

Tělocvičná jednota Sokol Liberec I.

Nazdar!

Sokolské souzvuky

č. 3 - březen 2015

Ročník 5.

„Posuzuj jenom sebe, i to je nesmírně těžké, ale při posuzování velkých a tím spíš vynikajících lidí to přenech času a lidem. Nestačí jednat správně, je také zapotřebí vědět, kdy správný čin vykonat. Nemůžeme nasednout do loďky, která už vyplula, nebo do té, která ještě nepřišla. Vědět, co dělat, to už je půlka všeho, ale druhá půle je, víme – li, kdy svůj čin uskutečnit. Každá věc na světě má svůj čas!“

„Snažím se nikdy nevyzradit tajemství a nepídím se po tom, co mi lidé nehodlají říci. Velký zločin vyrůstá z řetězu malých chyb a přestupků, a velkého, bohům rovného důstojenství dosahuje člověk tím, že dokáže být zásadně zdrženlivý a ovládá sám sebe!“

(Ivan Jefremov – Athéňanka Thais)

Obsah:

Úvodní slovo

Masaryk a dnešek

Významná rezoluce OSN

Metodika

Především cvičitelkám žákyň – hypermobilita

Názvosloví – abeceda cvičitele

Míčů není nikdy dost - „Pryč s míčem!“

„Po schodech s míčkem“

Sokolské Brno - Waldemariána

Koncert

Nejenom pohybem živ je sokol

Tragické datum 15. března 1939

Přemýšlejme s Jiřím Hanzelkou – 4. část

Rok sokolské architektury

130 let od otevření českobrodské sokolovny (1885 – 2015)- 2. část

Chalupářství a Eliška Krásnohorská

Kalendárium

Do diskuze - Dopis br. Mandáta

Názor malé venkovské jednoty – Sokol Bílá

„Pozdvihuji oči své k horám...“

Radhošť

Zahrajte si s námi – prověřte si své „horopisné“ znalosti

Zprávy z jednot a žup

O krční páteř je zájem

Sokolské odchody a vzpomínání - Úmrtní oznámení br. Paroulka

Rozloučení se ses. Landsfeldovou

Věroslav Kešner

Sokolka zavražděná v Osvětimi

Rozluštění soutěže

Závěrečné slovo

Tak trochu „psí“ fejeton

Úvodní slovo

Masaryk a dnešek

Dne je v módě tzv. pozitivní myšlení, tzn. nepřipouštět si často to, co je pravda nade vše. S tím by Masaryk tvrdě nesouhlasil a měl by nárok na takové tvrzení. Často si lžeme do kapsy, abychom ochránili sami sebe před stresem a úzkostí. Věřili jsme, že nová doba přinese spravedlnost bez zničující ideologie, která nás po léta dusila. Ale přišlo jiné trápení. Exekutoři a jejich moc, tuneláři a jejich nedotknutelnost, viz Klauzova amnestie, a tak bychom mohli pokračovat. S tím by Masaryk nesouhlasil. Nebál se vystoupit proti papežské neomylnosti, proti podvrhům rukopisů, proti nespravedlivému odsouzení Hilsnera v případě vraždy Anežky Hružové. Odešel z řady nových poslanců, když mu tehdejší rakouský císař odmítl podat ruku, protože Masaryk vystoupil proti prohlášení o papežské neomylnosti. Odjel na počátku roku 1914 do zemí trojdohody, aby vyjednával u nejvyšších hlav západních států o nároku na samostatnost malých národů uprostřed Evropy, vzniklých z Rakouska –Uherska. Nepochyboval o tom, že trojspolek válku prohraje.

Přednášel na univerzitách o tomto nároku na samostatnost, jednal s novináři, vědci a politiky. V roce 1917 jen tak tak se zachránil ze střelby v Petrohradě, kde studoval situaci v Rusku a dodával ty nejlepší informace dohodovým státníkům. Navštívil legionáře na Sibíři, objasnil jim tehdy s jasnozřivostí, kterou musíme i dnes ocenit, jakou úlohu bude mít tato šedesáti tisícová armáda, až se bude jednat o případném Československu po vyhrané válce.

Byl filosofem, nebyl jen ekonomem, který počítá „má dáti – dal“ a vede jen účetní politiku, nebyl jen představitelem nějaké partaje, která jen lobuje za své zisky a politickou nadvládu před volbami. Byl to „great Man of Europe“, tak o něm mluvil novinář Seton Watson, který pravil: „Program, který mi prof. Masaryk uložil při tajné schůzce v jednom rotterdamském hotelu v říjnu 1914, byl splněn téměř do poslední litery v říjnu 1918 po čtyřletém obtížném boji. Není to pochlebenství, ale úplná pravda, jestliže řeknu, že není druhého muže v Evropě se stejnou zodpovědností, který tak široce a jasně definoval všeobecnou politiku nejen českou, nýbrž i evropskou, nebo který by byl schopen ji napsati.“ (Masaryk osvoboditel. Sb. Evropský literární klub Praha 1938, s. 81-82).

Máme dnes politiky, kteří by měli takový rozhled, kteří by byli schopni myslet tzv. celky bez okrajů? Nebo jsme obklopeni politiky, kteří si hledí jen pragmatického prospěchu pro svou partaj; většinou myslí jen na svůj osobní prospěch.

Velké osobnosti jsou dílem milosti a v Čechách to nemají jednoduché, protože průměr velké osobnosti nesnese, okamžitě je začne strhávat dolů na svou úroveň, aby rozdíl nebyl vidět. To je právě v Čechách velmi silný motiv. Velkého člověka může uznat opět jen velký člověk, malý nemůže vidět jeho velikost, a proto jej musí strhávat dolů. Kolikrát jsme slyšeli hanlivý přízvuk ve slově „tatičkování“, ano, Masaryk byl ve své době ctěn někdy až příliš, ale i to patří k malému myšlení, které není schopno pochopit to, co je opravdu platné, buď nadává, nebo oslavuje.

Masaryk byl sokolem po celý život. Legionáři si říkali „bratře“, žili na Sibiři sokolskými ideály, to je pro dnešek naprosto neuvěřitelné a zní to jako pohádka. Jako každý velký muž českých dějin, nasadil i svůj krk pro své ideály, pro svou víru. Takových mužů máme ve své historii velmi málo, proto jim vzdejme hold bez malosti, která v naší kotlině zapustila hluboko své kořeny, a která se někdy pyšní svou špatně pochopenou demokratičností. Ale demokracie neznamená, že jsme všichni stejní, jsou mezi námi rozdíly a ty je nutno respektovat i přesto, že jsme jakožto občané si všichni rovni, to je třeba podtrhnout. Stejně se poznává stejným, ten kdo je malý, nepochopí velikost, neporozumí vznešenosti, všude uvidí jen to, čeho je schopen.

Anna Hogenová

Významná rezoluce OSN

V prosinci 2014 přijalo Valné shromáždění OSN zásadní rezoluci (A/C.3/69/56/Rev.1) o boji proti glorifikaci nacismu a jiných praktik rasismu, rasistické diskriminace, xenofobie a tím vyvolané intolerance. Současně byly odsouzeny všechny formy rehabilitace fašistických zločinů a zločinných organizací.

Rezoluce připomíná zásady Norimberského procesu o válečných zločinech a rozsudky, mezi nimi byla SS a všechny její jednotky, zvláště Waffen –SS, prohlášeny za kriminální organizace, a další usnesení k otázce zločinů proti lidskosti, které mají platnost dodnes. Rezoluce také potvrzuje usnesení z Durbanu ze září 2001, které odsoudilo existenci a oživení neonacismu a s násilím spojené ideologie, které se opírají o rasistické nacionální předsudky. Jakýkoliv pozitivní odkaz na nacistický režim a s ním propojené organizace musí být zakázané.

Obavy vyvolávají extrémně přibývající extrémně pravicové a pravicově populistické strany v parlamentech, a také, že tradiční strany s nimi vytvářejí koalice.

Dohodnutá rezoluce odsuzuje všechny postupy, které znevažují vzpomínky nesčíslných obětí zločinů druhé světové války, spáchaných proti lidskosti a zejména zločinů SS a těch, kteří bojovali proti antihitlerovské koalici a kolaborovali s nacionálně socialistickým hnutím a negativně ovlivňovali děti a mládež.

Rezoluce končí prohlášením, že státy, které nečiní účinná opatření proti takovým praktikám, porušují své závazky k členským státům OSN podle Charty, jakož i cílům a zásadám Organizace spojených národů.

Převzato z časopisu Národní osvobození z 18. února 2015.

Je nutno vzít na vědomí bez dalšího komentáře.

„Dějiny myšlení a civilizace jsou důležitější než dějiny válek, to ony tvoří národ!“

(David Stafford – „Deset dní do dne D“)

Metodika

Především cvičitelkám žákyň,

ale nejen jim! Pro informaci všem těm, kteří mají zájem o odborný růst a cvičitelskou způsobilost.

Poslední dobou se klade velký důraz na zdravotní aspekty při cvičebním procesu mládeže i dospělých. Mimo jiné je to jistě i důsledkem velkého množství lidí postižených různými „bolestmi“ páteře, případně i končetin, způsobené především sedavým způsobem života a nedostatkem pohybu. Náčelnictvo ČOS tuto problematiku nezanedbává – naopak. Zdravotní problematika a cvičení jsou pravidelně zařazovány do nejrozličnějších školení a seminářů, komise zdravotní gymnastiky a Ústřední škola ČOS pořádá také speciální semináře zaměřené na jednotlivé problémy správného držení těla, odstraňování svalové disbalance a vrozených, nebo získaných vad. Poslední dobou to byl na př. seminář věnovaný problematice krční páteře, který účastníci vysoce hodnotili.

Náhodou se mi dostala do rukou stať věnovaná vadě, která se vyskytuje poměrně velmi zřídka a především u dívek. Je to

vrozená hypermobilita.

Jde o stav hybného systému, který si zasluhuje pozornost.

Zvýšená kloubní pohyblivost je dána volnějšími klouby – pouzdra kloubní i přilehlé vazy umožňují větší pohyb kloubních plošek, přesahující běžnou vůli kloubní. Svalstvo bývá slabší a hypotoničtější při zachování systému svalů a tendenci k oslabování i zkracování. Obě skupiny jsou však slabší a snížené svalové napětí v obou skupinách umožňuje velký rozsah pohybu. (nepřiměřeně velký!)

Výskyt typické vrozené hypermobility není velký, jde o méně než 1% populace a jedná se především o dívky.

Příčina vzniku není známá, mluví se o možnosti formy dětské mozkové obrny, perinatálního poškození, lehké mozkové dysfunkci.

Většinou se vrozená hypermobilita sdružuje se sníženou odolností, častými infekty a alergiemi. Zajímavá bývá i určitá psychická a emoční labilita.

Velkou zátěží u takto postižených je snadný vznik vertebrogenních potíží na základě zvýšené pohyblivosti oblasti meziobratlových kloubů. Páteř se snadno přetíží a dochází k bolestivým funkčním poruchám ve všech etážích, ale i závratím, bolestem hlavy, vyzařování bolesti do horních i dolních končetin. Není vzácností ani výskyt tzv. vertebroardiálního syndromu – funkční poruchy v oblasti hrudní páteře, která je velmi nepříjemná a příznaky podobná infarktu srdečního svalu.

Při daných předpokladech bývá labilní držení těla s měnlivými a zvrtnými poruchami ve fyziologických zakřiveních páteře a nestabilních bočních deviacích (vadné a skoliotické držení těla!)

Na periferních kloubech v důsledku relativního přetížení se mohou snadno projevit úponové bolesti.

Vrozenou hypermobilitu poznáme snadno, zvláště u dětí, kde bývá obzvláště výrazná.

Můžeme použít jednoduchých testů:

- při předklonu ze stoje se dítě dotýká podložky bez potíží dlaněmi, někdy i předloktím.
- při předklonu ze sedu na zemi při roznožení uloží dítě na zem hrudník, zápěstí se na podložce dostanou daleko před paty.

- z lehu na břicho dokáže hypermobilní dítě ťuknout špičkou dolní končetiny do hlavy.
- bez potíží si dá nohu za krk apod.

Po testovacích cvičích , které ozřejmují zvětšenou kloubní pohyblivost, otestujeme ještě svaly s tendencí k oslabování, tj. především svaly břišní, hyžd'ové a čtyřhlavé svaly stehenní, které nejvíce trpí oslabením.

Jedinci s vrozenou hypermobilitou zasluhují od časného poznání soustavnou specifickou péči.

Je třeba se vyvarovat úsilí o další zvětšování rozsahu pohybu aktivně i pasivně, nevhodné jsou švihy a hmyty, nekoordinované pohyby a akrobatické prvky.

Na místě je zlepšení svalové zdatnosti v obou svalových systémech – samozřejmě zejména u svalů s tendencí k oslabování. Je vhodné držet se určitých metodických zásad:

- naučit zvládnout vedený pohyb, výdrž, pohyb proti odporu. Vše bez zadržování dechu a přehnaného úsilí.
- volit stabilizované výchozí polohy ke cvičení, aby nedocházelo k poruchám koordinace a aby mohla být realizována maximální svalová kontrakce se zapojením co největšího počtu hybných jednotek.
- naučit cíleným izometrickým svalovým kontrakcím.
- vyvarovat se při cvičení přehnaných záklonů a dalších nevhodných poloh a cviků.

Při posilování není nutné myslet na posilovnu. Výše zmíněné připomínky jsou předpokladem k posilování , které se může odehrávat v normální tělocvičně i doma. Zlepšením svalového napětí a funkční zdatnosti se zmenšuje nepříznivá hypermobilita a vytváří se určitá regulace možnosti vzniku potíží z nadměrného rozsahu pohybu.

O zlepšování stavu se můžeme přesvědčovat průběžným adekvátním testováním.

Posilujeme cílenými cviky, cvičením proti odporu vlastního těla či polohou. Je možno používat i pomůcky (hadice, gumy, závaží). Nejsou nutná komerčně propagovaná zařízení pro domácí cvičení.

Předpokladem úspěchu je soustavné správné koncipované cvičení a varování se nevhodných prvků.

Se zlepšováním funkčního stavu se lepší vedení těla, ubývá vertebrogenních potíží, mnohočetných bolestí svalů a kloubů, zlepšuje se i imunita a snižuje nemocnost.

Po zlepšení stavu snese postižený i větší fyzickou zátěž a rozšíří se mu možnost ke zvládnutí dalších pohybových aktivit. Nesmí však zapomínat, že specifická péče o pohybový aparát je pro něj doživotní nutností, protože jde o stálou kompenzaci vrozeného zdravotního oslabení.

Tolik MUDr. Ludmila Kubálková, CSc z Centra pohybového režimu.

Několik jejích statí, pro nás cvičitele velmi zajímavých mi před časem poslala sestra Lída Tocháčková z Brna.

Ve statí je konstatováno že toto oslabení postihuje méně než 1% populace. Jako celoživotní učitelka Tv a cvičitelka jsem se za celou svou dlouhou praxi nesešla se skutečnou hypermobilitou, ale se spoustou děvčat, které k ní měly sklony. Všichni víme, že při sportovní a moderní gymnastice se problematickým cvikům nevyhneme a že se snažíme zvětšovat rozsah pohybu cvičenek.

Jednou jsem někde slyšela, že předklon je „smrtelně nebezpečný“ cvik, nebo, že stoj na lopatkách („svička“) je naprosto nevhodný. Pokud dětem dovolíme, aby podobná cvičení prováděly naprosto nekoordinovaně, je to skutečně špatně! Systematickou prací je nutno budovat u našich cvičenců dostatečně silný a pružný svalový a kloubní aparát a naučit je uvědoměle s ním zacházet!

Jarina Žitná

Názvosloví – abeceda cvičitele

Vždycky jsem záviděla tátovi – ten se díval na závody sportovní gymnastiky v televizi a dovedl klidně jmenovat jednotlivé cviky, tak jak v sestavách následovaly.

Přiznám se, že – jako většina dnešních cvičitelů – tohle prostě běžně nedokáží. Právě proto se snažím zařazovat na stránky Souzvuků i krátká opakování názvosloví prostných nebo cvičení s náčiním, nebo cvičení na nářadí. Možná, že tyto znalosti nepotřebujeme každý den, ale potřebujeme je – znovu zdůrazňuji, že díky Tyršovi máme názvosloví dokonalé, jakým se ostatní národy jen těžko mohou pochlubit.

Dnes si tedy zopakujeme jednu ze tří základních poloh při cvičení na nářadí –

visy a pohyby do visů.

Do visů naskakujeme, ve visech ručujeme, komíháme, houpáme se, provádíme obraty a převraty, mety, spády, sešiny, odkmihy, visem tělo prochází při točích a je výchozí polohou pro všechny výmyky a většinu vzepření.

Visy jsou charakterizovány vždy tahem zdola. Na nářadí spočíváme částí paží, většinou rukama, nebo částmi nohou, nebo současně částmi paží i nohou.

Rozeznáváme:

- visy prosté – tělo visí na nářadí za paže nebo jen za nohy
- visy smíšené – tělo visí na nářadí za paže a současně i za nohy (visy závěsem) nebo visí pouze za paže a nohy se opírají o základnu, případně o nářadí (visy oporem)

Podle polohy těla směrem k nářadí rozeznáváme visy vpředu (tělo je obráceno k nářadí přední částí) nebo vzadu (tělo je přivráceno k nářadí zadní částí).

Podle polohy paží rozlišujeme:

- svis – paže jsou napjaty
- shyb – paže jsou skrčeny

Nejčastější jsou visy za ruce nebo v podkolení. Visy za nártý, v loktech nebo zápěstích se vyskytují zřídka, ale vyskytují se i visy jednoruč (za jednu ruku).

Běžně používané visy prosté:

- svis (viz za ruce o napjatých pažích vpředu nadhmatem) – při obvyklém provedení se používá prosté „svis“ ostatní není nutno uvádět
- svis (nebo shyb) vznesmo – nohy svírají s trupem ostrý úhel a směřují vzad vzhůru
- svis (shyb) střemhlav – tělo je svisle hlavou dolů a tvoří přímkou s nohama
- svis vznesmo jízmo – nohy svírají s trupem ostrý úhel, jedna noha je před a druhá za nářadím
- svis střemhlav jízmo – tělo je svisle hlavou dolů, jedna noha před, druhá za nářadím

Svisy „jízmo“ se provádějí pouze na „tyčovém“ nářadí (hrazda, bradla)

Visy smíšené:

závěsem - tělo je zavěšeno za ruce a některou část nohou

- závěsem v podkolení, za nártý, za paty

oporem – tělo je na nářadí zavěšeno za ruce a nohama nebo jinou částí těla (hyždě) se opírá o základnu, případně o část nářadí

Oblíbeným nářadím ve cvičebních hodinách mládeže bývají kruhy. Jinak jsou visy, samozřejmě, součástí cvičení na bradlech, hrazdě a třeba na žebřinách.

Cvičení na kruzích.

Běžně je v našich hodinách zařazováno komíhání a houpání. Komíhání je možno provádět i v podporu, houpání pouze na kruzích (případně i zavěšené hrazdě).

Komíhání – pohyb celého těla kolem pevné nebo pohyblivé osy dohmatem na náradí.
(Na kruzích bývá osou komíhání většinou v místech dohmatu na kruhy)

Kmih - ve visu označuje kyvadlový pohyb těla z jedné krajní polohy těla do druhé.
Rozlišujeme:

- *předkmih* - kyvadlový pohyb těla vpřed
- *zákmih* - kyvadlový pohyb těla vzad
- *kmih stranou* – kyvadlový pohyb těla v čelné rovině

V praxi používáme výraz „předkmihem“ nebo „zákmihem“ navazuje-li v sestavě další prvek (např. předkmihem, nebo zákmihem obrat), jestliže však dochází ke změně v „mrtvém bodě“ a navazuje na něj zpětný pohyb užíváme výraz „u předkmihu“ nebo „u zákmihu“. Často se také vyskytuje výraz „mezikmih“, což je opakovaný předkmih nebo zákmih přidaný mezi dva cvičební tvary. Setkáme se i s výrazem „pokmih“, což je kmih provedený v malém rozsahu.

- *kmitání* - malý protisměrný pohyb horní a dolní části těla ve visu
- *kroužení* – komíhání kruhem ve visu

Houpání – kyvadlový pohyb těla i s náradím zavěšeným na pevné ose z jedné krajní polohy do druhé.

Rozlišujeme:

- *předhup* – kyvadlový pohyb těla i s náradím vpřed
- *záhup* – kyvadlový pohyb těla o s náradím vzad
- *hup stranou* – kyvadlový pohyb těla i s náradím vlevo nebo vpravo

V běžné praxi kombinujeme komíhání i houpání ve svisu, provádět obraty a změny visu, navazujeme seskoky i předkmihu nebo u předhupu stejně jako u zákmihu nebo záhupu.

Při cvičení na kruzích je třeba naučit cvičence vystihnout tzv. „mrtvý bod“, při které se provádí změna visu nebo obrat, stejně tak i při houpání přísně dbát na odraz přímo pod kruhy (jinak dochází ke špatně kontrolovatelnému pohybu kruhů – nebezpečí pádu).

Pro cvičitele znamená toto cvičení zvýšení pozornosti a vhodné postavení podle zařazeného cviku.

Tohle základní názvosloví zná většina cvičitelů ze cvičitelských kurzů pro III. třídu, kromě toho se většinou v praxi skutečně často tyto výrazy používají a ty nejčastěji používané znají i děti. Nebylo by od věci při cvičení tyto cviky hlasitě jmenovat, aby vešly v povědomí cvičících. Ulehčili bychom situaci sobě i cvičencům.

Zařazené názvosloví cvičení na kruzích má za úkol prostě zopakovat běžně známá pojmenování, cvičitelé by však jako jeden z „výrobních nástrojů“ měli běžně vlastnit a používat buď „Názvosloví pro cvičitele“, které vydalo r. 1989 nakladatelství Olympia nebo dnes Názvosloví sestry Věry Pařízkové, které už několikrát vydala ČOS a je běžně k dostání v sokolské prodejně v TD. (V naší župě bývá zvykem, že toto Názvosloví dostávají jako dárek frekventanti župního školení cvičitelů III. třídy po ukončení cvičitelských zkoušek!)

Jarina Žitná
Sokol Liberec I.

Míčů není nikdy dost

Pryč s míčem!

Házení a chytání patří k základním dovednostem, které by si naši cvičenci měli odnést z tělocvičen. Hra, kterou uvádím dnes, má pouze ta nejjednodušší pravidla, ale zbystruje postřeh hráčů a učí rychlé reakci na vzniklou situaci. Dobře se hodí na radostný závěr hodiny.

Herní pole rozdělíme na dvě části, každou obsadí jedno družstvo a dostane polovinu míčů. Ideální je, jestliže má míč každý hráč obou družstev a nezáleží při tom vůbec na jejich velikosti a kvalitě. Mohou to být obyčejné gumové míče pro děti, kriketáky, míče gymnastické, volejbalové i třeba míče na košíkovou nebo dofouknuté overbaly. Čím jsou různější, tím je hra obtížnější.

Na povel se všichni hráči snaží zbavit svého míče a přehazují ho na soupeřovo území. Během hry míče chytají, sbírají ze země a okamžitě je vrací na území soupeře. Míče tak lítají na obě strany bez jakéhokoliv omezení. Na povel se hra zastaví a spočítají se míče na každé straně. Vítězí družstvo na jehož území je po závěrečném povelu míčů méně.

Zastavit hru na povel je ovšem velmi obtížné, skoro nemožné, protože některé míče jsou právě v pohybu.

Proto jsou potřeba dva pomocní rozhodčí, kteří dávají dobrý pozor a spočítají, kolik míčů ještě po závěrečném povelu přeletělo na druhou stranu. Ty je pak nutno od počtu míčů na území družstva odečíst a naopak je přičíst soupeři..

Hru opakujeme několikrát, za každé vítězství získává družstvo bod. Před zahájením každé další hry je nutno znovu míče rozdělít oběma družstvům. (Pozor, hráči se mohou pohybovat pouze po svém území!)

Jako každou hru ani tuto nelze hrát do nekonečna a je nutno ji ukončit, dokud ještě každého baví.

Po schodech s míčkem

Hraje se na schodech – venku, ale je klidně možno použít i schody v sokolovně! Opět je to cvičení obratnosti!

Dole pod schody uhoďte míčkem o zem a pak jej odbíjejte dlaní a stoupejte s ním vzhůru. Každé odbití musí být provedeno vždy o schod výš! Chybou je přeskočit některý schod, nebo naopak na jednom schodě provést dvě odbití. Míček musí být pouze odbíjen a nelze ho chytat rukou! Při chybě musí hráč přerušit hru a nastupuje hráč další.

Když se hráč dostane znovu na řadu, musí začít znovu od začátku, případně je možno začít tam, kde udělal chybu. To však musí být jasně řečeno ještě před začátkem hry.

Vítězí hráč, kterému se jako prvnímu podaří dostat se nahoru na schody, případně ten, kdo se dostane nejvýš.

Hru je možno hrát jako soutěž jednotlivců, ale i jako soutěž družstev.

Tuto hru uvádí Miloš Zapletal ve své „Encyklopedii her“.

Hra je nejlepším výchovným prostředkem. V současnosti ubývá míst, kde si děti mohou nerušeně hrát a pasivní zábava (televize, počítače, tablety apod.) nahrazuje zábavu aktivní – a to je špatně. Přibývají diváci a ubývají aktivní sportovci.

Sokolské Brno

Připomínky k připravovaným skladbám

Waldemariána

Prosím, uvědomte si, že na stadionu v Brně budou z nedostatku místa značky blíže u sebe než obvykle.

Vzhledem k tomu, že trekingová hůl může být docela nebezpečnou zbraní, je nutné opatřit ji gumovým nástavcem, aby v žádném případě nekončila ostrým hrotem.

Tyto nástavce koupíte nejlépe ve zdravotnických potřebách, ale i ve sportovních obchodech. Nástavce na dvě hole stojí kolem 70 Kč.

Pozor! Při koupi je dobře vyzkoušet velikost nástavce přímo v obchodě, hole totiž nemají stejný objem!

Metodická připomínka:

III. oddíl – Houpavá

Přechod do druhých úhlopříček XV. – XVI takt („zrovna když krávy tam přišly pít“) – všechny úhlopříčky – „velkými kruhy a oblouky vpravo vzpažit“

Cvičení v druhých úhlopříčkách a na značkách – část d) 8 taktů („ted' nemám úctu už ani k tý krávě, Pán Bůh ví jak se to mohlo stát, kdo z toho mlíka, měl škraloupy v kávě a tak se zhvízdal, že nemoh stát“)

Kolena vždy začínají vpravo, paže vlevo – at' už jdeme z připažení vzhůru do vzpažení nebo opačně.

Koncert

1) Pozor na kánony zařazené ve skladbě (str. 5 – III. část „Osudová“ a kánony v kruzích i závěru skladby)

U „Osudové“ je nutno přesně si spočítat, kde celek stojí a podle toho nacvičit. Není to zdaleka tak jednoduché, jak to vypadá!

2) str. 8 - část c) návrat na značky

Nezapomeňte, že v I. až III. taktu všechny liché „36“ na ploše začínají „dolů“, to je podřepem v I. taktu a sudé „36“ naopak stojem a vzpažením zevnitř. V druhém taktu se pohyb sjednocuje, takže liché i sudé stoj – předpažit zevnitř, III. t. = II. ale opačně.

3) str. 11 – opakuji, co již bylo řečeno v opravách.

Vytvoření „hrášku“. Máme na to pouze VII. takt (ten osmý, to byla moje chyba!) tzn. rychle provést výkrokem pravé půlobrat vpravo (zády k HT), krok levou, pravou a přinožením levé celý obrat vlevo (čelem k HT). Cvičenky lichých řad cvičí na místě, cvičenky sudých řad postoupí o jednu značk. řadu směrem od HT do meziznačky, všechny zvolna předpažením připaží pravou a končí čelem k HT.

4) Po ukončení tématu Carmen (před závěrem skladby) se cvičenky v meziznačkách nezapomenou rychle posunout o polovinu značk. mezery vpravo na značku.

Ráda bych ještě zopakovala – tempo skladby je skutečně velmi rychlé a vyžaduje perfektní pamětní zvládnutí skladby – „opisovat“ se nedá!! O přesném a energickém provedení snad není třeba mluvit!

Věřím, že se nám skladba povede – a pozor! ted' už to záleží pouze na cvičenkách.

Jarina Žitná

Nejenom pohybem živ je sokol...

Tragické datum 15. března 1939

Neuvěřitelné se stalo skutkem. Německo porušilo Mnichovskou dohodu ze 30. září 1938 a nelegálním způsobem anektovalo zbytek Československa. Okupaci nejdemokratičtějšího státu v Evropě samozřejmě patřičně odůvodnilo – podle německé verze bylo Československo uměle vytvořeným státem, který vytrhl české země z životního prostoru německého národa, stát neschopný existence, ohnisko nestability ohrožující mír!

Argumentovat se dá – jak je vidět – různě, a to i když se všechna fakta diametrálně liší, nezakládají se na pravdě a celá argumentace je totálně lživá! Jenže účel světí prostředky a Německo si mohlo - po zkušenostech s Mnichovem - docela troufat. A tak už 20. října 1938 byly Sudety připojeny k Německu, část Těšínska a Slovenska k Polsku, Podkarpatská Rus a část jižního a východního Slovenska k Maďarsku. Byla vyhlášena druhá republika a 14. března 1939 se Slovensko stalo samostatným státem. Současně na Podkarpatskou Rus vpadli Maďaři.

Tato fakta jsou obecně známá, méně známý je však německý požadavek na alikvotní podíl československého zlata a deviz. Vláda souhlasila za podmínky, že Německo převezme i alikvotní část státního dluhu – což Německo odmítlo a Národní banka československá musela podepsat smlouvu s Říšskou bankou. Republika musela uvolnit 481 milionů ve zlatě a zbytek v devizách pro krytí oběživa v uloupeném pohraničí.

(Nemohu si odpustit poznámku – Sokol Liberec I. cvičil do té doby ve školní tělocvičně, ale měl koupený pozemek ve středu města na stavbu sokolovny, byly hotovy i plány budoucí budovy a na kontě jsme měli 1, 300 000 Kč, což byla v té době veliká suma. Bohužel, tehdejší činovníci už nestačili včas tyto peníze „uklidit“ a jednota je musela poukázat na konto Říšské banky. Na tento fakt doplácíme i dnes – nemáme sokolovnu!) Druhá republika byla donucena prodat Německu válečný materiál i plány některých zbrojních systémů – dluh nebyl nikdy uhrazen. Pokus o získání neutrality byl Hitlerem zmařen hned na počátku.

Následovala doba neklidu – docházelo k vyprovokovaným srážkám pohraničí i v Praze a městech s německou menšinou. Útok na četnickou stanici ve Stonařově, pochod šesti tisíc Němců v Pohořelicích – a kolony německé armády se blížily ke hranici státu, který byl předem odsouzen přáteli a nemohl se bránit.

Prezident Hácha odjel 14. března s Hitlerovým souhlasem do Berlína na státní návštěvu doprovázen ministrem zahraničních věcí Chvalkovským. V Praze Ruzyni se zatím důstojníci naší armády postarali o odvoz důležitého materiálu státního archivu.

Doma stále pokračovaly místní provokace. V 18,40 byla obsazena Ostrava a hned začalo zatýkání. Důvodem byly doly a ostravský rozvinutý průmysl – a obava z polského vpádu!

Hácha s Chvalkovským sice byli přijati Hitlerem, ale až po dlouhém čekání. Na říšském kancléřství byl přítomen také Goring a generál Keitel. Delegace současné české vlády se distancovala od Masaryka a Beneše, ale žádala samostatnou existenci. Místo toho jim Hitler oznámil, že 15. března vstupuje německé vojsko na naše území. Hácha se zhroutil a musel být lékařsky ošetřen. Nakonec byl donucen podepsat, že „klade osud českého národa s plnou důvěrou do rukou vůdce Německa“.

Co následovalo, je obecně známo. V šest hodin ráno 15. března 1939 německé vojsko překročilo hranice okleštěného státu. Následovala obsazení důležitých objektů a okamžité pronásledování těch, kteří mohli být nebezpeční. Hrdina ruských legií – generál Radola Gajda se postavil do čela pražských fašistů a sestavil tzv. „Český národní výbor svatováclavský“. Vyvěšené vyhlášky psané úděsnou češtinou už nenechávaly nikoho na pochybách, kdo je tady pánem.

Slovenskému státu oznámilo německé vedení vytvoření tzv. „ochranné zóny“, odkud se slovenské jednotky byly donuceny stáhnout.

Bylo vyhlášeno stanné právo a hon na uprchlíky z Německa, židy a antifašisty začal. Byla zrušena všechna kulturní představení, vyhlášen zákaz vycházení ve večerních a nočních hodinách.

V 19, 15 přijel Hitler slavnostně na Hrad českých králů – potupa národa byla dovršena. Hácha dorazil až později a do Hradu se dostal postranním vchodem. Demise Beranovy vlády nebyla přijata a 16. března vydal Hitler „Výnos o zřízení Protektorátu Čechy a Morava“, vláda byla přejmenována na vládu protektorátní, začaly rozhodovat německé zákony. Časem byl okupační režim nahrazen civilním, část německého vojska byla odsunuta – bylo po všem, už tu pro ně v současnosti nebyla práce.

Samozřejmě, že cizina protestovala, došlo ke stažení vyslanců a velvyslanců, Sovětský svaz jako reakci na okupaci vyzval k jednání o smlouvě o vzájemné pomoci, nakonec však uzavřel a fašistickým Německem dohodu (která vzhledem k ideologii obou států států byla neuvěřitelná!) a vše skončilo paktem Ribbentrop – Molotov v létě 1939.

Protektorát byl oficiálně uznán jako existující stát.

Dnes už jsou všechna tato fakta pouze historií, na které se nedá nic změnit! Může však sloužit k poznání, kdo byl tenkrát přítel a kdo ne a jak daleko ve skutečnosti toto přátelství sahalo a co znamenalo, jakým nebezpečím jsou nestabilní poměry vyvolané sociálními problémy a sociální nespravedlností a především poznáním, že staré úsloví „bližší košile než kabát“ platilo tenkrát a, bohužel, zřejmě stále platí!

Platí se za špatný stav věcí veřejných, za špatnou orientaci v politických a ekonomických poměrech, za krátkozrakost v rozpoznání skutečného nebezpečí, platí se za zbabělost, snahu o záchranu za každou cenu (především tu, kterou za nás zaplatí někdo jiný!!), za nedostatek odpovědnosti a snad i vzdělání, které by nám mělo umožnit rozeznat dobré od špatného a zodpovědně se k věci postavit.

V neúprosném zápase o svobodu a demokracii zaplatili svou těžkou daň i sokolové. Z boje vyšli se ctí. Naši dědové a tátové i naše mámy nejen bojovali a krváceli, ale také stavěli a budovali v době, kdy k tomu byla příležitost. Starali se o výchovu potomstva, přenášeli na něj víru v osobní obětavost, neúplatnost, pracovitost a sami neváhali nejen přiložit ruku k dílu, ale také riskovat vlastní život, když to bylo potřeba.

Od událostí v Mnichově v září 38 a jeho logickému pokračování v březnu 39 uplynulo 76 let. Od té doby se podstatně změnil svět, ale musíme si přiznat, že přes obecně používané technické vymoženosti, nezměnil se k lepšímu. I dnes se musíme bránit, i dnes nelze spoléhat na nic a na nikoho. Naše dědičná národní nemoc – totiž nedostatek svornosti – situaci zhoršuje a nedopustíme, aby se změnila v katastrofu. Těm, kteří přežili i nepřežili a vybojovali mír a svobodu, jsme mnoho dlužni. Nedopustíme, aby jejich oběti vyšly naprázdno. Udělejme ze Sokola vlajkovou loď přátelství, svornosti a obětavosti – bez dobré vůle nás všech prohráváme!

Jarina Žitná

Přemýšlejme s Jiřím Hanzelkou – 4. část

Mluvíme-li o toleranci, musím se zeptat na váš názor na vztahy majority a minority, konkrétně v českých podmínkách na náš vztah k Romům a na jejich vztah k nám. Pořád se tu něco zkouší a nedaří, hledá a nenachází.

V Lidových novinách jsem tuhle viděl ohromně užitečný přehled: kolik Romů žije v které evropské zemi. Podtrhl jsem to a sečetl a vyšlo mi, že v Evropě žije celkem 16 milionů Romů. To je o polovičku a něco víc, než nás je v České republice všech dohromady.

Tím číslem si nejsem jist, World Directory of Minorities (1989) uvádí necelých šest milionů, podle Malé československé encyklopedie (1987) žije na celém světě sedm milionů Romů, z toho v Evropě čtyři až pět milionů. A solidní encyklopedická příručka Leoše Šatlavy Národnostní menšiny v Evropě (1994) předkládá číslo ještě nižší. Bez evropské části bývalé SSSR žije prý na našem kontinentu pouze milion a deset tisíc Romů.

Ano, o ty obrovské rozdíly v odhadech počtu Romů v Evropě dokazují, jak obtížné je přimět Romy ke společensky únosnému jednání, přesvědčit je o nezbytnosti zachovávat aspoň některá základní pravidla soužití s ostatními. Neřekl bych, že bychom v Evropě našli mnoho míst, kde je soužití s Romy bez problémů. Na jedné straně hovoříme jen o občanských právech Romů a o tom, co všechno jsme měli pro ně udělat a neudělali. Ale o jejich povinnostech mlčíme. Myslím, že se nemůžeme hnout z místa, protože pláceme na nesprávném hrobě.

Romové jsou v tomhle státě menšinou. Těch zbývajících devět a půl milionu lidí nemůže žít podle představ Romů a nemůže jim snášet všechna blaha světa na stříbrném podnose. Ale nesmíme zamlčet, že jsme se dopustili do dost surového zásahu do tradičního života Romů tím, že jsme je sundali z vozů, vypřáhli jsme jim koně a donutili jsme tenhle tradičně kočovný národ, aby žil usedlým způsobem, pokud možno naším. Ten je jim naprosto cizí.

Z toho pramení spousta dalších následných nedorozumění. Vzpomínám si, že když k nám do Kopřivnice přijely cikánské vozy, maminky zaháněla slepice do kurníku. Mám osobní zážitek ze svého domu na Hanspaulce v Praze. Měl jsem tam i svoji fotolaboratoř, archivy a pracovnu. Jednou jsem tam v patře zaslechl šramot, sešel jsem do archivu v suterénu a tak jsem překvapil pět Romů – tři ženy a dva muže. Netušil jsem, jak ohlušující může být řev z pěti romských hrdel. Měli převahu. A oddechl jsem si, když byli za vrátky.

Ani dnes nedělají Romové dost pro to, aby si pověst vylepšili. Je známo, že mnoho Romů je bez práce. Ale chtějí práci? Nebo spoléhají na sociální síť? Přídavky na četné děti, podpora v nezaměstnanosti a jiné sociální příspěvky představují citelnou položku ve státním rozpočtu na straně vydání. Na Straně příjmů se Romové téměř nevyskytují. Řekl bych, že romská otázka se úporně drží na pořadu dne zásluhou Romů, kteří se hlásí o svá občanská práva, ale k občanským povinnostem se neznají!

Já vím, ale stejně mám za to, že není jiné cesty než pomalá a trpělivá kultivace romské minority. Musí se vytvořit romská elita. To v praxi znamená vycházet Romům všestranně vstříc, romské školáky hýčkat a „korumpovat“, nevykazovat je při první příležitosti do zvláštních škol, snažit se zachytit talentované děti, věnovat jim maximální péči, doučovat je a motivovat, usilovat o jejich středoškolské studium atd. Zřizují se nulté třídy pro malé Romy. To je úžasný pokrok!

Bojím se, že hýčkání a „korumpování“ všech Romů bez výběru přinese dvojí hořké ovoce. Jednak sotva vyvolá trochu naivně očekávanou kladnou odezvu, opravdovou touhu po vzdělání a po plné účasti na právech o povinnostech řádných občanů. A v nelehké době

prerodu celé společnosti, kdy bude narůstat počet lidí zavalených starostmi, jak rodině zajistit alespoň nejskrovnější živobytí, hýčkáni a „korumpování“ Romů na účet ostatních spíš přileje olej do plamenů rasismu.

Myslím, že bychom měli hýčkat a zvýhodňovat každého Roma, který se bude snažit o řádné vzdělání a nebude se vyhýbat práci. A zároveň bychom měli postihovat ty, kteří se zabydleli v sociální síti a bez skrupulí z ní těží na úkor slušných a rakovitých občanů.

Romové – stejně jako kterýkoliv jiný národ – budou dělat přesně to, co se jim bude vyplácet. O u nich bychom měli výrazně odměňovat společensky odpovědné počínání, a příživníky bychom měli postihovat tak, aby z protispolečenského jednání přestali těžit.

Máte dojem, že v dnešních Čechách je rasismus?

Něrekl bych, že je. Spíš se u nás chytá drápkem. Zatím. Nevím, jestli dokážu dost silně formulovat svůj naprostý odpor vůči násilnickému způsobu, jakým napadají skinové Romy, ale také Romové skiny. Tenhle nepřátelský vztah, motivovaný vysloveně rasisticky, je něco, co ostouzí naši společnost, ale co je i krajně nebezpečné. Máme zkušenost, že rasismus u skupiny obyvatel kterékoliv země nikdy neskončil jenom v té omezené a společensky nepřilíš vlivné formě, ale že vždycky měl tendenci růst a nabývat nejen na počtu, ale i na radikalismu. Rasismus vždycky vedl k nebezpečnému společenskému násilí a nakonec k mravnímu rozpadu. Musíme mu čelit všemi zákonnými prostředky.

Avšak nebyl bych příliš shovívavý k občanům jakékoliv barvy pleti, kteří porušují zákon. Když uvidím ženu obklopenou několika dětmi, jak chytrým, nacvičeným způsobem vybírají kapsy kolemjdoucích, odsoudím je podle zákona za krádež. Barva pleti s tím nemá co dělat. Zloděj paří do basy!

Ale jedna zcela zvláštní odrůda rasismu se u nás zahrnila za starého režimu a místy přežívá do našich dnů. Vytkl nám jej starý dobrý přítel, senátor Reggie Pereira ze Srí Lanky. Po několika dnech hospodářských jednání v Praze prohlásil pobaveně při přátelském posezení u dobré skleničky: „Nevěděl jsem, že je u vás v Praze tolik rasistů, jenže naruby. Jsou ke mně samá laskavost jenom proto, že mám černou kůži. Na světě bude líp, až se lidi nebudou zajímat o barvu kůže, ale o to, co je pod ní!“

Setkal jste se ve světě s vyhraněnou formou rasismu?

S rasismem toho druhu, jaký vidíme mezi skiny a Romy, jsem se neseťkal. Tím nechci tvrdit, že na světě neexistuje. Prostě jsme na něj nenarazili. Naproti tomu v tehdy ještě z části koloniálních zemích Afriky jsme měli možnost porovnat vztahy jednotlivých evropských národů k místnímu obyvatelstvu.

Nejsympatičtější byli Italové. Sledovali jsme je pozorně. Když například pracovali vedle sebe italský montér s arabským, měli téměř stejnou mzdu. Rozdíl byl dán výkonností a odborností. Ital patřil k národu, jakému Angličané říkají machina – Jinder, od dětství zvyklý na mechanismy. Francouzi byli tak někde uprostřed. V anglických koloniích byl rozdíl nebetyčný. A nejen v koloniích. V Jihoafrické unii méně kvalifikované a namáhavé práce dělali černoši a tak, kde šlo víc o kvalitu práce a menší fyzickou náročnost, nastupovali bílí Jihoafričané. Samozřejmě byla styčná plocha, kde už ubývalo černochoů a začali převažovat běloši, tedy, kdy černí a bílí dělali stejnou práci. Bílý dostával mnohonásobek mzdy černého. Za stejnou práci! To byl pro mě rasismus krystalicky čistý!

Když jsme v rámci povinného hlášení navštívili komisaře britské zprávy v Súdánu, nad jeho stolem visel v rámu od stropu koberec. Od toho rámu vedl provaz k dírci ve zdi. Venku na verandě seděl na bobku Súdánec v bílé galábii a tahal za ten provaz. Ovíval pana komisaře levněji než elektrický ventilátor.

Tady pro dnešek končí rozhovor redaktora Slomka s Jiřím Hanzelkou. Ne nadarmo jsem přepis Hanzelkovy útlé knížečky nazvané „O toleranci“ zařadila už několikrát na pokračování do Sokolských souzvuků. Doufala jsem a doufám, že myšlenky moudrého člověka, osobně seznámeného s životem občanů mnoha zemí, donutí k přemýšlení i nás ostatní. V dnešní době to naše společnost skutečně potřebuje.

Dokončení příště.
Jarina Žitná

Rok sokolské architektury

Předsednictvo vzdělavatelského odboru ČOS
Komise pro práci s mládeží a seniory

Vyhlašuje
soutěž pro mládež
„Naše sokolovna“
Rok sokolské architektury

Žákovské družstvo se svým cvičitelem popíše příběh své sokolovny: vznik, historii, zajímavosti, vypracuje výkres nebo foto sokolovny

**formátu A4 (nejméně 2 strany A4 textu) zašle v obálce s názvem:
SOUTĚŽ NAŠE SOKOLOVNA do 30.4.2015 na adresu:**

Vzdělavatelský odbor ČOS
Soutěž „Naše sokolovna“
Tyršův dům - Újezd 450/50
118 01 Praha 1 – Malá Strana

V práci uveďte: jména a příjmení zpracovatelů, rok narození, adresu, jednotu, župu, jméno vedoucího, jeho adresu, kontaktní spojení na něj /mail, mobil/. Zároveň tuto práci zašlete e-mailem na adresu zpodlipneho@volny.cz, bude-li v elektronické podobě.

Soutěž je vyhlašována pro doporučený věk 8 - 15 let. Soutěžit může za každou tělocvičnou jednotu jedno družstvo (neurčujeme počet dětí v družstvu).

Z vybraných prací bude zpracován sborník a uspořádána výstavka. Pět nejlepších kolektivů bude odměněno zajímavým pobytem v Praze (nutno počítat s finanční spoluúčastí - bude specifikováno podle finančních možností VO ČOS). Všichni účastníci dostanou Pamětní list.

V Praze dne 9.2. 2015.
Mgr. Jitka Viktorínová, v. r.
předsedkyně komise

Doc. RNDr. Zdeněk Mička, CSc., v. r.

130 let od otevření českobrodské sokolovny (1885 – 2015)

2. část

Roku 1919, přesně 18. května, ve věku pouhých 64 let, umírá profesor Jan Koula, duchovní otec českobrodské sokolovny. Pro českobrodské Sokoly samozřejmě velmi smutná událost, kterou ale uchopili velmi důstojně a profesoru Koulovi vystrojili pohřeb přímo v sokolovně.

Následující rok, tedy rok 1920, byl rokem poměrně rušným. Českobrodskému Sokolu bylo 50 let... A tak v létě tohoto roku došlo například na poměrně rozsáhlou opravu fasády sokolovny a v této době také Sokolové zprovoznili první českobrodské kino, které pro veřejnost poprvé promítalo 14. srpna, přesně v den výročí otevření sokolovny v roce 1885.

Uprostřed příprav na VII. všesokolský slet při dopravě účastníků a návštěvníků sletu došlo na českobrodském nádraží 27. června 1920 k tragickému železničnímu neštěstí. Nákladní vlak od Prahy, jehož automatická brzda nefungovala, najel v českobrodské stanici na osobní vlak se sokolskými výletníky z Moravy a Slovenska. 5 osob zaplatilo srážku životem. Pohřeb obětí se za velké účasti konal v sokolovně.

Během dalších let se sokolovna neustále vyvíjela a modernizovala (víme například o zřízení sprch a umývár v roce 1925, o rekonstrukci jeviště a dalších) a konaly se v ní nejrůznější akce.

14. září 1937 umírá v Lánech první prezident Československé republiky, Tomáš Garrigue Masaryk. V českobrodské sokolovně a na náměstí je Sokolem neprodleně pořádána smuteční tryzna.



Nastávající světová válka, stejně jako léta poválečná, byla pro Sokol likvidním obdobím. Přeskočím proto nyní několik desítek let, kdy byl Sokol zrušen, a sokolovna byla ve správě Tělovýchovné Jednoty Slavoj Český Brod a přeskočím i dobu po roce 1989, kdy byl Sokol obnoven, protože fotografie a dokumenty z tohoto období nejsou zatím zdigitalizovány. Rád bych se ale přesunul do nedávné minulosti, současnosti a budoucnosti českobrodské sokolovny a popsal alespoň část toho, čím jsme se zde v poslední době zabývali.

Současný výbor jednoty, který byl zvolen na jaře 2013 si stanovil jako jeden

z hlavních úkolů zlepšit v rámci svých možností celkový stav sokolovny. Za tuto dobu – tedy za zhruba rok a tři čtvrtě – se podařilo alespoň částečně vyléčit celou řadu bolavých míst, která se v sokolovně nacházela celá léta v neutěšeném stavu.

Jedním z největších problémů, do kterých jsme se pustili, byl dlouhá léta zanedbávaný suterén sokolovny. V rámci stavby nové budovy v letech 1973-4 se zde vybudovala kuchyně, po které zde roky zůstala varná technologie. Suterén původní budovy, kdysi prostorný a suchý, byl přehrazen příčkami na množství malých místnůstek, sloužících jako různé sklady a zázemí.

Tím zákonitě došlo k tomu, k čemu dojít muselo – suterén přestal dýchat, špatné izolace v nové budově a absence izolací ve staré sokolovně se projevila v plné síle. Veškeré zdivo začalo vlhnout, omítky opadávat, na stěnách se tvořily plísně a houba.

Proto byla vyhlášena řada brigád, které zásadním způsobem suterénu odlehčily. Stará kuchyňská technologie byla demontována a odvezena do sběru, veškerý nepotřebný materiál a odpad byl zlikvidován a při každé z brigád se navíc vybourala část nenosných příček, kterými byl suterén přímo zanesen.

Brigád zatím proběhlo osm, z toho šest na vyklízení suterénu a bourání příček a dvě na odvoz železného šrotu. Výsledkem každé z nich je pak zcela naplněný kontejner, zbytečného železa bylo odvezeno přes dvě a půl tuny.

Neméně důležitou záležitostí se pro nás stala výměna veškerých oken v sokolovně. Tato akce byla rozdělena na tři roky a v každém z nich se nám podařilo vyměnit jejich část. Sokolovnu máme od října tohoto roku s komplet novými okny. Abychom podpořili vysychání suterénu, pořídili jsme čtyři elektrofyzikální odvlhčovače, které nyní, po roce používání můžeme směle doporučit i ostatním jednotám. Přístroje se skvěle osvědčili a náklady na jejich pořízení ve srovnání s náklady na zhotovení klasické izolace jsou minimální.

Nejen kvůli letošnímu výročí jsme zamýšleli vrátit zpět na své místo historickou oponu, která po mnoho let socialistické éry ležela v nedůstojných podmínkách, zaprášená a zapomenutá. Symbolicky jsme přivítali loňský Nový rok v sokolovně tím, že jsme se zde sešli, abychom ji po mnoha letech v sále rozbalili. Někteří z nás ji zde na vlastní oči viděli úplně poprvé. Opona je opravdu moc krásná, ale zároveň se, bohužel, ukázal pravdivý náš předpoklad o jejím poškození. Nechali jsme posoudit její stav na Akademii výtvarných umění u pana profesora Strettiho a za předpokladu, že seženeme cca půl milionu korun na její restauraci se nám tento záměr podaří.... Vzhledem k tomu, že náklady na její pořízení byly pouhých 405,- Kč tehdejší měny, je to úsměvné.

V rámci suterénních čistek jsme se pustili i do problémů, které zde přetrvávaly celá desetiletí. Šlo zejména o topné technologie, nepoužívané mnoho roků a přesto nám teplo - díky propojení se stávajícím topným systémem – odebírající. Jedním z nich byl kotel na tuhá paliva, do poslední chvíle naplněný vodou, což jsme zjistili až při jeho demontáži, takže to vypadá, že celá léta jsme jeho nádrž zcela zbytečně vyhřívali. Sláva bývalým správcům! Jeho odvoz odlehčil sokolovně o čtyři! tuny železa. V tomto trendu pokračujeme dál a nyní se zaměřujeme na odstranění labyrintu vedení staré topné soustavy a dvou ohromných expanzních nádob, které jsme rovněž pěkně ohřívali a nikomu to nevadilo...

Jako poslední velkou akci, kterou jsme v tomto roce dotáhli do vítězného konce je kompletní rekonstrukce dvora a strany směrem k náměstí, včetně odizolování stěn sokolovny nopovou fólií a výměny veškerého kanalizačního a dešťového potrubí. Toho, o čem by se dalo mluvit, je spousta: částečná oprava střechy, obložení v sálech, opětovné cvičební zprovoznění bočního sálu a zejména bohatá sportovní i kulturní činnost, o které jsem se v této části nezmiňoval vůbec, ačkoliv se sokolovny samozřejmě týká.



Českokobrodská sokolovna je jednou z nejstarších sokoloven v naší republice a my (tedy hlavně já, přiznávám ☺) se jí poměrně rádi chlubíme. A protože je rok 2015 nejen nejen výročím 130 let od jejího oficiálního otevření, ale zároveň i 145. výročím založení českokobrodské sokolské jednoty, dovoluji vám, abych vás k nám v rámci oslav těchto událostí pozval. Více informací najdete na našem webu www.sokolbrod.cz.

Jaroslav Petrásek, Sokol Český Brod

Chalupářství a Eliška Krásnohorská - zajímavé

V devatenáctém století bylo tzv. bydlení středních měšťanských vrstev za rekreačním účelem jevem zcela vzácným. V druhé polovině tohoto století tito lidé toužící po návratu k přírodě trávili letní dny většinou v pronajatých bytech na venkově. Je ovšem také pravdou, že bohatí občané si v této době začínají stavět vily k sezonnímu využití. Za první republiky velkou úlohu v rozvoji chatařství sehrálo české trampské hnutí, které se zrodilo jako vzdor proti majetným vrstvám a způsobům organizace jejich zájmových skupin. V řadě krajů vznikaly desítky osad, stovky chat. Po válce, když se vyliidnilo pohraničí, se do těchto domů stěhují novodobí chalupáři. Chaty se začaly stavět ve velké míře kolem měst. To vše tehdy lidem nahrazovalo nedostupné pobyty a zájezdy do zahraničí. Kolem chalup a chat se budovaly okrasné i užitkové zahrady, pěstovalo se kutilství. Jistě se v těchto zálibách projevil i selský původ většiny našeho obyvatelstva v minulých stoletích. Po roce 1989 chalupářství a chatařství ve svém růstu ustalo, lidé jezdili do světa. Po čase však opět ožívá touha každý závěr týdne strávit mimo město v jiném prostředí. Dnes se dokonce mnoho lidí, zejména v penzijním věku, stěhuje natrvalo do zmodernizovaných chalup i chat. Chatařství a chalupářství můžeme tak nazvat národním fenoménem. Nikde na světě s výjimkou přírodou milujícího Švédska nedosáhl tento jev takového rozkvětu. Vraťme se ale nyní do minulosti, zastavme se u Elišky Krásnohorské. Známe ji jako vlasteneckou básnířku, prozaičku, překladatelku významných děl polské, ruské a anglické literatury a bojovnou publicistku. Trvale se do dnešních dnů zapsala díky libretům k Smetanovým operám. Zasloužila se o to, že v roce 1890 vzniklo jako první v rakouských zemích gymnázium s názvem Minerva a ženám byl tak umožněn přístup k vysokoškolskému vzdělání. My se dnes však chceme podívat do dnů mládí a objevit, kde pramenil vřelý vztah k přírodě, projevující se později v její tvorbě. Matka zakoupila v roce 1862 pro rekreační účely domek v Lysolajích nedaleko Prahy. Na svou dobu to byl čin pozoruhodný svou neobvyklostí. Stavení č. 23 obývané

do dnešních dnů, má v katastru uloženou bohatou historii. Dnešní majitelé jej zakoupili v roce 1967 a přestavěli do dnešní podoby, což byla zřejmě jediná rekonstrukce domu. Dozvěděla jsem se od nich, že po rodině Elišky Krásnohorské tu zbyla skleněná výplň na dveřích jednoho pokoje s iniciálami EK. Tato ozdoba byla pravděpodobně projevem radosti z prvních veršů uveřejněných roku 1863 v časopise Lumír. Eliška Krásnohorská podává obraz letních pobytů ve své autobiografické práci *Z mého mládí*. Matčinu koupi domu charakterizuje jako finančně výhodnou. Zde prožitá léta nazývá idylickými a radostnými, neboť „zdivočelý sádek se podařilo proměnit v kvetoucí zahradu“. Pochvaluje si venkovský ráz místa, přátelské přijetí od stálých obyvatel, zejména dětí. Se starší sestrou Julinkou je učily různým dovednostem, písničkám a hrály pro ně divadlo. Chválí své bratry Adolfa a Jindřicha i jejich přátele z uměleckých kruhů, kteří za nimi přijížděli o svátcích a s ochotou se chápali motyk a lopat, aby s chutí pomáhali na zahradě. Kriticky se však vyjadřuje o některých elegantních přítelkyních sestry Julinky, které do těchto míst přiváděla především zvědavost. Nechápalý zálibu v těžké zahradnické práci, nelíbily se jim opálené tváře sester a pohoršovaly se nad společností prostých lidí. Spisovatelka se rovněž zmiňuje o pobytu pruského vojska za okupace Prahy v roce 1866, kdy do letního sídla rodiny bylo přiděleno několik vojáků. Komentuje jejich pobyt takto:

„Ulehčovali stromům v naší zahradě tak vydatně, že jsme z ní za léto nesklidili ani stopky. O jejich stravování se našťastí postaral hospodský ze zájezdního hostince.“ Přestěhováním rodiny z Prahy do Plzně končí tento venkovský ráj, jak jej naše spisovatelka s oblibou nazývala

Marcela Hutarová

Kalendárium

- 4. březen 1852 - zemřel představitel ruského realismu, spisovatel N. V. Gogol
- 5. březen 1512 - narodil se Gerardus Mercator (vlatním jménem Bernard Kremmer) – tvůrce map i výrazu atlas, vynálezce tzv. mercatorova způsobu zobrazování kulatého zemského povrchu na plošnou mapu
 - 1962 - zemřel český skladatel, dirigent a pedagog Otakar Jeremiáš
- 6. březen 1912 - narodil se filmový režisér a scénarista Bořivoj Zeman (Pyšná princezna, Byl jednou jeden král a filmy „s Andělem – J.Marvanem“)
 - 1952 - v Ústí n. Orli. se narodil novinář a spisovatel Stanislav Motl (období druhé svět. války, reportáže)
- 7. březen 1850 - narodil se prezident osvoboditel T. G. Masaryk
- 8. březen 1910 - v New Yorku vyšlo do ulic 40. tisíc švadlen – na protest proti špatným životním podmínkám, r. 1911 je tento den prvně prohlášen Mezinárodním dnem žen, oficiálně však uznán teprve v r. 1975
 - 1912 - narodila se tanečnice a taneční pedagožka Jarmila Jeřábková
- 9. březen 1422 - popraven Jan Želivský, kazatel u Panny Marie Sněžné v Praze, hejtman a vůdce chudiny
 - 1842 - v milánské opeře La Scala premiéra Verdiho opery Nabuco („sbor zajatců“ se stal neoficiální národní hymnou Itálie)
 - 1992 - zemřel izraelský novinář, politik a státník Monachem Begin, nositel Nobelovy ceny za mír z r. 1978
 - 1932 - v Brně se narodil herec Eduard Cupák

11. březen 1902 - narodil se barytonista Zdeněk Otava, člen Národního divadla
 1942 - v přestřelce s gestapem zemřel Václav Morávek, nejmladší ze skupin
 Tří králů (zpravodajská a diverzní skupina)
12. březen 1832 - narodil se britský kapitán Charles Cunningham Boycott – mizera,
 surovec a zbabělec – byl dán do veřejné klatby. Uprchl z Irska a jeho
 jméno vešlo do obecného povědomí jako slovo „bojkot“ – úmyslné
 opomíjení, přehlížení, odmítání!!
13. březen 1862 - schváleny stanovy prvního spolku českých spisovatelů „Svatobor“
14. březen 1402 - Jan Hus se stává kazatelem v Betlémské kapli (do r. 1412)
 1942 - narodil se lidový zpěvák Jožka Černý
15. březen 1939 - okupace zbytku Československa, Hitler v Praze a vznik Protektorátu
 Čechy a Morava
17. březen 1882 - v USA zemřel František Matouš Klácel – národní buditel, utopický
 socialista, filosof a překladatel
 1942 - v Praze zemřel český básník, prozaik a publicista Josef Machar
18. březen 1752 - zemřel český skladatel Jan Jiří Benda
20. březen 1812 - pravděpodobně v Saint Germaine en Lay u Paříže zemřel český
 skladatel, hudebník a varhaník Jan Ladislav Dusík
21. březen 1832 - narodil se český malíř Otakar Mařák (výzdoba Národního divadla,
 lesní motivy)
 1862 - ve Vídni zemřel Alfréd kníže Windischgratz – jedna z hlavních
 postav habsburské kontrarevoluce. R. 1848 potlačil povstání v Praze.
 1902 - v Liberci se narodil zpěvák, hudebník, skladatel Karel Vacek.
 Věnoval se především dechovce a jeho písničky zlidověly.
22. březen 1832 - zemřel velikán a přední osobnost evropské kultury, básník Johann
 Wolfgang Goethe
 1892 - v Rychnově n. Kněžnou se narodil Karel Poláček – novinář, humorista
 a satirik. Zemřel v Osvětimi r. 1944, nebo při pochodu smrti 1945.
 Měl možnost uniknout z transportu, ale odepřel to kvůli své ženě. Při
 čekání na transport napsal své neznámější dílo „Bylo nás pět“.
23. březen 1862 - narodila se spisovatelka Gabriela Preissová (Její pastorkyňa,
 Gazdina roba – první zhudebnil Leoš Janáček, druhou – pod názvem
 „Eva“ J.B. Foerster)
 1912 - narodil se raketový odborník Werner von Braun – pochybné zásluhy
 za druhé svět. války. Ve službách nacistického Německa stál u zrodu
 výroby V – 2, v USA u prvního amerického satelitu Saturn 2 –
 výsadek na Měsíc
24. březen 1882 - Robert Koch objevil bacil tuberkulosy
 1932 - narodil se Václav Zítek, barytonista, člen opery ND
26. březen 1892 - v New Jersey zemřel americký národní básník Walt Whitman
28. březen 1592 - narodil se Jan Amos Komenský, poslední biskup církve Bratrské,
 světově proslulý pedagog. Na jeho díle je založena moderní
 pedagogika.
 1902 - narodil se lidový kapelník dechovce, skladatel Jaromír Vejvoda.
 Jeho skladba „Škoda lásky“ se pod anglickým názvem „Roll out the
 Barrells“ stala nejpopulárnější písní spojeneckých vojáků za druhé
 svět. války

29. březen 1902 - narodil se filmař, režisér, kameraman Martin Fryč (Cesta do hlubin študákovy duše, Princezna se zlatou hvězdou(natočil 111 filmů, mezi jiným i „X. slet všesokolský 1938“ – uveden do kin v předvečer 15. března 1939 – zakázán. 21. srpna 1962 po invazi sovětských vojsk vědomě vypil láhev koňaku – pro něho smrtelná dávka.
 1912 - 18 km od skladiště potravin a pohonných hmot zemřel se svými společníky Robert Falkon Scott. Zemřel při zpáteční cestě od jižního pólu, kterého však dosáhl až jako druhý, asi měsíc po Roaldu Amundsenovi a jeho výpravě. (Těla byla nalezena o 18 měsíců později).
30. březen 1842 - prvně byl jako anestetikum použit éter
 1912 - v Radebaultu (u Drážďan) se narodil Karel May – autor dobrodružných románů z Dalekého západu a Arabie (Vineta, Old Shaterhand, Kara ben Nemsí)
31. březen 1732 - v Rakousku se narodil hudební skladatel Franz Josef Haydn – otec symfonie a smyčcového kvarteta
 1862 - v Benešově se narodil prof. MUDr. Jindřich Matiegka, RNDr. h.c. Antropolog – založil antropologický ústav ÚK. Zkoumal lebky sv. Václava, Vojtěcha, Přemyslovců a Lucemburků
 1932 - Amelie Mary Earhartová – přeletěla jako první žena Atlantik. Zmizela
 v r. 1937 nad Tichým oceánem
 1972 - při automobilové nehodě tragicky zahynula česká krasobruslařka Hana Mašková

Omluva a díky! Pozorný čtenář, kterému moc děkuji za upozornění a za důkaz, že Souzvuky vůbec někdo čte, mne upozornil na chybu v kalendáriu z minulého měsíce. Takže si opravte – král Václav IV. 26. února 1361 nezemřel, ale narodil se.

Do diskuze

V lednu mne napadlo zřídit na stránkách Sokolských souzvuků něco jako neoficiální diskusi o tom, co nás v Sokole pálí, co se nám líbí a podařilo se, i o nešvarech, kterých se v hnutí vyskytuje víc, než je žádoucí. Běžně si stěžujeme na nedostatek informací, pojďme tedy o našich problémech mluvit veřejně – s úmyslem vyjasnit si situaci a dospět ke schůdnému a prospěšnému konsenzu.

Předem jsem z této diskuze vyloučila dopisy zlé a nenávistné, které urážejí a vědomě přinášejí účelově zkreslenou pravdu.

Na dopis br. Šlezingera v minulém čísle přišla odpověď bratra Mandáta – a i když s úplným závěrem tohoto dopisu nesouhlasím, dopis rozhodně za zveřejnění stojí.

Vážené sestry a bratři, (dopis br. Mandáta)

se stejným zájmem, jako jsem si přečetl projev sestry starostky na podzimním zasedání výboru ČOS v roce 2014, jsem si přečetl i dopis předsedy kontrolní komise ČOS br. Oldřicha Šlezingra. V některých názorech, týkajících se separatistů z Mělníka, mu i přes jiné rozdílné názory musím dát za pravdu. O Mělníku se toho napsalo už dost. Pokud někdo četl moje dřívější příspěvky, držím stále stejný názor, odlišný od názorů separatistických. I když připouštím, že separatisté mohou mít někdy i dobré úmysly. Jejich realizace však připomíná chování slona v porcelánu. Pobočný spolek (dříve organizační jednotka sdružení) nemůže ze spolku vystoupit. Není členem, který by

vstoupil, nemůže tedy ani vystoupit. Právní subjektivita spolku pobočného se odvozuje od právní subjektivity spolku hlavního. Spolek pobočný byl rozhodnutím spolku hlavního zřízen, tedy jenom takovým rozhodnutím může být zrušen. Slyšeli jsme slovo zákona. Amen. Postačí si přečíst nový občanský zákoník a důvodovou zprávu. Tělocvičná jednota Sokol na Mělníce byla sice do veřejného rejstříku zapsána na základě rozhodnutí vlastní valné hromady jako pobočný spolek Sdružení pro rozvoj všestranného sportu v ČR, o.s., ale takový zápis je chybný a musí být napraven podle rejstříkových předpisů. Rutinní práce pro právníka znalého této problematiky. Další debata je pouze mlácením prázdné slámy.

Zásadně však nesouhlasím s tím, aby mě předseda kontrolní komise označoval za oponenta ČOS. Nejsem oponentem, jsem nepřitelem. Ale nikoli ČOS jako celku, to bych zavrhl, co jsem dvacet let pomáhal budovat. Jsem nepřitelem jednotlivých nepravostí, které se dějí, například nečinnosti prvního místostarosty, pokusů o posílení moci aparátčků, neschopnosti připravit za rok a půl kvalitní novelizace vnitřních předpisů (např. o hospodaření s majetkem), absence účinné komunikace se sdělovacími prostředky, organizacemi nám programově blízkými, apod. Divím se, že kontrolní komise pátrá po cestě úniku právního zmetku nazvaného návrh nového organizačního řádu. Víím o tom, že se nezávisle na sobě objevil na nejméně třech místech mimo ústředí. Kontrolní komise by raději měla zjistit, kdo je autorem tohoto trapného pokusu o faul na kolektivní orgány a kolik příprava tohoto paskvilu (který nese právnícký rukopis) stála. Kdo si přečte návrh org. řádu včetně průvodního dopisu pro připomínkové řízení, musí zjistit, že tato katastrofa byla určena ke schválení na výboru ČOS dne 28.11.2014 (datum jsem pouze převzal z návrhu textu k připomínkovému řízení – viz čl. 10 odst. 10.1 na str. 17). Takže jsem si takový termín nevymyslel a ani jsem se při citaci nemýlil. Předpokládám, že sestra starostka věděla, co posílala do připomínkového řízení a pod co se podepisovala, že to alespoň zběžně četla. Dále předpokládám, že si tyto články přečetla i kontrolní komise. Přeci se tam termín schválení na podzimním výboru 2014 nenapsal sám nějakou vyšší mocí!

Jinak bych se velmi rád dozvěděl, jaké jsou ty skupinky, narušující jednotu v Sokole, jejichž nástrojem mám být. Necht' je všichni členové znají. Je proto třeba, aby sestra starostka jejich členy už konečně uvedla a nemluvila v tajnostech. Jinak její řeč zavání lhaním a demagogií.

Prozatím našemu poctivému snažení Nazdar! Příště opět na jiné zajímavé téma.

Honza Mandát

V Brně dne 2.2.2015

Naprosto souhlasím s první částí dopisu – kde se jedná o problémech kolem „kauzy Mělník“, o které se už toho napsalo víc než dost. Br. Mandát zde mluví jako právník a s dopisem br. Šlezingra souhlasí a uvedená fakta potvrzuje.

Souhlasím i s částí dopisu, kde se mluví o nedostacích v komunikaci mezi činovníky Sokola, o nedostacích v práci některých činovníků – mimo to jistě každého čtenáře napadne, že těchto problémů je ještě daleko víc v samotných jednotách a župách a je na řadovém členstvu a činovnících, aby je co nejefektivněji řešili. Tady nejde a nesmí jít o osobní antipatie, ale o fakta!

Nedovedu však posoudit poslední část dopisu, který se týká problémů kolem nového organizačního řádu a přiznám se, že (víím, že to asi není dobře!) je to otázka, která pro mne jako „člověka z tělocvičny“ zůstává na okraji zájmu. Jsem však přesvědčena, že

Stanovy a různé další organizační dokumenty, které musí definovat každá zájmová organizace (spolek), by měly být co nejstručnější a nejjednodušší, obsahovat pouze základní ustanovení, podle kterých se taková organizace má a musí řídit – tak, by text byl srozumitelný i pro naprostého laika, který s právní problematikou nemá žádné zkušenosti ! Právní kličky a rafinovanosti v takových dokumentech nemají co dělat!

Dopis br. Mandáta beru jako příspěvek k řešení problematiky, která musí být vyřešena, má-li Sokol dál pokračovat ve vytčené cestě. Jen mne mrzí několik slov o lhaní v závěru dopisu. Jako nenapravitelného idealistu mne nikdy nenapadlo, že by někdo z nás mohl úmyslně lhát.....

Úsudek si udělejte sami a hlavně, přemýšlejme o tom, jak každý z nás může pomoci všechny tyto problémy (máme jich dost i bez těch zbytečných!) řešit!

7. února jsem byla na nácvičku Waldemariány v Brně. Převezla jsem si odtamtud kytičku gerberin a postavila ji do čínské vázy na stůl. Ať dělám cokoliv, stále přitahuje moji pozornost. A tak mne napadlo – čínská váza s hnědávým dekorem a slunečně zbarvené gerberiny v zelených listech – je to krása! Pevná keramika jako základ, grunt a nad tím proměnlivá mozaika zeleně a zlata rostlin, symbolizující věčný a stálý růst a život. Mohl a měl by to být obraz Sokola jako takového, ale pozor, porcelán není žula a dá se snadno poškodit a rozbít!

Jarina Žitná

(promiňte mi tu lyriku, ale po pravdě – máme jí v životě dost málo!)

Názor malé venkovské jednoty

Sokol Bílá, župa Ještědská

K příspěvkům na rok 2015 jsme srozuměni s novými poplatky. Naše vedení se k tomu staví stejně jako vždy – z naší valné hromady k tomuto vydáváme své rozhodnutí, že za své některé členy platí polovinu poplatku jednota a to bude i nadále platit, ale bude to odsouhlaseno až na další valné hromadě až budeme mít po vypracování příznání za r. 2014, kde to vedení opět přednese na další rok. U nás platí plnou taxu jen ti, co jsou aktivní členi a ostatní, kteří naši jednotu podporují jen finančně těmito příspěvky – platí vždy jen polovinu a tu druhou polovinu naše jednota a to ať je to dítě, dospělý či senior. Dle ČOS je senior nad 65 let, ale u nás vybíráme 100,- od všech důchodců a postižených (neaktivní člen tedy 50,- Kč). Jelikož se to nyní zvedá u dospělých na 500,- Kč, tak naše polovina za neaktivního člena se zvýší, protože 250,- za nic nám nikdo nedá, tak i nadále naše jednota bude od těchto lidí vybírat 150,- Kč – to je ještě pro ně snesitelné. Jinak předpokládáme, že by nám cca více jak 1/3 lidí odešla a to by nám chybělo. U nás v obci platí lidé i za jiné spolky a když si vezmete srovnání Hasiči, kde děti platí 10,- a dospělí mají poplatek do 100,- Kč, tak je to rapidní rozdíl. Nemáme námitky u lidí, kteří chodí cvičit – tam je to rozumné – jinde ve městě ve fitku či fotbale, by to musel člověk také zaplatit. Ale zase třeba u vás v Liberci nebo v Praze nemáte členy i přes 20 let v jednotě, kteří jen platí a nikam nechodí cvičit – přijdou na schůzi a ani to ne a možná někdy na jednu akci za rok – kam se jdou jen pobavit mezi lidi. A když potřebujeme pomoc při opravách na našem hřišti, tak nás ještě sponzorují nebo jdou pomoci. Prostě z tohoto důvodu to máme u nás upravené a proto máme i více členů než jiné malé jednoty jako je Proseč či Kobyly. Na vesnicích to bylo a bude vždy jiné než ve městech a to by měli na ČOS také vzít v potaz. Prostě jsou u nás lidé více semknutí, protože je to malé společenství, i když nejsme všichni stejní. Toto je stanovisko našeho vedení (vyjadřujeme se k příspěvkům jako ostatní jednoty).

„Pozdvihuji oči své k horám...“

Radhošť

Pojďme dnes společně až na samý východ naší republiky, na Moravu, kde mohutný hřeben Moravskoslezských Beskyd lemuje část státní hranice se sousedním bratrským Slovenskem.

Na rozdíl od navštívených českých hor se zde nacházíme v oblasti geologicky daleko mladší, která je součástí mohutného Velkého Karpatského oblouku končícího až daleko na jihu v Rumunsku. Karpaty vznikaly na konci geologického období známého jako druhohory a především v třetihorách tzv. alpinským vrásněním. Ve stejném období vznikla tímto vrásněním také nejvyšší světová pohoří jako Alpy a Kavkaz v Evropě, Kordiléry v Americe a třeba Himaláj v Asii.

Pro mladá pohoří, která kratší dobu podléhala erozi a denudaci, jsou charakteristické větší rozdíly v nadmořských výškách vrcholů a údolí, strmé, prudké svahy a hluboká údolí tvořená řekami. Moravskoslezské Beskydy jsou tvořeny flyšovým pásmem především z odolných pískovců, vyskytují se i vápence, které tvoří předpoklady ke krasové činnosti. Horotvornými silami alpinského vrásnění se tu vytvořily mohutné příkrovy, které se nasouvaly přes sebe a svou silou zatlačily do hlubin země místní kamenouhelné sloje. Později, ve čtvrtohorách se při modelaci terénu uplatnil i vliv čtvrtohorního ledovce, který se dostal až na svahy Beskyd.

Nejvyšším bodem pohoří je Lysá hora (1323m.n.m.). Beskydy jsou pokryty většinou původními smíšenými porosty a lučním společenstvím, v některých místech jsou původní bučiny nahrazeny smrkovými monokulturami.

Pohoří je známo drsným klimatem, v zimě množstvím sněhu, v létě množstvím srážek.

Samotný Radhošť (1129m n.m.) leží na bočním hřebenu pohoří, od kterého je oddělen hlubokým údolím a je jednou z několika beskydských „tisícovek“.



Vysloví –li se slovo Radhošť, člověk si automaticky vybaví jméno pohanského boha Radegasta, který je (stejně jako třeba Krakonoš v Krkonoších) jakýmsi strážcem tohoto území. Byl považován za boha vítězství, ale také války, slunce hojnosti, stád a pohostinství. Jeho známou sochu najdete asi na polovině cesty z Poustevna na vrchol Radhoště. Socha je dílem akademického sochaře Albína Poláška a Radegast je zobrazen s býčí hlavou, rohem hojnosti a na nohou má valašské krpce. Na vrcholu Radhoště naleznete kromě chaty především dřevěnou poutní kapli zasvěcenou slovanským věrozvěstům Cyrilu (Konstantinovi) a Metodějovi, kteří mají nehynoucí zásluhy o christianizaci Velké Moravy, slovanskou liturgii a zavedení písma. Oltář kaple zdobí od roku 1898 kopie

Valašské madony. V roce 1931 přibyl ke kapli ještě kamenný kříž se sousoším obou bratrů.



Podle pověstí a legend zde v pohanských dobách stávala zlatem vykládaná socha Radegasta. Podle jedné z pověstí ji bratři Cyril a Metoděj nechali zbořit, podle jiné ji však místní lidé zachránili a ukryli v podzemí, které je tu bohaté na skryté chodby a jeskyně. Faktem je to, že se zde kdysi odehrávaly kultovní obřady, ale i to, že podzemí skutečně existuje, je však neustále v pohybu a přístupy do podzemí se během času uzavíraly. Dnes nejznámější jeskyní je Volařka asi 200m jižně od vrcholu. Zápisy ze 17. a 18. století svědčí o velkých shromážděních lidu z okolí v době letního slunovratu jako pocta Radegastovi. Snad největší lidové shromáždění se tu však konalo v r. 1868, kdy byl odtud s velkou slávou odvezen jeden ze základních kamenů právě budovaného Národního divadla.

Nejsnazší cesta na vrchol Radhoště vede z nedalekých Pusteven, kde končí silnice na velkém parkovišti a kromě toho se sem dá vyjet lanovkou z nedalekých Trojanovic. Krásných turistických cest je tu však daleko větší množství a jsou hojně využívány v létě i v zimě na běžkách.

Pustevny jsou zajímavé především svými stavbami, nesoucími stopy lidového stavitelství a secese. Jejich výstavba je spjata se jménem architekta Dušana Jurkoviče, kterého známe i odjinud (lázně Luhačovice, Štefánikova mohyla na Bradle). Bohužel, právě ty nejcennější skladby, pensiony Libušín a Maměnka, byly nedávno poničeny ohněm a v současnosti se bojuje o jejich rekonstrukci.

Celá oblast Radhoště je v současnosti Národní přírodní rezervací – další povídání je asi zbytečné. Daleko lepší je projít se po zdejších hřebenech, nadýchat se čistého horského vzduchu a nechat se ovlivňovat tradicí, která dýchá ze zdejších památných staveb – a mít radost, že jsme tu doma.

Jarina Žitná

Zahrajte si s námi

Prověřte si své „horopisné“ znalosti

Březen je už „jarní“ měsíc! Čas, který zbývá do letních dovolených a prázdnin se krátí, čekají na nás dobrodružství i relaxace na krásných místech naší planety – ať už doma, nebo v zahraničí.

Dnes začneme doma a přesvědčíme se, jak známe svou vlast a především její hory a pohoří.

Sestavte správnou tabulku a přiřaďte ke jménům jednotlivých pohoří také jména jejich nejvyšších hor i jejich nadmořské výšky. Pro někoho to bude velmi snadné, jiní možná budou mít problémy. V každém případě by nás to mělo nasměrovat k prázdninovým výpravám – skutečným, nebo alespoň „prstem po mapě.

1) Krušné hory	1) Plechý	1) 1115 m.n.v.
2) Šumava	2) Praděd	2) 837 m
3) Českomoravská vrchovina	3) Javořice	3) 1378 m
4) Hrubý Jeseník	4) Velká Deštná	4) 1323 m
5) Orlické hory	5) Klínovec	5) 1244 m
6) Krkonoše	6) Luž	6) 1602 m
7) Moravskoslezské Beskydy	7) Smrk	7) 837 m
8) Jizerské hory	8) Milešovka	8) 793 m
9) Lužické hory	9) Sněžka	9) 1124 m
10) České Středohoří	10) Lysá hora	10) 1491 m

Hodně zdaru – rozluštění najdete v závěru tohoto čísla!

Zprávy z žup a jednot

O krční páteř je zájem

Komise zdravotní tělesné výchovy odboru všestrannosti připravila pro zájemce z řad cvičitelů ČOS doškolovací seminář zaměřený na problematiku krční páteře, který se konal 2. listopadu 2014. Lektorka PhDr. Andrea Levitová, Ph.D.

Program obsahoval teoretickou a především praktickou část v tělocvičně. Zde následoval podrobný rozbor cviků pro oblast krční páteře a jejich správné provedení. Součástí byl také nácvik relačních poloh.

Velice nás překvapil velký zájem o tuto tematiku cvičitelů všech odborností, nejen tedy cvičitelů zdravotní tělesné výchovy.

Proto se vedení odboru všestrannosti rozhodlo celý seminář opakovat v druhém termínu 31.1. 2015. Ovšem zájem trvá a situace, kdy máme více přihlášek, než je přijatelná kapacita, se opakuje. Seminář „Krkční páteř“ budeme proto organizovat po třetí v polovině dubna 2015.

Jarek Kučera, místopředseda ČOS, metodik komise Zdr.TV OV ČOS

Na semináři byl rozdán účastníkům metodický list, který zachytil probrané učivo. Autorka si však nepřeje jeho zveřejnění na stránkách Souzvuků.

Sokolské odchody a vzpomínání

Úmrtní oznámení.

Bratr PhMr. JOSEF PAROULEK, starosta Sokolské župy Karlovarské, skončil svou dlouholetou sokolskou činnost. Po krátké nemoci zemřel 31. 1. 2015 ve věku 82 let (nar. 27.9.1932).

Byl již od mládí zaujatým sokolem, vychováván k tomu nejen v Sokole, ale i hrdě sokolsky založenou rodinou. Takto všude, kde působil, byl velmi aktivním podporovatelem sokolského života, sokolských zásad a myšlenek, nakonec v Sokolské župě Karlovarské.

Je třeba připomenout několik jeho nejvýznamnějších zásluh. Ihned po převratu v r. 1989 se spojil s dalšími bývalými členy Sokola z karlovarského kraje a v následující krátké době se zúčastnil sokolského zasedání v Karlových Varech, kde byla snaha obnovit bývalou Sokolskou župu karlovarskou. Opoziční hlasy však navrhovaly připojení k župě Plzeňské, nevěřily totiž, že obnova župy bude možná, nebylo s čím začínat. Z původní poválečné župy nezůstalo nic, chyběly peníze, sokolovny, nebyla ani potřebná místnost pro župní kancelář, také odvaha vést župu. Za obnovu se však zásadně postavilo především několik bratrů ze Sokolova, vedených br. Paroulkem, který s pomocí br. Mutínského a dalších postupně docílili, že Sokolská župa Karlovarská byla skutečně obnovena, načež br. Paroulek byl zvolen starostou župy. Bratrům ze Sokolova vyšel sokolské činnosti ochotně vstříc podnik Hnědouhelné doly a briketárny Sokolov (nynější podnik Sokolovská uhelná, p.n.,a.s.), aby se vznikající župa mohla rozvíjet. Takto byla od podniku získána župní místnost včetně zařízení i finanční podpory. Díky té pomoci, trvající dodnes, se začala župa dobře rozvíjet a podporovat v kraji po sokolsku tělesný a duševní rozvoj, i když byla a je stále nejmenší sokolskou župou. Od té doby byl br. Paroulek až do své smrti, 24 let nepřetržitě starostou, i když se složení výboru župy vícekrát změnilo. Župa začínala z ničeho, z původní poválečné, tehdy jen rok staré župy se nedochovalo nic, navíc pohraničí s kdysi převážně německým obyvatelstvem nemělo ani sokolské tradice. Za takových nepříznivých podmínek začal výbor karlovarské župy pod vedením br. Paroulka úspěšně rozvíjet sokolskou činnost, takže již v roce 1994 se župa mohla v poměrně velkém počtu zúčastnit všesokolského sletu v Praze. Počátečních problémů bylo mnoho - ohledně financí, navrácení tělocvičen, zakládání sokolských jednot, obtíže byly i při úředních jednáních, ale vše se dařilo řešit, zejména díky ráznému, rozhodnému a nekompromisnímu jednání starosty.

Při celkovém hodnocení zásluh br. Paroulka nutno konstatovat, že právě bez toho jeho rozhodného překonávání mnohých překážek a problémů by možná Sokolská župa Karlovarská nikdy nebyla obnovena a sokolské jednoty v karlovarském kraji, pokud by vůbec vznikly, by s obtížemi přežívaly při začlenění do vzdálené Sokolské župy Plzeňské, jak bylo po převratu navrhováno. Za takových podmínek by se sokolská činnost v severočeském pohraničí nemohla dlouho udržet, utrpělo by i tak již téměř ztracené české sebevědomí v pohraničí. Sokolský život, těžce vedený již před válkou zde mezi Němci, by po poválečném osídlení nynějšího Karlovarského kraje nakonec měl

zaniknout? Takto je nutno chápat význam osobnosti bratra Paroulka pro Sokol, pro sokolské sportování, cvičení a vzdělávání, a také pro šíření uvědomělého češství v severozápadním pohraničí, tedy díky obnově Sokolské župy Karlovarské. S ohledem na tyto i další zásluhy byl br. Paroulek vyznamenán stříbrnou medailí České obce sokolské u příležitosti jeho 80. narozenin.

Za tu mnohaletou úspěšnou činnost v župě i na vrcholných místech ČOS, za to množství dobrovolné a nezištné aktivity během té nepřerušené řady let, i za to hrdé vlastenecké vystupování patří bratru J. Paroulkovi trvalá vděčnost, velký dík a naposled NAZDAR!

Vlastimil Baumgärtl, vzdělavatel Sokolské župy Karlovarské

Rozloučení se sestrou Jaroslavou Landsfeldovou

Jaroslava Alžběta Landsfeldová zemřela po krátké těžké nemoci v pondělí 8. prosince 2014 ve věku 87 let. Rozloučení se zesnulou proběhlo v úzkém rodinném kruhu.

Sestra Landsfeldová se výraznou měrou podílela na obnovení Sokola va Strážnici v roce 1990. Sama pocházela ze sokolské rodiny. Její tatínek byl dlouholetým náčelníkem místního Sokola.

Sestra Landsfeldová celý život obětovala sokolské myšlence, byla členkou předsednictva Sokolské župy Slovácké, starostkou a náčelnicí T. J. Sokol Strážnice. Do konce svého života se vždy zajímala o dění v místní jednotě. Dovoluji si tvrdit, že pokud by nebylo sestry Landsfeldové, T. J. Sokol ve Strážnici by se po sametové revoluci znovu neobnovil.

Jako nynější starosta jednoty si ji pamatuji jako náčelnici a naši cvičitelku, která nás připravovala na soutěže všestrannosti a všesokolské slety. Předala mi mnoho zkušeností a informací.

Za celou T. J. Sokol Strážnice posíláme poslední Nazdar!

Vojtěch Studénka

Text byl převzat ze Zpravodaje sokolské župy Slovácké „Sokol v kraji T.G. Masaryka“ z ledna 1915.

Oznámení o úmrtí mi vzalo dech. Zdá se mi, že v současné době odcházejí ti nejlepší z nás. Celá léta pro mne byla sestra Landsfeldová Jaruškou, se kterou jsem se setkávala snad na všech sokolských akcích. Moje maminka říkávala, že smrt je jediná spravedlnost, která na světě existuje – asi měla pravdu, ale to nijak nezmenšuje stesk a bolest nad úmrtím lidí, kterých si vážíme a které máme rádi.

Jarina Žitná

Věroslav Kešner

Právě při dokončování tohoto čísla Souzvuků, přišla - v podstatě neočekávaná - zpráva o jeho smrti.

Slávek byl členem Sokola Liberec I. – zakládajícím členem a dlouholetým činovníkem výboru jednoty. Není to tak dávno – alespoň tak se nám to zdá – co jsme mu na těchto stránkách blahopřáli k devadesátým narozeninám. Zdá se nám to nedávno, ale čtyři

roky v životě devadesátiletého člověka jsou zřejmě delší, než si uvědomujeme. Je pravda, že jsme věděli, že je nemocen a jeho zdravotní stav je na pováženou. Pochopili jsme, že jeho stav je stále vážnější, když jeho žena, mezi sestrami zvaná „velká“ Líba (na rozdíl o centimetry větší „malá“ Líby – dcery) přestala docházet pravidelně do cvičení. Aby byla situace ještě komplikovanější „malá“ Líba byla skoro čtvrt roku na návštěvě své dcery, žijící v Australii.

Vrátila se asi před 14 dny – nabízí se myšlenka, že otec na dceru počkal, aby se mohl rozloučit! Možná, že to zní smutně a třeba neuvěřitelně – ale v rodině, kde vládnu takové vztahy jako u Kešnerů, bychom se asi neměli divit.

Ted' nám zbývá jen vzpomínka na dobrého a statečného člověka – sokola a snaha podpořit obě sestry Líby a pomoci jim nést těžkou ztrátu.

Na bratra Slávka nikdo z nás nezapomene!

Nezapomínejme ani na ty, kteří odešli už dávno!

V čísle 4 z 18. února letošního roku vyšel v Národním osvobození článek nazvaný „***Sokolka zavražděná v Osvětimi***“.

Jmenovala se Anna Řezníčková, spolu s přítelkyní Růženou Hanzlíkovou provozovala malý obchod v Přerově a jako náčelnice místního Sokola byla známou regionální osobností. Hned po Mnichovu, v době tzv. „druhé republiky“ vytvořila skupinu lidí, kteří všemožně pomáhali uprchlíkům z pohraničí. Zapojila se do sokolské odbojové organizace OSVO a pak do Obrany národa.

Za rozšiřování protinacistických tiskovin se obě ženy ocitly na seznamu gestapa, ale nejdříve měly štěstí. V krámku v Kratochvílově ulici se časem stalo stanoviště, kde se odbojáři setkávali, bohužel, i tady se našli zrádci přímo z řad parašutistů. 1. 10. 1941 byly obě ženy zatčeny gestapem a byly převezeny do věznice soudu v Přerově, kde se setkaly s ostatními. Při převozu do Olomouce se domluvily tak, aby nevyzradily žádné tajemství ani další osoby. 24. října 1941 byly postaveny před stanný soud a odsouzeny k doživotnímu žaláři. Větší část ostatních obviněných a souzených byla odsouzena k smrti.

Růžena Hanzlíková, která přežila, vydala později svědectví o tom, jak těžkými výslechy musela Anna Řezníčková projít. Nedala se však zlomit. 23. ledna 1942 byly obě ženy odvezeny do koncentračního tábora Ravensbruck. Tam se Anna stala jednou z organizátorek odmítání práce a sabotování – takže byla poslána s transportem do tábora smrti Osvětim , kde byla 23. září 1944 ve věku 50 let zlikvidována v plynové komoře. Od té doby uplynulo 70 let.

Autor článku v Národním osvobození, mgr. Petr Jirák převzal údaje ze dvou publikací vydaných v Přerově a ze Státního okresního archivu Přerov.

Myslím, že se všichni slušní lidé musí sklonit před památkou takových lidí, jako byla sestra Anna Řezníčková , před jejich statečností a lidskou zodpovědností, se kterou stáli za svým přesvědčením až k hořkému konci!

Právě takovým lidem je dnešní společnost mnoho dlužna!

Jarina Žitná
Sokol Liberec I.

Rozluštění - zahrajte si s námi

1) Krušné hory	6) Klínovec	6) 1244 m
2) Šumava	1) Plechý	3) 1378 m
3) Českomoravská vrchovina	3) Javořice	2) 837 m
4) Hrubý Jeseník	2) Praděd	10) 1491 m
5) Orlické hory	5) Velká Deštná	1) 1115 m
6) Krkonoše	9) Sněžka	7) 1902 m
7) Moravskoslezské Beskydy	10) Lysá hora	5) 1323 m
8) Jizerské hory	4) Smrk	9) 1124 m
9) Lužické hory	7) Luž	8) 793 m
10) České Středohoří	8) Milešovka	4) 837 m

Tak co? Jak jste na tom?

Závěrečné slovo

Tak trochu „psí“ fejeton

Dlouho jsem se rozmyšlela, jestli tohle téma patří na stránky Souzvuků. K úvaze o psech a lidech a především o věrnosti mne přivedla smutná zpráva ze Sokola Milevsko – zemřel tam pes. Měl svá léta a nenadále opustil svou rodinu a zanechal po sobě nejen krásnou vzpomínku, ale také pocit smutku a prázdnoty. Ten, kdo nikdy psa neměl, možná ani nemůže posoudit takovou ztrátu a vžít se do ní.

Jenže... Já vím, že pes je zvíře, nemá tvář, ale – on je něco daleko víc. Je doživotní přítel, netrpělivě čeká u dveří, vítá vás, když se vracíte domů, je vždy na vaší straně, prožívá s vámi všechny obtíže i radosti denního života. Je tu vždy, když potřebujete – a kromě slušného zacházení - neřádá tak mnoho!

Jsem nenapravitelný „psomil“- i když se svým způsobem života bych se o psa nemohla starat, tak, jak by chtěla a jak by potřeboval. Bezpečně však vím, že kdyby mne – jako osobu – lidé přijímali tak, jako mne berou psi, byla bych šťastný člověk!

Říká se, že zvířata nemají rozum, nemají duši a řídí se pouze pudem. Ze značné míry to může být pravda, ale asi to neplatí o psech! Možná také o koních!

Pes má totiž jednu záviděníhodnou vlastnost, kterou by lidé nutně potřebovali! Je to věrnost – absolutní. Pes přijímá svého pána (někdy se ptám, kdo je ve vztahu „pes a člověk“ vlastně pánem?!) jako nezpochybnitelnou autoritu, jako přítele i pána – stojí za ním a nerozmyšlí se, jestli by nebylo rozumnější někam se schovat, až se bouře přežene. Psovi je naprosto jasné, když se vám děje křivda, když vás někdo, nebo něco, ohrožuje, je ochoten s vámi trávit nepohodu, mráz i vedro, nereptá, ale drží s vámi krok.

Lidé to ovšem mají složitější. Pojem „věrnost“ u nich neznamená pouze věrnost pánovi, příteli, rodině, ale také organizaci, národu, společenství, ve kterém žijeme – věrnost myšlenkám a etickým principům, věrnost sobě - a už je to daleka problematičtější a obtížnější. Není to jen lidská náklonnost a láska, znamená to přemýšlení, kdo si vlastně naši věrnost zaslouží. Lidé se dostávají do situací, kdy někoho nebo něco mají rádi – ale nesouhlasí, když ten „někdo“, vyznává jiné etické – lidské principy nebo řeší problémy způsobem, se kterým nelze souhlasit – co teď?

S tím jsme se už jistě všichni setkali – a pokud to byla konfliktní situace, mohlo to být i velmi těžké.

Především, lidé mají rozum, který je schopen přijímat informace, zkoumat a odůvodňovat fakta, přesvědčovat se o jejich pravdivosti nebo nepravdivosti, rozhodovat se a hledat řešení.

Nikdo z nás není neomylný – a přiznat chybu nebo omyl bývá těžké! Přesto je to nutné! Hledání kompromisů na základě snahy o vzájemné porozumění a především k prospěchu věci, je jedna strana mince. Ta druhá je krutější, protože se jedná o problém, o princip, kde ustoupit prostě nejde a kompromis je vyloučen. Každý z nás se musí v určitém okamžiku svého života rozhodovat a rozhodnout. Od toho máme mozek a životní přesvědčení.

Už několikrát jsem se na stránkách Souzvuků zmínila o knize „Anděl světla“ norského spisovatele Ronalda Fangena. V době, kdy Norsko obsadila německá armáda a pronikla až daleko do vnitrozemí, se při svém prázdninovém putování po horách dva norští studenti náhodou setkají ve staré stodole, kde chtějí přenocovat, se skupinou přibližně stejně starých německých vojáků. Dají se do řeči a obě strany se snaží dokázat, že „u nich“ doma je to lepší, že se lidem vede lépe, že je větší blahobyt, že náklady na studium jsou menší atd. Oba Norové se vytasí s faktem, o kterém jsou přesvědčeni, že ho nelze přebít: Ale u nás je svoboda myšlení a slova!“ Odpověď je fantastická: „K čemu by nám bylo myšlení, fuhrer myslí za nás!“ A to je katastrofa a víme, k čemu to fanatické přejímání cizích myšlenek vedlo.

Člověk se přece nemůže vzdát vlastního myšlení stát se pouhým vykonavatelem nebo šířitelem toho, co vymyslel někdo jiný! Fakta je nutno přezkoumat, hledat pravdu a když ji najdeme, stát za ní!

Co z toho vyplývá? Pravá „psí“ věrnost je nekompromisní, naprostá – a v soužití pána a psa naprosto pochopitelná a žádoucí. Lidská věrnost však musí být odůvodnitelná a odůvodněná, řízená citem na základě poznání a přesvědčení. S tím souvisí i to, že lidé jiného názoru nemusí vždy být našimi nepřáteli, protože – chceme-li postupovat vpřed, musíme se domluvit a na základě domluvy jednat.

Od smrti psa Avalína jsem se dostala pěkně daleko! K úvaze o věrnosti mne vyprovokoval smutný dopis jeho pána. Nevím, nakolik je to téma zajímavé, ale vím, že je nutné. Měli bychom si totiž právě věrnosti a oddanosti lidem i myšlenkám vážit – a usilovat o ně, neposkytovat nepřátelům a lhostejným důvod k posměchu a znevažování toho, čemu věříme a za čím chceme stát.

Jsem přesvědčena o tom, že by nám trochu upřímného „psího“ smýšlení mělo přinést užitek!

Tak teď nevím – obyčejně končím našim krásným sokolským Nazdar, výjimečně a upřímně bychom snad dnes mohli zdravít „Ha!“!

Jarina Žitná

