haly, kde shlédli dánský gymnastický tým.

Všechny skladby se vydařily. Z můstku to vypadalo opravdu velmi pěkně. Když jsem pak shlédla video z vystoupení, tak už to tak pěkné nebylo. Pohybová úroveň je velmi špatná, myslím, že to jde směrem dolů. Co s tím?

Samozřejmě se vše nevyvedlo na sto procent. To snad ani nejde. Někteří byli nespokojení s ubytováním, v sobotu byl zádrhel s cateringem, někomu nechutnalo, někdy vážla autobusová doprava. Převažovalo však to dobré a spokojenost většiny. Důkazem toho je stovka mailů, které jsem dostala z celé republiky. Jen jeden byl negativní a ten se týkal ubytování.

A tak ještě jednou děkuji těm, kteří přiložili ruku k dílu, všem organizátorům, všem vedoucím, cvičitelům a cvičencům. Zvláště bych chtěla poděkovat sestře Vavřenové (mojí mamce). Bez ní by můj nápad nemohl být realizován.

Dana Uzlová, Sokol Roudnice nad Labem

Poznámka k dopisu sestry Uzlové

Bohužel, sestra Dana má stoprocentní pravdu, mluví-li o poklesu pohybové kultury našich cvičenců! Nechci, aby to vypadalo, že podceňuji práci našich cvičitelů a elán a dobrou vůli našich cvičenců. To by nebyla pravda – spíš je to opačně. Je však nutno konstatovat i říkat pravdu, chceme-li něco vylepšit a změnit – a to chceme!

Všem je nám asi jasné, že poměry v posledních letech se změnily a chtě nechtě možná změnily i nás. O sokolské příslovečné kázni a zodpovědnosti se nám v současnosti může jenom zdát! Docela určitě mluvím jménem cvičitelů, kterým soustavně ztěžuje práci velká fluktuace ve cvičení, nepravidelná docházka a názor „už to umím, takhle to přece stačí!“ Ale my všichni, kteří máme s nácvikem velkých i malých skladeb zkušenosti, známe dobře jeden fakt. Teprve když cvičenci zvládnou skladbu pamětně – tehdy teprve začíná vlastní úsilí o její provedení! Cvičenci potřebují získat včas pohybový stereotyp, aby se nemuseli soustřeďovat na paměť, ale mohli skladbu skutečně „prožívat“! Prožitek se projevuje elegancí, lehkostí, naprostým souladem s hudební předlohou – to vše se při předvedení pozná a poznají to i diváci. Pracné pátrání v paměti, co dál a kam se vrátit, nedovolí nikomu mít ze cvičení skladby skutečné potěšení.

Pokud se nám o tomhle nepodaří přesvědčit cvičence (i cvičitele, kterým by pamětní zvládnutí skladby nemělo stačit!!) je veškerá snaha o vylepšení marná.

Je samozřejmě, že úsilí o skutečně krásné provedení, začíná u autorů skladby. Ti musí především dobře znát kategorii cvičenců, pro které skladbu připravují, její možnosti i její zájmy. Podle toho volit hudební doprovod (podle mého mínění na něm závisí podstatná část úspěchu skladby), plošnou choreografii, která musí vycházet z pohybu, tempa a rytmu tohoto doprovodu, eventuelní volbu náčiní (případně nářadí). To vše pak doplňuje vhodná volba úborů (střih i barevnost) – bohužel, čím dál víc než na „extravaganci“ musíme brát ohled na finanční možnosti cvičenců (cvičí nám přece celé rodiny!!)

Je podstatný rozdíl, připravuje-li autor podiovou, případně i sálovou skladbu – nebo tzv. skladbu hromadnou, určenou velkému počtu cvičenců! To, co snese velká plocha, nesnese jeviště! Pokud se týče pohybu, tam jsou kritéria daleko přísnější a také nároky na využívaný prostor jsou podstatně jiné! Hromadná skladba je určena všem a proto musí být všem dostupná tak, aby její provedení mohlo být co nejdokonalejší!

A pozor! I při dnešní moderní technice, rozhodující pro přesnost a účelnost nácviku je dokonalý popis s respektováním platného a užívaného názvosloví. Každý z autorů se to musel a musí naučit – to je to, čemu se říká „řemeslo“! Z vlastní zkušenosti vím, že tvorba popisu je práce piplová, někdy až otravná, ale...tady teprve autor zjistí chyby ve

svých představách a má možnost dotáhnout celou práci do konce. Nákresy a půdorysy choreografie jsou nedílnou součástí popisu – a čím méně dodatečných změn, tím lépe pro kvalitu nácviku.

Předávání skladeb, ústřední, oblastní a župní nácviky jsou dnes celkem v pořádku a jsou - při úrovni pohybové i prostorové choreografie dnešních skladeb – naprosto nutné! Teprve po těchto nácvicích nastává pro cvičitele vlastní práce s popisem a v poslední době jsem se hlavně u cvičitelek přesvědčila o jejich odbornosti a dobré vůli skutečně nácvik zvládnout.

Největším problémem tak, podle mne, zůstává úroveň cvičenců v běžné celoroční praxi. Pohybovou kulturu značně poškozují nedostatek času a úsilí věnované základní gymnastice, což začíná už ve školní výuce (kde by měli cvičenci získat základní návyky!!) a pokračuje i ve cvičení dospělých. Paradoxně se tu projevuje i velká snaha cvičitelů o to, aby hodina měla požadované dostatečné kondiční využití a reprodukováný hudební doprovod nedovoluje častější opravování špatného pohybového projevu a vlastně i návyku cvičenců. A to nemluvím o tom, že některé cvičenky navštěvují naše cvičení jen v době nácviku, takže kondiční i pohybový zisk z běžného cvičení je téměř nulový.

Takže co teď? Konstatovat tento stav - o pravdivosti slov sestry Dany Uzlové se můžete přesvědčit, prohlédnete-li si dobře videozáznam z Roudnice i z posledního sletu. Kamera totiž zachytí a zastaví pohyb v okamžiku – a tak si všimnete snadno nejednotnosti provedení, špatného, lajdáckého držení těla, špatné techniky náčiní atd.

Právě držení těla a nedostatek napětí i rozsahu pohybu jsou na zmíněném záznamu dobře vidět a ruší tak dojem z jinak zdařilého provedení skladeb. Napětí střídající se s uvolněním je podstatou krásného pohybu, o který bychom měli usilovat. Jedinou cestou k úspěchu je soustředit se na tento problém nejen až při konečném nácviku, ale především v normálním cvičení – tedy dbát na správné držení těla, dotahování pohybu až do maxima, spojení pohybu končetin s pohybem trupu (vycházet z centra) a hlavy, co největší rozsah pohybu těla i využití plochy, správné dýchání.

Je tedy před námi spousta práce – té denní v běžném cvičení. Dobrý cvičitel se musí vyrovnat s několika důležitými úkoly: aby cvičební hodiny byly rozmanité, pro cvičence zajímavé a radostné a splňovaly všechny požadavky zdravotní, kondiční, hudební, požadavky na krásné, vznosné držení těla i techniku náčiní! Samozřejmě musíme počítat s účastí cvičenců různých schopností, možností i vyspělosti – a všem by se u nás mělo líbit!

To dá moc práce a záleží jenom na nás, na cvičitelích.

Vzhledem k tomu, že nás většina chápe pohyb a společné cvičení nejen jako nutnost pro zdravý vývoj organismu, ale také jako výraz společné myšlenky a vzájemné soudržnosti, věřím, že se nám bude dařit!

Nazdar!

Jarina Žitná

„Štěstí spočívá v tom, že uplatňujeme své schopnosti ve skutečných výkonech!“

(Honoré de Balzac)

Pohybové etudy

č.2) „Blueberry Hill“ nebo

„Helou, Dolly“

Případně jiná hudba s výrazným osmitaktovým frázováním.

Hudba – CD Best of Louis Armstrong

Píseň č. 1 – „Blueberry Hill“ nebo

č. 2 – „Helou, Dolly“

Každá cvičitelka se může rozhodnout, kterou z uvedených písní použije. Obě mají osmitaktové frázování. „Helou, Dolly“ má rychlejší tempo a asi je i výraznější.

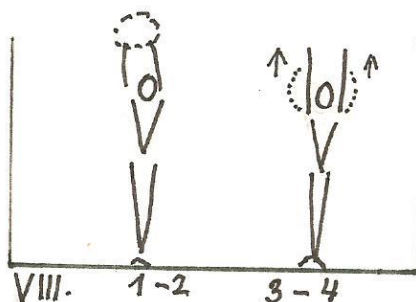
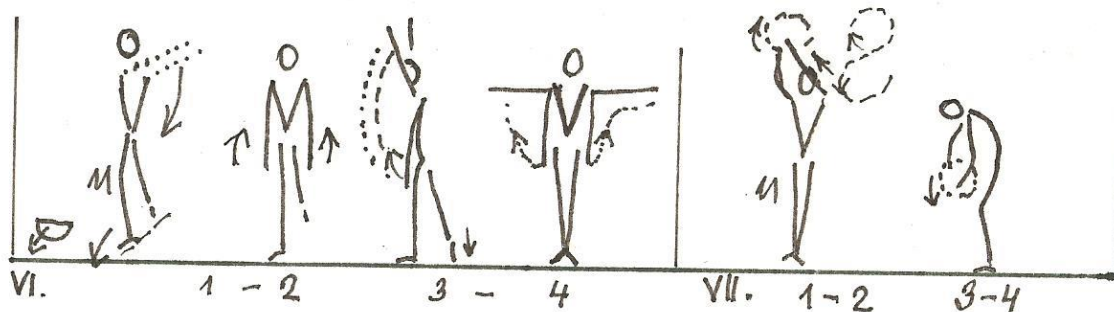
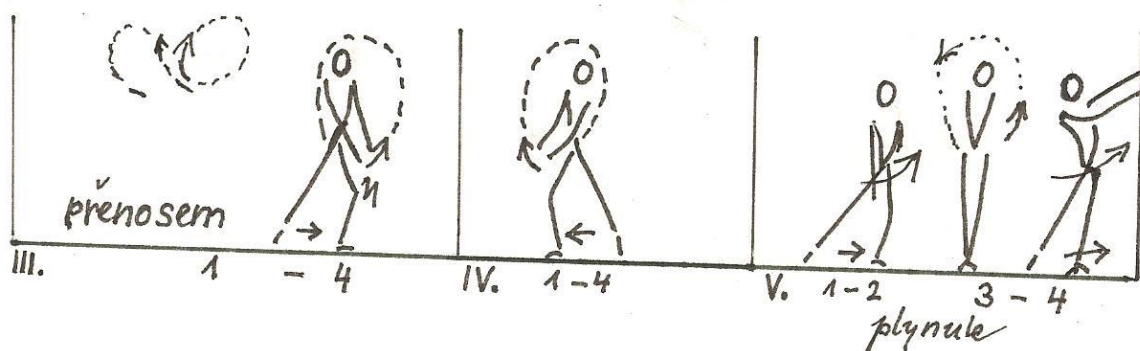
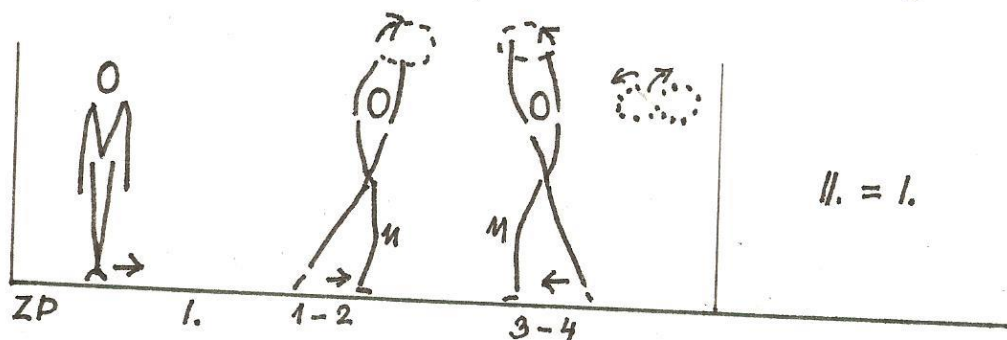
ZP – stoj v postavení značka – značka čelem k HT

- I. 1 – 2 mírným hmitem podřepmo a výkrokem levé vlevo stoj únožný pravou – malá čelná vlna vlevo - předpažit vzhůru, paže opisují část „osmy“, začít vlevo vzhůru – hlava sleduje pohyb paží
- 3 – 4 přenosem a hmitem podřepmo stoj únožný levou – malá čelná vlna vpravo - paže opisují druhou část „osmy“, začít vpravo vzhůru – hlava sleduje pohyb paží
- II. = I.
- III. 1 – 4 přenosem a hmitem podřepmo stoj únožný pravou – velká čelná vlna vlevo - paže opisují část „velké osmy“ před tělem, začít zdola vlevo vzhůru – hlava stále sleduje pohyb paží
- IV. = III. ale opačně a plynule navázat
- V. 1 – 2 přísunný krok levou vlevo
- 3 – 4 výkrok levou vlevo – úklon vpravo
- V 1. – 4. době čelnými kruhy a oblouky paže vlevo povýš – hlava sleduje pohyb paží
- VI. 1 – 2 výkrokem pravé zevnitř a mírným hmitem podřepmo stoj zánožný levou – čelnými oblouky dolů připažit a předpažením předpažit vzhůru povýš
- 3 – 4 přenosem krok na levé a krok pravou na místě – předpažením a připažením upažit
- VII. 1 – 2 mírným hmitem podřepmo a přinožením levé stoj – švihem předpažit levou dovnitř a připojením pravé malé vodorovné kruhy vzad nad hlavou a spojitě
- 3 – 4 mírný podřep – mírný hrudní předklon a předklon hlavy - vodorovné kruhy dole před tělem („osma“)
- VIII. 1 – 2 = VII. 1 – 2 ale v první době stoj - vzpřim
- 3 – 4 mírným pokrčením a vlnou paží vzpažit – mírný záklon hlavy

Opakovat, ale opačně!

Pohybová etuda č.2

Hudba - CD Best of Louis Armstrong



Věna Pařížková

Na CD „Best of Louis Armstrong“ mají obě zmíněné písně čtyřtaktovou předebru – úvod! Jestliže ji nedodržíte, dostanete se „mezi“ frázi, což je zásadně špatně. Čekat ty čtyři úvodní takty asi také není zrovna nejlepší řešení, takže by asi bylo lepší zařadit jednoduchý pohybový úvodní motiv podle inspirace cvičitelky (žádný problém!)

Uvádím příklady k oběma písním.

„Blueberry Hill“ 4 takty 4/4

- I. 1 – 4 mírným hmitem podřepmo stoj – otočit dlaň levé vzhůru a zvolna předpažením zevnitř předpažit vzhůru zevnitř – hlava sleduje pohyb levé paže
- II. = I. ale opačně (pravou)
- III. 1 – 2 mírný podřep - skrčit vzpažmo, předloktí dovnitř
3 – 4 stoj - vzpažit zevnitř
- IV. 1 – 2 upažením připažit a plynule
3 – 4 předpažením předpažit povýš – hlava sleduje pohyb paží

„Helou, Dolly“ 4 takty 4/4

- I. 1 – a výkrok levou stranou a přinožením pravé mírný podřep – mírný hrudní předklon a předklon hlavy – potlesk dole před tělem
2 – a = 1 – a ale opačně
3 – 4 = 1 – 2
- II. = I.
- III. = I.
- IV. 1 – 2 stoj a mírný hmit podřepmo – připažit a čelné kruhy dovnitř a plynule
3 – 4 předpažením předpažit povýš – hlava stále sleduje pohyb paží

Na rozdíl od první etudy zveřejněné v minulém čísle časopisu („Okoř“) je tato etuda nepoměrně obtížnější – klade důraz na velký pohyb trupu a paží a plynulé provedení zařazených prvků.

Je nutno dobře zvládnout čelnou vlnu trupu (pozor! Pohyb začíná v bocích, pokračuje trup a teprve nakonec hlava) na obě strany.

„Osmy“ se provádějí v čelné rovině, při čemž v prvních dvou taktech jsou „malé“, provedené v předpažení vzhůru povýš, naopak vlny v III. a IV. taktu jsou co největší, pohyb „osmy“ začíná až dole před tělem a je veden šikmo vzhůru !

Po zvládnutí pohybu je samozřejmě velmi účelné jeho procvičování v různém postavení cvičenek, případně i s použitím náčiní.

Na příklad:

- cvičení „polovin“ proti sobě. Bud’ zrcadlově, nebo přesně podle popisu obě poloviny.
- vytvořit čtyři skupiny cvičenek – kánonické cvičení, první skupiny začíná I. taktem, druhá III. taktem, třetí V. taktem a poslední VII. taktem.
Skupiny postavit vedle sebe, čelem k HT – lehčí. Postavíte-li skupiny na př. do rohů tělocvičny čelem na její střed (tak, aby na sebe viděly!) je provedení daleko obtížnější.
- velkým zpestřením je použití náčiní, které cvičenky nutí soustředit se nejen na vlastní pohyb, ale i na manipulaci s náčiním.
Nejvýhodnější je asi použití závoju, šál – ať už v držení jednoruč nebo obouruč (lepší, protože nutí k většímu pohybu!). Samozřejmě lze použít i míče, kužele – ale v uvedeném pohybu jsou většinou v držení obouruč, kužele v prodloužení paží, takže nároky na vlastní techniku náčiní jsou minimální.

Cílem je vytvořit pohybový stereotyp „čelné vlny“ a „osmy“ před tělem.
Použitá hudba kromě toho ovšem poskytuje cvičenkám pocit pohody a dobré nálady -
a to není zanedbatelné!

Jarina Žitná
Sokol Liberec I.

Rodič – nejlepší cvičební nářadí

Cvičení s nejmenšími dětmi

Právě teď na podzim přichází do cvičebních hodin mnozí rodiče s dětmi poprvé, seznamují se s novým prostředím a děti přichází do větších dětských kolektivů. Úlohou cvičitele je individuálně a citlivě „vtáhnout“ pár do cvičení, seznámit je s organizací cvičení a především s bezpečnou a správnou dopomocí a záchranou. Mnohdy si rodič myslí, že je hodina určena k jeho pobavení a děti se „nějak zabaví“. Cvičitel musí volit vhodné a motivační prvky tak, aby děti postupně překonaly strach z neznámého, formovaly si správné držení těla a základní cvičební návyky. Je vhodné volit cvičební prvky, které vyžadují blízký fyzický kontakt rodiče s dítětem společně s jednoduchými rytmickými říkadly. Využít tedy rodiče jako cvičební náčiní a nářadí.

V následujícím přehledu uvádím několik vyzkoušených cviků vhodných pro cvičení rodičů s nejmenšími dětmi. V tělocvičně používám gymnastický koberec, popřípadě žíněnky, na kterých sedí rodiče společně s dětmi proti cvičiteli. Ten pak předvádí s dítětem a vše názorně ukazuje s důrazem na správnou dopomoc. Také často rodiče obcházím a pomáhám jim a dětem při správném provedení cviku. Před začátkem vlastního cvičení vyzvu rodiče ať děti pohladí a naopak.

Rodič sedí na kraji koberce (žíněnky), nohy snožmo rovně na zemi a dítě má na klíně zády k sobě:

* Poťukávání na chodidla (nejlépe bez botiček) využíváme říkanku Kovej, kovej kováříčku, okovej mi mou nožičku.....

* Poťukávání na dlaně a prsty rukou, tleskání využíváme říkanku Ruce, ruce, ručičky máte malé prstíčky. Máte malé dlaně zatleskáme na ně. Nebo Vařila myšička.....

* Houpání: rodič „sbalí“ dítě v náruči do klubíčka – pokrčit kolena těsně k bradě, obejmeme nožičky a společně se houpáme. (rodič musí sedět na kraji koberce, aby jeho záda nedopadala na parkety)

* Letadlo: rodič uchopí napnuté ruce dítěte a startuje letadlo pohybem vzhůru, letí s upaženými rukama dítěte, zatáčí, uhýbá,....., využíváme říkanku Letí, letí letadlo...

Rodič sedí na kraji koberce (žíněny), nohy snožmo rovně na zemi a dítě má na klíně čelem k sobě:

* Foukání: navzájem proti sobě, cvičitel může užít říkanku Foukej, foukej větříčku,...Lze také využít např. stužku, kousek krepového papíru apod., kterou pak rodič přidržuje zvednutou a foukáním rozpohybují.

* Procvičení nohou: dítě leží na nohou rodiče a ten mu postupně zvedá propnutou nožičku (y) se zpevněnou špičkou „propíná“ jednu a pak i obě nožičky, které pak dává i k hlavě dítěte.

* Posilování břišních svalů: dítě leží na nohou rodiče a na pokyn se zvedá, aby dalo mamince (tátovi) pusu nebo udělalo berany duc.... Také dítě ukáže (zaťuká) rodiči na nos, tvář, rameno,...Velmi malým dětem rodič musí při zvedání podepřít záda a lehce dopomáhat.

* Pumpování: dítě sedí proti rodiči a podá mu obě ruce, střídavě si pak lehá rodič a dítě se předklání nebo obráceně leží dítě a rodič se předklání, využíváme říkanku Pumpovaly dvě panenky, rozlámaly pumpu. Pan domácí koukal z okna, zpravte mi tu pumpu.

* Řezání dřeva: obměna předchozího podat ruce křížem a řezat dřevo, využíváme říkanku Řezu dříví na polínka...

* Houpání: rodič přidržuje dítě a pohupuje se do rytmu, využíváme říkanku Sedneme si na koníčka, pojedeme do lesíčka. Pojedeme do polí, když spadnem, to nebolí.

* Kotoul: na poslední verše když spadnem položíme dítě (dítě leží zády na nohou rodiče a na slova „to nebolí“ „proneseme“ dítě kotoulem. Rodič nejprve zvedne nohy dítěte až k hlavě a pak drží dítě v pase a dotočí kotoul mimo své nohy.

* Zvedání: dítě sedí v klíně rodiče, přidržuje se ho v pase , rodič má ruce položené na zemi u těla a zvedne se do vzporu

* Rak: dítě sedí rodiči v klíně, přidržuje se ho v pase, rodič se zvedne lehce nad podložku a pomalu couvá jako rak, využíváme říkanku Leze ráček po potoce, leze ráček po řece. Leze zpátky, nohy krátký a přece nám neuteče.

Rodič sedí na kraji koberce (žíněny), nohy snožmo rovně na zemi a dítě stojí za rodičem:

* Letadlo: rodič si položí na rameno dítě, drží ho za napjaté paže, dítě se propne a zvedne hlavu v prodloužení trupu (cvičitel dopomáhá), rodič se otáčí vlevo, rovně a vpravo,...Cvik možno dokončit kotrmelcem přes ruku rodiče do klína.

Rodič sedí na kraji koberce / žíněny /, nohy roznožmo rovně na zemi, drží dítě za ruku:

* Obíhaná: dítě obíhá rodiče do kola, ten si přendává ruku dítěte postupně z levé do pravé – střídáme směry, obměníme zvednutím nohy,...

* Skákání: dítě přeskakuje napjaté nohy rodiče tam a zpět, volíme skoky bokem – (dopomoc za obě předloktí) , skoky vpřed a u větších dětí i vzad.

Rodič leží na kraji koberce (žíněny), nohy snožmo přitažené k trupu, dítě leží trupem na holeních rodiče, čelem k sobě:

* Houpání: rodič pohybem nohou v kolenu pohupuje dítě nahoru a dolů, do stran, do předu a zpět. Rodič drží dítě za ramena. Velikost pohybu pak závisí na zdatnosti a věku dětí.

Na konci cvičení na zemi ***zvednou svoje rodiče!***

Poznámka: Sed na kraji žíněny, nohy snožmo (roznožmo) před sebou = sed snožmo (roznožmo). V článku však uvádím slovní doprovod tak, jak ho používám v hodině při vysvětlování.

Mnoho spokojených rodičů a dětí v novém cvičebním roce.

Ivana Lorencová, Sokol Jindřichův Hradec

Geocaching

Při hledání nových, atraktivních programů pro činnost v Sokole diskutovala komise PP ČOS o zařazení dnes již hojně ve světě rozšířené hry, která se do programu sokolského pobytu v přírodě hodí a která by mohla v našich řadách vzbudit zájem a přivést do našich řad i nové členy.

V „Sokolských souzvučích“ jsme již přibližně před rokem, tedy na podzim r. 2012, informovali čtenáře o tom, co vlastně poměrně neznámé anglické slovo znamená – dnes se dostáváme do období, kdy se o zařazení této nové a moderní formy nejen mluví, ale je konkrétně zvažováno pro zařazení do programu PP.

Pro mnoho našich členů určitě není hledání schránek v přírodě podle navigačních přístrojů ničím novým – pro ty ostatní zveřejňujeme podstatné informace.

1.Geocashing-úvod

Geocaching je turistická, navigační a trochu i internetová hra. Její princip spočívá v tom, že někdo na neznámé místo ukryje schránku (cache – „keš“), na internetu zveřejní její souřadnice a různé doplňující informace. Ostatní potom tuto schránku pomocí navigačních přístrojů hledají. Při nalezení se zapíší na listinu či sešit ve schránce, případně si vyberou něco z obsahu a výměnou do keše vloží něco svého. Po návratu svůj nález anebo i neúspěch svěří speciální internetové schránce.

S geocachingem se navíc dostanete na zajímavá místa, o kterých třeba ani netušíte. Keše by měly být ukryty tam, kde to má nějaký smysl, kde můžete něco zajímavého vidět.

Zakladatel skrýší vám chce něco ukázat, samotná keš je už potom spíš bonus. Vyplatí se proto číst informace a poznámky ostatních hledačů.

Na poklad ulovíte i děti.

Keše mají různou úroveň složitosti. Dále v článku se dozvíte také o multikeších, kde je nutné projít několika místy, o mystery keších, kdy je třeba napřed vyřešit hádanku nebo hlavolam, abyste dostali souřadnice. Tohle všechno přidává další adrenalin. Na webu potom vidíte, kolik skrýší jste našli a toto číslo chcete zaokrouhlit na desítky, na stovky, na tisíce... Přidá se k tomu boj o tzv. FTF neboli o první nalezení nové keše. Potom začnete sami zakládat vlastní schránky...



Při geocachingu poznáte nové lidi. Stačí pár desítek keší, a už budete vědět, kdo je kdo. Protože geocaching je v Česku velmi rozšířený, u schránek se budete setkávat se známými tvářemi.

Zkuste si napřed geocaching bez GPS, v článku najdete návod, jak na to. Je klidně možné, že vás tato kratochvíle nijak nezasáhne.

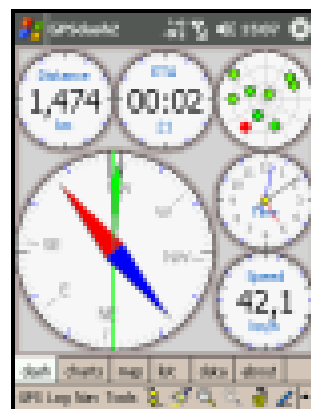
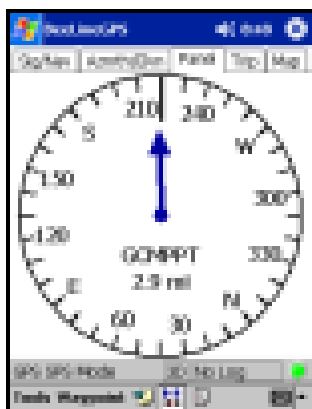
GPS i papírovou mapu

Kromě přístupu k internetu potřebujete hlavně GPS navigaci. Raději zapomeňte na navigátory do automobilu. I když se s nimi teoreticky [dá keš najít](#), mnohem vhodnější jsou turistické navigace. Nemusí být drahé. V bazaru levně seženete kvalitní přístroje, hlavně značky Garmin, která ovládá český trh s turistickými navigacemi. A ani nové přístroje nejsou už tak drahé jako dřív.

Základní funkcí, kterou GPS pro geocaching musí umět, je ukládání bodů na zadané souřadnice. K těmto bodům potom musí umět navádět – šipkou, která stále ukazuje k cíli, a údajem o vzdálenosti. V navigátoru nakonec ani nemusí být mapa. Stačí mít sebou papírovou a orientovat se podle ní. Mapa je ale velmi praktická, a doporučuji vždy raději sáhnout po mapovém přístroji.

Keše je možné hledat i s kapesními počítači vybavenými GPS, stačí do nich nainstalovat vhodný software. Není vyloučena ani navigace pomocí mobilních telefonů, opět musíte jen najít programy, které vám při tom pomohou. U navigátorů určených do auta bývá problém v tom, že se snaží polohu uživatele vždy přilepit na nejbližší silnici. Tuto

vlastnost někdy nelze vypnout a s ní se keš hledá velmi špatně. I když máte v ruce GPS, neodsuzujte papírové mapy. Tyto dvě pomůcky se totiž velmi dobře doplňují.



Aplikace pro kapesní počítače

Geocaching bez GPS

Geocaching lze nouzově provozovat i bez navigačního přístroje. Je to sice mnohem méně pohodlné a k mnoha skrýším se takhle vůbec nedostanete, pro vyzkoušení ale nemá smysl kupovat GPS. Místo ní využijte internetovou službu www.mapy.cz nebo mapy.google.cz.

Na [príslušné stránce](http://prislusne.strance) webu geocaching.com jsou všechny potřebné informace. To nejdůležitější, přesné souřadnice, ale zjistíte až po registraci, která je zdarma. Základní přehled o keších v oblasti, kterou se chystáte navštívit, najdete také [na mapě](#) na webu geocaching.cz. Jejich souřadnice však chybí, kvůli ochraně je navíc poloha mírně znepresněna – souřadnice zkrátka najdete na stránkách geocaching.com.

Pro ukázkou jsem zvolil keš, která už není na svém místě, byla archivována. Je to opět kvůli ochraně, souřadnice živých keší mají být k dispozici pouze po přihlášení.

Víte tedy, že keš má souřadnice například N49° 13.222 E016° 40.734. Do políčka na www.mapy.cz stačí vložit tento text – „Loc: 49d13.222 16d40.734“ (bez uvozovek). Všimněte si, že čísla odpovídají souřadnicím zjištěným na webu geocaching.com. Přepněte se do letecké mapy, která je přesnější, a hned uvidíte, kde keš hledat. Na místě sice potom musíte prohledat větší oblast, než kdybyste použili GPS, hodně keší ale lze tímto způsobem najít.

(Pokračování příště!!)

Pavel Kroupa,
Sokol Pražský, komise PP ČOS

Nejenom pohybem živ je sokol

Památný sokolský den

Vážené sestry, vážení bratři,

jak jistě víte, výbor České obce sokolské na svém zasedání v prosinci minulého roku schválil návrh vzdělavatelského odboru ČOS a vyhlásil 8. říjen Památným sokolským dnem.

Tento den si chceme každoročně připomínat tragické události, které bezprostředně ohrozily existenci sokolského hnutí za druhé světové války. Výnosem zastupujícího říšského protektora Reinharda Heydricha z 8. října 1941 byla Česká obec sokolská rozpuštěna a její majetek úředně zabaven. Při tzv. „sokolské akci“ – v noci ze 7. na 8. října 1941 – gestapo zatkl, takřka naráz, všechny sokolské činovníky z ústředí, žup i větších jednot, kteří „ještě byli na svobodě“. Byli mučeni, vězněni, deportováni do koncentračních táborů. Téměř 93% vedoucích sokolských pracovníků se již na svá místa po skončení války nevrátilo.

Památným sokolským dnem bychom měli uctít památku všech sokolů, kteří ve více než 150leté dramatické historii sokolského hnutí v boji za demokracii, národní samostatnost a svobodu přinesli oběti nejvyšší. Doporučujeme sokolským tělocvičným jednotám a župám v pro nás historicky významných říjnových dnech pořádat vzpomínkové akce u sokolských památníků či pomníků v místech svého působení.

Připomínáme, že 10. sjezd ČOS v červnu 2013 uložil předsednictvu ČOS podat zákonodárným orgánům ČR v souladu s obecně závaznými předpisy návrh na vyhlášení 8. října Památným dnem sokolského hnutí.

Vzdělavatelský odbor ČOS připravil při této příležitosti pietní vzpomínku u pamětních desek a památníku odbojů, která se bude konat v pondělí 8. října 2013 v 17.00 hodin v Tyršově domě, Újezd 40/450, Praha 1 – Malá Strana. Rádi bychom Vás na tomto slavnostním aktu uvítali.

NAZDAR!

Doc. RNDr. Zdeněk Mička, CSc., v.r.
vzdělavatel ČOS

Ing. Hana Moučková, v.r.
starostka ČOS

Říjnová výročí osobností a událostí Sokola

4.10.1896 – zemřel *Dr. Julius Grégr*.

Politik, přítel Tyršův a i se svým bratrem spoluzakladatel Tělocvičné jednoty Pražské. Zdatný řečník a redaktor - on to byl, kdo vyzval v Národních listech Čechy ke vstupu do nově založeného tělocvičného spolku brzy zvaného SOKOL. Byl autorem prvního návrhu stanov. Je pohřben v rodinné hrobce na malém hřbitůvku ve Lštěni v okrese Praha-východ.

7.10.1918 – zemřela *Klementýna Hanušová*.

Klemeňa , tak ji nazývali přátelé a především M.Tyrš. Na jeho podnět spoluzaložila se svou sestrou ženskou složku Sokola – Tělocvičný spolek paní a dívek pražských. Byla celá léta jeho vedoucí cvičitelkou. Psala metodické příručky pro ženská cvičení, také pro pohybově hendikepované, což bylo v tehdejší době velmi pokrokové. Byla to žena velmi všestranná, zasazovala se i o lepší postavení žen ve společnosti.

9.10.1941 - po vpádu jednotek wehrmachtu a SS do naší vlasti a po vzniku Protektorátu Čechy a Morava v roce 1939 nacisté považovali především Sokol a také Junák za nepřátele Říše. V dubnu 1941 K.H. Frank nařídil zastavit činnost Sokola. Po nástupu říšského protektora Reinharda Heydricha bylo v září téhož roku vyhlášeno stanné právo, měsíc poté Sokol definitivně rozpuštěn, majetek zabaven.

15.10.1850 – se narodil *JUDr. František Čížek*.

Dlouholetý obětavý sokolský činovník a výtečný organizátor, spolupracovník Tyršův do roku 1882. Byl dlouholetým náčelníkem Sokola Pražského a také jeho prvním místostarostou. V roce 1889, kdy se po dlouhém usilování podařilo ustanovit ústřední sokolskou organizaci, Českou obec sokolskou, byl F. Čížek vedle starosty ČOS JUDr. Jana Podlipného a jednatele ČOS JUDr. Josefa Scheinera zvolen náčelníkem ČOS. Krátce nato, ve věku 39 let umírá údajně na infarkt.

22.10.1867 – krajané založili Sokol v New Yorku. Už ale v roce 1865 byl pokus založit Sokol v St. Louis. O rok později založena velmi početná sokolská jednota v Chicagu. Je známo, že americký Sokol byl velmi nápomocen při pobytu T.G.Masaryka v USA při jeho snahách o zrození samostatného státu Čechů a Slováků – budoucího Československa.

24.10.1890 – se narodila *Marie Provazníková*.

Profesorka tělocviku na dívčím gymnáziu. Dlouholetá cvičitelka a náčelnice Sokola Karlín a náčelnice ČOS 1932 – 1948. Spoluorganizovala a vedla slety v roce 1932, 1938 a 1948. Na olympiádě v Londýně roku 1948 dovedla družstvo československých gymnastek ve víceboji ke zlaté medaili. Zde se rozhodla do vlasti se nevrátit, tušila, že by jí komunistický režim znemožnil další činnost. Emigrovala do USA, kde se ihned zapojila do tamního sokolského života a také pracovala v Ústředí čs. Sokola v zahraničí opět jako náčelnice. Ve svých takřka 100 letech byla stále činná. Umírá v lednu 1991 a její popel byl za několik let převezen a uložen ve společném hrobě zasloužilých sokolů v areálu Krematoriu Strašnice.

27.10.1845 – se narodil *Josef Václav Sládek*.

Básník skupiny „lumírovců“, skvělý překladatel zejména Shakespeara a Byrona. Velký podporovatel a příznivec Sokola, autor mnoha textů sokolských písní a básní.

Jaroslava Tůmová, T.J. Sokol Říčany a Radošovice

Kalendárium

- 1. 10. 1931 - narodil se Jiří Suchý (Semafor)
- 5. 10. 1936 - narodil se Václav Havel
- 11. 10. 1424 - zemřel Jan Žižka z Trocnova,
- 12. 10. 1921 - narodil se Jaroslav Drobný čs. reprezentant v tenise a ledním hokeji
- 23. 10. 1967 - zemřel hud. skladatel Jindřich Jindřich
- 31. 10. 1968 - zemřel sochař Vojtěch Sucharda

Sokolské výstavy – vzdělání a informace

Rád se s Vámi podělím o nevšední zážitek z výstav, které jsem navštívil spolu s manželkou – sestrou.

První byla v Muzeu východních Čech v Hradci Králové - "Československé legie 1914-1920". Výstava nejdříve ukazuje příčinu a vznik Velké války (tedy té první, světové), rozdělení sil, pokračovala vznikem a vývojem československých legií a průběhem důležitých bojů a událostí na frontách italských, francouzských, ruských a srbských (Zborov, Bachmač, Argony, Piava, anabáze, plk.Švec, atd), závěr patřil místním významným legionářům. Výstava je koncipována na čtivých panelech s mnoha fotografiemi a doplněna i trojrozměrnými předměty (uniformy, výzbroj). Tento koncept byl před časem ve stejných prostorách dobře odzkoušen na výstavě s podobnou tematikou "Od Vltavy k Piavě" a je předzvěstí nadcházejícího 100. výročí vzniku čsl. legií.

Ápropos - Bachmač. V připomínce Bachmače v jarních SOUZVUCÍCH byla zmíněna vojenská jednotka 6.polní pluk Hanácký. Ten měl sídlo v Olomouci a na budově Krajského vojenského velitelství je pamětní deska s figurou legionáře na Rusi a s textem:

Bachmač – 8.- 13. III. 1918

Čest padlým i vítězům.

K 20. výročí odhalil P.Pl.6 – Hanácký 13. III. 1938

Původní deska byla za okupace zničena a 7. III. 1948 znovu obnovena.

Mé potvrzení: V začátku 50. let minulého století i režimu tam deska opravdu byla - pamatuji si, jak mě tuto desku ukazoval otec i s vysvětlením; to už jsem uměl trochu číst, tak jsem si ten text přelouskal, až na "Bachmač", slovo, které se k ničemu nepřipodobňovalo a mně se zdálo humorné (směšné). A když jsem procházel kolem, vždy jsem desku registroval. Teď se mi zdá až neuvěřitelné, že se zachovala. Např. na jiném, vesnickém pomníčku místnímu rodákovi byl upraven text "...padl na Sibiři v boji proti bolševikům" kameníkem tak, že osekával reliéfní poslední dvě slova...

Při jistém bočním osvětlení byla však slova čitelná!

Druhá výstava byla v Lázních Bělohrad v Muzeu A. Friče na téma "125 let bělohradského Sokola". Samozřejmě je sestavena regionálně, ale i přitom se dalo najít mnoho zajímavého a hlavně podobného s jinými sokolskými jednotami. Výstava byla dobře sestavena - od obecných dokumentů, přes konkrétní zajímavé příběhy až po současnou hlavně fotografickou prezentaci. Byla využito i moderní audiovizuální techniky. Také zde byly ukázky trojrozměrné - kroje, model sokolovny, poháry... Nemohu opomenout opravdu neobvyklé dokumenty, které se též odhodlali

ukázat - žádost člena o náhradu jemu ukradené obuvi v šatně, jelikož je nemajetný a přípis o uskutečněné náhradě, Druhý dokument je neskonale otřesnější - je to srovnání bývalých členů Sokola, Židů, o ukončení jejich členství v organizaci...!

Fr. Jemelka, T.J. Sokol Přerov
(zkráceno)

Vzpomínka

Sokolové

Je to už dávno. Stáli jsme na nástupišti před velkým sletovým stadionem na Strahově a přišlo. Pak začala hudba vyhrávat Pochod gladiátorů a my patnáct, či kolik tisíc žáčků sokolských, jsme vpochoďovali Branou borců na své značky.. Rudé košuleny, bílé lněné kraťasy, na hlavách podivné černé fézy s rudým dýnkem. Přišlo a my cvičili, jako lvové.

Tak vzpomínám na svoji účast na XI. a zřejmě posledním "velkém" Všesokolském sletu v roce 1948. Jak říkají Rusové "vsjò v prošlom". Jiná doba, jiné myšlení, jiné hodnoty. Přesto či proto jsem se zájmem sledoval minislet, kterým se sokolové připomínali už 150. výročí vzniku své organizace. SOKOL je dnes pouhá Tělocvičná jednota, ale i za to budiž vzdán sokolskému bohu dík.

O jeho katolicky orientovaném protipólu Orlu není vidu slechu přesto, že pobíral či pobírá značné státní dotace ! Před únorem 1948 byl však SOKOL velmi aktivní i v osvětě, patřily mu knihovny či nakladatelství. Členů míval na milion, dnes necelých 200 tisíc. Byl tak neoddiskutovatelnou součástí národního života. Čechy v rakouské uniformě, zajaté za první světové válce v Rusku, pokud se hlásili do legií, si legionáři někdy prověřovali tím, že museli předvést prostná z posledního sokolského sletu.

Se sokolským heslem "ni zisk, ni slávu" v dnešní době, kdy zisk a významné postavení je až na prvním místě, sokolové uspět nemohou. Oni to však brávali vážně ! A když v roce 1938 politické vedení státu zmrhalo jejich ochotu bojovat za republiku, bojovali a umírali za ni v protektorátním obklíčení. Bez ilegální sokolské organizace by parašutisté nikdy zabít Heydricha nemohli. Také se sokolům dostalo zasloužené odměny, totiž zapomení a zrušení.

Nevyhnou se ani poznámce na adresu "nicnežnárodovců". U zrodu Sokola, nejmasovější český národovecké organizace, stáli dva muži, jejichž mateřským jazykem byla němčina. Friedrich Tirsch se počestil na Miroslav Tyrš až po smrti rodičů výchovou u příbuzných v českém prostředí. Bohatý podnikatel Heinrich Fügner se stal českým Jindřichem Fügnerem volbou. Oba se inspirovali německým turnerem Jahnem a oba se zasloužili o emancipaci českého národa.

V souvislosti s víkendovým sletem zaujaly mne dvě události. Za prvé, že primas Duka sloužil pro účastníky sletu mši. Pozoruhodná věc, když Sokol byl vždy svobodomyšlný a liberální s výraznou masarykovskou protiklerikální orientací. A za druhé, že si někteří cvičenci stěžovali na ubytování a stravu. My žáčci jsme kdysi na slet jeli v dobytčácích, spali jsme na slamnících v pivovaru a baštili tavený sýr. Jak bylo však už řečeno, „vsjò v prošlom“. Jiná doba, jiné hodnoty.

Jiří Hanák
zaslal bratr Hruška, Sokol Šenov

Co nelze zapomenout.....

Bitva u Zborova byla v podstatě zanedbatelnou epizodou první světové války. Přesto vešla do historie jako bitva, kde prvně od bitvy na Bílé hoře bojovalo české vojsko jako celek za svobodu vlasti.

Vítězství v této bitvě zhodnotil výstižně náš první prezident a vrchní velitel československé armády: „Zborov umožnil organizaci armády a armáda byla nezbytnou podmínkou svobody a samostatnosti. Bez naší zahraniční armády bychom té samostatnosti sotva dosáhli...V době, kdy celý svět byl v poli, nemohli jsme se omezit na reklamace a deklamace...”

V roce 2003 zemřel poslední účastník slavné bitvy Alois Vocásek.

Bitva byla znevažována již za Rakousko – Uherska jako zrada českých pluků. Tehdejší legionářům hrozil trest smrti. V roce 1928 bylo výročí bitvy u Zborova vyhlášeno státním svátkem a dnem vzniku čs. armády.

O Zborovu toho bylo hodně napsáno, v době totality se však o něm nemluvilo – a pokud ano, bylo to z důvodů třídních a politických značně zkresleno.

Málo kdo však ví, že zatím co armádě velel její vrchní velitel, tedy TGM a v diplomatickém úsilí o vznik Československé republiky se angažovali (kromě dalších) především dr.E. Beneš a M. R. Štefánik, přímo na bojišti u Zborova bojovali i dva příští prezidenti budoucí republiky.

Za císaře pána statečně bojoval desátník dekorovaný stříbrnou medailí za statečnost Klement Gottwald. V bitvě byl raněn a odměněn záslužným křížem na stuze.

V řadách legionářů bojoval v pluku Jana Žižky Ludvík Svoboda!

Jarina Žitná

(převzato z článku Jana B. Vladíka „Věčná paměť bratřím zborovským“ v čísle 18. časopisu „Národní osvobození“ z 28. srpna 2013.

Prapor Sokola Brno I.

V roce 2009 byl v jedné nenápadné a opuštěné skříni na sokolském Stadionu nalezen prapor Sokola Brno I. z roku 1929, respektive jeho část. Chyběla spodní žerd', ozdobná hlavice a celkový stav praporu byl velmi špatný. Od té doby se podařilo zjistit, že autorem praporu byl meziválečný architekt Bohumil Babánek, autorem plastiky sokola na ozdobné hlavici sochař František Fabiánek. V roce 2011 byl prapor prohlášen Ministerstvem kultury za kulturní památku České republiky. O rok později byla doplněna spodní žerd', restaurována stuha k praporu a v letošním roce vytvořil MgA. Jan Šebánek repliku Fabiánkova sokola.

Michal Doležel, Sokol Brno I.

„Národ, má-li existovat, musí mít vědomí jak vlastní dějinnosti, tak i vůli něco vykonat v přítomnosti a v budoucnosti. A jako se hodnota jednotlivce měří hodnotou jeho činů, tak se stejně měří i hodnota národa!“

(TGM)

Máte doma globus?

A víte, že globus je nejpřesnější zobrazení zemského povrchu – to proto, že má se Zemí stejný tvar. Tvar koule, nebo přesněji řečeno geoidu, což je koule mírně zploštělá na obou pólech. Přenášíte-li kulovitou plochu do roviny, nejde to bez chyb – takže na mapách se vždy musí zákonitě projevit určité zkreslení – používáme proto různé zobrazovací metody, které toto zkreslení co nejvíce eliminují.

Málokdo ovšem ví, že nejstarší zachovaný globus je uložen v Norimberku a jeho přesná kopie v Paříži. Globy, které existovaly již ve starověku, se, bohužel, nezachovaly.

Globus v Norimberku vznikl po roce 1492, kdy se tam vrátil tehdy velmi známý a vážený kartograf a mořeplavec **Martin Behaim**, nazývaný také Martinho da Boémia nebo Martin Bohemus, nebo latinsky Martinus de Bohemia. Z citace jeho jména jste už jistě pochopili, že se narodil v Čechách, přesně 6. října 1459 v Českém Krumlově. Jeho rodina z náboženských důvodů odešla do Norimberku – podle některých pramenů se měl narodit až tam. Byl synem bohatého obchodníka, což mu umožnilo získat skvělé vzdělání. Vzhledem ke svému zaměření odešel do zemí, které vynikaly mořeplavbou – nejdříve do Nizozemí, později do Portugalska. Stal se navigátorem druhé výpravy Diega Cao do Západní Afriky. Výprava se dostala až někam na území dnešní Namibie.

Po návratu do Norimberka vytvořil na zakázku městské rady globus, který má průměr 541 mm. Nazval ho „Erdapfel“ – tzn. zemské jablko.

Jeho jméno není zapomenuto, stojí za ním jeho vědecká práce, ale jen málokdo ví, že se narodil v Čechách, takže bychom si jeho jméno měli připamatovat!

Jarina Žitná

Literatura: Wikipedia

„Kdo následuje druhé, nikdy je nepředejde a kdo sám nedokáže nic dobrého, neumí dobře využít děl jiných!“

(Michelangelo Buonarroti)

„Existuje tisíc způsobů, jak zabít čas, ale žádný, jak ho vzkřísit!“

(Albert Einstein)

„Oko za oko a svět bude slepý!“

(Mahatma Gándhí)

„Být prostě a pouze proti něčemu je intelektuální lajdáctví, musíte říci, pro co jste!“

(Karel Čapek)

„...a to je ta krásná země...”

Chlum Svaté Maří

Ráda bych se tentokrát zmínila o místě v našem Karlovarském kraji, které není tak známé, jako lázeňská města, SOOS nebo Relikviář sv. Maura. Je to místo, které na začátku 17 století bylo větší než tehdejší Karlovy Vary. Mělo např. 17 hospod nebo na 40 ševců (všichni měli dost práce). Dnes je to malá vesnička na trase mezi Sokolovem a Chebem. Je viditelná z dálnice spojující obě města. Dnešní poutní Chlum Svaté Maří je místo, kde na nás působí tajemno. Pouze tušíme, že lidé, kteří tu žili v průběhu předchozích staletí, byli mnohem více vnímaví ke kráse přírody, tvarování terénu, k přírodním jevům, k jednotě všeho, co nás obklopuje, než jsme my, lidé žijící na počátku 21. století. Měli v sobě pokoru k zemi, která je živila. Podle starého, časově neurčeného podání, našel řeznický tovaryš na Chlumském kopci uprostřed lískového keře milostnou sošku P. Marie vyřezanou z lipového dřeva. Vzal ji domů. Když se chtěl druhý den na sošku podívat, nenašel ji. Při hledání se dostal zpět k lískovému keři, kde sošku opět našel. Nad soškou postavil jednoduchou stříšku, později byla postavena kaple, ke které brzy nato putovali věřící.

Kolem kaple se sochou Matky Boží vznikla osada. Vesnice, Chlum sv. Maří, se poprvé objevuje v listinách 16. 5. 1341. O historii sošky Panny Marie s Ježíškem, která vedla k postavení kapličky, potom kostela, kaple s oválným půdorysem a ještě později krásného barokního komplexu kostela s ambity a budovou proboštství, nejsou záznamy. Je to nádherná madona s děťátkem, jež byla zhotovena někdy kolem roku 1300 z lipového dřeva. Tvář Matky Boží z pohledu „hovoří“ k citlivému člověku, chláholí, konejší, dodává odvalu, mírně se usmívá, ale někdy se též mračí. Je to úžasná tvář. Dochovala se jen legenda o nálezu zázračné mariánské sošky v lískovém keři.

Pro upřesnění trocha zeměpisu.

Místo se jmenuje Zelený vrch (570m n. m.) je poslední vyvýšenina Krajkovské pahorkatiny, jež tvoří na západě podhůří Krušných hor. Dále na západ se odtud rozprostírá Chebská pánev, na jih klesá terén ke korytu řeky Ohře. Na protějším břehu řeky vznikalo v průběhu 13. století město a hrad Kynšperk nad Ohří.

Nyní trocha historie:

* Konec 13. stol.:uctívání milostného sošky.

* 1383: rytíř Heinrich von Reissengrün daruje řádu křížovníků s červenou hvězdou 60 jiter půdy s tím, že musí sloužit pobožnosti Chlum sv. Maří. K dalšímu rozvoji přispělo též zajišťování různých služeb narůstajícímu počtu poutníků.

* 1400 Chlum dostává první vlastní faru, stavba kamenného kostela.

* Husitské války velmi citelně postihly zdejší kraj. Vojska křížových výprav se formovala v Chebu. V létě 1429 byl Chlum vyplněn a kostel vypálen. Vzácná soška ale byla zachráněna. V pohusitské době Chlum Svaté Maří zažíval období rozvoje. Příliv

poutníků a procesí zajišťoval vyšší příjmy pro všechny obyvatele Chlumu. Kostel byl znovu vystaven a vybudován, významně se rozšířil majetek zdejší fary.

* 1469 - významná byla listina, kterou vydali pokrokoví představení řádu křížovníků 29. listopadu. V ní zrušili, až na konkrétní výjimky, chlumským obyvatelům všechny roboty, jež dosud konali pro zdejší faru. Povolili jim svobodné právo šenku i mimo pět hospod, které zatím v místě stály. A především jim udělili právo svobodného nakládání s majetkem. Toto privilegium podstatně odlišilo postavení chlumských obyvatel od ostatních poddaných.

* K růstu zájmu o Chlum podstatně přispěla i bula papeže Sixta IV., jež stanovila podmínky pro získání odpustků pro poutníky. Byla vydána 4. května 1477.

* Na rozhraní 15. a 16. století proběhla další přestavba kostela. Šíření luterství v 16. století poznamenalo i loketský kraj. Fara na Chlumu však zůstávala stále v rukách katolických kněží z řádu křížovníků s červenou hvězdou.

* V letech 1618 až 1648 probíhala třicetiletá válka. Na jejím počátku (v roce 1627) byla nastolena v českých zemích vítězným habsburským panovníkem tvrdá rekatolizační politika. Nejtěžší útrapy dolehly na chlumské obyvatele v posledních letech války, kdy švédské vojsko obléhalo Loket i Cheb a přitom systematicky plenilo široký kraj.

* V roce 1647 navštívil při jednom z přesunů svého vojska Chlum císař Ferdinand III. V dalších letech přicházelo mnoho příslušníků vysoké šlechty, zemského úřednictva a znovu začaly narůstat počty poutníků k zázračné madoně i z ostatních společenských vrstev.

* Pro nové umístění mariánské sošky byla před průčelím starého kostela vybudována v letech 1666 a 1667 Milostná kaple. Po povýšení fary v Chlumu Svaté Maří na proboštství (3. srpna 1688) se začalo uvažovat i o stavbě nového chrámu. Základní kámen k chrámové novostavbě, jež pojala do své dispozice Milostnou kapli a zřejmě celý prostor původního kostela, byl položen na jaře 1690. Nový kostel byl vysvěcen 11. května 1702.

* V letech 1701 a 1702 došlo k přestavbě starého proboštství na jižní straně kostela. Prostor kolem kostela uzavřela křížová chodba vystavěná v letech 1704 až 1722. Celý areál byl dobudován stavbou nového proboštství na severní straně v letech 1723 až 1728. Architektonické řešení barokní výstavby poutního komplexu je připisováno Kryštofu Diezenhoferovi. Nemalý podíl na vlastní výstavbě jeho jednotlivých částí měl tepelský stavitel Wolfgang Braunbock. Příliv poutníků byl velký do poloviny 18. století. Poté počet návštěvníků trochu klesá.

* V 19. století při budování železnice na trase Ústí nad Labem – Cheb, vzniklo větší nádraží v Dasnicích pod Chlumem. Poutníky přicházející od vlaku z Dasnic vybízelo ke vstupu do areálu nádherné půlkruhové schodiště na východní straně.

Historie 20. století pro celý sokolovský region znamená množstvím významných změn. Těžba uhlí, dopady světových válek, přesuny obyvatel, matení myslí lidí scestnými ideály, pokles duchovních tradic a hodnot, posun myšlení mnohých lidí ke hmotářství. Rozpadla se ohromná monarchie, měnily se politické režimy. Jen kostel s kaplí stojí dál. A i když dnes většinou lidé přichází na Chlum jako turisté zvědaví na

architektonický skvost, jistě mnohého znovu osloví vlídný úsměv a laskavý pohled Panny Marie.

Celým areálem Vás provede průvodkyně paní Vlasta - chodící encyklopedie. Řekne daleko více zajímavostí, než je uvedeno v tomto článku. Nikde v průvodcích se nedočtete, že v podzemí pod středem dnešního chrámu vyvěrá léčivý pramen, který počtem uzdravení připomíná Lurdy. Je vyveden o několik desítek metrů dál pod kostelem a obestavěn pěknou a udržovanou kapličkou. Pokud objekt navštívíte, přejí pěkné zážitky. Stojí to za vidění.

Libuše Nosková
Sokol Sokolov

Alespoň prstem po mapě

Uvedené výrazy srovnejte do dvojic – tak, jak k sobě významově patří!
Správné odpovědi najdete v tomto čísle časopisu.

- | | |
|----------------------|-------------------------|
| 1) vodní zámek | a) Vltava |
| 2) Dlaskův statek | b) Mže |
| 3) selské baroko | c) Mohelnice |
| 4) Balcarka | d) Mikulčice |
| 5) kaple sv. Kříže | e) Frýdlant v Č. |
| 6) mistr Jan Hus | f) Znojmo |
| 7) zámeček Ohrada | g) Dolánky u Turnova |
| 8) Mohyla Míru | h) Bezdrev |
| 9) hadcová step | i) Beskydy |
| 10) Berounka | j) Slavkov u Brna |
| 11) pravěké sídliště | k) Soběslavská blata |
| 12) Smědá | l) Červená Lhota |
| 13) Tanečnice | m) Karlštejn |
| 14) románská rotunda | n) Moravský Kras |
| 15) Slapy | o) Kozí Hrádek u Tábora |

„Výchova není v tom, poučovat lidi nebo jim dělat kázání, ale dát jim příležitost, aby sami mysleli, sami srovnávali!“

Karel Čapek)

„Neboť život je promarněná hřivna, pokud člověk nežil tak, jak chtěl!“

(Eminescu)

Zprávy z jednot a žup

Sokolské putování 2013 (Českosaské Švýcarsko)

Když si účastníci úspěšného putování Orlickými horami 2012 vybírali oblast další společné dovolené, zvolili si Českosaské Švýcarsko – jedinečný přírodní celek, unikátní pískovcové území, které je vyhledávané díky své přírodní rozmanitosti.

Charakteristická jsou pro něj skalní města s bloky, věžemi, sloupy a skalními stěnami, soutěsky, strže a úzká údolí vyhloubená potoky a říčkami, ale také zcela unikátní stolové hory. Tehdy nemohli tušit jak moc na ně toto území o rozloze kolem 700 km², rozložené po obou stranách naší hranice s Německem, zapůsobí.

Hned první zastávka u Panské skály neboli čedičových Varhan, notoricky známých z oblíbené pohádky Pyšná princezna, a prohlídka sklářského muzea v Kamenickém Šenově dávala tušit poznání nových věcí. V dalších dnech pak následovala vycházka nad kaňonem Labe po Růžovém hřebeni, zakončená rozhledem z nejstarší upravené vyhlídky Českého Švýcarska - známého Belvederu. Všem učarovala naučná stezka Jetřichovickými stěnami s výstupem na vyhlídky Rudolfovu, Vilemíninu a Mariinu s rozhledem do kraje, jemuž stále vévodil pravidelný čedičový kužel nejvyššího vrcholu národního parku České Švýcarsko Růžovského vrchu, zvaného Růžák.

Neopakovatelný zážitek si všichni přinesli ze sousedního Saska, z oblasti Bastei. Nejprve plavba parníkem do Bad Schandau a pak výstup z lázeňského městečka Oberrathen přes několik vyhlídek na kaňon Labe a stolové hory Lilienstein, Pfaffenstein a pevnost Königstein. Trochu nám tam sice vadily zástupy turistů; ale když jsme se po lávkách procházeli největším skalním hradem ve střední Evropě Neurathen a představovali si, jak na špičkách pískovcových skal, propojených můstky, žili dávní obyvatelé, nedivili jsme se zájmu ostatních. Přes první skalní turistický most v Evropě – Basteibrücke, dlouhý 76 m a klenoucí se nad propastí „Kuní jáma“, jsme se dostali až do civilizace 21. století – do souboru restaurací a kiosků, nabízejících občerstvení po namáhavém výstupu, dlouhém asi 2 km.

Návštěvníci Národního parku České Švýcarsko určitě nemohou vynechat jeho symbol, jeho nejproslulejší skalní objekt, největší evropský pískovcový skalní most – Pravčickou bránu. Také my jsme se k tomuto monumentálnímu dílu přírody vydali a nechali se okouzlit jeho majestátností. Projížďka na lodičkách v Tiché (Edmundově) soutěsce, doplněná vtipným výkladem převozníka, dokreslila ráz této krajiny. Procházka skalním bludištěm Tiských stěn s mnoha zajímavými útvary a výstup na naši největší stolovou horu, kterou je 723 m vysoký Děčínský Sněžník, doplnily výčet námi navštívených přírodních památek. K nim je možné přiřadit i strážce nejstarší (vodní) cesty – Labe, tedy město Děčín s rozlehlým zámekem na pravém a s bílým zámekem na Pastýřské stěně na levém břehu. A ještě městečko Česká Kamenice s jeho kulturními památkami i vyhlídkovým okruhem.

Týden prospěkovaný turistickými zážitky, v němž byl každý den zahájen troubením budíčku a zakončen posezením s probíráním zážitků, zpěvem a troubením večerky, ubíhal velice rychle. A to hlavně díky nádherné atmosféře kolektivního souznění,

kolektivního vyzařování, vzájemné ohleduplnosti a toleranci, snaze o pochopení potřeb druhého, ochotě pomoci, vyjít si vzájemně vstříc, žít pro společenství a zcela samozřejmě se řídit jeho nepsanými zákony. Takto to v našem mírně se obměňujícím kolektivu pozitivně naladěných lidiček funguje již řadu let. Pamětníci přesto shledali letošní týden ještě pohodovějším než byly ty předchozí. Určitě na to měl vliv i náš nový mladý, sympatický a ochotný pan řidič s bezproblémovým autobusem a výborné ubytování. Možná, že se na tomto pocitu podílel i genius loci, oblasti, v níž se narodil zakladatel nejstaršího českého tělocvičného spolku, tj. Sokola, jeho první náčelník, tvůrce českého tělocvičného názvosloví a české tělocvičné soustavy, Dr. Miroslav Tyrš. Jeho stopy jsme nacházeli hlavně v Děčíně, Tyršově rodišti (Tyršův most, Tyršova světnička a Tyršova socha).

Prožili jsme nádherný pohodový týden prodchnutý tím pravým lidstvem, které bychom si všichni přáli pro celou naši společnost, pro celou naši Zemi. Týden, v němž se jako mávnutím kouzelného proutku ze čtyřiceti osobností stává bezvadný kolektiv, vyladěný na stejnou frekvenci, hrající na tu nejúžasnější kolektivní strunu, zapomínající na všednodenní starosti i na malichernosti, které dokáží mnohdy velice zneprůjemnit a zkomplikovat život. Zapomenout na to dnes tolik moderní „já, já, já“ a přeladit na sokolské „my“. V takovéto oáze klidu a pohody si každý rychle nachází lék na svoje bolesti i strasti – a tato medicína je pro všechny velkou posilou i pro mnoho následujících všedních dní. Král je mrtev, ať žije král! Kolektivně jsme rozhodli, že příští rok se do tohoto krásného kraje vypravíme znovu.

A ještě malou poznámku. Nejstarší účastníci, kteří s námi statečně pochodovali, již mají na dohled osmdesátku. Je to neuvěřitelné, při jejich vitalitě a duševní svěžesti. Kéž jim to ještě dlouho vydrží – a kéž bychom se i my ostatní od nich co nejvíc „nakazili“!

Zuzana Sekalová, Sokol Milevsko

Prázdninový klid ??

Určitě je pravda, že osiřely naše tělocvičny a v sokolovnách zavládl větší klid než jindy. Doba prázdnin a dovolených však umožnila celou řadu aktivit, které se v běžném cvičebním roce nedají tak docela uplatnit.

Uvědomila jsem si to při pročítání hlášení o činnosti v naší župě Ještědské – a skoro jsem se divila, co všechno naše jednoty v té době dokázaly zorganizovat. Uvádím tuto činnost jen pro zajímavost, protože nepochybuji, že se podobná činnost projevovala i v ostatních sokolských župách.

Takže:

- malá sokolská jednota v Chotyni uspořádala ve spolupráci s ostatními místními organizacemi týdenní příměstský tábor a na rozloučení s prázdninami uspořádala sportovní den – účast 25 dětí
Kromě toho v době prázdnin byl založen fotbalový oddíl s družstvy dospělých i mládeže. Dospělí se zapojili do okresního přeboru – jih a žactvo do přeboru regionu Liberec – Jablonec
- další malá jednota Hoření Paseky uspořádala s úspěchem další příměstský tábor za účasti 15 dětí a kromě toho ještě velmi náročnou cyklistickou akci zvanou „Valešovy žumpy“. „Žumpy“ prý protože se při ní na extrémně náročné trati padá do neočekávaných děr a trať je plná záludností. Vede po západní straně

Ještědského hřebene a má 30 kontrol. Měří asi 44 – 48 km (podle lepší nebo horší orientace účastníků) a průměrně se jede asi 7 hodin. Letošní ročník byl už šestý v pořadí a zúčastnilo se ho 11 dvojčlenných týmů a jeden sólista.

- silný turistický oddíl v Turnově uspořádal dva tábory pro R + D (jeden pro rodiče a děti do šesti let, druhý pro rodiče a děti do 12 let), dál tábor tzv. Mini Tomu – 1. až 5. třída, starší žactvo a dorost se zúčastnili tábora Tomu a kromě toho byl pro stejnou kategorii uspořádán také tábor putovní
- skupina členů Sokola Liberec I. se zúčastnila turistického putování po Dolomitech a další skupina se spokojeně rekreovala v Baška vodě v Chorvatsku
- celé rodiny ze Sokola Františkov a Liberec I. podnikly cyklistický zájezd do jižních Čech – Strunkovice. Účast asi 20 dospělých i dětí různého stáří.
- prázdniny v Sokole Malá Skála popisuje br. Hořák z pořádající jednoty. Tato úspěšná akce - čtyřdenní dětské soustředění zaměřené na poznávací výlety do okolí Malé Skály, hry v přírodě a další tělocvičné činnosti se opakovala již třetí rok.

Zájem o ni projeвили nejenom maloskalští a tak se ve dvanácti stanech na zahradě sokolovny ubytovalo celkem 25 dětí a šest vedoucích. Počasí letošnímu ročníku táboření opět přálo, a proto se program jednotlivých dnů odvíjel téměř přesně podle předem naplánovaného seznamu různorodých aktivit.

Kromě výpravy do bludišť a na vyhlídky skalního města Chléviště to bylo zejména splutí Jizery na raftech k Zrcadlové koze, stopovaná za ukrytým pokladem loupežníků na hrad Zbiroh, lukostřelba a horolezecký výcvik na hřebeni Pantheonu.

Děti měly také možnost dozvědět se mnoho zajímavého o historii a současnosti Sokola při besedě se starostou TJ a prokázat svojí výtvarnou zdatnost a zručnost malováním, modelováním, nebo ručním tkaním.

Večery poté patřily táborovým ohňům s kytarou, písničkou a opékáním dobrot, podařilo se uskutečnit i populární noční “baterkovou” výpravu.

Poděkování za tuto zdařilou akci patří všem vedoucím, kuchařkám, dále pak půjčovně lodí Klokočí.cz za bezplatné zapůjčení vodáckého materiálu a firmě Climbing za technickou záštitu při horolezeckém výcviku.

Pravděpodobně to ještě není všechno, ale svědčí to o pestrosti zájmů, nápadů a možností, které se v našich jednotách uplatňují a doplňují pravidelnou činnost v Sokole. Při těchto akcích nejde pouze o výkon, ale také získávání nových znalostí a dovedností a především o společný „sokolský život“. Příklady prázdninové činnosti v župě Ještědské, nejsou jistě mezi našimi župami a jednotami žádnou výjimkou a zvláštností.

Jarina Žitná

(použit článek br. Hořáka ze Sokola Malá Skála)

Alespoň prstem po mapě:

Správné dvojice:

1 - l, 2 - g, 3 - k, 4 - n, 5 - m, 6 - o, 7 - h, 8 - j, 9 - c, 10 - b, 11 - d, 12 - e,
13 - i, 14 - f, 15 - a



VOTICKÉ NOVINY



Mikroregion

Džbány

Bystřice u Benešova • Červený Újezd • Heřmaničky • Jankov • Ješetice • Miličín • Neustupov • Olbramovice • Ratměnice • Smilkov • Vojkov • Votice • Vrchotovy Janovice • Zvěstov

Čtrnáctideník pro Voticko a Mikroregion Džbány Vydáno: 12. 04. 2013

Cena 10,- Kč • Ročník XXIII • Číslo 07

Paní Milada Justová z Votic je blanickou rytířkou!

Vlašim - Votice - Na Velký pátek 2013 bylo již popatnácté uděleno ocenění Blanický rytíř třem lidem, kteří se významně zasloužili o ochranu a rozvoj přírodního a kulturního dědictví Podblanicka. V letošním roce porota vybírala ze sedmnácti nominací. Společně s malířem Stanislavem Příhodou z Vlašimi a pedagogem a vlastivědcem Erichem Rennerem z Benešova získala ocenění také Milada Justová z Votic. Porota vyzdvihla zejména její obětavou činnost v Sokole a dlouholetou činnost ve Vlastivědném klubu ve Voticích.

Paní Justová se stala členkou Sokola Votice už ve svých pěti letech, v roce 1938. Milada Justová se narodila 3. prosince 1933 ve Voticích. Již od roku 1938 je členkou Sokola Votice a je začleněna do kategorie žactva. V roce 1948 se aktivně zúčastnila jako dorostenka XI. Vsesokolského sletu v Praze. V roce

1952 byl Sokol zrušen tehdejšími totalitními režimy. V tělocvičné jednotě Sokol Votice dnes působí jako cvičitelka odboru všestrannosti a vede oddíl „Rodiče a Děti“ a „Ženy“. V loňském roce 2012 Sokol opět uspořádal zatím poslední, a to XV. Vsesokolský slet v Praze. Jako cvičenka se jej nemohla ze zdravotních důvodů zúčastnit, ale jako župní náčelnice byla samozřejmě přítomna alespoň jako divák. Milada Justová také působí velmi aktivně ve Vlastivědném klubu Votice, a to už od jeho založení v roce 1982. V oblasti tělovýchovy a kultury vykonala paní Justová ve Voticích mnoho práce. Vždy, kdy bylo třeba, obětavě pomáhala. Za tuto její neúnavnou a nezištnou činnost si plně zaslouží udělení ocenění Blanický rytíř. Celá redakce Votických novin blahopřeje paní Justové k zisku tohoto společensky významného ocenění!

Jana Spálenková



Paní Just



Podblanické ekocentrum ČSOP Vlašim
společně s ostatními neziskovými organizacemi okresu Benešov:

Českým Meránem o.p.s., Sedlec Přibice,

Okresním sdružením Českého svazu ochránců přírody, Podblanickým, Podblanickým infocentrem,

Podblanickým vědeckotechnickým klubem železničním, Posázavím o.p.s. Postupice,

Posázavským pacifikem Čerčany, Sdružením Chlum Čerčany,

Sdružením přátel Chotýšan, Vlastivědným klubem Český Merán,

Vlastivědným klubem města Týnce nad Sázavou a okolí, Vlastivědným klubem P.A.N. Vlasáka Vlašim,

Vlastivědným klubem Šternberk, Vlastivědným klubem Votice,

Vlašimským hudebním mláďím a Vlašimskou astronomickou společností

uděluje v roce 2013 ocenění

Blanický rytíř

paní Miladě Justové z Votic,

která se významně zasloužila o ochranu a rozvoj přírodního a kulturního dědictví Podblanicka

Ing. Pavel Pešout
ředitel Podblanického ekocentra
administrátor ocenění

Župní vycházka stezkou zdraví

Hvozď - Řícmanice

V letošním roce Sokolská župa dr. Jindry Vaníčka oslavuje 100. výročí od svého založení, kdy se 13. prosince 1913 na valné hromadě vyčlenila ze župy Rastislavovy.

První akcí, kterou jsme 7. září 2013 pořádali k tomuto významnému jubileu, byla vycházka Stezkou zdraví HVOZD v Řícmanicích. Její název vystihuje smysl : „Hra, Výchova, Odpočinek, Zdraví, Děti, dorostu a dospělých“. Sraz byl o půl druhé v Řícmanicích na návsi, u prvního stanoviště stezky. Po přivítání a společné fotografii jsme se vydali po okruhu asi 6 km, kde jsme na stanovištích plnili různé sportovní a zábavné úkoly, získali informace z blízkého okolí a potěšili se třeba krásným výhledem. Počasí nám přálo, pro vycházku bylo přímo ideální. Poslední, osmé stanoviště se nachází na sokolském cvičišti, kde pro nás místní sokolové připravili táborák, na kterém jsme si opekli špekáčky.

Zde naši akci navštívil a podpořil i senátor, br. Stanislav Juránek, se kterým jsme při neformální besedě probrali bolesti, které trápí sokolské hnutí.

Srazu se zúčastnilo 58 sokolek a sokolů z osmi jednot župy v širokém věkovém rozpětí, od batolat v kočárku až po seniory.

Na závěr děkuji řícmanickým sokolům za přípravu příjemné akce a zdraví prospěšné stezky zdraví HVOZD i všem, kteří se vycházky zúčastnili. Věřím, že z této akce si všichni odnesli mnoho krásných zážitků.

Zdeněk Najer, Sokolská župa Dr. Jindry Vaníčka - pobyt v přírodě



Dovolujeme si Vás pozvat na Klubový podvečer
tentokrát do Michnova paláce Tyršova domu
19. září 2013 v 17.00 hodin /Újezd 450/40, Praha 1/

T.G.Masaryk-humanista, sokol
/Tradice a současnost Sokola/

Kulatý stůl:
Členové vedení ČOS a MDH
Úvodní slovo a řízení:
Vratislav Preclík - místopředseda MDH

Volné vstupenky vydáváme od 16.30 hod.
Počet míst omezen.

2013

MASARYKOVO
DEMOKRATICKÉ
HNUTÍ
a
ČESKÁ OBEC
SOKOLSKÁ

„Sokol, jeho zásady a ideály, byly nám vzory a školou“
T. G. Masaryk

Akci předcházela prohlídka Tyršova domu pro zájemce, vedená br. Bartůňkem.

Podvečera se zúčastnilo asi 50 návštěvníků.

Z činnosti vzdělavatelského odboru ČOS

Hostivařská loutkárna

Vzdělavatelský odbor ČOS zve všechny zájemce na

VII. národní přehlídku sokolských loutkových divadel. Podzimní část této přehlídky se koná 12. – 13. října, pořadatelem je T. J. Sokol Praha – Hostivař (U Branek 674, Praha 10 – tel. 602 974 854)

V sobotu 12. 10. uvidíte tyto hry: ve 14,30 hod. - „Čertův švagr“ – Sokol Bzenec

v 16,30 hod. – „Jak šel pejsek do školy“ – Romaneto

V neděli 13. 10.

ve 14,30 hod. – „O drakovi“ – divadlo Máma a táta

v 16,30 hod. – „Kocour v botách“ – Bubeníček

Přehlídka se koná za podpory Ministerstva kultury a MČ Praha 15.

Kulturně vzdělávací zájezd pro mládež

Koná se 12. října a je určen mládeži mezi 12 – 18 lety. Vybraní účastníci ze sokolských žup navštíví Terezín a Vojenské historické muzeum v Praze na Žižkově, kde je člen vzdělavatelského odboru br. Michal Burian provede výstavou „Pod křídly sokola“. Náklady zájezdu nese vzdělavatelský odbor ČOS.

Upozorňujeme, že tato vynikající výstava končí 30. října 2013.

Z materiálů vzdělavatelského odboru ČOS.

Pozvánka na Blaník

Při příležitosti státního svátku se ***v pondělí 28. října 2013*** koná tradiční výstup na Blaník – opět po roce navštívíme blanické rytíře.

Pro účastníky je zajištěn autobus, který vyjede ***v 9,00 od sokolovny ve Voticích*** (spojení je tam od Prahy i od Č. Budějovic!)

Autobus zastaví v Louňovicích pod Blaníkem, kde je možná prohlídka Podblanického muzea, ***sraz všech pochodníků na vrcholu Blaníku je v 11,00 hod.*** – krátký společný program. Po sestupu na parkoviště odjede autobus znovu do Votic.

Srdečně zveme všechny zájemce a těšíme se na společnou tradiční akci! Nazdar!

J. Plačková, župa Blanická



Taneční pár z Vítkovic vytančil stříbro na Světových hrách v Kolumbii!

Český taneční pár Michaela Gatěková a Jakub Mazůch z T.J. Sokol Vítkovice, oddíl Akcent Ostrava, vybojoval na Světových hrách v kolumbijském městě Cali stříbrné medaile v tanci Salsa. Vítězství je o to nádhernější, že tato mezinárodní sportovní akce je označována za olympiádu neolympijských sportů a tento český pár je zatím jediný, kterému se v tanečním sportu podařilo vybojovat medaili. Navíc v Salse, která je v Kolumbii doslova národním tancem a konkurence byla obrovská!

Devátý ročník světových her, které se stejně jako olympiáda konají jednou za čtyři roky, probíhal na přelomu července a srpna. V tanečním sportu soutěžily v obrovské konkurenci nejlepších tanečníků z Evropy, Asie i Ameriky tři české páry, vítězové mistrovství České republiky v Salse, standardních a latinskoamerických tancích. Zajímavostí bylo, že taneční soutěž probíhala v aréně pro býčí zápasy. Míša s Kubou tak doslova roztančili šestnáct tisíc diváků!

Ani tento úspěch nebyl dostatečný – následovalo prvenství a zlatá medaile na mistrovství světa v Kaohsiungu na Taiwanu!!
Dobrá věc se podařila, blahopřejeme.

Podle zprávy br. Buroně zaslal bratr Hruška

(článek chybí v obsahu – pardon!)



100. výročí založení župy Dr. J. Vaníčka Újezd u Brna - 21.září 2013

Dovolte mi jen krůček do historie. Naše župa se oddělila od brněnské župy Rastislavovy. Je vhodné připomenout, že bratr Jindra Vaníček byl významným sokolským činovníkem a dlouholetým náčelníkem ČOS a vedl několik sletů.

V sobotu 21. září uspořádala naše župa ke 100. výročí založení veřejné cvičební odpoledne v Újezdě u Brna, které bylo jednou z hlavních akcí k oslavám v tomto významném roce. Dopoledne probíhaly poslední přípravy areálu a zkoušky skladeb, v polední přestávce jsme doplnili energii chutným občerstvením, zajišťovaným ochotnými činovníky místní jednoty a prodiskutovali prázdninové zážitky. Ve 14.30 proběhlo slavnostní položení kytice u pomníku TGM. Průvod v čele sester a bratrů ve stejnokrojích s prapory zavedl za doprovodu sokolských pochodů ostatní cvičence jednotlivých skladeb na cvičební plochu za sokolovnou ke společnému nástupu. Po krátkých projevech starosty T. J. Sokol Újezd u Brna br. Jaromíra Zapletala, starosty naší župy br. Jiřího Růžičky a zástupce Města Újezd u Brna, začalo vystoupení skladeb dle programu. Předvedeny byly jednak skladby sletové, dále vlastní skladby tělocvičných jednot, ale i ukázky sportovních oddílů. Milé polechtání bránic přinesla Kuřátka v dospěláckém provedení jednoty Telnice, která se také postarala o společenský vrchol odpoledne, a to zatančením Hanácké besedy v krojích. Krásným zpestřením programu bylo i vystoupení taneční skupiny Mystery z T. J. Sokol Líšeň se skladbou Flamenco, jejíž temperamentní ráz program vygradoval. Velmi důstojný závěr přinesla Waldemariána autorky skladby sestry Jariny Žitné. Jednak bylo na značkách nejvíc cvičenců, ale co hlavně - na tvářích se nedal utajit pocit uspokojení a radosti. Všichni doufáme, že Waldemariána bude zařazena na příští slet v roce 2018 ke 100 letům vzniku naší republiky. Nemůžu nevyslovit přání mnoha sester, že pro slet by mohla být barva triček třeba tyrkysová.

Nutno pochválit všechny. Hlavní přínos těchto veřejných vystoupení je, že jde především o mládež, což je pro Sokol velmi dobré znamení. Celkově vystoupilo více jak 250 cvičenců. Už jsme zvyklí, že není lepších a horších skladeb. Všechny byly zacvičeny s velkým úsilím a snahou potěšit nejen sebe a diváky, ale také dokázat svým cvičitelům, že jsme na ně hrdí. S tímto pocitem nás všech se blížil závěr.

Prožili jsme spolu nádherný den. Naplnili jsme nejenom odkaz bratrů Fügnera a Tyrše, ale ukázali cestu našim následovníkům. O Sokolu bylo a ještě bude mnohé napsáno. Já si myslím, že fenomén Sokol stojí na dvou pilířích. První, naprosto nezastupitelný, jsou sokolská srdce. Druhý, je dobrovolná, obětavá a bezplatná práce činovníků. Bez těchto sester a bratrů by činnost Sokola byla nemyslitelná. Nejinak tomu bylo i v sobotu 21. září 2013 v Újezdě u Brna. Cvičitelský sbor pod vedením župní náčelnice sestry Hanky Kvapilové odvedl vynikající práci a dovedl tak mnohaměsíční snažení ke skvělému vrcholu.

Předně mi dovolu poděkovat činovníkům hostitelské jednoty Újezd u Brna, která svůj úkol zvládla na jedničku. Dále vedení naší župy, že i přes mnohá úskalí zvládla organizaci, a naši bratrské župě Máchalově za podporu a účast. A nakonec nám všem, kteří jsme se jakkoli podíleli na zdárném průběhu.

Přesto, že jsme 4. největším občanským sdružením v České republice s téměř 190 tisíci členy, je poctivé si přiznat, že zájem z řad širší veřejnosti je stále nevalný. Nevadí. My víme proč tady jsme. Je to výzva, které se nebojíme. Mnozí ví, že s námi prostě musí počítat.

Jiří Netolický, Sokol Telnice

Hana Kvapilová, Sokol Řícmanice

Závěrečné slovo

Hádanka

Následující řádky napsala sestra Marie Očenášková ze sokolské jednoty ve Velkých Bílovicích. Převzala jsem je z publikace „Sokol v kraji T. G. Masaryka“, což je Zpravodaj župy Slovácké.

O sokolském setkání v Roudnici n. L. toho už bylo napsáno víc než dost, přesto je vzpomínka sestry Marie víc než zajímavá. Vyjadřuje totiž pocity člověka, který se prvně postavil na svou značku – a jsou to pocity hluboké. Aniž by si toho byla vědoma, vyjádřila naprosto spontánně to nejdůležitější, o co Sokol usiluje a musí usilovat!

Poznáte v následujících řádcích dvě slova, která můžeme považovat za klíčová?

Přemýšlejte, v úvodním slovu listopadových „Souzvuků“ je zopakuji!

Jarina Žitná

Ale teď už nechme mluvit sestru Marii.

Moje první velké cvičení se Sokolem.

Vůbec jsem nevěděla, co mne čeká. Jako školáček na prvním školním výletě. Přípravu na cestu do Roudnice nad Labem trochu zaskočilo počasí. Ale jen trochu. Pátek ráno, jedeme! Český Šternberk, Lány. Večer ubytování ve Mšeném – lázně v tělocvičně. Vážně, jsem na školním výletě.

Sobotní program pro nás, kteří cvičíme Waldemariánu, je příznivý. Celý den volno. Máme čas si prohlédnout Roudnici, vyšlápnout si na Říp a ještě vidět jiné skladby. A večer secvičná. Na seřadišti se houfujeme, řadíme a jdeme. Pro ty, kteří už po několikáté cvičí, je to určitě normální. Ve mně je velký respekt k těm, kteří všechno připravují, organizují. Zdánlivě nezvladatelná masa cvičenců se dala do pohybu. Na stadion, na svou značku. Úžasný pocit, pro mne určitě.

A je neděle. Sice zase prší, ale ve mně je pocit radosti, že jsem se rozhodla tak dobře a jela cvičit na setkání sokolů do Roudnice. Cvičení skladeb, tak jak má být! Jen v dresech, žádné pláštěnky! Ale nikomu nevadí déšť. Jen při sledování ostatních cvičenců, mne naplňuje úžasný pocit sounáležitosti. A už je tu poslední skladba – Waldemariána. A já mezi ostatními sestrami a bratry, cvičím. Užívám si krásný pocit cvičení, tance. Mám radost!

Marie Očenášková, Sokol Velké Bílovice



