

Časopis České obce sokolské

# SOKOL

2018

červen/  
červenec

## Mistrovské tituly mladých atletů

Sokolští sportovci  
na mistrovství ČR ve  
vícebojích mládežnických  
kategorií byli úspěšní

## Sletová ouvertura v regionech

Tisíce cvičenců  
vystoupily  
na krajských,  
župních  
a oblastních  
sletech

## Gratias agit pro Sokol Paříž

Ministr  
zahraničí  
ocenil  
šíření  
dobrého  
jména  
republiky  
v zahraničí



# Posílání balíku nebylo nikdy pohodlnější!



Do Balíku Komplet jsme **zabalili celý balík služeb**. Obal, poštovné s odpovědností za škodu, vyzvednutí na vaší adrese nebo odeslání z pošty a doručení kamkoliv v ČR. To vše **komplet v ceně jednoho balení!**



Praktický obal  
se speciální  
fixační výplní



Poštovné  
v rámci  
celé ČR



Odpovědnost  
za škodu  
do 50 000 Kč



Vyzvednutí  
balíku doma  
nebo v kanceláři



Doručení  
následující  
pracovní den

Přesvědčte se na [www.balik-komplet.cz](http://www.balik-komplet.cz)



# Z obsahu

## Zpravodajství

- 4 Slovo úvodem
- 5 Společný postup při ochraně osobních údajů – GDPR
- 6-7 Gratias agit pro Sokol Paříž
- 8 Pomník Františku Pecháčkovi
- 10-11 Sokolské prezentace v krajích

## Sokolská všestrannost, sport pro všechny

- 12-15 Sletová ouvertura v regionech
- 16-17 Přebor ve sportovní všestrannosti 2018
- 18-19 Zálesák v Doubi
  - 20 Přebor očima účastníka
  - 20 Sokolských keší není nikdy dost
  - 21 Svět nekončí za vratky do nového ročníku

## Výkonnostní a vrcholový sport

- 22-23 Badminton v Dobrušce
  - 24 Mezinárodní sletová soutěž v badmintonu
  - 25 Sletová gymnastika v Edenu
  - 26 Sletový florbalový pohár pro akademickou reprezentaci ČR
  - 27 Sletový basketbal přinesl kvalitní hru
  - 28 Mistrovské tituly mladých atletů
  - 29 Evropské zlato do Poděbrad
  - 29 Dvě medaile pro zlínské vzpěrače

## Vzdělávání, kultura, společnost

- 30 PaCH 2018: Voda v jakémkoliv skupenství
- 31 ČOS má nové cvičitele III. třídy
- 32 Předšletová zdravotní péče
- 34 Verše s vůní kávy
- 34 Do knihovničky
- 35 Tři „devadesátníci“ ze Sokola České Budějovice



Ať si kdo chce, co chce říká, člověk má rád určité jistoty – i navzdory marketingovým specialistům, kteří nejraději vše mění v co nejkratších intervalech a třeba v obchodě prohazují regály s různým druhem zboží, jen aby to byl co největší labyrint a kupující prošel celou prodejnu (a případně se nechal zlákat i ke koupi toho, co původně nechtěl). Pravda, život je změna, a kdy-

by vše zůstávalo neměnné, asi by to byla nuda... Ale některé opěrné body jsou také potřebné. Třeba když po mnoha letech přijedete do nějakého města a naleznete na stejném místě hospůdku, kde při vaší poslední návštěvě dobře vařili a měli dobré pivo nebo víno... Nebo naleznete stejný park a stejnou lavičku, na níž jste si před lety odpočinuli (a můžete tak učinit i nyní)... A příklad do třetice – prostředky městské hromadné dopravy vás dovezou na stejná místa ve městě jako před lety... K takovým pevným bodům v životě bych dal i všesokolské slety: různé události se v rychlém rytmu mění, ale víte, že jednou za šest let se začátkem července koná všesokolský slet. Obsah se svým způsobem mění (přicházejí nové skladby i doprovodné akce), ale jistota – pevný bod – zůstává. A člověk ví, že vše je na svém místě, v pořádku, a může se těšit na neopakovatelnou atmosféru, na setkání s přáteli a známými z jiných koutů republiky a na spoustu dalších věcí.

O letošní sletovou ouverturu se již postaraly slety v regionech, které mimo jiné přinesly divákům „ochutnávku“ toho, na co se mohou těšit o prvním červencovém týdnu v Praze. Zpravodajství a fotografie z některých z nich přinášíme i v tomto vydání časopisu Sokol. A také informace o dalších krajských sportovních prezentacích a sletových soutěžích, které přinesly hodnotné sportovní výkony a zajímavou diváckou podívanou.

Červnové vydání časopisu samozřejmě přináší mnohé další zajímavé informace: Sokolu Paříž, jehož členové před více než sto lety stáli u zrodu československých legií, udělil ministr zahraničí Martin Stropnický Cenu Gratias agit za šíření dobrého jména naší republiky v zahraničí. V obci Záhornice bude 27. června odhalen pomník sokolské legendě Františku Pecháčkovi. Odbor všestrannosti pořádá, tak jako každý rok, přebory ČOS ve sportovní všestrannosti a také přebory ZZZ, připravuje otevření dalšího ročníku projektu Svět nekončí za vratky... Sokolští sportovci i v červnu přivezli medaile z různých soutěží, ať již to byli sokolští dorostenečtí atleti na mistrovství republiky, či ME Fisaf v kategorii Aerobic Performance. A mnohé další články, z nichž si můžete vybrat „to své“.

Hezké čtení vám přeje

Zdeněk Kubín

● **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 ● **Grafické zpracování:** Linda Hušková ● **Redakční rada:** Jakub Otáhal, Zdeněk Kubín, Jaromír Kučera, Zdeněk Bartůněk, Martin Chlumský, Vanda Marušová, Vítězslav Perun, Anna Jurčíčková, Dominika Dušková ● **Obálka:** František Doubek získal na mistrovství ČR v Kolíně dorostenecký titul, foto Denisa Kysialová ● **Tisk:** Tiskárna Macík Sedičany ● **Registrace:** MKČRE17339. ISSN 0489-6718. ● **Nevyžádané rukopisy a fotografie se nevracejí.** Za věcný obsah článků odpovídají autoři a jejich obsah nemusí vždy korespondovat s názorem redakce. Redakce si vyhrazuje právo příspěvky přiměřeně upravovat, krátit nebo komentovat.

Milé sestry, milí bratři,  
v těchto dnech žije Česká obec sokolská XVI. všesokolským sletem, který se v prvním červencovém týdnu uskuteční v Praze. Je to náš největší svátek, výsledek našeho šestiletého úsilí, unikátní možnost představit naši organizaci a její činnosti široké veřejnosti.

Je to samozřejmě také obrovské vypětí pro všechny, kteří se na přípravách podílejí. Vidím to denně okolo sebe, denně to zažívám sama. Ale jsem si jistá, že naše úsilí a námaha bude stát za to. Přesvědčila jsem se o tom konec konců na všech regionálních sletech, kterých jsem se v posledních dvou měsících zúčastnila. Potvrdila se mi při tom i jedna z Tyršových myšlenek - „Jedinec nic, celek vše“. Jen kvalitní práce každého jednotlivce přinese kvalitní výsledek společného snažení - to platí pro organizaci sletů stejně jako pro hromadná cvičení. Věřím, že podobně úspěšně, jako probíhaly regionální slety, se uskuteční i pražský sletový týden.

Letošní všesokolský slet je zároveň součástí oslav 100. výročí vzniku československého státu. Je tedy jasné, že slavnostním zakončením Sletu, které proběhne 6.7. na sta-

dionu v Edenu, náš významný rok zdaleka nekončí. Jubileum si budeme připomínat i v následujících měsících, mimo jiné i pro nás tak významném dni, jakým je Památný den sokolstva 8. října. Mnohé jednoty či župy k tomuto výročí pořádají své akce - ať již to jsou různé pietní shromáždění či výstavy. Je nanejvýš potřebné při této příležitosti připomínat (a to nejen nastupujícím sokolským generacím, ale celé české společnosti) nezastupitelnou roli Sokola při zrodu československých legií a při vzniku československého státu. To, co vyjádřil T. G. Masaryk slovy: „Kdyby nebylo Sokola, nebylo by legií, kdyby nebylo legií, nebylo by Československa.“

Ještě předtím, 28. září, proběhne další „jubilejní akce“, a to oslavy 100 let českého sportu, které pořádá Sokol společně s Českým olympijským výborem a Českou unií sportu a který připomene sokolský příspěvek k vrcholným okamžikům v historii českého sportu. A to nás ještě čeká další ročník úspěšného projektu Sokol spolu v pohybu, kterého se vloni zúčastnilo téměř 20 tisíc lidí, Noc sokoloven a mnoho dalších akcí.

Je tedy vidět, že Českou obec sokolskou žádný „posletový útlum“



v činnosti nečeká. Ale má to tak být - vždyť už Miroslav Tyrš považoval za základ naší činnosti „věčný ruch“. Milé sestry, vážení bratři, přeji Vám všem krásné prožití Sletu i příjemnou a určitě zaslouženou dovolenou.

*Hana Moučková,  
Starostka České obce sokolské*



Vedeme energii těm, kteří ji násobí

# Společný postup při ochraně osobních údajů – GDPR

■ Česká obec sokolská, Český olympijský výbor, Česká unie sportu a další střešní organizace přijaly společný postup při aplikaci Nařízení Evropského parlamentu a Rady EU – obecné nařízení k ochraně osobních údajů – GDPR, které vstoupilo v platnost 25. května 2018. O tomto společném postupu informuje sokolské župy a tělocvičné jednoty otevřený dopis starostky ČOS Hany Moučkové a jednatele ČOS Josefa Těšitele. Dopis obsahuje řadu užitečných příloh a vzorů, které jsou k dispozici na webových stránkách ČOS [www.sokol.eu](http://www.sokol.eu).

V dopise se mimo jiné uvádí:

„Společný postup je reakcí na různé výklady a postupy, které se z různých institucí začaly objevovat v prvním čtvrtletí letošního roku a které vnášely do sportovního prostředí chaos.

To, co je podstatné, je že:

- správcem osobních údajů člena je vždy Tělocvičná jednota Sokol .....

1. krok – T. J. jako správce osobních údajů si zpracuje analýzu rizik – viz audit v T. J. Na to není potřeba externí firma, která zpracuje totéž, ale za peníze. Pokud jsme již nyní postupovali dle zákona 101/2000 Sb. o ochraně osobních údajů a Řádu k ochraně osobních údajů v ČOS z roku 2015, tak bychom neměli být zaskočení.

2. krok – návrh formuláře – souhlas člena – obsahuje celý rozsah evidence osobních údajů, účel použití i práva každého člena. Tento formulář musí být podepsán každým členem, u mládeže jeho zákonnými zástupci.

- Společně s vyplněnou přihláškou tvoří nedílnou součást a je uložen v T. J. Případné odpovědi na dotazy obsahuje soubor otázek a odpovědí – zpracovaný právníky ČUS.

Přečtěte si pozorně přiložené materiály.

Formuláře přihlášek jsou upravené. Lze je chápat jako vzor.

Podstatný je rozsah osobních údajů.

Pokud již máte od svých členů vyplněné přihlášky, nemusíte je znovu vyplňovat. Případné dotazy pište na Mgr. Pavel Janda, právník ČOS, e-mail: [janda@akjanda.cz](mailto:janda@akjanda.cz)

Ze souboru Otázky a odpovědi jsme vybrali několik z nich:

**Jak postupovat v případě pořádání sportovní akce, které se zúčastní i nečlenové spolku tzn. veřejnost? Musí kvůli fotkám a videozáznamu z akce podepisovat i oni souhlas? Jaký je doporučený postup v tomto případě? Nechat podepisovat souhlas s přihláškou/ prezentací na akci? V případě, kdy je přístup bez přihlášky či prezentace, tak vyvěsit ceduli?**

Pokud se jedná o klasickou sportovní akci typu fotbalový zápas, domníváme se, že pořizování fotek je odůvodněno zákonnou zpravodajskou licencí dle § 89 občanského zákoníku. V této souvislosti upozorňujeme, že použití zákonné zpravodajské licence musí být přiměřené cíli, který zpravodajská licence předpokládá, tedy informování veřejnosti o sportovní akci. Proto lze vyfotit i diváky, nicméně důrazně doporučujeme nefotit je individuálně, ale spíše jako ilustraci dokreslující atmosféru sportovní akce. Například fotka tribuny plné diváků je naprosto přijatelná.

Použití fotografií ve shora popsaném režimu však platí pouze v kontextu zpravodajství, nikoliv však např. při využití pro marketingové, příp. jiné účely. Mimo zpravodajský rámec totiž platí ust. § 84 a 85 občanského zákoníku, která stanoví, že zachytit jakýmkoli způsobem podobu člověka tak, aby podle zobrazení bylo možné určit jeho totožnost, je možné jen s jeho svolením. Rozšiřovat podobu člověka je možné jen s jeho svolením.

Pokud by chtěl pořadatel akce více fotit diváky a zároveň by se chtěl více jistit, doporučujeme umístit na akci tablo/billboard/plakát s upozorněním, že návštěvou akce divák souhlasí, že může být předmětem fotografování s tím, že pokud si to nepřeje, může to explicitně oznámit fotografovi.

**Je nutné archivovat originálně podepsaný souhlas v papírové podobě nebo stačí archivovat souhlas naskenovaný například v PC?**

**bě nebo stačí archivovat souhlas naskenovaný například v PC?**

GDPR stanovuje pro souhlas v tomto ohledu jedinou podmínku – musí být doložitelný. Takže je lhostejné, zda bude uložen v papírové podobě ve skříni nebo v elektronické podobě v PC za předpokladu, že budete schopni jej dohledat a předložit případné kontrole.

**Je nutné mít souhlas podepsaný (tj. fyzicky v evidenci někde) nebo ho stačí „odkliknout“ v rámci elektronické přihlášky na webových stránkách klubu?**

Souhlas může být jednoznačně udělen i formou „odkliknutí“, nicméně znovu platí, že musí být doložitelný. To znamená, že z prokliku na webových stránkách musí vzniknout a být uložen záznam o udělení souhlasu konkrétní fyzické osoby.

**V přihlášce do klubu nezletilého člena máme údaje člena a obou rodičů, hlavně email, telefon a adresu. Můžeme to zpracovávat pouze s jedním souhlasem nebo je potřeba mít jeden formulář pro dítě a další pak pro rodiče?**

U fyzických osob mladších 15 let doporučujeme souhlasy spojit do jednoho dokumentu, který podepíše zejména zákonný zástupce a svůj souhlas může udělit i nezletilý člen (není nutné). Fyzická osoba starší 15 let je oprávněna udělit souhlas sama.

**Co se stane, když souhlas daná osoba nebude chtít podepsat? Rozdíl bude určitě mezi stávajícími členy a členy novými. Jak se postupuje, když nesouhlasí se zpracováním jen jednoho údaje? Daný údaj se v souhlasu škrtně a souhlas se podepíše?**

Zde záleží na tom, které údaje fyzická osoba nechce udělit. Pokud nechce udělit osobní údaje, bez kterých nemůže být registrována, pak nezbyde než tuto skutečnost dotčené osobě vysvětlit, případně ji nezaregistrovat. Pokud osoba neudělí souhlas ke zpracování osobního údaje, bez kterého se lze obejít, doporučujeme jej anonymizovat (začernit) a souhlas nechat podepsat. ☹



# Gratias agit pro Sokol Paříž

*Již od roku 1997 uděluje ministr zahraničních věcí Cenu Gratias agit za šíření dobrého jména České republiky v zahraničí. Cena byla zřízena jako ocenění předních osobností a organizací za příkladné aktivity v nevládní sféře. V minulosti se držitelé této ceny stali i některé sokolské osobnosti. V letošním roce se stal laureátem Ceny Gratias agit 2018 Sokol Paříž – jeho zástupci cenu převzali na jejím slavnostním předávání 8. června. O působnosti Sokola Paříž hovoříme s jeho místostarostkou sestrou Helenou Kopeckou, s bývalou náčelnicí sestrou Jiřinou Bystrickou a s bývalým starostou bratrem Jiřím Bystrickým.*

## Co pro Sokol Paříž udělení této ceny znamená?

Udělení této prestižní ceny je pro nás velká čest. Chápeme je hlavně jako ocenění úlohy, kterou hrál pařížský Sokol v historii Československa. Je to pro nás a hlavně pro mladší generace závazek k tomu, aby i nadále šířily dobré jméno Sokola Paříž nejen ve Francii, ale i po celém světě.

**Ve zdůvodnění tohoto ocenění se uvádí, že cena je udělena na základě dlouholeté činnosti. Sokol Paříž si letos připomíná již 126 let od svého vzniku. Které s činností či počínů v tomto dlouhém časovém období se podle vás staly důvodem k udělení ceny především?**

Po sarajevském atentátu v roce 1914 se členové jednoty spolu se členy spolku Rovnost, všichni rakouští občané, spontánně přihlásili jako dobrovolníci do francouzské armády a utvořili legendární rotu Nazdar, zařazenou k praporu většího pluku Cizinecké legie. Během celé války padlo 70 našich členů, velká část v bitvě u Arrasu v květnu 1915. Mezi oběťmi byla i zdravotní sestra Marcelina Čapková, dcera starosty jednoty.

V červnu 1938, po násilném připojení Rakouska k Německu, uspořádala naše jednota velké shromáždění v Paříži, aby upozornila veřejnost na hrozící nebezpečí. Zúčastnilo se ho přes 3000 lidí. Po mnichovském diktátu byl na Sokolské louce v Gournay-sur-Marne postaven stanový tábor pro české i slovenské uprchlíky, kteří mířili do Anglie.

Také ve druhé světové válce bojovali pařížští sokolové jako dobrovolníci a 16 jich padlo na frontě.

## Kdo byl u vzniku Sokola Paříž před 126 lety a jaké byly počátky Vaší jednoty?

V roce 1862 založil v Paříži J. V. Frič se svým přítelem Františkem Zachem Česko-Moravskou Besedu. Po návštěvě pražských sokolů v roce 1889, která vzbudila v Paříži velkou pozornost, odjel předseda francouzské gymnastické federace J. Sanboeuf na 2. sokolský slet do Prahy. Po svém návratu dal podnět k založení tělocvičného odboru Besedy, který se brzo rozrostl natolik, že celá Beseda byla v roce 1892 přejmenována na Sokol. Pařížští sokolové si brzy získali výbornou pověst v gymnastice; byli zváni na četné závody a sportovní vystoupení do různých měst ve Francii. Také družstvo odbíjené Sokola Paříž bylo na vysoké úrovni a v roce 1951 se dostalo až do nejvyšší soutěže Francouzské volejbalové federace.

V jednotě se vždy udržovala tradice lidových tanců a naše taneční skupina v národních krojích vystupovala při různých příležitostech.

Sokol Paříž se účastnil od svého založení všech sokolských sletů v Praze. Byl součástí zahraniční župy ČOS.

**Vaši předchůdci na začátku minulého století neváhali ve**

**prospěch své vlasti nasadit své vlastní životy. Mnozí z nich v rotě Nazdar a následně v čs. legiích ve Francii padli. Jak pečujete o jejich odkaz?**

Na Sokolské louce v Gournay máme od roku 1951 památník se jmény našich členů padlých v obou světových válkách. Každý rok v květnu před ním pořádáme vzpomínkové shromáždění a pokládáme květiny. Od roku 1990 se tohoto aktu účastní zástupci českého velvyslanectví v Paříži.

Začátkem května jezdí delegace naší jednoty s praporem položit květiny na československý vojenský hřbitov v La Targette u Arrasu. Od roku 1948 až do sametové revoluce se o tento hřbitov starali pouze členové Asociace čs. dobrovolníků ve Francii, Sokol Paříž a Amitié Franco-Tchécoslovaque. Československé velvyslanectví v této době památku padlých ignorovalo. V současné době se v organizaci vzpomínkové slavnosti střídá české a slovenské velvyslanectví.

Na státní svátek 28. října se pravidelně účastníme oživení symbolic-



Marie Roy, vzdělavatelka Sokola Paříž, a Jiří Bystrický přebírají Cenu Gratias agit z rukou ministra Martina Stropnického

kého ohně pod Vítězným obloukem v Paříži a 1. listopadu pokládáme květiny k památníku čs. vojáků na hřbitově Père-Lachaise v Paříži.

V některých letech se účastníme také vzpomínek na dalších místech spojených s oběma válkami, jako na příklad v Darney, Vouziers nebo Cernay.

**Sokol Paříž byl ale také mezi těmi, kdo v době nesvobody v Československu, po roce 1948, dbal o to, aby sokolské ideje dále žily. Byl členem Ústředí československého sokolstva v zahraničí a byl také pořadatelem jednoho ze sletů, které Ústředí pořádalo – sedmého v roce 1990. Můžete na toto období a tuto činnost stručně zavzpomínat?**

V roce 1954, kdy už se nemohl v Praze konat další všesokolský slet, zorganizovala pařížská jednotka slet zahraničních sokolů Evropy. Nezúčastnili se ho sokolové z USA a Kanady, a tak byl jako první zahraniční slet Ústředí uznán až slet ve Vídni v roce 1962. Ústředí, založené v roce 1950, pořádalo další slety zahraničních sokolů v Montrealu (1967), ve Vídni (1972, 1982) a v Curychu (1976, 1986), kterých se naši cvičenci vždy zúčastnili. Poslední zahraniční slet Ústředí v roce 1990 se konal v Paříži krátce po sametové revoluci a překvapením pro nás bylo, že přijelo cvičit i 500 sokolů z Československa. Hned po tomto velice úspěšném sletu jsme ve velkém počtu cvičili v Praze na prvním sokolském setkání po čtyřiceti letech.

Cvičitelé jednoty se zúčastnili cvičitelského kurzu Ústředí, vedeného sestrou Marií Provazníkovou. Naši členové se dobře umístili na třech zimních předšletových hrách v rakouském St-Ulrichu i na několika gymnastických přeborech, pořádá-ných Ústředím.

Kromě sportovní činnosti jsme udržovali i kulturní a společenské tradice. Uspořádali jsme například vzpomínkový večer věnovaný Jaroslavu Seifertovi, pořad ke stému výročí narození Voskovce a Wericha, několik koncertů a výstav. Ke 125. výročí



Cvičitelský sbor  
Sokola Paříž  
v roce 1911

založení jednoty jsme v září 2017 připravili výstavu fotografií od nejstarších dob do současnosti.

**Kolik členů má současný Sokol Paříž? Není pro vás problémem, tak jako pro mnohé další sokolské organizace v zahraničí, generační obměna?**

V posledních letech máme kolem 100 členů. Do roku 1990 byla naše aktivita intenzivnější, protože jsme neměli styky s původní vlastí a snažili jsme se tedy udržovat sokolské i národní tradice ve Francii. Dokonce jsme několik let pořádali před cvičením kurzy češtiny pro děti. Generační obměna je dnes pro nás stejný problém jako skoro všude.

**Jaká je současná činnost Sokola Paříž?**

V současné době je volejbal stále populární. Do Sokola si přicházejí zahrát i čeští studenti z Paříže. Kromě toho máme na programu hodiny jogy.

Jednotka organizuje ročně několik setkání pařížských Čechů na Sokolské louce, kde naši členové vaří český oběd. Jednou za rok pořádáme ples, o který je velký zájem i mezi Francouzi. Zveme na něj českou hudbu a před půlnocí vystupuje v národních krojích naše skupina lidových tanců. Nezapomeňme ani na pravidelnou mikulášskou be-

sídku. Všech těchto akcí se účastní zástupci velvyslanectví.

Jako svědectví historie naší jednoty jsme vydali dvoujazyčnou knihu „Sokol Paříž 1892–2007“.

**Co se Vám daří a na druhou stranu, které problémy musíte ve své činnosti řešit? Jaké jsou v současné Francii podmínky pro působení vaší organizace?**

Největší problém pro nás je skutečnost, že naši členové bydlí na různých místech víceméně vzdálených od Paříže a v celé oblasti je doprava čím dál tím obtížnější. Z tohoto důvodu dává většina členů přednost cvičení v místních klubech. Chybí nám také kvalifikovaní cvičitelé. Na druhé straně máme od dvacátých let minulého století stálou podporu radnice Saint-Mandé, města sousedícího s Paříží. Dostáváme od nich k dispozici tělocvičnu i pěkný sál na ples.

**V historii pařížští sokoli nechyběli snad na žádném všesokolském sletu v Praze. Chystáte se i na ten letošní, který se bude konat již za pár dní? Jaká bude vaše účast?**

Počet našich cvičenců na sletech stále klesá, my starší už cvičit nemůžeme a mladí mají jiné zájmy. Přesto bude na letošním sletu cvičit sedm našich mužů ve skladbě Borci. Předpokládáme, že celá naše výprava bude asi dvacetičlenná. ☺



Vizualizace pomníku  
v obci Záhornice

## Pomník Františku Pecháčkovi

■ V rámci 100. výročí vzniku Československa vzniká v obci Záhornice ve Středočeském kraji pomník věnovaný nejvýznamnějšímu zdejšímu rodákovi Františku Pecháčkovi. Pecháček byl významný sokolský cvičitel, účastník olympijských her a autor legendární skladby na X. všesokolském sletu v roce 1938, nazvané Přísaha republiky. Těsně před událostmi v Mnichově cvičilo tehdy na Strahovském stadionu 30 tisíc mužů, kteří symbolicky dávali najevo svoji připravenost a odhodlání bránit ohroženou republiku. František Pecháček byl významný sokolský cvičitel, účastník olympijských her, organizátor letních táborů a zimních kurzů pro mládež. Podle vyprávění pamětníků byl krásný tělem a vznešený duchem. Právě jeho vypracované

sokolské tělo se stalo předlohou pro řadu výtvarných prací. Pecháček stál například modelem akademickému sochaři Kodetovi pro sochu sokolského borce, akademický sochař Šejnost si Pecháčka zase vybral jako předlohu k přebornické medaili Československé obce sokolské a výtvarník Španiel použil Pecháčkovu tělo na svatováclavský dukát.

Po první světové válce František Pecháček vstoupil do československé armády, kde dosáhl hodnosti poddůstojníka a vedl školu pro výcvik tělesné zdatnosti armády. Po odchodu z armády se věnoval výchově a vzdělávání sokolských cvičitelů. Mezi vůbec nejvýznamnější Pecháčkovy počiny patří autorství několika hromadných skladeb pro muže, mezi nimiž se nejvíce

vyjímá již zmíněná skladba nazvaná Přísaha republiky, uvedená na X. všesokolském sletu v Praze v roce 1938. Ihned po okupaci se Pecháček zapojil do domácího protinacistického odboje. V bytě Pecháčkových se dokonce ukrývali atentátníci R. H. Heydricha. Pecháček i jeho žena však byli zatčeni gestapem a podrobeni brutálnímu výslechu. Nakonec byl Pecháček v roce 1944 brutálně zavražděn v Mauthausenu.

Symbolicky právě v letošním roce, kdy uplyne 100 let od vzniku republiky a 80 let od X. všesokolského sletu, vzniká velkorysý pomník od architekta Tomáše Růžičky a výtvarnice Pavly Voborník Kačírkové, který vychází z národních a sokolských tradic a zároveň představuje soudobé výtvarné dílo. Pomník je tvořen symbolicky 30 sokoly umístěnými na tyčích a rozmístěnými tak, aby připomínaly státní vlajku. „Vzniká tak dojem sokolských cvičenců seřazených na značkách, což odkazuje na skladbu Františka Pecháčka při X. všesokolském sletu,“ říká jeden z iniciátorů pomníku Michal Doležel ze Sokola Brno I.

K slavnostnímu odhalení pomníku, nad jehož vznikem převzal záštitu prezident republiky a hejtmani Středočeského a Královéhradeckého kraje, se uskuteční v obci Záhornice ve středu 27. 6. od 17.00 hodin, tedy jen několik dní před zahájením XVI. všesokolského sletu. Celkové náklady na realizaci pomníku se vyšplhaly na 970 tisíc korun. V tuto chvíli se Sokolské župě Jana Máchala podařilo získat více jak 850 tisíc korun. Rádi bychom tímto vyzvali všechny členy Sokola k finanční podpoře pomníku. Své dary prosím posílejte na účet Sokolské župy Jana Máchala: 75534621/0100. Za vaše dary předem děkujeme.

-md-



# PARTNEŘI XVI. VŠESOKOLSKÉHO SLETU 2018

GENERÁLNÍ PARTNER



HLAVNÍ PARTNEŘI



GENERÁLNÍ MEDIÁLNÍ PARTNEŘI



HLAVNÍ MEDIÁLNÍ PARTNER



PARTNEŘI



INSTITUCIONÁLNÍ PARTNEŘI



MINISTERSTVO  
PRO MÍSTNÍ  
ROZVOJ ČR

# Sokolské prezentace v krajích



Hradec Králové



Hradec Králové



Hradec Králové



Hradec Králové

■ Květen a červen nejsou jen ve znamení župních, krajských a oblastních sletů, ale také probíhají krajské prezentace, které jsou pozvánkou veřejnosti na krajský slet a také představením činnosti Sokola i nesokolských sportovních organizací v daném regionu. V tomto vydání přibližujeme slovem a obrazem tři z těchto prezentací (některé další se konaly po uzávěrce tohoto vydání).

## Hradec Králové

Krajská sportovní prezentace v Hradci Králové se konala 11. května – tedy zhruba tři týdny před krajským sletem – v obchodním centru Aupark. Ve zhruba tříhodinovém programu mohli diváci, návštěvníci obchodního centra, zhlédnout 25 vystoupení, v nichž účinkovalo 213 účastníků ze šesti organizací – vedle sokolských tělocvičných jednot (z Dvora Králové, Nového Hradce, Jičína, Pražského Předměstí, Hronova a Doudleb) z České asociace Sport pro všechny a dále SK MG Dobruška, Flow Vision, Divadlo beze slov a Cheeky Cheerky Hradec Králové. Organizátorem byla župa Orlická a program zhlédlo na 500 diváků.

## České Budějovice

Na Den dětí, v pátek 1. června, mohli obyvatelé Českých Budějovic zhlédnout, nebo se i do něj zapojit, program od 9. hodiny dopolední až do 18. hodiny: na náplavce u Dlouhého mostu se uskutečnila Krajská sportovní prezentace, a to v rámci slavnostního otevření městského parku Bosonoha s kavárnou Deníku. Návštěvníci mohli užít si zajímavý program v podobě výtvarnického workshopu, podívat se na divadelní představení, vystoupení loutkářského souboru Táta a máma ze Sokola České Budějovice a další zajímavé akce. Sokolská župa Jihočeská přichystala prověření pohybových dovedností formou překážkové dráhy (gymzóna) a svou činnost představily také sportovní oddíly prostřednictvím pódiových vystoupení, která se konala od 16.00 do 18.00 hodin. Vedle oddílů ze sokolských jednot (Sokol Hluboká nad Vltavou – aerobic s náčiním, Sokol Boršov nad Vltavou – sportovní gymnastika, Sokol České Budějovice – Cheerleaders Blueberry, Ženobraní, Sokol Čtyři Dvory – klub japonských bojových umění kendo a iaido) vystoupily Mažo-



České Budějovice





Ostrava



Ostrava



Ostrava

retkový a twirlingový klub Panenky České Budějovice, Starlette České Budějovice a českobudějovické Taneční studio No Limit.

## Ostrava

Krajská sportovní prezentace v Ostravě se stala bezprostřední pozvánkou na krajský slet – konala se v sobotu 2. června, den před sletem a stala se svým způsobem jeho součástí, když při této prezentaci zahájil krajský slet průvod, který v 10 hodin vyšel od Čapkovy sokolovny, prošel okolo Nové Radnice, po ulici 30. dubna pokračoval po

Přívozké ulici okolo Husova sadu, po Poštovní ulici na Masarykovo náměstí v centru Ostravy. V této souvislosti se připomíná, že poslední velký sokolský průvod prošel Ostravou v roce 1938, tedy před 80 lety. Na Masarykově náměstí se v sobotu od 15. hodin prezentovalo devatenáct sportovních, tanečních, baletních a akrobatických skupin, které postupně předvedly divákům své umění. Sletové skladby předvedli jako pozvánku na nedělní vystoupení Měďové – nejmenší děti a jejich rodiče, další skladba, kterou předvedly děti, byla V peři-

ně, poté diváci viděli část skladeb Siluety a Ženobraní. O prezentaci těchto vystoupení se postaraly cvičenky z Nové Bělé.

Diváci v průběhu prezentace činnosti Sokola viděli mažoretky, gymnastky, taneční skupiny, skupiny akrobatického tance, ale také se předvedli sportovci ze zápasnického oddílu ze Sokola Vítkovice.

V 17 hodin začal kulturní program, v němž se představila ostravská folková kapela Sousedí, po ní mladá rocková kapela The Now ze Slovenska a odpoledne uzavřel Petr Bende se svou kapelou Band. ☺



České Budějovice



České Budějovice



## Sletová ouvertura v regionech

Po květnové sérii sletů v regionech se celkem třicet župních, krajských, oblastních a místních sletů v červnu postaralo o pestrou ouverturu XVI. všesokolského sletu, který vyvrcholí při hlavním sletovém týdnu 1.–6. července předvedením hromadných tělocvičných skladeb v pražské Eden Aréně. Z některých těchto sletů, které se konaly před uzávěrkou tohoto vydání, přišly do redakce zprávy a fotografie, které na následujících stránkách (a další rovněž ve Sletovém magazínu) přinášíme.



### Děčín

Sokolové z Ústeckého kraje se sešli v sobotu 2. června v Děčíně, aby společně secvičili jednotlivé sletové skladby. Představila se na něm téměř tisícovka cvičenců. Slet sledovalo v basketbalové hale téměř 800 diváků. Ještě předtím si mohli lidé užít slavnostní průvod městem.

„Průvodem tradičně náš slet začíná. Řadili jsme se opět u sochy doktora Miroslava Tyrše, zakladatele Sokola, na Smetanově nábřeží, a odtud jsme se společně přesunuli k hale. V průvodu nechyběla kapela,“ popisuje průběh akce náčelnice pořádající župy Severočeské-Novákovy Dagmar Toncarová. Kromě děčínské byly na sletu zastoupeny také župy Sladkovského, Kruškohorská-Kukaňova a Podřipská. Jako hosté vystoupily Česká asociace sportu pro všechny a ke skladbám se přidaly také župy Budečská a Karlovarská. Diváci viděli celkem dvanáct skladeb.

Krajský sokolský slet 2018 v Děčíně se konal pod záštitou hejtmána Ústeckého

kraje Oldřicha Bubeníčka a pod záštitou primátorky Města Děčín Marie Blažkové.

### Hradec Králové

Úctyhodný počet 1 950 cvičenců v 11 skladbách České obce sokolské a cvičenci jedné skladby Asociace sportu pro všechny (ASPV) vystoupil v neděli 3. června 2018 na Krajském sokolském sletu na stadionu Sokola v Hradci Králové na Eliščině nábřeží. Cvičili tady především členové Sokola ze tří sokolských žup Královéhradeckého kraje, celky ale doplnili také cvičenci z dalších krajů.

Konání této akce podpořil Královéhradecký kraj i statutární město Hradec Králové. Záštitu nad konáním krajského sletu, který je největší sokolskou akcí ke 100. výročí založení Československé republiky, převzal hejtmán kraje Jiří Štěpán.

### Komárov

V sobotu 9. června 2018 bylo v areálu komárovské sokolovny rušno po celý

den! Z pověření předsednictva Sokolské župy Jungmannovy uspořádala T. J. Sokol Komárov „Župní slet Sokolské župy Jungmannovy“. Tato významná akce byla nejen pozvánkou na XVI. všesokolský slet v Praze, ale i propojením tělovýchovných, kulturních, vzdělávacích a společenských aktivit v regionu v rámci oslav 100 let od vzniku samostatné Československé republiky. Za doprovodu dechové hudby „Hořovanky“ prošel Komárovem k sokolovně sletový průvod. Následoval nástup cvičenců na plochu, zahájení župního sletu br. Bohuslavem Ernestem, všechny přítomné pozdravil v krátkém proslovu místostarosta městyse Komárov Radim Šíma a starosta obce Antonín Merhaut připnul stuhu „Ke 100. výročí vzniku republiky 28. října 2018“. Za ČOS a župu Jungmannovu popřála zdar celé akci sestra Hana Moučková, místostarostka župy Jungmannovy a starostka ČOS.







Komárov



Komárov



Komárov

V deseti sletových skladbách vystoupilo 631 cvičenců z devatenácti tělocvičných jednot včetně 7 dělostřelců z jinecké posádky Armády České republiky, kteří skladbu nacvičili s ženami T. J. Sokol Beroun. Nepředstavila se pouze skladba „Ženobraní“, kterou nacvičovaly cvičenky ze Sokola Černošice, neboť v ten samý den vystupovaly na krajském sletu v Českých Budějovicích společně s českobudějovickými sokolkami.

V župě Jungmannově se ze 45 jednot aktivně zapojilo do nácvičků 14 jednot. Osm skladeb nacvičovali v Komárově, šest v Příbrami, pět skladeb v Dobříši, po dvou skladbách v Nižboru, Černošicích a Jincích a po jedné skladbě nacvičovaly Dobřichovice, Horoměřice, Králův Dvůr, Nová Ves pod Pleší, Stará Huť, Beroun, Cerhovice a Hořovice. Tradičně bývá zvykem, že se župních, oblastních či krajských sletů zúčastňují i cvičenci jiných žup. V Komárově se představili sokolci z župy Rokycanovy (Rokycany), Budečské (Lány, Kladno), Blanické (Krásná Hora nad Vltavou) a z župy Podřipské (Roudnice nad Labem).

V čase volna mnozí účastníci navštívili místní komárovské muzeum, kde je v současné době umístěna výstava „Ohlédnutí za župními slety v Komárově“.

## Ostrava

V Ostravě se krajský slet žup Moravskoslezské a Beskydské konal o víkendu 2. a 3. června, přičemž první den

na zahájení prošel městem sletový průvod a konala se krajská sportovní prezentace. Samotný krajský slet se pak konal v neděli – na hřišti u Čapkovy sokolovny cvičenci slavnostně nastoupili v 14 hodin, v 14.30 předvedli první z 11 skladeb. Veřejnosti se v nich představilo na tisíc cvičenců z 35 jednot župy Moravskoslezské, Beskydské a Valašské.



Ostrava



Ostrava



Ostrava

## Třebíč

Dominantou krajského sletu žup Kraje Vysočina, který se konal 26. května v Třebíči, byla „sletová brána“, kterou sokolové zrealizovali na počest 100 let republiky – autorem návrhu brány je br. architekt Lubor Herzán, z významného stavitelského a sokolského rodu v Třebíči. Brána bude v září využita na jihlavském náměstí, jako součást hlavní krajské akce k založení Československé republiky.



Třebíč



Třebíč



Třebíč

## Tišnov

V sobotu 26. května se konal v Tišnově slet Sokolské župy Pernštejské. V deseti sletových skladbách vystoupilo 330 cvičenců. Kromě cvičenců





z tělocvičných jednot naší župy cvičili v několika skladbách i hosté z jiných žup, především z Jihomoravského kraje. Diváci viděli pět skladeb pro děti: Měďové, Noty, Děti to je věc!, V peřině a Cirkus. Dále skladeb pro dospělé: Siluety, Spolu, Ženobraní, Princezna republika a Borci. „Velice rádi jsme na našem sletu uvítali starostku České obce sokolské, sestru Hanu Moučkovou. Podle jejích slov to byl první slet, který navštívila a měla tak poprvé možnost vidět sletové skladby. Všechny předvedené skladby se jí líbily, stejně jako zúčastněným divákům. Věříme, že cvičenci naší župy budou se stejným elánem vystupovat i na krajském sletu v Brně a vyvrcholení v Praze,“ řekl ke sletu náčelník župy Jan Sláma, náčelník župy.

### Městečko Trnávka

Oblastní slet župy Východočeské-Píppichovy v Městečku Trnávka se stal předeherou ke krajskému sletu v Pardubicích, který se konal o čtrnáct dní později. Oblastní slet zahájil slavnostní průvod obcí, na nějž navázala hromadná vystoupení na ploše stadionu: Měďové (rodice a děti), Noty (předškoláci), Děti, to je věc! (mladší žactvo), Cirkus (starší žactvo), Siluety (dorostenky a ženy), Borci (dorostenci a muži), Cesta (ženy a seniorky) a Princezna republika (senioři a seniorky). V Městečku Trnávka vystoupilo na 600 cvičenců.

### Nový Hrádek

Slet župy Podkrkonošské-Jiráskovy se konal 16. června v Novém Hrádku na Náchodsku. I když zdejší jednotka nepatří v Královéhradeckém kraji k těm největším, má tady pořádání sletů téměř 90letou tradici. První župní slet tady jednotka uspořádala už 23. června 1929, veřejná cvičení se tu ale konala od roku 1898. V roce 1939 byl zdejší jednotou uspořádán župní slet – jediný a poslední v okupované republice před druhou světovou válkou. Letos na župním sletu v Novém Hrádku vystoupilo na 400 cvičenců.

### Jedovnice

V Jedovnicích se v neděli 20. května sešlo 294 cvičenců na župním sletu Sokolské župy Krále Jiřího. Přijeli ze šesti žup a patnácti jednot, aby na sokolském hřišti představili divákům devět z jedenácti hromadných skladeb, na cvičených pro XVI. všesokolský slet. Cvičení předcházely slavnostní průvod obcí. Pestrobarevný zástup cvičenců v úborech prošel náměstím od úřadu městyse na hřiště. Okrasou průvodu byly členky folklórního sdružení Tetiny v jedovnických krojích. Do kroku všem vyhrávala dechová hudba Boskověnká z Boskovic. Děti se představily ve skladbách Měďové, Noty, Děti, to je věc! a Cirkus. Ženy se předvedly ve skladbách Siluety, Ženobraní a Cesta. Možnost ukázat svoji zdatnost v gymnastických prvcích měli

dorostenci a muži ve skladbě s názvem Borci. Pro seniory byla připravena taneční skladba Princezna republika. Diváci viděli také vystoupení členů České asociace sportu pro všechny z Vanovic ve skladbě Gymnastický sen, vystoupení jedovnického folklórního souboru Tetiny a pěveckého sboru Píseň Sokol Jedovnice.







Prostějov



Župa Podkrkonošská



Župa Podkrkonošská



Župa Podkrkonošská

## České Budějovice

Zaplněné tribuny stadionu Sokola České Budějovice na Sokolském ostrově a přes 1100 cvičenců v jedenácti sletových skladbách – takový byl krajský slet župy Jihočeské. V programu se představili děti, mládež i dospělí. Program završila nejstarší sokolská generace se skladbou Princezna republika na hudbu Karla Hašlera.

Sletu předcházela již v sobotu večer sletový průvod, který vyšel od česko-budějovické sokolovny na náměstí Přemysla Otakara II a zpět. Při zahájení sletu pozdravil účastníky sletu náčelník ČOS bratr Petr Svoboda a další hosté, zástupci kraje a města. Slet v Českých Budějovicích navštívilo hned pět autorů tří sletových skladeb – Dana a Filip Uzlový (skladby Noty), sestry Lenka a Blanka Kocmichovy (skladba Princezna republika) a přímo na ploše cvičil spoluautor skladby Borci Martin Matura ze Sokola Písek. 



České Budějovice



České Budějovice





## Přebor ve sportovní všestrannosti 2018

■ První červnový víkend se v Tyršově domě v Praze konalo finále Přeboru ve sportovní všestrannosti pro kategorie staršího žactva, dorostu a dospělých. Finálovému klání předcházely župní přebory, ze kterých se do Prahy probodovalo 190 závodníků z dvaceti sokolských žup a doprovázelo je celkem 37 cvičitelů, kteří je při závodech podporovali. Na správnost provedených cviků a měření v konkrétních disciplínách dohlíželo 79 rozhodčích, kteří měli k ruce 42 organizátorů z řad pořadajících Odboru všestrannosti a dalších dobrovolníků. Závod byl slavnostně zahájen ve velké tělocvičně v Tyršově domě za doprovodu sletové znělky, sliby závodníků

a rozhodčích byly složeny a pak už nezbývalo než popřát závodníkům dobré výkony. Ti se poté rozešli na sportoviště, kde probíhaly jednotlivé disciplíny – sportovní gymnastika a šplh v Tyršově domě a v Nosticově tělocvičně, atletika na stadionu Na Kotlářce a plavání v bazénu v Tyršově domě. Dvoudenní zápolení vyvrcholilo slavnostním vyhlášením výsledků a všestranných přeborníc a přeborníků pro letošní rok, kde byli přítomni náčelnice ČOS sestra Lenka Kocmichová, náčelník ČOS bratr Petr Svoboda a ředitel závodu bratr Pavel Strejček. Přebor ve sportovní všestrannosti proběhl v příjemné atmosféře a duchu fair play.

### Přeborníci a přebornice ČOS ve sportovní všestrannosti za rok 2017/2018:

Žákyně III.:

Barbora Ficencová, Sokol Náchod

Žákyně IV.:

Pavla Molíková, Sokol Milevsko

Dorostenky:

Anna Hurdálková, Sokol Náchod

Ženy: Michaela Adamů, Sokol Náchod

Žáci III.: Omar Dubec, Sokol Brno I

Žáci IV.: Bořivoj Bergmann, Sokol Brno – Královo Pole

Dorostenci:

Marek Matoška, Sokol Písek

Muži:

Martin Matura, Sokol Písek



FOTO MARIE BRUNEROVÁ





Gratulujeme všem výhercům v jednotlivých disciplínách, největší gratulace a obdiv míří k přebornicím a přeborníkům, kteří vyhráli v celkovém skóre. Děkujeme všem zúčastněným sportovcům, cvičitelům, rozhodčím a organizátorům a v neposlední řadě i divákům, kteří svou podporou doplňovali sportovní výkony po celý víkend.

*Alžběta Kujanová,  
metodička OV ČOS*

#### **Přebor mladšího žactva v Prostějově**

O týden dříve, 26.–27. května se v Prostějově konal přebor ČOS v sokolské všestrannosti mladšího žactva. Účastnilo se ho 120 závodníků, 67 členů

doprovodů, 57 rozhodčích a 17 organizátorů. Pověřeným pořadatel byla Sokolská župa Prostějovská.

Přeborníky a přebornicemi ČOS ve sportovní všestrannosti ml. žactva pro rok 2017/2018 se v jednotlivých kategoriích stali:

Žáci kat. I.: Hadár Richard, SŽ Jana Máchala

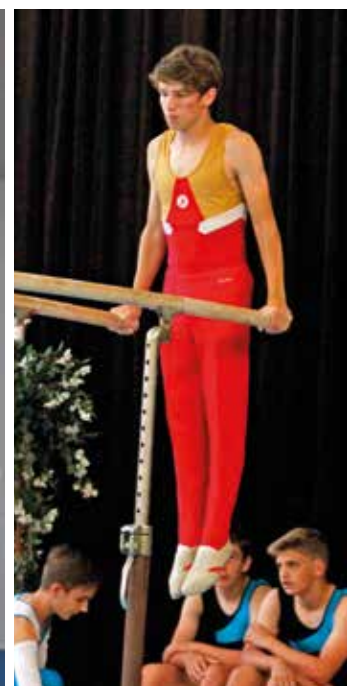
Žákyně kat. I.: Netalová Izabela, SŽ Podkrkonošská

Žáci kat. II.: Honzík Ondřej, SŽ Jihočeská

Žákyně kat. II.: 1. Růčková Lucie, SŽ Podkrkonošská

Družstva kat. I.: SŽ Podkrkonošská

Družstva kat. II.: SŽ Jihočeská





**L**etošní zálesácký závod zdatnosti pořádala župa Jihočeská ve sportovním středisku Doubí na břehu Opatovického rybníka. Třeboňsko je chráněnou krajinnou oblastí a biosférickou rezervací UNESCO. Účastníci závodu viděli na vlastní oči jedny z největších rybníčních hrází a nejstarší duby, jaké se dají v naší zemi vidět. Město Třeboň a kostel sv. Jiljí, ze kterého pocházejí známé obrazy Mistra Třeboňského oltáře, patří k vrcholům české gotiky. Volavky a čápy. Kdo měl oči otevřené...

Jen co se příšedší účastníci prezentovali, postavili si stany a navečeřeli se, vyrazili do Třeboně šestnáctého století. Před branou pivovaru se stali svědky hádky regenta Jakuba Krčina s panem Petrem Vokem. Pan Vok se svému regentovi vysmíval, že nezná kraj, ve kterém pracuje. Vsadil se s ním o měsíc grošů, že do hodiny nestihne odpovédět na otázky ze zdejšího města a okolí, které mu zadal. Jakub Krčín sázku přijal a požádal naše závodníky, aby mu pomohli. Ti vyrazili do ulic města, aby našli odpovědi na záludné otázky. Naštěstí se ve městě pohybovalo mnoho postav – hostinský, rybář, strážník, vodník, šlechtic i žebračky, které byly ochotné se za menší protislužbu podělit o své vědomosti. Před uplynutím času se děti vracely s odpověďmi a tak nezbylo milému panu Vokovi nic jiného, než zaplatit prohranou sázku. Šťastný Jakub Krčín pak svým pomocníkům poděkoval a odměnil je několika groši za vynaložené úsilí.

Závodu se zúčastnilo 38 tříčlenných hlídek ze 14 žup a z 21 jednot. Na sedmikilometrové trati vedené lesy a po rybníčních hrázích bylo nachystáno celkem 22 disciplín. Některé si přiblížíme. **Oheň.** Mezi dvěma železy zabodnutými do země byla natažena prádelní šňůra. Závodníci dostali na prkénku žhavý uhlík (kus zapáleného troudu, který si vybrali) a jejich úkolem bylo šňůru přepálit. Kromě dvou hlídek to všichni dokázali v čase 0:32–2:53 min. Šikovní!

**Vlastivěda.** Na mapě s očíslovanými obrysy chráněných území měli závodníci jednak určit, které z území je například Český kras, a jednak poznat, které území se skrývá třebas pod číslem 25. Některé hlídky znaly napros-

to všechno, některé vůbec nic. Polohu CHKO Třeboňsko neznalo 16 hlídek! Tak to je smutné... Naše zem je tak krásná!

**Most přes Zlatou stoku.** Dobrodružná věc. Zlatá stoka je unikátním technickým dílem, které vyprojektoval Štěpánek Netolický. S délkou 45 km byla ve své době nejdelším umělým kanálem v Evropě. Kdo přes ni po lanovém mostě lezl, už nikdy nezapomene, jak vypadá.

**Uzly.** Zde dostali závodníci předem seznam pouhých devíti uzlů, které přicházejí v úvahu. Ale žádné cvičné šmordchání na tkaničce od bot. Prak-

i fotografie. Většina hlídek nula bodů, zbytek plných třicet. Málokdy něco mezi tím. Chce to spolupracovat a chce to určitý „grif“. Je to pěkná šikovnostní disciplína i do hodin všestrannosti. Vedoucí, kteří to se svými dětmi vůbec nezkusili, jim nedali šanci. Škoda.

**Odhady různých měr.** „Na výpravách potřebujeme odhadnout množství vody na uvaření polévky, množství brambor na nasycení oddílu...“ – Nu, jak byste uspěli vy? Závodníci měli odměřit do kotlíku litr vody – u jedné hlídky dosáhl objem odměřené vody tří litrů. Ovšem děvče, které to odhadlo nej přesněji (970 ml), lakonicky konstatovalo: Já

## Zálesák v Doubí



tický. Třeba jedno lano přivázat lodní smyčkou ke stromu, napojit další lano protisměrnou osmičkovou spojkou a na jeho konci uvázat dračí smyčku.

Dvě disciplíny byly zaměřeny na prověření spolupráce celé hlídky. **Mohawkův přechod** – chůze po třech lanových úsecích mezi stromy; a délka úseků se zvětšuje. Závodníci se musí navzájem přidržovat, spolehnout se jeden na druhého. **Týmovka:** „Máte ringo kroužek a od něj vede šest šňůrek. Každý člen hlídky drží dvě. Na tom kroužku leží volejbalový míč. A vy jdete terénem a ten míč by vám neměl spadnout.“ V instrukcích od pořadatelů byla

vařím na táboře. (I další výroky a zápisy z ankety „Co vy na to?“ budou dále uvedeny kurzívou.)

**Byliny a dřeviny** byly označeny v průběhu celé trati kartonovými cedulemi A4 s velkými číslicemi či písmeny. A na to, že je poblíž něco k poznání, upozorňovala svítivě oranžová pentle. Bylo vybráno to, co by zálesák (ať dítě, či dospělý) měl znát: dub, olše, jasan, svízel, konvalinka, orobinec... Většinou znali javor babyku. Ale málokdo znal chmel! Pro něj ovšem vymysleli nejvíce zajímavých možností: pětiprst, plazivec, psí víno, vinná réva, posed, popínavec, liána, břechtan, liánovník.

Čtyři hlídky měly konvalinku za česnek medvědí; to je nebezpečná záměna!

**Havěť.** V informacích od pořadatelů přeboru stálo: „Poučení hledejte ve všech příbězích Ferdy Mravence a brouka Pytlíka.“ A na stole u plotu sádek bylo na co se dívat. Živý pěticentimetrový obrovský tesařík, živé larvy chrostíků (Jó, to jsou ty domečky, co stavěl Ferda Mravenec!), v Petriho misce velikánská pijavka, v entomologické krabici kratochvíla a potápník. Pastva pro oči. Rychle to zapsat do karty a běžet dál.

**Hvězdná obloha.** Člověk se liší od vepřů mimo jiné tím, že občas zvedá hlavu a dívá se na hvězdy. V příštřešku Lesů ČR (které k tomu daly souhlasné stanovisko) čekaly na závodníky čtyři hvězd-

hosty... K poznání byly na stanovišti živé ryby v mělkých bazéncích. Děti si na ně mohly sáhnout. Ti, kteří se v hojném počtu chodili na ryby dívat i po závodě, se hodně poučili. Naše zdravotníka, která sloužila v cíli, se všech ptala: „Jak se vám líbily ryby?“ Jedna z krásných odpovědí zněla: Ryby byly super, ale my jsme moc z Prahy na to, abychom je poznali.

K rostlinám ani k živočichům, které měli závodníci na trati poznat, nedostali předem žádné seznamy. To, co poznali, byly jejich přirozené vědomosti. A shledali jsme, že to jsou dobří zálesáci a v přírodě se docela slušně orientují. Je na nás, vedoucích, abychom se snažili formovat dál jejich kladný vztah k přírodě.

su, stanoviště byla rozhozena v okolí. Jejich úkolem bylo například vylézt s pomocí dvou smycí a sedacího úvazu na strom a vzít z hnízda vejce. (Danovi to vajíčko v kapse prasklo.) Jinde měli poznat plody dřevin – jak suché, třeba habr a jilm, tak konzervované (tedy ochutnávkou), třeba plody jeřábu či trnky.

Slavnostní táborák zapálil Adam tradičním způsobem třením dřev. I ve vlhkém rybníčním kraji a večerním chladu to zvládl během obdivuhodných několika málo minut. A pak už se jen hrálo a zpívalo dlouho do noci, někteří dospěláci vydrželi kolem ohně dokonce až do svítání.

Nepovedlo se v Doubí něco? I to víte, že ano. Kdo nic nedělá, nic nezkaží. Nepovedlo se stanoviště Plížení. Závodníci si dávali nebývale záležet a protože na splnění disciplíny nebyl stanoven jasný časový limit, hlídky z konce startovního pole musely čekat i několik desítek minut.

Členové hlídek, kteří v neděli vystoupili na špalkové stupně vítězů, obdrželi diplomy s motivem lanového přechodu Zlaté stoky a masivní keramické medaile z dílny Aleny a Františka Reindlových. V žácích i dorostencích zvítězily hlídky z Kamenného Újezdu. Mezi dospělými byli nejúspěšnější Zuzana Dočekalová a Boris Janča.

Fotografie pro rodiče a příznivce „zálesáka“ byly průběžně zveřejňovány na facebookové stránce akce. Sportovní středisko Doubí je opravdu krásné a závodníkům se v něm rozhodně líbilo. (Je to super, nejlepší je, že jsme si mohli spojit stany. Tohle je nejlepší ZZZ ze všech. – A místo je tu překrásné.)

Potěší, že závodníci nevidí jenom závod, ale vnímají i okolí. (Mimo trať: možná by nebylo od věci více kontejnerů na tříděný odpad, když jsme ti zálesáci.)

Mnoho účastníků vyjádřilo s přírodě blízkým pojetím závodu souhlas. (Všechna stanoviště na trati mi přijde jako dobrý nápad. – Poznáváčka rostlin, dřevin „na živo“ a roztrošení jich na trati. – Bylo to super. Od předchozího závodu bylo vše, nebo skoro vše, v reálu. Děkuje moc.)

Škoda, že na vyhlášení výsledků v neděli nebyl oznámen pořadatel závodu pro příští rok. Nechme se překvapit.

*Milan Sobota a organizátoři*



né oblohy, jak je vidíme ve čtyřech ročních obdobích. Baterie, která dodávala hvězdám zářivou energii (a kterou museli rozhodčí do lesa odnést), měla dobrých 30 kilo. Dojem po vstupu do zatemněného prostoru byl ohromující. (To planetárium chci domu.) Někteří znali všechno, někteří neznali nic. Lev, Orion a Blíženci byli poznáni nejčastěji. Ano, bylo to obtížné. Na obloze nejsou čáry spojující jasné hvězdy jako v atlase. Měli bychom častěji zvedat hlavu a dívat se na hvězdy.

**Ryby.** V Třeboňských sádkách nám dali „pod pult“ štika a candáta, aby je nevykoupily restaurace pro víkendové

Po závodě si mohli účastníci vyzkoušet famfrpál, mohli se projet po rybníce (Podle mě bylo nejlepší kánoje.), zašplhat si po provazovém žebříku či látkovém závěsu. Kamarád Hrom z Ligy lesní moudrosti uspořádal školu rozdělování ohně křesáním a třením dřev, jak to popisuje E. T. Seton v knížce Dva divoši. No, kdo z nás by to nechtěl umět! (Nejvíce se mi líbilo, když jsme se učili rozdělovat oheň.) Zájemci se vydali na vycházku s ornitologem.

Po páté hodině, když se do tábora stihli vrátit rozhodčí ze stanovišť, startoval závod dospělých. Ti neměli pevnou trať,



## Sokolských keší není nikdy dost

■ Projekt České obce sokolské ke 100. výročí založení československého státu – „100 sokolských keší republiky“ – probíhá po území celé republiky už od roku 2014 a vyvrcholí během letošního roku. 100 oficiálních keší bude umístěno na místa úzce spjatá s historií našeho státu, jejíž nedílnou součástí je i historie Sokola. Cílem je představit významná místa a důležité osobnosti naší nedávné historie.

Umístění kešky jsou zveřejňovány na webovém portálu [www.geocaching.com/map/#?ll=50.35058,14.47402&z=14](http://www.geocaching.com/map/#?ll=50.35058,14.47402&z=14) a na <http://sokol.eu/obsah/5420/100-sokolskych-kesi-republike>. Součástí projektu je také sběratelská hra, jejímž vyvrcholením pak bude zveřejnění závěrečné multikeše koncem roku 2018.

Sokolské kešky umístěné na celosvětové síti mají obrovský význam pro propagaci Sokola, navštěvuje je spousta lovců (kačerů), kteří o Sokolu slyší třeba poprvé. Ke 31. květnu 2018 bylo umístěno 52 sokolských keší ze 23 žup a bylo 11 200 návštěv.

**Hledejte ve svém okolí, kam byste umístili tu vaši, sokolských keší není nikdy dost. Vítejte každý nápad na novou keš, s realizací rádi poradíme. Radu jak na to, najdete na: <https://www.sokol.cz/sokol/?action=pp&pg=sokolskecesty>**

*Petr Mikysek,  
komise Pobytu v přírodě OV ČOS*



## Přebor očima účastníka

■ Hned v úvodu konstatuji: uspořádáním letošního přeboru ČOS v Závodu Zálesácké Zdatnosti byla pověřena Jihočeská župa a zhostila se svého úkolu na jedničku. Třídenní akce se konala v areálu Doubí u Třeboně, a mně, jakožto jednoho z organizátorů loňského přeboru ZZZ v Radíkově u Olomouce) nabídka účasti od letošních organizátorů mimořádně přišla vhod.

Nebyl jsem z Olomouce sám, kdo se na organizaci závodu v Doubí podílel, byli jsme dokonce čtyři. Br. Jan Nemrava (místonáčelník ČOS), ten působil v Doubí jako hlavní rozhodčí) a dále Iva a Bóďa, oba činovníci z našeho loňského závodu v Radíkově. Letos jim organizátoři přidělili úkoly na některých z obsazených kontrol závodu. Mně byl přidělen úkol časoměřiče v cíli.

Ale teď již to hlavní, proč tento článek píši; je to můj pohled na letošní přebor ZZZ. Především konstatuji, že celý závod i doprovodné programy byly připraveny velmi pečlivě a dalo by se říci s určitou „maximalistickou“ snahou. K lepšímu pochopení použitého výrazu – na každém kroku jsem cítil snahu organizátorů o maximální přiblížení se realitě. Takže: měla-li být závodníkovi položena otázka týkající se přírody, tedy mu tu přírodu přímo „naservírovali“. (Znáš ryby? – tak je rozeznaj živé plovoucí v kádi; znáš rostliny? – urči označenou rostlinu rostoucí přímo na trati závodu; znáš souhvězdí? – rozpoznaj ho v označené části mapy noční oblohy s množstvím hvězd; znáš brouky a různou havěť?... atakdale.)

Jako jeden ze tří časoměřičů jsem měl možnost prohodit pár slov takřka se všemi hlídkami, které doběhly do cíle. A jednomyslně jsme konstatovali, že některé hlídky se vracely sice dosti unavené (hlavně ty žákovské), ale všechny jednoznačně spokojené!

Za zmínku stojí ještě jedna okolnost, která dokládá maximální

přiblížení celé akce přírodním podmínkám: slavností večerní táborák byl zapálen, budiž řečeno s velkou pochvalou, pomocí třením dřev.

Samozřejmě v pozdějších sobotních večerních hodinách proběhla beseda organizátorů závodu, jeho účastníků a rozhodčích a členů komise PP ČOS. Přiznám se, že po určitých zkušenostech z loňské besedy v Radíkově jsem byl docela zvědavý, jak tato beseda dopadne letos. Sám před sebou jsem se netajil nadějami, že určité zlomové odlišnosti byly snad loni v Radíkově překonány, a tedy že letošní beseda bude již „mírnější“ a třeba i konstruktivnější. A také to tak i vypadalo. Hodnocení, až na určité drobnosti, byla většinou kladná a organizátoři mohli být spokojeni. Pak ale přišel okamžik, kdy přece jen „probublaly“ na povrch některé neshody mezi organizátory a komisí PP ČOS. Z mého hlediska se ale jednalo o nepodstatné a někdy až malicherné problémy, které by se určitě „vyřešily samy“, kdyby se o nich moc nemluvilo, anebo alespoň ne tak „zarputile“. A to zejména, když už bylo po závodu, který proběhl bezvadně a ke spokojenosti všech...

Na závěr bych chtěl ocenit „zásah“ br. Zdeňka Laušmana, předsedy komise PP ČOS, který citlivě a zajímavě doplnil úvodní a z hlediska historického velmi erudovaný zahajovací proslov slavnostního tábora br. Růžičky; uvedl ještě jedno jméno, kterému bychom měli při každém ZZZ vzdát čest a vzpomínku, totiž br. Jiřího Herzána. Jednoho z iniciátorů obnovení závodů mládeže v přírodě (tehdy ještě v hluboké totalitě – v roce 1971) a otce dnešní podoby ZZZ (to již pod křídly obnoveného Sokola).

Z letošního přeboru ZZZ ČOS v Doubí jsem se vracel spokojený a bezesporu nabitý novými nápady, které zajisté nezůstanou u nás v Olomouci „ležet ladem“.

*Luboš Toušek,  
člen župní komise PP, Olomouc*



# Svět nekončí za vrátky do nového ročníku

■ Svět nekončí za vrátky, cvičíme se zvířátky – tak se jmenuje projekt České obce sokolské, který je realizován pod záštitou Svazu měst a obcí ČR a MŠMT a který je zaměřený na motivaci k pohybu u předškolních dětí přímo v jejich mateřské školce nebo jiném volnočasovém zařízení.

Ve školním roce 2017/2018 se uskutečnil druhý ročník, kterého se zúčastnilo téměř 50 000 dětí, což byl obrovský skok od prvního ročníku, kde bylo zúčastněných necelých 15 000 dětí. Projekt prokázal kladný dopad na zvýšení pohybové gramotnosti předškoláků a projevil se jako pozitivní motivace pro děti i pedagogy, kterým se do rukou dostává jednoduše zpracovaná metodika tělesné výchovy, kterou si zúčastnění pedagogové z loňských ročníků velmi chválí pro stručnost a jasnost vysvětlených úkolů. Výhodou je také to, že veškeré činnosti mohou provádět ve své školce s běžným vybavením pro tělocvik.

Projekt je rozdělen na tři stupně, které respektují specifika jednotlivých věkových kategorií. Každá věková skupina

má oddělené úkoly v pěti oblastech. Věkové kategorie se věnují v jednotlivých stupních příslušným pohybovým dovednostem, rozvoji poznání i netradičním činnostem. Děti i pedagogové pracují s materiály, které jim ČOS poskytne zcela zdarma.

Česká obec sokolská nabízí vstup do projektu, který může dětem nabídnout další podněty spojené se zdravým pohybem. Chce tak podpořit první zájem dětí o aktivní sportování, ale také vedení k týmové spolupráci, radosti ze splnění úkolů jak u jednotlivce, tak ve skupině a zapojení rodičů do sportovních aktivit svých dětí. Plnění jednotlivých úkolů by mělo přinášet dětem radost a potěšení z pohybu, pomáhat jim naučit se překonávat překážky, rozvíjet jejich samostatnost při dalším zdokonalování pohybových dovedností a tím jim umožnit vstup do velkého světa při překonání hranice šesti let. Cvičení se zvířátky probíhá přímo v mateřských školách nebo volnočasových zařízeních, pod vedením tamních pedagogů, trenérů nebo cvičitelů. Díky pěkně zpracovaným materiálům,

které účastníci projektu dostanou k dispozici, je provádění cvičení snadné a zvládne ho každý.

Třetí ročník projektu, do kterého nyní probíhá registrace, je připraven ke startu od začátku školního roku 2018/2019. V případě zájmu či podrobnějších informací se můžete obrátit na koordinátorku projektu na e-mail [akujanova@sokol.eu](mailto:akujanova@sokol.eu).



Práce se sešitem v MŠ Pardubice-Jesničky



MŠ Olomouc pro sluchově postižené



## Ondrášovka

**GENERÁLNÍ PARTNER  
ČESKÉ OBCE SOKOLSKÉ  
A XVI. VŠESOKOLSKÉHO SLETU**

[WWW.ONDRASOVKA.CZ](http://WWW.ONDRASOVKA.CZ)

**Název střediska:** SZM  
oddílu badmintonu při  
T. J. Sokol Dobruška

**Počet trenérů:** 9, z toho jeden trenér kvalifikace D (Skočdopole J.) kvalifikace Level 1 (kvalifikace probíhala ve Španělsku a byla zastřešena EBU - ta nesla i veškeré finanční náklady) kvalifikace II tř. ( Drašnar, Frýda, Šváb P. Tomek) kvalifikace III tř. (Skočdopole M., Šmída, Koblása). Trenéři jsou specializováni na určité úderovou techniku, typy zápasů atd. (dvouhra, čtyřhra, smíšená čtyřhra, kondiční příprava), dále je při tréninku provedeno rozdělení do skupin (to vše řídí vedoucí trenér br. Václav Drašnar).

**Počet sportovců:** Ve SZM mládeže máme v současné době 23 sportovců s věkovým průměrem 16,6 r. ( a v přípravce což zahrnuje kateg. U13-U15) máme 27 sportovců ( z hlediska kapacity a výkonostního růstu nemůžeme více zastřešit na to máme svoje zázemí v rámci reg. farmářské zastřešení).

#### **Oddíl působí od:**

26. 11. 1972 – pod hlavičkou sportovní jednoty TJ Spartak Dobruška a následně po reorganizaci sportovního hnutí v Dobrušce v r. 1990 a vzniku několika nových klubů vstoupil do ČOS

**Současné úspěchy:** Účast v extralize a 1. národní lize dospělých (v ní dostávají příležitost hlavně mladí hráči ze SZM – setry Kubečkové Tereza a Veronika, Strnadová Iveta a Tomáš, Smejkalová Eliška a Petr Hrnčar – to jsou opory pro r. 2018).

## Badminton v Dobrušce

*Základními složkami výkonnostního sportu ČOS a výkonnostní nadstavbou široké sportovní základny ČOS jsou sportovní základny mládeže, vybrané oddíly mládeže, výkonnostní sport dospělých a vybrané oddíly dospělých. Postupně je na stránkách časopisu Sokol představujeme. Tentokrát hovoříme s trenérem oddílu badmintonu Sokola Dobruška Karlem Tomkem.*

■ Základními složkami výkonnostního sportu ČOS a výkonnostní nadstavbou široké sportovní základny ČOS jsou sportovní základny mládeže, vybrané oddíly mládeže, výkonnostní sport dospělých a vybrané oddíly dospělých. Postupně je na stránkách časopisu Sokol představujeme. Tentokrát hovoříme s trenérem oddílu badmintonu Sokola Dobruška Karlem Tomkem.

Trenéři v SZM oddílu badmintonu Sokola Dobruška jsou specializováni na určité úderovou techniku, typy zápasů atd. (dvouhra, čtyřhra, smíšená čtyřhra, kondiční příprava), dále je při tréninku provedeno rozdělení do skupin (to vše řídí vedoucí trenér br. Václav Drašnar. Všichni trenéři jsou dřívější hráči, kteří zůstali po závodní kariéře. Jako trenéři jsou dřívější hráči extraligy i účastníci PMEŽ v Moskvě, účastníci různých MEa světových okruhů. Další trenéři působili na úrovni 1. národní ligy a oblastních přeborů.

V roce 2000 vzniklo v Dobrušce SCM (Sportovní centrum mládeže) – na základě rozhodnutí MŠMT při ČBaS (v uvedené době byla při ČBaS jen dvě SCM – Dobruška a Český Krumlov) a náš oddíl byl pod zastřešením ČOS jako jediný oddíl se základnou SCM. V té době také vznikla v Dobrušce SZM mládeže při ČOS.

V té době náš oddíl zastřešoval SCM – východočeskou oblast, severočeskou oblast a část středočeského kraje. V další době došlo ke zrušení SCM a bylo utvořeno jedno národní centrum s menším příspěvkem na oblasti. V Dobrušce jsme limitováni určitou kapacitou (musíme zastřešit žáky, dorost a kategorie dospělých, ale i ponechat malinkou část pro seniory). V dřívější

době jsme v Dobrušce pořádali několik významných soutěží různá mistrovství ČR všech kategorií, ale vznikajícím přísnějším podmínkám na zázemí a kapacitou pro diváky můžeme maximálně pořádat oblastní soutěže a odehrávat jen družstva, která jsou méně náročná na zázemí pro hráče. Z uvedeného důvodu i za pro nás nevýhodných podmínek pořádali několikrát MČR jak v kategorii dospělých, tak juniorů ve sportovní hale v Rychnově nad Kněžnou a mezinárodní mistrovství ČR v Hradci Králové. Přesto v Dobrušce hrajeme extraligu a 1. národní ligu dospělých (v ní dostávají příležitost hlavně mladí hráči ze SZM), v roce 2018 – naše družstvo B se umístilo na 1. místě v národní lize (hrálo baráž o účast v extralize – a to hlavně zásluhou našich mladých hráčů ze SZM. V kategorii starších žáků to je Tomáš Šmída, Skočdopole Dobias, bři Čtvrtečkové Jakub a Ondřej, Weber Eva Pavlína, kteří v letošní sezoně získali několik medailových umístění v GP C a mají velkou šanci se kvalifikovat na MČR, které bude koncem roku 2018.

#### **Co je největší pýchou vašeho střediska?**

Jsmo hrdí na to, že prakticky od roku 1972 – v neustálém cyklu – pracujeme s mládeží. Trenéři jsou většinou naši dřívější hráči, zázemí máme v SPŠel, s níž spolupracujeme. Starších mohou studovat na této škole a spojit studium se sportem (máme některé hodiny i v rámci školního vyučování).

#### **Z jakých zdrojů je vaše středisko financováno?**

SZM je financována hlavně ze zdrojů ČOS, dotací od města Dobrušky, spon-







zorů (jako jsou firmy Port CZ, Beckr, VD sport), rodičů a drobných dárců.

### **Jaký podíl je ze soukromé, podnikatelské sféry? Máte nějakého generálního či hlavního partnera?**

Přímo tzv. hlavního nebo generálního partnera nemáme – to bylo v dřívější době (ještě zhruba před 5 lety), nyní to je tak stejným podílem – nelze vy-  
zvedávat někoho nad ostatními.

### **Důležitý je určitě i vztah s obcí. Jakou spolupráci s ní máte?**

Vztah s obcí máme vcelku dobrý, ale až poslední dva roky došlo k určitému finančnímu navýšení dotace pro náš oddíl. Město se snaží pomoci v rámci údržby se sokolovnou. V dalším období bude tato spolupráce možná ještě těsnější.

### **S čím se nejvíce potýkáte, kde jsou největší překážky, které musíte při své činnosti překonávat?**

Největší překážky máme ve vybavení tělocvičny a sokolovny,

když celkové zázemí už neodpovídá dnešním požadavkům... čekáme stále na výstavbu sportovní haly. Jinak v posledním období je to finanční dotace - celkově (jak v příspěvcích od podnikatelské sféry, tak státní dotace na sport).

### **Jaký je zájem mládeže o vaše středisko? Jste schopni ho uspokojit?**

Nejsme schopni tzv. kulturně uspokojit naše sportovce – což je hlavně u hobby center atd., kde mají svoje zázemí i rodiče čekající na svoje děti.

### **Jak na tom jsou zájemci o sportování ve vašem středisku co se týče kondice, pohybové gramotnosti a sportovního talentu? Jak probíhá nábor a výběr do vašeho střediska?**

Někteří, kteří přicházejí do střediska jako noví sportovci, na tom moc dobře s kondicí nejsou. V této oblasti je velký pokles celkově. Někdy hned v úvodu musíme řadu žáků vyřadit, neboť

i rodiče mají jiné představy – což dříve nebývalo.

Nábor nových hráčů probíhá formou našich aktivit na základních školách – letákové akce, předvádění našeho sportu přímo na školách. Snažíme se do uvedených náborových akcí zahrnout i okolní města.

Začínáme s tou možností, že až žák či dorostenec sportovně dozraje, má možnost v našem oddíle pokračovat v kategorii dospělých na vrcholové úrovni – hrát extraligu nebo 1. národní ligu.

Uvedte výrazné talenty ve vašem středisku, případně jejich úspěchy... předpoklady atd.

Kubečková Veronika, Strnadova Ivetta, Tomáš Šmída, bratři Čtvrtečkové či Eva Pavlína Weber i sestry Sehnařovy.

### **Jakou máte konkurenci, „nepřetahuje“ vám například hráče?**

Nemáme problém, že by někdo odcházel do jiného vrcholového klubu. Ale problémy se objevují, když si dorostenec vybere nějakou vysokou školu mimo regiony Hradce Králové či Pardubic (buď musíte ponechat na určité období daného sportovce hostovat za příslušný klub, nebo uhradit někdy dost vysoké poplatky na tréninky).

Tlak je takový, aby v rámci školy uvedený sportovec minimálně hostoval – pokud to není na přestup. Hledáme i cesty, že se snažíme uhradit našim hráčům tréninkový proces v jeho zázemí vysoké školy, ale je to značně finančně náročné – to je velká nevýhoda klubů z menších měst. Někdy i přemlouváme daného sportovce, aby v rámci vrcholového sportu si vybral nějakou školu v rámci blízkého regionu. ☺



# Mezinárodní sletová soutěž v badmintonu

■ Ve dnech 2.–3. června se v Dobrušce konala za podpory ČOS významná sletová soutěž pořádaná u příležitosti XVI. všesokolského sletu 2018. Na mezinárodním čtyřutkáni smíšených družstev dospělých jsme zde přivítali výběry hráčů ze Slovenska, Polska, České republiky a družstvo složené z hráčů organizovaných v ČOS. Turnaj se odehrál ve sportovní hale SPŠel-it, kterou pro tuto příležitost pořadatelé připravili do slavnostního rázu. Byly nataženy dva badmintonové koberce, připravena místa pro diváky a provedena výzdoba vzhledem k významu soutěže. Slavnostního zahájení se zúčastnili za vedení města Dobrušky starosta Petr Lžíčar a místostarosta Petr Poláček, za ČOS br. Karel Tomek – člen P OS ČOS, starosta T. J. Sokol Dobruška br. Václav Drašnar a br. Petr Šváb – předseda pořadajícího oddílu.

Při zahájení všichni hráči obdrželi sletové tričko a pozornost od města Dobrušky. Poté již byly rozehrány první utkání, hrálo se na 8 zápasů na 3 vítězné sety do 11 bodů. V prvních utkáních vyhrál výběr ČOS nad výběrem Polska 8-0 a výběr ČR nad Slovenskem 6-2. Po polední přestávce se družstva sešla ve sportovní hale k utkáním druhého kola, které začalo v 15.30 hodin. Výběr ČOS se střetnul s výběrem ČR a v celkovém hodnocení turnaje zde došlo k nejvyrovnanějším zápasům s nerozhodným stavem utkání v poměru 4-4. Ve druhém odpoledním utkání porazil výběr Slovenska Polsko 7-1.

Nedělní program byl zahájen v 9.30 hodin. Ke svým utkáním proti sobě nastoupily výběry ČOS a Slovenska a ve druhém utkání ČR s Polskem. Výběr ČOS dokázal slovenské hráče přehrát potřebným výsledkem 7-1 a zajistil si tak první místo v tabulce. Ve druhém souběžně hraném utkání porazil výběr ČR hráče z Polska 8-0. Nedělní zápasy a slavnostní zakončení turnaje se odehrály za přítomnosti kamer České televize a kameramana z ČOS, který zpracovává materiály o sletových akcích. Řada hráčů, ve-

doucích družstev a přítomných funkcionářů si tak odbyla rozhovor před kamerou.

Předávání cen při vyhlášení výsledků se ujali za město Dobruška Petr Lžíčar a Petr Poláček, za ČOS Karel Tomek, Václav Drašnar a Petr Šváb. Družstva na prvních třech místech obdržela poháry, medaile, diplomy a všechna pak věcné ceny.

Chtěl bych poděkovat všem hráčům a jejich doprovodu, že na závěr sezóny vážili cestu do Dobrušky a svojí účastí podpořili sletový turnaj. Věřím, že si hráči dobře zahráli a byli s průběhem soutěže spokojeni.

Děkujeme ČOS za možnost uspořádat takovouto akci v tak malém městě, jakým Dobruška je, a za finanční podporu celého turnaje. Poděkování patří městu Dobruška a jeho hlavním představitelům za jejich účast v průběhu turnaje a upomínkové dárky pro účastníky akce. Děkujeme také vedení SPŠel-it za umožnění uspořádání turnaje ve sportovní hale, hlavně Milanu Pohlovi a Haně Mužíkové za součinnost při pořádání akce a za podporu polských hráčů.

Závěrečné poděkování patří organizačnímu výboru a všem obětavým pomocníkům, kteří vytvořili v hale výborné podmínky pro průběh turnaje, zajistili ubytování a stravování týmů nebo se podíleli na vedení a rozhodování zápasů.

**Konečná tabulka:** 1. výběr České obce sokolské, 2. výběr České republiky, 3. výběr Slovenska, 4. výběr Polska. Ve výběru ČOS se turnaje zúčastnili hráči prvoligového družstva T. J. Sokol Dobruška Lukáš Tlustý, Marek Bureš a Eliška Smejkalová, vítězové 1. ligy skupiny východ 2017/18. Ze Sokola Doubravky přijel Jan Viktor a ze Sokola Meteor Praha Matěj Hubáček, členové extraligového družstva USK Plzeň. Dalšími členy družstva byli Pavel Synovec, hráč Sokola Meteor Radotín Praha B hrající 1. ligu a Anna Legátová, hráčka Sokola Doubravka, která je v první desítce dvouhry národního žebříčku.

Petr Šváb





# Sletová gymnastika v Edenu

■ Po šesti letech se ve dnech 15.–17. června uskutečnila sletová soutěž ve sportovní gymnastice. Hlavním pořadatelem byl Sokol Praha Vršovice, oddíl sportovní gymnastiky v těsné spolupráci s Českou gymnastickou federací. Nemohla se konat z technických důvodů – současné velikosti plochy pro prostná – v Tyršově domě, a tak měla svoji premiéru v areálu Halových sportů Slavie v blízkosti fotbalového stadionu, kde se budou konat letošní hromadná vystoupení. Na závod ve třech kategoriích byli zváni sokolští gymnasté ze zahraničí a gymnasté Slovenské republiky. A tak byla mezinárodní v kategorii mladších, starších žáků a dorostenců a sou-

časně mistrovstvím České republiky těchto kategorií a kategorie nejmladších žáků.

V sobotním prvním sledu startovalo 13 dorostenců – zvítězil Srb Stefan Pavlović („Vojvodina“ Novi Sad) a v osmi družstvech (1. Sokol Brno I) a v jednotlivcích 48 starších žáků (1. Adam Uherka z vítězného družstva). V druhém sledu soutěžilo 21 družstvo (1. SK Hradčany, 5. družstvo „Vojvodina“ Novi Sad) a 72 jednotlivců mladších žáků (1. Jan Kusák, Sokol Kladno). V podvečerních hodinách se ještě navíc v mezinárodním závodě juniorů utkala družstva Německa, České republiky, Polska, Rakouska (takto byla i v pořadí) a družstvo jednotlivců složené ze dvou slovenských a tří českých závodníků. V jednotlivcích dominoval talentovaný Daniel Ponížil (ČR). Nedělní dopoledne bylo naplněno finálovými souboji na jednotlivých nářadích mladších, starších žáků a dorostenců. Podrobné výsledky

naleznete na stránkách **gymfed.cz** nebo **sokol.eu**.

Nedělní odpoledne patřilo nejpočetnější kategorii nejmladších žáků, kde se ve dvou sledech snažilo 21 družstvo (1. SK Hradčany) a 93 jednotlivců (1. Josef Neumann z vítězného družstva).

Ve dvou dnech soutěžilo 50 družstev, 258 jednotlivců – 227 českých závodníků, z toho 104 sokolských, 123 z ostatních oddílů a klubů, a 31 zahraničních.

Soutěže se vydařily, byly navštíveny hojným počtem diváků a k jejich informovanosti dobře posloužily monitory ukazující v prostorné hale známky na nářadích a moderátor Miroslav a Pavel Zítka. Závodníci, rozhodčí i pořadatelé měli zajištěný dostatečný pitný režim (Ondrášovka). Závodníci na stupních vítězů obdrželi sletové medaile a diplomy, věcné ceny, sletová trička a všichni závodníci, trenéři a rozhodčí účastnické diplomy.

*Petr Syrový, jednatel soutěže*

FOTO MARIE BRUNEROVÁ



# Sletový florbalový pohár pro akademickou reprezentaci ČR

■ Celkem šest utkání mohli od pátku 17. června do neděle 19. června zhlédnout diváci v rámci Sletového florbalového poháru k XVI. všesokolskému sletu a ke 100. výročí založení Československa. Mezinárodní punc dodala účast akademické reprezentace Slovenské republiky, kterou doplnila také akademická reprezentace České republiky. Obě družstva pojala turnaj jako přípravu na blížící se akademické mistrovství světa v polské Lodzi. Ved-

le obou národních týmů se na turnaji představila superligová družstva Sokola Pardubic a domácího Sokola Královské Vinohrady. Turnaj, který pořádala jednota Sokol Královské Vinohrady za podpory České obce sokolské, se konal ve sportovní hale v pražských Riegrových sadech, v jednom z největších sokolských areálů vůbec.

Úvodní páteční střetnutí se neslo v duchu sokolského derby mezi domácími Vinohrady a hosty z Pardubic. Zkušenější celek hostů od počátku tahal za delší konec, ale Vinohrady nakonec zvládly svého soupeře dostat pod tlak. Více než prohru 3:5 však ze závěrečného náporu nevytěžily.

Sobota měla na programu tři utkání. Nejdříve si Pardubice poradily v divokém utkání 12:6 s mladým výběrem ze Slovenska, který ještě večer inkasoval vysokou prohru od českých akademiků. Ti odpoledne přehráli i výběr domácího Sokola Vinohrady v poměru 7:1. Dramatické bitvy pak přinesl poslední

den turnaje. V přímém souboji o třetí místo se nejprve dlouho schylovalo k překvapení. Domácí Vinohrady nechytly tempo utkání a mladíci ze Slovenska téměř celý zápas vedli. Ještě v průběhu třetí třetiny to za stavu 1:4 vypadalo na medaile pro Slovensko, ale domácí nakonec zvládli zápas několika brankami otočit. Konečný výsledek 6:5 a třetí místo pro Sokol Královské Vinohrady. Snad ještě více dramatický byl souboj o zlato mezi Sokolem Pardubice a Českou republikou. Pardubice svému soupeři zle zatápěly a většinu utkání vedly. Velmi rychlý zápas s množstvím branek pro sebe urvali čeští akademici až v samotném závěru. Výsledek 9:7 a zlaté medaile pojistil český výběr gólem do prázdné brány.

Zlato ze sletového poháru tak bere tým České republiky, stříbro získal tým Sokola Pardubice. Bronzové medaile pak zůstávají na domácí půdě Sokola Královské Vinohrady.

*Jiří Buchta*



## Sletový pohár

### XVI. všesokolského sletu – výsledky:

|   |      |
|---|------|
| Sokol Královské Vinohrady vs. Sokol Pardubice     | 3:5  |
| Sokol Pardubice vs. Slovenská republika           | 12:6 |
| Sokol Královské Vinohrady vs. Česká republika     | 1:7  |
| Česká republika vs. Slovenská republika           | 15:0 |
| Sokol Královské Vinohrady vs. Slovenská republika | 6:5  |
| Sokol Pardubice vs. Česká republika               | 7:9  |



**O**d pátku do neděle se na půdě Sokola Pražského uskutečnil mezinárodní turnaj v mládežnickém basketbale kategorie U17 pod názvem Falcon Games, který se konal jako sletová soutěž při příležitosti XVI. všesokolského sletu. Do haly v Žitné přijaly pozvánku kromě Sršňů Písek hned tři zahraniční týmy, a to maďarský Budapesti Honvéd, polský Chromik Żary a slovenský národní tým U16. Záměrem turnaje bylo i po konci basketbalové sezony zajistit týmům srovnání s ostatními celky na té nejvyšší evropské úrovni. Všechny týmy čekaly čtyři zápasy ve třech dnech systémem každý s každým, což hrálo na konci turnaje důležitou roli. Turnaj odstartoval v pátek v 11 hodin duelem píseckých Sršňů s budapeštským Honvédem, který skončil jasným vítězstvím 86:50 pro Sršně. Poté následoval zápas slovenské reprezentace do 16 let s polským celkem Chromik Żary. Tento duel Slováci ovládli poměrem 93:70 po excelentním výkonu Valentínyho, který soupeři nastřílel 41 bodů. V dalším zápase se utkal domácí celek Sokola Pražského se Sršni Písek, pro které to byl již druhý zápas ve stejný den. I tak si s pražskými sokolíky dokázali Sršni poradit a po vyrovnaném utkání odcházeli vítězně poměrem 65:75. Posledním utkáním na pořadu dne byl souboj Budapesti Honvéd se Slovenskem U16. Po přesvědčivém výkonu plném rychlých protiútoků Slováci opět dokázali zvítězit 94:62. V sobotu se hráči vrátili na palubovku Sokola Pražského až ve tři hodiny odpoledne, poté, co dopoledne zahraniční týmy strávily prohlídkou Prahy. Druhý

## Sletový basketbal přinesl kvalitní hru



hrací den turnaje začal zápasem mezi domácím Sokolem a budapeštským celkem. Sokol se dokázal po předchozí prohře vzchopit a maďarský tým zdolal 96:72, zejména díky 22 bodům Matěje Burdy. Další utkání přineslo souboj Sršňů se slovenským národním výběrem U16. O rok mladší hráči překvapivě soupeře zaskočili a utkání vyhráli poměrem 75:100. Poslední zápas druhého hracího dne připadl opět na Sokol Pražský, který v něm vyzval polský Chromik. Po perfektním výkonu Matěje Burdy, který zaznamenal 37 bodů, dokázal Sokol zvítězit i přes srdatý výkon hráčů z Chromiku Żary. V neděli se začínalo již od 9 hodin soubojem Sršňů Písek s Chromikem Żary. Možná i kvůli vyčerpávajícímu duelu z předchozího večera Chromik nedoká-

zal soupeři vzdorovat a prohrál jasně 54:104. Další zápas pak přinesl velký zvrat v celkovém umístění na turnaji, když Sokol Pražský díky dalšímu skvělému výkonu Burdy a dalších hráčů dokázal porazit slovenský výběr do 16 let o 20 bodů, 88:68. Kvůli výsledkům vzájemných zápasů pak tento duel zamíchal pořadím. Symbolicky v úplně posledním zápase turnaje se hrálo o to, kdo bude poslední. Tento duel mezi Budapesti Honvéd a Chromikem Żary, tedy dvěma týmy, kterým se na turnaji doposud nepodařilo zvítězit, dokázal zvrátit na svou stranu talentovaný Vincent Valorič, který zaznamenal 31 bodů a díky němuž Honvéd vyhrál nad Chromikem 85:58. Turnaj přinesl opravdu kvalitní předvedenou hru od všech týmů, kterou korunovaly excelentní výkony několika hráčů, jež si tak zajistili výběr do nejlepší pětky turnaje. O pohledné akce nebyla nouze a za některé z nich by se nestyděli ani profesionální basketbalisté. Diváky v hale Sokola Pražského tak po celou dobu turnaje bavil atraktivní mládežnický basketbal mezinárodního kalibru a hráčům snad přinesl zkušenosti do jejich nadcházejících zápasů a sezon. Celkové vítězství Sokola Pražského pak ještě podtrhlo pozitivní dojem z vydařeného turnaje. Závěrečné pořadí turnaje:

**1. Sokol Pražský 2. Slovensko U16 3. Sršni Písek 4. Budapesti Honvéd 5. Chromik Żary**  
Nejlepší pětka turnaje: **Vincent Valorič** (#4) – Budapesti Honvéd, **Matěj Burda** (#9), **Richard Barac** (#7) – oba Sokol Pražský, **Juraj Valentíny** (#18) – Slovensko U16, **Pavel Černý** (#2) – Sršni Písek 🏆



# Mistrovské tituly mladých atletů

■ V prvních třech červnových dnech hostil Kolín mistrovství České republiky ve vícebojích mládežnických kategorií. Své mistrovství zde měly juniorské, dorostenecké i žákovské kategorie. Pouze muži a ženy mají své mistrovství jako součást mezinárodního víceboje na Kladně ve druhé polovině června.

Tělocvičná jednota Sokol Kolín – atletika se zhostil pořadatelsví tradičně velmi kvalitně. Na městském stadionu byly vidět velké souboje včetně limitů na velké mezinárodní akce mládeže. Sokol byl vidět na stadionu nejen organizačně, ale také výsledkově. V pěti z osmi kategorií získali zástupci ČOS medaile. Nejlépe ze všech si vedl František Doubek z Nové Paky. Tomu se podařilo získat titul mezi dorostenci v silné konkurenci výborných vícebojařů. Součtem 6659 bodů splnil limit do Györu na ME do 17 let (U18), kam v červenci odjede v konkurenci dalších dorostenců z ČR jako vedoucí tabulek.

Tituly se podařilo vybojovat ještě ve dvou kategoriích. Ve starších žákyňích zvítězila výkonem 4884 bodů Tereza Babická z Českých Budějovic v sedmiboji. Mezi mladšími žáky se blýskl Jiří Synek z Kolína výkonem 2633 bodů v pětiboji. Skoro na titul dosáhla mezi mladšími žákyňami Anna Havlíčková z Hradce Králové. Výkonem 3030 bodů v pětiboji zaostala jediný bod za Kateřinou Šebrlovou, dcerou evropského rekordmana v deseti-boji. K velkým talentům víceboje se však řadí výkonem 4773 b. v sedmiboji i druhá v kategorii starších žákyň novopacká Jessica Nechanická. Bronz získal Richard Šenk z Opavy mezi staršími žáky. Získal 5157 bodů v devětiboji.

-vp-



FOTO: DENISA KYŚIALOVÁ



## Evropské zlato do Poděbrad

■ V hotelu Thermal v Karlových Varech se ve dnech 24.–26. května konalo ME Fisaf. Na šampionát se poprvé v historii nominovaly dva týmy z T. J. Sokol Poděbrady v kategorii Aerobic Performance.

Dalo by se říci, že jsme jely na zkušenou. Po semifinálovém kole náš kadetský tým ve složení Nella Pozníková, Julie Vrchotová, Aneta Bedrnová, Viktorie Hovorková, Kiki Mandousová a Ema Hrabáková vybojoval druhé místo, a to bylo dobré znamení. Zvládly jsme porazit dva ruské týmy, které jsme do té doby neviděly cvičit a nevěděly, co očekávat. Do finálového kola jsme šly s obrovským nasazením za veliké podpory celé haly. Ustát atmosféru, kdy celý velký sál hotelu Thermal skanduje „Czech republik“ bylo pro naše 11leté holčičky jistě velký nápor, ale sestavu předvedly opravdu s precizností. Vyhlášení výsledků jsme si už jen užívaly, na ME se může stát vždy cokoliv a pořadí se může i ve finále různě zamíchat. Jak obrovská radost, hrdost a kolik slz vytrysklo z očí, když moderátorka vyhlásila „Who’s gonna be the Dragoon Warrior?“ na 1. místě, to asi nemusím popisovat. Česká



hymna pro naše závodnice, náš oddíl, město Poděbrady, to je nepopsatelné. Ve večerních hodinách se na své finále připravoval náš seniorský tým Devils ve složení Betty Kárová, Barbora Hrdková, Natálie Mikuličková, Natálie Kratochvílová a Natálie Vinecká. Děvčata ve velké konkurenci šla ze semifinálového 4. místa, ale stejným součtem bodů jako tým na 3. místě. Večerní atmosféra v hale zhoustla, plný sál, mohutné povzbuzování mezi českými reprezentanty byl obrovský zážitek. Naše dáblce nechaly na finálové ploše srdce i všechny své síly, jako trenérka nemohu opravdu nic vytknout. Ten-



tokrát nám na evropskou medaili ten kousíček chyběl, ale přivést 4. místo z Evropy, to je skvělý výkon! Děvčata nic nevzdávají a budou se připravovat na říjnové mistrovství světa v holandském Leidenu!

Celý realizační tým včetně všech rodičů, kteří byli do jednoho přítomni, si šampionát užil, a o to nám jde nejvíce!

*Monika Sobotková, trenérka oddílu aerobiku Sokola Poděbrady*

## Dvě medaile pro zlínské vzpěrače

■ V Sokolově se v červnu uskutečnilo MČR starších žáků pro rok 2018. Limity splnilo také trio mladých elévů svěřenců trenéra Jaroslava Janeby ze Sokola Jižní svahy Zlín-5. Ti přivezli dvě bronzové medaile a jedno čtvrté místo. V kg nad 85 kg dosáhl za výkon 175 kg na bronz Tomáš Podškubka (15 let). Bohužel, bolest zad mu neumožnila získat stříbro. Trenér Janeba nechtěl riskovat zhoršení zdravotního stavu, jelikož za 14 dní měl Tomáš startovat také ještě na MČR juniorů do 17 let. V hk do 85 získal za 110 kg také bronz Ondřej Kocháň (15) a v kh do 50 kg dosáhl na čtvrté místo teprve třináctiletý Matouš Sára, ještě věkem žák mladší.

*Jaroslav Janeba*

Zleva Ondřej Kocháň, Tomáš Podškubka, trenér J. Janeba a Matouš Sára.







Ilustrační foto z předchozích ročníků

## PaCH 2018: Voda v jakémkoliv skupenství

■ Na konci letošního listopadu, 23.–25. 11. 2018, pořádá Ústřední škola ČOS již V. ročník Mezinárodního semináře pro cvičitele rodičů a dětí, předškolních dětí – PaCH 2018 (Parents and Children). I když do jeho konání tedy zbývá čas několika měsíců, na přihlášení se již tolik doby nezbývá. A jak ukazují zkušenosti z minulých ročníků, bývá o tento seminář zájem. Po minulém – zajímavém a společensky i ekologicky přínosném tématu „jak využít recyklovatelný odpad v hodinách RDPD“ – je hlavním tématem letošního semináře „Voda v jakémkoliv skupenství“. Seminář si klade jako hlavní cíl seznámit účastníky s tím, jak toto téma přiblížit dětem v tělocvičně pomocí různých pohybových aktivit a pohybových her. Voda je rozdílná v různých svých skupenstvích a pokaždé se s ní dá dělat či tvořit z ní něco jiného. Vedlejším cílem je prostřednictvím cvičitelů, instruktorů a učitelů motivovat děti a jejich rodiče k šetrnému zacházení s vodou a s jejími zdroji a tím snižovat zátěž pro životní prostředí. Seznámení s hlavními tématy bude uskutečněno formou přednášek, praktických cvičení, vedených vzorových lekcí, workshopů a poste-

rovou sekcí. Lektory budou čeští a zahraniční odborníci v oblasti pohybové kultury a vzdělávání předškolních dětí. Ze zahraničních účastníků již přislíbila účast Daniela Solaréz z Brazílie, která byla lektorkou i v minulých dvou ročnících a jejíž přednášky byly vždy nápadité a hravé. Novým lektorem pro tento rok by měl být Martin Sækmose Lykkegaard z Dánska, který nabídne úpolové hry pro rodiče s dětmi. Z programu dále můžeme prozradit, že bude hudebně pohybová výchova s vodou s Mgr. Milenou Kmentovou, Pražské vodo-

vody a kanalizace pro nás připravují přednášku o vodě.

Co se na semináři PaCh 2018 bude dít dál? To už prozrazovat nebudeme. Účastníci semináře se vše s dostatečným předstihem dozvědí. A jak se stát účastníkem Mezinárodního semináře pro cvičitele RDPD – PaCH 2018? Stačí vyplnit elektronickou přihlášku na webových stránkách Ústřední školy ČOS ([www.sokol.eu](http://www.sokol.eu)).

Seminářem je pořádán pod záštitou Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy.

*Dana Absolonová*







## ČOS má nové cvičitele III. třídy

*Závěr školního roku přináší slavnostní okamžiky nejen pro žáky základních či středních škol, ale také pro absolventy školení v Ústřední škole ČOS. Po pilném studiu v průběhu roku a složení závěrečných zkoušek získávají příslušné osvědčení – ČOS má nové cvičitele. O průběhu dvou školení nám napsali i jejich účastníci.*

### Školení pro cvičitele sportovní všestrannosti III. třídy

O toto školení byl jako vždy velký zájem. Překvapující byl vysoký počet přihlášených mužů, kterých bylo celkem 14 z celkového počtu 32 účastníků. Školení bylo rozděleno na dvě víkendové konzultace, samostudium a následné zkoušky, které se konaly v Praze v Tyršově domě. Během seminářů se budoucí cvičitelé vzdělávali v oblastech pedagogiky a psychologie, právní problematiky a historie Sokola. Probíhaly také praktické ukázky z předlékařské první pomoci a ukázkové cvičební hodiny. Naplánována byla i výuka plavání v plaveckém bazénu. Bohužel, k tomu nedošlo a výuka probíhala pouze v podobě teorie. Nikdo si ale nestěžoval, naopak, všichni ocenili snahu organizátorů, kteří bez zaváhání tuto situaci vtipně vyřešili pomocí nafukovacího bazénku s vodou. V závěru školení odevzdali absolventi seminární práce a čekala je zkouška složená z písemného testu, teorie a praktické části. Účastníci nakonec překonali veškerou nervozitu a z jejich úspěchu měli radost i školitelé, protože noví zapálení cvičitelé se teď mohou začít samostatně věnovat cvičebním hodinám ve svých tělocvičných jednotách.

Jana Smetanová

V polovině března jsem se zúčastnila první víkendové konzultace pro budoucí cvičitele III. třídy sportovní všestrannosti. Už tato první konzultace, konaná v Sokole Podolí, byla plná nejen nových poznatků z teorie, ale především praktických ukázek. Jistě ještě dnes všichni vzpomínají, tak jako já, na úvod a pohybové hry, ale také praktické cvičení organizace cvičenců a názvosloví. Úžasné byly i další hodiny.

Druhou konzultaci jsme měli hned za 3 týdny. I ona byla nabitá hlavně praktickým cvičením, i když plavání proběhlo teoreticko-prakticky v T. J. Sokol Podolí. Prakticky jsme si vyzkoušeli sportovní hry, atletiku a gymnastické činnosti na náradí, včetně jeho netradičního využití. Nakonec jsme byli rádi, že poslední praktická hodina byla ukázka hodiny pro seniory.

Zkoušky proběhly již klasicky v neděli 6. 5. 2018 v Tyršově domě v Praze, kdy po absolvování zkoušek byla předána osvědčení v nádherném Mramorovém sále Michnova paláce.

Eva Kohoutová

### Cvičitel rodičů a dětí, předškolních dětí III. třídy

A máme to v kapse! Tedy přesněji řečeno zatím ještě někde na stole

v Tyršově domě, ale to už je jen detail. A ptáte se co? No přece cvičitelský průkaz s odborností Cvičitel rodičů a dětí, předškolních dětí III. třídy!

Pro mnohé z nás to nebylo vůbec snadné – nejprve to rozhodnutí, zda do toho jít, následně si zablokovat tři víkendy v kalendáři a pak se jen učit, učit a učit. A mnohdy to mozek ne a ne pobrat, natož udržet. Ale ne, nebylo to tak zlé, jak to vyznívá z předchozích vět. Byli jsme dobrá parta, nápomocni jeden druhému, bylo-li to třeba. Dva víkendy nabité ukázkami nebo přednáškami se střídajícími se lektory byly opravdu přínosné, navíc jsme vyfasovali hromadu tištěných materiálů a nakonec jsme si všechny vědomosti a znalosti mohli nanečisto vyzkoušet v testech na webu Ústřední školy ČOS.

Pak už zbývalo vše sepsat na papír jako seminární práci na téma „Cvičební jednotka“, včas odeslat e-mailem a čekat na den D, abychom vše, co jsme tímto školením získali, předvedli před komisí v praktické části, ústní části i písemném testu. Konečně jsme si oddychli, ať už to dopadne jakkoliv. Jako jistý bonus bylo závěrečné shromáždění v Mramorovém sále Michnova paláce, což už byla velká odměna, protože kdo z nás se tam kdy má možnost podívat, že. Všichni jsme zkoušku zvládli a obdrželi osvědčení o absolvování zmíněného školení.

Na závěr bych chtěla za všechny absolventy školení poděkovat všem lektorům za předané zkušenosti, které během své práce s dětmi nasbírali a mohli nám tak tuto práci více přiblížit, děkujeme též za trpělivost, když to někde trochu dřelo a těšíme se na setkávání na dalších seminářích a školeních ČOS.

Ivana Černá, Sokol Chocerady



# Předsletová zdravověda

*aneb co by zdravotník a cvičenec mohl využít na sletu (III.)*

*V tomto textu se zaměříme na popáleniny a jiná kožní poranění včetně ztrátových.*

■ Popáleniny a další ztrátová poranění kůže jsou stále jeden z nejméně příjemných úrazů, který je velmi bolestivý, může přinést řadu komplikací a relativně dlouho se hojí.

Nejdůležitějším faktorem výše zmíněných poranění je především prevence. Zvláště v letních dnech je potřeba chránit kůži vhodnými ochrannými krémy, péči je současně potřeba věnovat i očím a celému organismu. Je proto vhodné chránit oči, pokud to lze, slunečními brýlemi, a tam, kde jsme dlouhodobě vystaveni slunečnímu záření, nosit pokrývku hlavy. Pokud k popálení sluncem přesto dojde (a zvláště ve sletových dnech bývá často k vidění), ošetřujeme postižené plochy studenými obklady a emulzemi nebo krémy po opalování. Vhodné je užití prostředků zvláště s olivovým olejem, s aloe vera, zeleným čajem, užití konopné nebo měsíčkové masti, průběžné doplňování tekutin (minimálně 3 l denně), strava bohatá na vitamin B a bílkoviny. Jako první pomoc u popálenin od slunce lze použít případně v médiích hojně uváděný Panthenol spray, který pokožku zchladí a připraví k další péči, není ale vhodný pro hlubší nebo rozsáhlejší typy poranění.

Popáleniny a ztrátová kožní poranění, která vzniknou na jiném principu (opaření horkou tekutinou, dotyková popálenina – litina, železo, kámen, ožehnutí, ztráta kůže otřením o drsný povrch /umělá tráva, sportovní povrchy/, „silniční lišeje“ a další) ošetřujeme v běžné sportovní a prázdninové praxi především podle rozsahu a hloubky postižení (afekce).

Popáleniny dělíme podle hloubky postižení kůže na I., II. povrchní a II. hluboký a konečně na III. stupeň. I. stupeň je především známé zarudnutí od slunce, které jsme již popsali výše. Ale i slunce může způsobit popáleniny II.

povrchního stupně, který se vyznačuje vznikem puchýřů, nejčastěji s bolestivou červenou spodinou. II. hluboký stupeň se projevuje již ztrátou povrchní vrstvy kůže a postižená plocha bývá bledá. Popáleniny III. stupně se vyznačují úplným zničením kůže i podkoží s odumřením tkáně a jejich řešení patří výhradně do péče odborného zdravotnického zařízení. U kožních ztrát, způsobených pádem na drsných površích, se setkáváme se ztrátou kůže v kombinaci se zanesením množství drobných cizích těles, většinou kamínků nebo škváry do spodiny postižené plochy, ve které intenzivně ulpívají. Méně rozsáhlé afekce do rozsahu 1 % povrchu těla (což je v měřítku vždy dlaň s prsty) si můžeme dovolit ošetřovat akutně sami s výjimkou dětí, které by měly být vždy ošetřeny na odborné ambulanci.

Základní první pomoc u popálenin je vždy chlazení, nejlépe tekoucí chladnou vodou do vymizení bolesti. Na postižené místo potom aplikujeme nejlépe gelový obvaz, v současné době jsou na našem trhu v lékárnách volně dostupné Hemagel, Flamigel a ActiMaris gel. Tyto přípravky mají velmi rychlý nástup zklidnění bolesti, zabráňují vzniku infekce a umožňují rychlou regeneraci a epitelizaci poškozené kůže. U poranění typu „silničního lišeje“ zase velmi rychle čistí postiženou plochu, takže odpadá dříve hojně používané mechanické čištění kartáčkem nebo kysličníkem. Kysličník poškozuje tkáň a jako první pomoc při ošetření je proto zcela nevhodný.

Jak tedy správně a efektivně postupovat? Všechny popáleniny většího rozsahu vyžadují odbornou pomoc, děti do 15 let věku by měly být vyšetřeny vždy. Lokálně vždy můžeme, jak již bylo uvedeno, chladit do vymizení bolesti, u dětí do 3 let věku chladíme pouze krátce jednorázově (cca 1–2 minuty), protože



Popálenina dlaně po perforaci puchýřů a aplikaci gelového obvazu před přiložením gázy



Zhojená dlaň po dvou převazech a deseti dnech od úrazu

dětský organismus je termoregulačně značně labilní a děti upadají velmi rychle do šokového stavu z prochladnutí. Nikdy nechladíme postižené místo ledem, protože led způsobuje sice rychlý ústup bolesti, ale současně i vazokonstrikci (stažení – zúžení cév) a tím rychlé prohloubení a zhoršení stupně popáleniny. Plochy dále můžeme ošetřit antiseptickým prostředkem (Betadine solution, Prontosan – volně dostupné) a následně vrstvou gelu a překrýt v dostatečné vrstvě gázovým obvazem. Před přiložením gelu odstraňujeme nebo alespoň perforujeme puchýře, protože jinak dochází k dalšímu hromadění tekutiny v postiženém místě a tím k prohlubování stupně popáleniny.

Obvazy měníme nejdříve za 48–72 hodin, před odstraněním obvazu je vhodné tento vždy zvlhčit, buď vodou, nebo antiseptickým prostředkem. Postup opakujeme do úplného zhojení plochy, přičemž při správném postupu se popáleniny druhého povrchního stupně zahojí během 7–10 dnů. Po zhojení je vhodné plochy chránit před sluncem a promazávat konopnou nebo měsíčkovou mastí. Hlubší a rozsáhlejší popáleniny patří vždy na odbornou ambulanci. Postup při ošetření ostatních ztrátových poranění kůže je obdobný, tedy omytí nebo osprchování vodou, můžeme použít dezinfekční mýdlo, dále antiseptický roztok a gel, překrýt dostatečnou vrstvou gázového obvazu. Obvazy je vhodné odstraňovat pod sprchou. Při jakékoli pochybnosti o průběhu hojení je nezbytně nutné vyhledat odbornou pomoc, protože někdy i zdánlivě velmi malý úraz může způsobit řadu komplikací při hojení a s tím spojené i následky úrazu, především vznik kosmeticky neuspokojivých hypertrofických jizev.

MUDr. Blanka Kocmichová  
Zdravotní komise OV ČOS



# TYRŠŮV DĚČÍN



*Miroslav Tyrš*  
17.9.1832 DĚČÍN

**K výročí  
narození  
děčínského rodáka  
Miroslava Tyrše**

**15.-16.9.**  
2 0 1 8

[info@tyrsuvdecin.cz](mailto:info@tyrsuvdecin.cz)  
[www.tyrsuvdecin.cz](http://www.tyrsuvdecin.cz)



**KEMP DĚČÍN**

## | SOBOTA

**8:00** Turistický pochod Tyršovým krajem

## | NEDĚLE

**10:00** Pietní akt / Kulturní program u Rogala /  
Průvod k Tyršovu rodnému domku

**14:00** Kulturní program u Rogala  
Sportovní odpoledne

## Do knihovničky

# Knihy, které stojí za to mít

## Sokolské pohádky



Hlavními postavami Sokolských pohádek, jejichž autorem je Josef Kubišta, jsou Velký sokol a Malý sokolík. Velký sokol je vzorem v každém ohledu,

symbolizuje ideál souznění krásy těla a duše. Malý sokolík chce být jednou takový a během svých dobrodružství se při cvičení v sokolovně učí, jak toho dosáhnout.

Námětem pohádek jsou sokolské zásady a myšlenky společně se zkušenostmi z cvičení s dětmi, to vše vysvětlené formou nejbližší pro malé čtenáře.

*Knižka, kterou vydala Česká obec sokolská, je k dostání v prodejně v Tyršově domě a v sokolském e-shopu. (Česká obec Sokolská, Praha, 2018, 64 stran)*

## Kondiční trénink pro tenis



Publikace srozumitelným a názorným způsobem přibližuje čtenářům komplexní kondiční přípravu tenisového hráče včetně zdůraznění její potřeby z pohledu svalové

a kardiorepirační odolnosti a mobility. Jistě ji využijí nejen samotní tenisté hráči a jejich trenéři, ale i široká veřejnost věnující se tenisu.

Kniha, jejímž autorem je Michal Vágner, je rozdělena do čtyř hlavních kapitol. První kapitola shrnuje parametry fyzické přípravy a energetického zásobení při pohybové zátěži; druhá, nejrozsáhlejší diferencuje pohybové schopnosti, strukturálně je vymezuje s odůvodněním pro tenisovou přípravu a postupně přechází v popis konkrétních cviků, následně zařazuje

ných do tréninkových plánů. Nechybí ani popis cviků vhodných k rozcvičení, protažení a uvolnění. V závěru publikace navíc čtenáři naleznou konkrétní tréninkové programy.

Celkem 165 kondičních, protahovacích i uvolňovacích cviků na fotografiích demonstrují Lucie Hradecká, grandslamová vítězka ve čtyřhře a držitelka stříbrné a bronzové olympijské medaile, dále tenista Jan Hernych a jejich kondiční trenér, autor knihy, Michal Vágner.

*(Nakladatelství Grada Publishing, Praha, 176 stran)*

[http://www.grada.cz/kondicni-trenink-pro-tenis\\_9007/kniha/katalog/](http://www.grada.cz/kondicni-trenink-pro-tenis_9007/kniha/katalog/)

## Bollettieriho tenisová škola



Kniha popisuje všechny úderové podání a ritemu po voleji i loby a poskytne vám nejdynamičtější útočný arzenál pro vaši hru. Dozvíte se o klíčových strategických

bodech, s jejichž pomocí rozpoznáte návyky svého soupeře a dokážete tak zaútočit na jeho slabiny.

Bollettieriho tenisová škola obsahuje 57 cvičení pro dvouhru a čtyřhru, nejúčinnější kondiční cvičení a programy pro všechny herní styly a také informace o nejnovějším vybavení, technologiích a mentálním tréninku. Nabízí unikátní příležitost trénovat s mistrovským trenérem a využít tak ve své hře systém, který pomohl k úspěchu mnoha nejlepších světových tenistů. Kniha doprovází online videoobsah, který napomáhá lepšímu pochopení nejdůležitějších technik, kterými jsou forhend, bekhend, volej, podání a ritem. Tato kniha je zcela nepostradatelným zdrojem informací pro nadšené hráče i trenéry.

*(Nakladatelství Grada Publishing, Praha, 336 stran)*

# Verše s vůní kávy

■ Pozvání, s nímž přichází Divadlo pod Petřínem Sokola Kampa, je poněkud specifické. Ideu Veršů s vůní kávy do našeho divadla přenesl Petr Burian, který je též členem ochotnického spolku v Sokolovně. Pásmo veršů a hudby na určité téma – v tomto případě o vztahu muže a ženy – velmi úspěšně sokolovské divadlo provozovalo. Také oni časem tuto básnickovo-písničkovou pohodu přenesli do kavárny, kam nejvíce patří. My jsme měli premiéru v Michnově paláci, která ovšem měla podobu spíše veřejné zkoušky, protože jsme ještě nevěděli, kolik lidí přijde, jak to bude s úhradou nájemného a podobně.

Podvečer 13. května, kdy se Verše poprvé konaly, jsme zasvětili Svátku matek. Sami jsme vařili hostům kávu a podávali námi připravené sladké i slané zákusky. Návštěvníci byli velice spokojeni a sdělili nám, že byli i dojatí i úsměvně pobavení. Z toho jsme usoudili, že Petr Burian vybral dobře a že se můžeme s pásmem odvážit i mimo zdi Sokola. To jsme učinili hned za necelé dva týdny v rámci Noci kostelů. Alenka Michalová, jedna z účinkujících, nám vyjednala vystoupení v kostele Narození P. Marie v Záběhlících. Rovněž tam jsme se setkali s velkým pochopením a uznáním. No a tak jsme vyrazili směr kavárna! Jako první nás přijala paní kavárnička Dana Třebická v kavárničce Na konci ulice v Modřanech. Je to velmi malá, útulná kavárna, kam se vejde tak 20 lidí pohodlně. Proto musíme požadovat, aby se nám zájemci hlásili na rezervaci. Chceme, aby si posluchači a návštěvníci svůj prožitek z veršů, písniček a dobré kávy nebo čaje vychutnali v pohodovém prostředí. Nebude potom problém pásmo na stejné téma několikrát opakovat, i když Petr má již pro nás další téma a nápady.

„Kavárenskou premiéru“ si pořad odbyl 22. června – tedy po uzavěrci tohoto vydání časopisu. To ale nebrání věřit tomu, že vše proběhlo podle plánů a spokojení byli všichni přítomní milovníci dobré kávy, čaje, přírodních limonád a hlavně dojemných veršů, vtipné prózy a folkových písniček hraných na kytaru dalším členem Divadla pod Petřínem Tomášem Bartáčkem a jím i zpívaných za občasných doplnění mé osoby. Jako host tentokrát vystoupil člen swingové formace Modrá synkopa Miloš Živanský, velice skvěle ovládající saxofon a klarinet.

*Jarka Knížková, Sokol Záběhlice*



# Tři „devadesátníci“ ze Sokola České Budějovice



■ **Sestra Svata Bicanová** oslavila 24. června svoje devadesátiny. Pochází ze sokolské rodiny v Českých Budějovicích a do Sokola „patřila“ i rodina

jejího manžela. Pravidelné cvičení a sokolské hnutí jako takové je tedy neodmyslitelně spjaté s jejím celým životem. „do Sokola“ začala chodit již jako dítě. Nebyla sice cvičitelkou, či sokolským činovníkem, ale je stále celoživotní příkladnou sokolkou. K zájmu o Sokol přivedla svého syna a do cvičení R+D pravidelně chodila i se svou vnučkou.

Je zosobněním sokolského označení „Věrná garda“ – celá léta i po obnovení byla pilnou a opravdu perfektní cvičenkou, ale i milým, skromným a vstřícným člověkem, vždy ochotným pomoci.

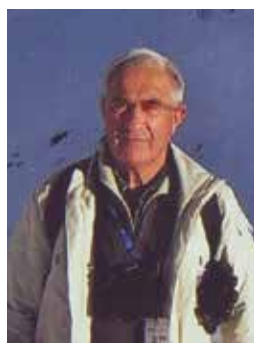
Nikdy nechyběla na žádné akci, kterou pořádala českobudějovická jednotka – dětské šibřinky, další společenské či sportovně propagační akce, léta pomáhala při charitativním Běhu Teryho Foxe atp., protože tak to v Sokole je – není to jen o cvičení a pravidelném pohybu.

Cvičit s námi chodí stále, i když má problémy s očima, zajímá se nadále o veškeré dění v naší jednotě, vždy se s ní rádi potkáme.

**Bratr Arnošt Binter** je celý život sportovec tělem i duší – léta působil také jako profesor tělocviku na střední škole v Českých Budějovicích. Ke sportu vedl i svých pět synů a poslůžce i vnoučata. Narodil se 22. července 1928. Ihned po sametové revoluci se zapojil do práce na obnovení Sokola v Českých Budějovicích.

Dne 20. 11. 1990 byla na ČOS zaregistrovaná obnovená českobudějovická jednotka a br. Arnošt Binter se stal na čtyři roky jejím prvním náčelníkem. V tom období převratných změn, kdy sokolovna ještě patřila ČSTV, podpořoval znovuzrození sokolské činnosti

v celém rozsahu. Zorganizoval metodický seminář pro cvičitele župy, zasloužil se o vznik atletické sportovní školy, pomáhal i s první sokolskou výstavou v našem městě. Aktivně se zúčastnil nácvičků a příprav na župní i na XII. všesokolský slet v Praze v roce 1994. Inicialoval založení lyžařského oddílu Sokola v Českých Budějovicích. Koncem roku 1994 se vzdal funkce náčelníka a soustředil se na práci v ústředí Sokola v Praze, v lyžařské komisi Odboru sportu ČOS, jejímž předsedou je dodnes. Aktivně se stále podílí na přípravě lyžařských instruktorů jako lektor a vedoucí kurzů. Je mimo jiné



spoluautorem metodických materiálů z oblasti lyžování a příbuzných sportů. Jako uznávaný odborník pracoval a nadále působí též ve

Spazu lyžařů ČR a na MŠMT.

Organizoval mj. jménem komise lyžování ČOS v jubilejním roce 2012 běžecký závod v Nové Peci na Šumavě pod názvem „Sokolové bílou stopou“ – s podtitulem „Sokolové 150 let v pohybu“, kdy spolupředatelem byla Sokolská župa Jihočeská i naše jednotka. Angažoval se ve sportovní oblasti i mimo Sokol – založil a dlouhé roky vedl setkávání učitelů tělocvikářů – akce Tělo jižní Čechy – jednalo se nejen o vlastní sportování, ale také o předávání cenných informací o bezpečnosti, pojištění atp. při školních aktivitách v přírodě.

**Bratr Bedřich Boršek** se narodil 17. srpna 1928 v rodině ruského legionáře. Sokol jej provázel a formoval celý život – mezi sokoly vstoupil v Kroměříži ve stejnou dobu jako do školy. Vzhledem k zaměstnání otce se rodina přestěhovala ještě před válkou do Českých Budějovic.

Od školních let se věnoval náhradovému tělocviku, atletice a cyklistice, brzy se stal cvičitelem. Pro XI. všesokolský slet v roce 1948 vedl nácvič dorostenců a sám cvičil v legendární skladbě mužů „Věrní zůstaneme“.

V roce 1968, v krátkém čase politického uvolnění, byl u zrodu malé sokolské jednoty v Českých Budějovicích – jednotka vytrvala na sokolských základech i v rámci ČSTV a při obnovování činnosti po roce 1989 přešlo za vedení br. Borška všech 210 členů do ČOS. On sám se zúčastnil v Praze v lednu 1990 ustavujícího sjezdu ČOS a nadále aktivně vystupoval i jako mluvčí OF Sokol v ČB, či pracoval v koordinačním výboru ČOS. Léta byl potom župním náčelníkem v tehdejší župě Husově. Jako náčelník českobudějovické jednoty vedl nácvičky mužů na všesokolské slety obnoveného Sokola. Sám si zacvičil také v USA na dvou sletech amerických sokolů. Mnoho let vedl župní dětské letní tábory.

Po operaci kolena léta trénoval skupinku mladých gymnastů naší jednoty, kteří pod jeho vedením vítězili nejen na župních přeborech, ale umísťovali se i na medailových místech na přeborech všestrannosti ČOS v žákovských či dorosteneckých kategoriích. Stále se zajímá o veškeré dění v našem spolku. Zasluky br. Borška byly na návrh župy před patnácti lety oceněny stříbrnou medailí ČOS.



Všem „devadesátníkům“ přeje výbor českobudějovické jednoty i všichni členové především pevné zdraví, pohodu, a aby ještě dlouho neztratili svůj pověstný elán.

*Milada Pospíšilová,  
vzdělávatelka jednoty*

**1 9 1 8**  
**1 0 0**  
**2 0 1 8**  
SPOLEČNÉ STOLETÍ

V roce 2018 nás čeká kulaté výročí, které přímo vybízí k velkým oslavám. Připomeňme si proto události, které nás naším společným stoletím provázely a inspirujme se osobnostmi, které svým myšlením posouvaly náš národ kupředu.

**oslavme společné století**

[www.spolecnestoleti.cz](http://www.spolecnestoleti.cz)