



Předplatné pro členy na rok - - 50 c.
Pro pečleny - - - - - 50 c.
Do Cech na rok - - - - - 1 zl. 50 kr.

Milwaukee, Wis. dne 15. dubna 1891.

Adresa:
„Sokol Americký“, 684-6th Street
Milwaukee, Wis.

Cvičení pořadová.

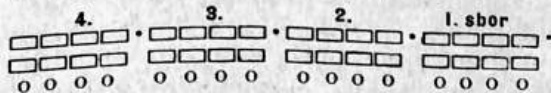
(Dokončení.)

Cvičení praporu.

Co dosud bylo uvedeno o cvičení jednotlivce, řady, šiku a sboru, to trváme postačí všem jednotám sokolským při provádění pořadových cvičení v těloevičnách i při veřejných jejich vystupování, neboť v poměrech našich jen výmínečně vystoupí značnější počet Sokolů. Z té příčiny zmíníme se jen stručně o cvičení praporu, jenž vytvoří se sloučením dvou, tří až čtyř sborů v jediné těleso. Počet čet ve sborech, co částech praporu, řídí se dle celkového počtu cvičenců.

Je-li prapor o 4 sborech po 4 četách šestispolových, čítá 192 cvičenců; mimo to čtyry velitele sborů a šestnáct velitelů čet; tedy celkem 212 cvičenců, mimo velitele, jenž sluje praporem.

Stojí-li sbory praporu vedle sebe a v šiku vyřízené, jsouce v těsném rozstupu sborovém, pak tvoří šik. Obr. 11.



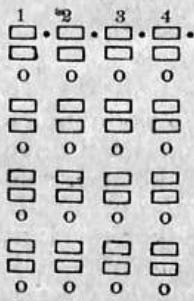
Obr. 11. Prapor v šiku.

Stojí-li sbory v praporu vedle sebe v rozstupu těsném, ale v proudech, pak tvoří tlum. Obr. 12.

Postavení praporu v tlumu bývá nejčastěji užíváno, poněvadž při něm celý prapor na poměrně malém prostoru soustředěn jest. Při praporu v šiku i tlumu rozeznáváme: čelo, zad pravý a levý bok.

Sbory v praporu označují se blíže co pravý krajní, levý krajní, pravý střední a levý střední; mimo to označují se čísly co: první, druhý, třetí, čtvrtý.

Dříve než se cvičení s praporem prováděti počnou, vybere si velitel praporu, praporem, 4 cvičence, jež ustanoví veliteli sborů, (tito sboroví velitelé sluji sborníky) a pak 16 velitelů čet — četařů.



Obr. 12. Prapor v tlumu.

Když byli sborníci a četaři vybráni, dá praporem nastoupiti všem ostatním cvičencům do šiku, který pak rozdělí na 4 díly, sbory, jež ihned na těsný rozstup od sebe vzdálí. Na to ustanoví každému sboru za velitele jednoho z oněch 4 cvičenců za sborníky určených.

Při rozdělování šiku na sbory pojmenuje je praporem prvním, druhým, třetím a čtvrtým sborem a toto pojmenování sbory podrží i když během cvičení jejich vzájemné postavení se změní.

Sborníci rozdělí sbory své na čtyry a ustanoví každé četaře. Každý četař pak odpočítá ve své četě cvičence na spoly a dvojice.

Na to každý ze sborníků změní na kroky délku svého sboru, již si zapamatuje a pak postaví se na pravé křídlo čet. —

Když četaři odpočítali cvičence, postaví se každý z nich za střed své čtyry.

Po těchto přípravných pracech je prapor v hotovém postavení ku cvičení.

Při cvičení musí sborníci, velice sborům, vždy označiti napřed číslem sbor, jemuž velí.

Prapor nastoupiti může buď v šik neb v tlum.

K nastoupení praporu v šik velí cvičitel:

Nastoupit — v šik!

Na to sborníci postaví se do jedné přímky za praporem, jeden od druhého ve vzdálenosti obnášející asi délku šiku sborového a vyvolávají číslem své sbory, které postaví se do šiku za své sborníky.

Když jest nastoupení hotovo ustoupí sborníci na pravé křídlo svých sborů.

Když má prapor nastoupiti v tlum velí cvičitel:

Nastoupit — v tlum!

Na toto velení postaví se sborníci za praporem do jedné přímky, ale tak, že jeden od druhého jest vzdálen pouze na délku jedné čtyry a tři kroky. Pak postaví se četaři za příslušným sborníkem do jedné přímky tak, aby jeden četař od druhého byl vzdálen na rozstup četový. Čety se seřadí každá za svým četařem a když se tak stalo, ustoupí četaři každý za svou četou a sborníci na pravé křídlo svých sborů, které stojí vedle sebe v proudech četových.

Zřízení praporu děje se dvojnásobným způsobem. Je-li cvičenců méně, takže sbory nejsou příliš dlouhé, velí cvičitel:

Na pravo (na levo) zřídít — řad!,
na kteréž velení sbory se vyřídí dle pravého (levého) krajního sboru.

Jsou-li sbory dlouhé, tu užije se k vyřízení „výtyku“ a to hlavně při postavení praporu v šiku. Tu cvičitel velí:

Výtyk na pravo (na levo) krajníci pochod!

Na to krajníci prvých členů vykročí v před a na jejich místo vstoupí krajníci členů druhých. Po několika krocích velí cvičitel jdoucím krajníkům „stát!“, načež tito zastaví a ihned obrátí se v pravo (v levo) v bok a dle předního se vyřídí.

Cvičitel se pak přesvědčí, zda postavili se kolmo na sbory a pak jde před předního krajníka a přesvědčí se, zda se všichni náležitě vyřídili. Když opravil naskyt-nuvší se vady, velí cvičitel:

Na pravo (na levo) zřídít — řad!

Při pronášení povelu „řad“ obrátí se krajníci před sbory se nalézající v levo (v pravo) čelem a všechny sbory vykročí. Když mají sbory posledním krokem přijít mezi krajníky rozdělí je na tři malé krůčky a při tom se na pravo (na levo) vyřídí. Krajníci druhého členu, již byli před vyřízením v prvním členu ustoupí při vyřízení na svá místa.

Při praporu v šiku neb tlumu v rozstupu těsném jsou sbory od sebe na tři kroky vzdáleny; je-li prapor v proudu, tu rovná se rozstup těsný rozstupu četovému.

Rozstup volný v tlumu obnáší délku sboru v šiku a tři kroky.

Volný rozstup mezi sbory záležejícími z čelného proudu četového obnáší 9 kroků.

Při cvičení praporu třeba přísně hleděti, aby zachován byl rozstup o zřízení jinak velmi snadno by se řady roztrhaly neb by nastalo tlačení se cvičenců.

Stojí-li prapor v šiku a cvičitel chce, aby přišel v pochod v pravo (v levo) tu velí:

Pochodem v pravo (v levo) —

Na to sborníci ihned velí „čtyrstup v pravo (v levo) v bok!“

Pak velí cvičitel:

Pochod!

Sborníci současně s cvičitelem velí rovněž „Pochod!“ a sbory jejich vykročí. Je-li sbor v pochodu a má pověsti uvedená zatočení tu velí cvičitel:

Pochodem na pravo (na levo)!

Na toto velení sborníci velí svým sborům v čtyrstupu a bez dalšího velení v čtyrstupový proud praporový zatočí v pravo (v levo). K příčinnému pochodu velí cvičitel praporu stojícímu:

Pochodem na pravo (na levo) v příč!

Na to sborníci velí:

„na pravo (na levo) v příč!“

a pak cvičitel a s ním současně sborníci velí:

Pochod!

Je-li prapor v pochodu, tu velení „pochod“ odpadá.

K zastavení pochodu velí cvičitel:

Zastavit!

Na to každý sborník jmenuje svůj sbor, ku příkladu: „Druhý sbor!“ a pak všichni současně se cvičitelem velí: „Stát!“

Různé přeměny, o nichž pojednáno bylo při cvičení sboru, dají se prováděti i v praporu, rozdíl jeví se při tom ten, že co u sboru v celku platilo pro čtyry, platí v praporu pro sbory.

Jak výše jsme byli uvedli, máme za to, že ku cvičení v praporu jen řídká příležitost se nám naskytuje a proto podrobnějšího výkladu o cvičeních oněch zde neuvádíme.

Cvičitel, jemuž jest při pořadových cvičeních veletí, musí velení znáti tak, aby při každé příležitosti věděl, kdy kterého má užítí, i nesmí nikdy přijíti v ohledu tom do rozpaků. Netřeba snad dokládati, že žádoucí jest, aby ve všech sborech bylo užíváno velení téhož a docílení této stejnosti bylo účelem tu podaných pořadových cvičení.

Jak pomoci, by řady naše vzrůstaly?

Má býti Sokol k svým povinnostem nucen?

Píše Aug. Tesar.

Stanovy naše nám praví, že každý nově přijatý člen, jenž čítá více než 25 roků, jest povinen po dobu roku cvičiti a každý nově přijatý mladší člen že povinen jest cvičiti do 25 let.

Nevím, jak komu se zdá dobrým toto ustanovení, však mám za to, že je nepraktické a pro Sokoly že se nehodí. Nenahlížím, že by mohlo býti důvodným nutiti někoho, aby plnil povinnosti, z kterých každému, kdo je plní, vlastní dobro a prospěch vyplývají.

Býval jsem kdysi sám také toho bludného mínění, že zmíněný článek našich stanov jest místným, však nyní jsem přesvědčen o opaku. Ten kdo do cvičení choditi nechtěl, toho jsme na základě onoho článku k cvičení přinutiti nemohli a také jsme nepřinutili. My takového o cvičení nedbajícího členu nemáme právo vyloučiti a kdybychom tak i učinili, sotva by nám to prospěchu přineslo.

Následkem těchto okolností jest onen článek stanov N. J. S. zbytečným a volnému rozvoji věci sokolské jen překážejícím. Mnohý snad řekne, že nezáskáme ničeho přijetím za členu muže, jenž nebude cvičiti i že nevíčících členů nám netřeba, však tomu není tak.

Vždyť každý, kdo přihlásí se v naše řady, chce státi se Sokolem i přichází k nám, aby společně s námi pracoval a věc naši podporoval. Každý takový uznává, že Sokolství jest podpory hodným a dle toho přesvědčení jedná. Nesúčastní-li se pak co Sokol činně, aby podílel se na výhodách, které ze cvičení plynou, tu jen k vlastní škodě tak jedná, než čině nároků na příležitost cvičiti, kterou mu sbor jeho jest povinen poskytnouti.

Vím, že mnohý by rád vstoupil v řady sokolské, jen kdyby nebylo onoho článku, jenž prikazuje nově přijatému členu buď rok neb do 25. roku cvičiti. Mnohý při té nejlepší vůli nemohl by cvičení navštěvovati, maje takové zaměstnání, jež mu to nedovoluje. Má takový být z řad našich vyloučen? Nemá mu býti dána příležitost co nejvhodnější postaviti se s námi do společného šiku?

Jen kdyby se řady naše množily vedle činných i o podobné členy! Mnohý z nich, když by mu to později okolnosti dovolovaly, neb až by bližší poznal význam Sokolství, sám z dobré vůle, z vlastního popudu a z vlastního přesvědčení bez jakéhokoli donucování by se stal Sokolem činným, cvičícím. Však i ten, který by tak neučinil, podporuje přece aspoň svými příspěvky účel sokolský a pomáhá k jeho provádění, které jsouc vloženo na bedra pouze členů skutečně cvičících, nemohlo by se snad díti měrou dostatečnou pro finanční obtíže.

Nám musí na tom záležeti, aby se řady naše množily i musíme se o to zasazovati získati každého Čecha, aby se stal Sokolem. Pak bude další naši starostí přičiniti

se o to, abychom ze Sokolů v střed náš přijatých vychovali Sokoly dobré a horlivé, k čemuž v každém sboru jest dosti příležitosti, kde se toho dbá.

Při tom neměl by býti žádný ze Sokolů nucen k plnění svých povinností a jen dobrá vůle každého z nás budiž nám prostředkem k dosažení cíle.

Proč máme odstrašovat ty, kteří by rádi se stali členy sokolského sboru, poukazováním na článek stanov, který ve skutečnosti neprovádíme!

Míním, že onen článek má původ z Těl. Jed. Sokol v New Yorku, v jejíž stanovách jest již po mnoho roků obsažen, nikdy však k platnosti přiváděn nebyl a žádný Sokol pro přestoupení téhož vyloučen nebyl.

Druhdy byl ve stanovách T. J. Sokol v New Yorku článek, že jméno člena, který nenavštívil 24 cvičení za půl roku má býti ze seznamu členů vyškrtáno. Však nikdy se tak nikomu nestalo i měli jsme článek ten ve stanovách co pouhé strašidlo, které zamezovalo a posud zamezuje mnohemu příznivci věci sokolské, který na stanovy—jak sluší, vážně hledí—přístup do našich řad.

Máme v jednotách sokolských různé odbory jako: dramatický, pěvecký, zábavný atd. Kdyby cvičící členové měli též hráti divadlo, pěstovati umělý zpěv, starati se o zábavy a zastávat při nich různé povinnosti, pak by z cvičení členů jistě ubývalo. Jsem dosti Sokolem činným, než abych chtěl snad stavěti nějaké překážky šíření se tělocviku, který stavím za první potřebu člověka. Však naší povinností jest postarati se především o to, aby řady naše se rozmnožily a tím aby se i získalo více a lepší příležitosti pracovati úspěšně o značnější než dosud rozšiřování tělocviku.

Přičiňme se o to, aby jednoty sokolské staly se přístupnými každému Čechoslovanu; nepřijmeme-li jej my, přijmou jej jiné spolky, mnohdy nám protichůdné.

K čemu jest to dobré, abychom byli nuceni říkati každému, koho chceme za člena sokolského získati, jak dlouho a kolikrát bude muset cvičiti až bude za člena přijat, když to bezpečně víme, že k tomu nucen nebude. Hleďme každého přesvědčiti o dobru plynoucím z pěstování tělocviku, ale nedonucujme ho k němu. Nechme v ohledu tom každému vůli volnou; vždyť zkušenost ukazuje, že ve všem více lze dokázati dobrou vůlí než vnučováním a věc tak výborná jako tělocvik musí přece proniknouti sama a získati si časem za přítele každého myslícího člověka.

K usnadnění přístupu v řady naše měly by sbory naše k tomu hleděti, aby vkladný poplatek byl pro nově přistupující členy co možno mírný. Vysoký vkladný poplatek jest každému sboru jen na újmu. To dá se snadno spočítati, že sbor přijme od člena více v krátkém času na příspěvcích, než může přijati vysokým vstupným, které u některých sborů přesahuje obnos celoročního členského příspěvku. Kdo chce státi se Sokolem, aby počítal co bude ho státi kroj a co po případě cvičební oblek a k tomu má ještě připočítati několikadollarové vstupné! Mám za to, že by úplně stačilo, kdyby členské vstupné nepřevyšovalo obnos \$2.00, zvláště počítá-li se s tou okolností, že musí nově přistupující člen zaplatiti 50 ctů. vstupného k N. J. S. Ony sbory, které o tom jednájí, aby snížily vstupné na \$1.00, měly by je snížiti i poznaly by brzy, že učinily tak na svůj prospěch.

Odstraňme ze stanov článek o nuceném cvičení a snížíme členské vstupné i umožníme tím mnohým, aby vstoupili v řady naše.

Naduvedeným pojednáním nemám nikterak v úmyslu snad sborům předpisovati, co mají činiti, aby počet svého členstva rozmnožily, však míním, že by nám prospělo, kdyby každý z nás přemýšlel o prostředcích, jak

nové členy sborům našim získavati a tuto pokusil jsem se jen poukázati na to, co po mém náhledu zamezuje mnohým z našich rodáků státi se Sokoly.

Jisto jest, že jen málo starších občanů v řady naše vstupuje a to jen z té příčiny, že obávají se onoho článku stanov jednajících o nucené návštěvě cvičení. Článek ten zaviňuje, že se agitace o získání starších občanů za členy Sokolského sboru oň rozbíjí.

Mnohý z nás věda o tom z vlastní zkušenosti vzdá se agitace zmíněné, nám tak potřebné a tím rozvoj věci naší jest zdržován.

P. r.—Máme za to, že by se zde bylo Sokolství rychleji šířilo, kdyby se byly jednotlivé sbory sokolské řídily stanovami spracovanými dle stanov sokolských jednot v Čechách. Neznáme příčinu, která k tomu vedla, že se tak nestalo, však upřímně si toho přejeme, aby stalo se tak nyní, kdy již máme dosti zkušeností o tom, co jest na prospěch a co na škodu. Pokud se týče stanov N. J. S. tu nedostatky v nich se jeví dlužno přičítati hlavně té okolnosti, že při krátkých sjezdech nelze ani věc úplně dokonale utvořiti. Z té příčiny mělo by býti věnováno stále více pozornosti stanovám oněm, než se děje, zvláště pak oněm jejich článkům, které osvědčují se býti všeobecnému pokroku věci naší na závadu, jako jeví se onen článek o nucené návštěvě cvičení, který upřímně řečeno, nikde přísně se neprovádí a tudíž zůstává pouhým strašákem s vážností sokolskou se nesrovnávacím. Odstranění různých pokut ve všech sborech se osvědčilo. Podobně osvědčilo by se odstranění ze stanov N. J. S. onoho článku o povinném navštěvování cvičení.

Tělocvičná činnost naši ženské mládeže.

Lépe by snad znělo kdyby na místě uvedeného nadpisu stálo: „Tělocvičná činnost našich žen a dívek“. Však nač se klamati, vždyť to dobře víme, že ze všech žen česko-amerických nepěstuje tělocvik ani jediná a tudíž nelze tuto zmíniti se o jejich tělocvičné činnosti ani slovem. Však i o pěstování tělocviku dívkami česko-americkými lze málo toho pověděti i bylo by snáze psáti o tom jak tělocvik nepěstují a jak se mu vyhybají, což by podalo látky přehojné.

Jest to chyba veliká že dosud nezískal tělocvik u žen víry a příčinu toho dlužno snad hledati především v tom, že ženy vůbec až na praskrovné výminky neumí a nechť si zdraví vážiti i nedovedou je též oceniti leda až tenkrát když je byly pozbyly. Toto nedbání o zdraví, jež jeví se dosti nápadně u dospělých žen vyrůstalo s nimi od mládí, neboť dědí je dcery od matek. K této nedbalosti projevované vůči tomu největšímu pokladu jaký lidská bytost může vlastniti, pojí se rozšířený a zakořeněný u ženských předsudek že se pro ně ani nehodí, aby cvičily. A netřeba tu dokládati jakou předsudek jest nepřemožitelnou mocností.

Ženy naše jsou pro pěstění tělocviku úplně ztraceny. To jest tak jisté jako že pět a pět jest deset.

A co dívky?

Ze vši té činnosti dosud žákyněmi sokolských sborů a Sokolkami tu a tam projevené, můžeme málo potěšitelných nadějí čerpati do budoucnosti. Nejsme daleci pravdy máme-li za to, že jen neuvědomělost česko-amerických matek nemajících o účincích tělocviku valnou větší nou ani poněti, zaviňuje, že ve všech sokolských tělocvičnách se žákyň nedostává a že tam kde sbory sokolské cvičí děje se tak jen při pranepatrném počtu cvičenek. Maminka nechce aby dceraška její cvičila a tatínek ten často v domácnosti—v česko-americké domácnosti až snad příliš často—nemá rozhodné slovo. Maminka vyrostla bez tělocviku a vdala se, nač by tedy měla dceraška neb dcera její pěstovati tělocvik, však ona se také vdá až dospěje—totiž jestli dříve než dospěje neumře na souchotiny neb na jinou nemoc vzniklou následkem zanedbávání péče o zdraví svého těla.

Jest to přímo úžasné jak málo se o to matky starají aby dcery jejich vyrostly zdravé a silné. Spíše je ještě o zdraví olupují a mrzačí je, než aby se o to postaraly, by jim zdraví přidaly. Honiti dcerušky své do šněrovaček, mučiti je přílišným šněrováním, sůžiti jim koš hrudní tak, aby se v něm plíce nemohly jak se patří vyvinouti, to dovede většina matek nerozumných, nikoli však pečovat o to, aby dcery jejich měly čím dýchati, by získaly plíc rádně vyvinutých, jež tak snadno nemocím nepodlehají.

Praví-li se, že člověk sám sobě bývá největším škůdcem a nepřítelem, pak dá se totéž říci o mnohé matce. Ona bývá často tou největší nepřítelkyní své dcery, přes to že jí miluje z celého mateřského srdce, neboť ji nerozumným a pošetilým vychováním buď částečně neb úplně o největší dobro, o zdraví olupuje.

Kdyby aspoň zde ve školách obecných byl tělocvik všeobecně a v rádném způsobu zaveden; pak by snad i u ženských si dobyt vážnosti. Však u „pokročilých“ Američanů konají se nyní teprve zcela primitivní pokusy a to jen na velmi sporých místech ve Spojených Státech, tělocvik do škol zavést. Do té doby než zaujme zde tělocvik nejméně takové postavení jako má ku př. na školách v Rakousku uplyne snad ne jeden ale více věků lidských při zdejším hrozném často správě škol lidmi, kteří o vychování mládeže nemají ani ponětí.

Není-li děvče k pěstování tělocviku povzbuzováno doma, není-li k němu vedeno ve škole, tu není divu když samo tělocviku nevyhledává a zvláště tehdy kdy stojí mu v cestě zákaz jeho matky neb obou jeho rodičů.

Toť jsou poměry smutné a jen takové pak se odráží v cvičení žákyň a Sokolek.

Praví se, že proti hlouposti marně bojují bohové a rovněž tak proti nevědomečnosti marně bojují rozumní a uvědomělí lidé.

Dosud všechno nadšené hlásání o blahodárném působení tělocviku nezmohlo mezi námi ani tolik, aby mu ženy věnovaly jen trochu přízně a dívky naše trochu lásky, opravdové lásky, která ledabylým vrtochem nepomíjí.

Hoch záhy přilne k tělocviku, neboť chce býti silný, zdravý, hezky rostlý i ví že všeho toho dosáhne pilným cvičením. Jinak jest s dívkou. Ona nechce býti silnou, ba právě naopak, ona chce býti slabou, hodně tenkou v pasu, hodně štíhlou; zdravou též si neřádá býti, neboť o potřebě zdraví vůbec nikdy nepřemýšlí a hezky rostlou ji učiní všelijaké náhražky tělesných půvabů, které se snadno dají koupiti již pěkně hotové v přehojném výběru a ostatně těsná šněrovačka již napřed jí hezký vzrůst zaručuje!

Při takovýchto názorech ovšem nelze očekávat, aby dívka věnovala se tělocviku z pravého porozumění a pěstovala jej s láskou. Dívky, jež dovedou uznati pravou cenu tělocviku, které jsou přesvědčeny o tom že cvičením se otužují na těle a na duchu, které věrně touží po tom, aby byly zdravými a silnými a vědí určitě že takými jistě budou v následek pěstování tělocviku, dívky takové jsou u nás výminkou velmi vzácnou, pravou řídkostí.

Pak se divíme že veškeré pokusy, jakýchž dosud bylo četně vykonáno o zavedení pravidelného cvičení dívek, setkaly se s tak sporým výsledkem.

Cvičí-li dívka z pouhého rozmaru tu nelze od ní očekávat žádné vytrvalosti a stálosti a proto jen živoří cvičení děvčat na mnohých místech a mnohde zanikne úplně sotva že bylo v běh uvedeno.

Patrně že naše dívky přítomnou dobu, tělocviku přející a oň co o věc důležitou se zajímající, posud nevystihly.

Každá z nich snad jest příznivou snahám ženské emancipace a každá z nich jest bezpochyby horlivou zastavatelkou novověkého učení že žena má s mužem požívatí rovných práv i že má míti s ním rovné postavení ve všem všude i ve veřejném životě, však o tom patrně málokterá as přemýšlí že by se každá dívka měla náležitě k tomu připravovati a přiměřeně se vychovávatí chceli se emancipovati od nadvlády silnějšího pokolení.

Uchtějí-li býti ženy úřednicemi, doktorkami, profesorkami atd. měly by se k tomu hned v mládí připravovati a to pilným otužováním těla, náležitým cvičením, by obtížná jmenovaná povolání mohly s úspěchem zastávatí.

Však i dívka, která nemá v úmyslu podobným povoláním se věnovati, jsouc odkázána, aby obyčejnou hmotnou prací chleba svůj si vydělávala, měla by o to dbáti, aby učinila se k tomu způsobila a to jedině může docíliti pěstováním tělocviku.

Muži slabí a chorobní bývají lidstvu jen na obtíž a totéž platí tím spíše o slabých a chorobných dívkách a ženách nezpůsobilých k práci.

Leč i dívky zámožné, které nemusí pracovati, aby se uživily, měly by starati se o to, by byly až dospějí silné a zdravé, vždyť mají se státi jednou manželkami a matkami a má-li býti jednou manželství jejich šťastné, mají-li býti jednou šťastnými matkami radujícími se ze zdárných potomků, pak potřebují k tomu především, aby byly tělesně silny a statny.

Věru smutný, prasmutný to úkaz, že tak málo jest viděti dívek tužících se ve cvičirných tělocvikem, jest to důkazem že ženy vážné, ty nejvážnější povinnosti své berou na příliš lehkou váhu.

Ničiti si své zdraví šněrováním a nerozumným přílišným tancem to dovedou, však dbáti o své zdraví a získávati je uslechtilým tělocvikem toho nedovedou.

Vinu toho hledati dlužno jak jsme již uvedli v prvé řadě u žen dospělých, u matek a v druhé teprve řadě u pokolení mladšího, u dívek.

Uchtěli bychom rádi doufati, že se tyto neutěšené poměry v brzku zlepší, ale nejsme snílky, zůstáváme při skutečnosti a ta jest zatím přímo hrozná.

Pravidla k závodům Národní Jednotou Sokolskou

pořádaným od 20. do 25. srpna 1891 v Milwaukee, Wis.

ZÁVODY HLAVNÍ.

I. Cvičení na nářadí.

Závodník má dovolenou jednu opravu na výkony, které soudcové ustanoví. Na výkony volné oprava se nepovoluje.

Při výkonech na nářadí bude se počítat stupeň od 1 do 5 bodů; provedení od 1 do 5 bodů s použitím $\frac{1}{2}$ bodu.

Volné výkony na koni na šíř a na dél silou provedené se nepočítají.

2. Skok do dálky.

Za prvních 12 stop dostane závodník bod. Za každé následující 2 stopy do 16 stop bod a od 16 stop výše za každou následující stopu bod. Měřiti se bude od paty chodidla odrazné nohy k patě nohy bližší k místu odrazu.

Každý závodník bude míti tři skoky, odraz bude se dítí bez můstku a největší skok bude se čítati.

Rozběh a odraz ponechán závodníkům na vůli.

Pád na zad činí skok neplatným.

3. Skok do výšky.

Od 3 $\frac{1}{2}$ stop do 4 $\frac{1}{2}$ stop obdrží závodník za každých 6 palců bod a pak za každé 4 palce další od 4 $\frac{1}{2}$ stopy bod.

Rozběh a odraz ponechán závodníkovi na vůli. Mústek může být posunován dle libosti závodníka a musí být nejméně 3 stopy široký.

Dopadnutí na ruce neb celým tělem činí skok neplatným.

4. Skok o tyči.

Od 5 stop do 7 stop počítá se bod za každou stopu; za každých dalších 6 palců bod. Tyč bude 12 stop dlouhá, na konci kovaná a bude při skocích zabodávána do prkenné podložky, která bude do čtverce zhotovena a bude měřiti na každé straně nejméně 4½ stop.

Odras bude se dít bez mústku.

Tyč musí být odhozena na zad.

Dopadnutí na tělo při skoku o tyči činí skok neplatným.

Při skoku do výšky a skoku o tyči bude se skákati přes tenkou dřevěnou tyčku.

Po nezdařeném skoku má každý závodník jednu opravu.

Jestli při skocích dva neb více závodníků jsou si rovni, budou závodit o první cenu až jeden z nich vyjde co vítěz, ale za to zvláštní skákání body se nepočítají.

5. Břemena.

Vzpírati se bude činka o dlouhé železné tyči následovně: Činka 60liberní budou zvedati závodníci vážící do 120 liber; činka 80liberní závodníci vážící od 120 do 150 liber a 100liberní činka závodníci vážící 150 liber a více. Vzpírati se bude soupažně. Postavení: stoj rozkročný. Vzpírati se bude z předklonu do připažení a z připažení do úplného vpažení.

Při vzpírání nadhazování, zaklání nebo uklánění není dovoleno.

Nevzpeřeli závodníci činku při posledním zvednutí do úplného vpažení, nebude se mu to za vykonané vzepření počítati.

Při nerozhodnutém závodě podrobí se závodníci mající stejný největší počet jednotek závodě druhému, při kterém buď větší počet jednotek neb při opětovném rovném počtu těchto, jakost vzpírání bude rozhodující. Za každé úplné vzepření se počítá pětina bodu.

6. Šplhání.

Za prvních 15 stop počítati se bude bod, za každé další 3 stopy bod až do 21 stop a od 21 stop pak za každé 2 stopy bod. Šplhá se bez přírazu.

Tělo se drží v poloze svislé; přednožení, krčení neb tření nohami, neb roznožení se nedovoluje. Měří se od pat šplhajícího k zemi.

Které družstvo ve všech uvedených závodech nejvyšší součet bodů obdrží, bude prohlášeno za první přeborné družstvo, ostatní družstva budou postupovati za prvním dle počtu získaných bodů.

Jednotlivec, který v uvedených závodech nejvyšší počet bodů obdrží, bude prvním přeborníkem a ostatní postupovati budou za ním dle počtu získaných bodů.

Ku každému jednotlivému závodě určení jsou 3 soudcové. Vedle soudců přidělení budou ku skoku 1 pořadatel, 2 záchranci a 2, kteří řídí náradí.

Každý závodník se zavazuje rozsudku soudců bez odmluvy se podrobiti.

Všichni soudcové povinni jsou znamenati výkony na listinách soudcovských inkoustem.

Soudcové budou zásobeni listinami, jež opatří V.V.N.J.S.

ZÁVODY VEDLEJŠÍ.

1. Kroužení kužely.

Kroužení budou kužely 2liberními závodníci vážící do 120 liber; 2½liberními závodníci od 120 do 150 liber a 3liberními závodníci vážící přes 150 liber.

Prvním přeborníkem bude ten, kdo nejvíce kruhů bezvadně vykoná. Při stejném počtu kruhů rozhodne ladnost provedení. Kroužení se bude 5 minut.

2. Šerm (sek.)

a) K závodě připuštěn bude pouze ten, kdo šermířskou školu prošel.

b) Šermovati se bude meči, jichž čepele jsou 34 palců dlouhé.

c) Kdo zasadí protivníkovi svému dřívě dvě rány, jest v příslušné dvojici vítězem.

d) Vítězové sejdou se opět po dvou a znova zápasí. To opakuje se tak dlouho až zbudou pouze dva.

Který z těchto zvíťezí jest prvním přeborníkem, který podlehne jest druhým.

Na závodě musí každý závodník pokynutí společného cvičitele (předáka) a soudců bez odmluvy uposlechnouti. Protesty aneb dokonce hádky na cvičišti dovoleny nejsou. Domnívá-li se některý závodník, že mu učiněna křivda, má právo hned po závodech v místnosti pro soudce určené stížnost svou přednésti a soudcové se spol. cvičitelem (předákem) o ní rozhodnou. Toto rozhodnutí jest konečné. Pořad střídání čet ustanoví spol. cvičitel (předák) se soudci.

Každý sbor ustanoví kroj pro závodníky své dle svého dobrozdání.

Přihlášky k závodům ve cvičeních, o kterých není zmínka v těchto pravidlech, musí být V.V. zaslány do 10. června a pravidla pro závody v takových cvičeních budou oznámena v červencovém čísle „Sokola Amerického“, uzná-li závody takové V.V. za vhodné.

Výbor tělocvičný zašle během tohoto měsíce náčelníkovi každé jednoty dostatečný počet výtisků těchto pravidel, z nichž pak náčelník každému závodníkovi dva výtisky doručí. Jeden výtisk podepsaný závodníkem a náčelníkem zašle náčelník výboru tělocvičnému zpět, druhý výtisk ponechá si závodník v rukou k častějšímu přečtení a nahlédnutí v něj.

Závodníky rozdělí v čtyři výbor tělocvičný dle došlých přihlášek a dá jména závodníků natisknouti na listiny soudcovské, jež k závodům opatří.

Listiny soudců buďtež ihned po ukončení závodů zaslány Výk. Výb., jež do 14 dnů všem jednotám výsledek závodů oznámí.

Žádný závodník nemá práva na změnu těchto pravidel a soudcové zodpovědlni jsou za správné jich plnění.

Cokoli není zahrnuto v těchto pravidlech a o čem by vznikla pochybnost, o tom rozhodne výbor tělocvičný.

K dalšímu poučení odkazuje výbor tělocvičný závodníka na Hlavu III. stanov N. J. S.

Tělocvičný výbor N. J. S.

J. J. Šisler, F. Moudrý, A. Pittner.

Sokol Americký.

* Těl. Jed. Sokol ve Wilber byla přijata do N. J. S. Víťame srdečně bratry wilberské ku společné práci!

* Závody milwaucké kvapně se blíží, doby k přípravě ubývá, proto tím více třeba pilně, velmi pilně a vytrvale se tužiti. Jen náležitě a všestranně vycvičení závodníci mohou s prospěchem zápasiti o vítězství.

* S politováním jsme zvěděli, že Sokolky omažské přestaly cvičiti. Tak se ujímá u nás ženský tělocvik!

* Těl. Jed. Sokol v Chicagu pořádala dne 12. t. m. veřejné cvičení, jež bylo zdařilé, ale slabě navštívené.

* Těl. Jed. Sokol Mladočech v Racine Wis. oslaví přistoupení své k N.J.S. veřejným cvičením dne 2. b. m. Sokolové z Milwaukee a z Chicaga měli by se hojným počtem slavnosti té účastniti!

* Dne 15. m. m. odpoledne uspořádala T. J. Sokol v New Yorku zdařilé veřejné cvičení v síni tamního Central Turn Vereinu. Cvičení toho účastnilo se 70 Sokolů v šesti čtách a 90 žáků.

* Tělocv. Jed. Sokol v New Yorku hodlá vydati k svému 25letému jubileu „Památník“ Výbor, jemuž redakce tohoto spisu k obstarání svěřena, záleží ze Sokolů: F. Liera, Jana Pulce, Aug. Tesaře, J. Veselého a Jos. Wocela.

* Veškerý sbory N. J. S. přejí si společného cvičitele, pouze Plzeňský Sokol v Chicagu si ho nepřejí. Většina sborů jest toho názoru že by měl společný cvičitel býti povolán z Čech, kterýžto náhled upřímně podporujeme.

* Sokolky Těl. Jed. Sokol Čechie v Chicagu pilně se tuží, cvičíce počtem 20 každé středy večer na Emma ul. v „Liberty Hall“. Cvičitелеm jejich jest Sok. Jos. Čermák, učitel to zkušený a osvědčený, za jehož vedení budou Sokolky jistě prospívati. Na zdar!

* Chicagské sbory: T. J. S. Fugner patříci k N. J. S. a Č. A. S. California, jenž přihlásil se k N. J. S., měly by upřímně se o to zasaditi, aby se spojily v sbor jediný, který do nedávna svorně tvořily, než vedrala se mezi ně neshoda o spolkovou místnost. Rozdrobování sil mstí se všude! Snahou každého upřímně smýšlejícího Sokola musí býti spojovati a nikoli rozbíjati naše sbory, z nichž nižádný nemá členstva nad potřebu!

* Většina sborů N. J. S. vyslovila se proti přijetí Sokola Slávského v Chicagu do N. J. S. z té příčiny, že stanovy N. J. S. přesně nařizují určitý kraj členům k ní patřícím. Kraj jest věcí pouze povrchní, vedlejší, však stanovy N. J. S. musí býti zachovávány! Dříve by se musil článok stanov o kroji změnit a pak teprve mohlo by se jednati o přijetí Sokola Slávského, jehož členové nosí kraj od našeho se lišící. V. V. odkázal žádost jmenovaného sboru do příštího sjezdu N. J. S.

* Pěkného daru dostane se všesokolským závodům při jubilejní výstavě v Praze, jež v upomínku na svou milou vlast a zlatou Prahu, věnuje v New Yorkských kruzích známý vyrabitel spolkových odznaků Sok. B. Breda, člen tamní T. J. S. Jest to odznak práce vskutku umělecké a velice cenné, ve způsobě kříže, jehož výřezy vyplňují čtyry římské okrasy, uprostřed pak připevněn krásný sokolský monogram ve vářivém věnci. Kříž ten zavěšen ve dvou kruhách zlatými dráty ve způsobě provazu spletenými. Pod perutěmi sokola, s jehož prsou září jasný brillant, jsou prapory česko-slovan-ský s americkým, mezi nimiž volně leží dvě malé činky, v jejich středu spatřujeme dokonale provedeného stříbrného lva v červeném poli, což opět spojeno zlatou jehlicí s modře emailovaným nápisem „Champion“, kterouž ukončuje krásná svatováclavská koruna. Odznak tento určen jest pro Sokola, který ze závodů všesokolských odnese palmu vítěznou a co nejdříve bude již do Prahy zaslán.

* Dne 19. m. m. dokončil život svůj z vlastní vůle **Sokol JAN L. HALÍK**, ve vírech vodopádů niagarských, nalézaje se na cestě z Chicaga do rodiště svého Domažlic, v Čechách. Zesnulý byl členem Těl. Jed. Sokol v Chicagu i těšil se všeobecné přízni a lásce svých spolubratrů, vynikaje neobyčejně milou, přívětivou a srdečnou povahou. Opustil tento život plný svízeli a tuhých, úmorných zápasů v mužném věku, čítaje 28 roků. Byl příliš jemnomyslným pro život, v němž každý bezohledně tlačí se v před, v němž každému jde jen o jeho já, v němž děje se tolik násilí tak těžce snášeného těmi, kdo nejsou obdařeni povahou přímo ocelovou. V řadách našich budiž záhy nás opustivšího Sokola Jana L. Halíka bratrsky pamatováno!

* Těl. Jed. Sokol v Omaha, Neb. želí ztrátu svého horlivého člena

Sokola VÁCLAVA ŠTĚPÁNKA, jenž zemřel koncem m. m. v Cedar Rapids na souchotiny čítaje 28 roků. Budiž jej námi čestně vzpomínáno!

Provolání.

Bratrským Jednotám Sokolským ve Spoj. Státech a Sokolům vůbec.

Tělocvičná Jednota Sokol Čechie v Chicagu, Ill. po desíti letech zdárné činnosti a po desítiletém potloukání se po pronajatých místnostech, octla se konečně na rozcestí, buď působiti dále ve stánku vlastním aneb podlehnouti v boji s nepřáteli odevšad na nás dorážejícími. My však raději volíme první, jelikož z vlastní budovy jako z tvrze pevně nepřátelům svým budeme moci odolati a nehrozíme se ni práce, ni obětí, abychom cíle svého dosáhli. My zakoupili již pozemek, na němž příští naše Sokolovna postavena býti má, po vyplacení pozemku nezbude nám však dosti prostředků, abychom stavbu dokončili a za tou příčinou doufáme, že nám pomocné ruky podáte. My vydali jsme dluhopisy po 5 dollarech, nesoucích 4 proc. ročních úroků a zaručených naším majetkem. Dluhopisy tyto nabízíme ku prodeji a kojíme se naději, že hojně přihlášek obdržíme. Tím netoliko že peníze své na dobrou jistotu uložíte, ale i dobré věci prospějete.

Objednávky dluhopisů (s přiložením obnosu) buďtež adresovány: Emanuel Beránek 566 Noble St., Chicago, Illinois.

Poručíme podnik náš v hojnou Vaší přízeň a ujišťujeme Vás, že vděčně vzpomínati budeme pomoci nám poskytnuté.

Za Tělocvičnou Jednotu Sokol Čechii

F. B. Křenek	} důvěrníci.
Em. Beránek	
Fr. Chmatal	
V. Kudrle	
Jos. Husák	

Doporučujeme vřele všem sborům sokolským i všem Sokolům podnik Těl. Jed. Sokol Čechie podpoře co nejhojnější a nejvydatnější. „Čechie“ vždy na prvním místě pečovala o to, by dostála úkolu svému co sbor sokolský, co spolek tělocvičný a tato její snaha pudí ji, by domohla se vlastního stánku, jež zasvětili chce účelu sokolskému, zdárnému vychovávání mládeže a mužstva českého. Každý z nás má tolik, aby mohl zapůjčiti nepatrný obnos \$5 k účelu tak vznešenému a důležitému, k účelu pro který každý jsme slibili pracovati dle svých sil a možností. Pomozte každý ochotně, dokažme skutkem že pojmáme poslání Sokolstva vážně. Přispějme každý k uskutečnění chvályhodného podniku Těl. Jed. Sokol Čechie. Na zdar!

Oslava dvacetileté činnosti Tělocv. Jed. Sokol v Chicagu.

Dne 13. m. m. bylo tomu dvacet roků co v Chicagu byla založena Těl. Jed. Sokol, sbor to nad jiné čilý a na roli sokolské zdárně vždy působící. Okolnost tuto oslavil jmenovaný sbor způsobem důstojným, sokolským večerem, pořádaným dne 14. m. m., při němž účastníky vzpomínáno bylo doby založení onoho sboru i práce jeho za minulé právě dvacetiletí. K slavnosti té pozváni byli Sokolové a Sokolky všech sborů Chicagských a příznivci a přátelé jubilejního sboru.

Prostorná síň Těl. Jed. Sokol, v níž slavnost pořádána byla vkusně dekorována a upravena k hostině.

Krátce před 10. hod. zahájil starosta sboru Sok. Jos. Kostner slavnost nadšenou řečí, v níž vylíčil dějiny Těl. Jed. Sokol od její založení až po dobu přítomnou. Vzpomenul všech těch zápasů a obětí i nadšení a vzletu sokolského, jimiž značila se prvá doba Těl. Jed. Sokol i připomenul s jakou vytrvalostí setrvalo na dráze vytknuté i v dobách nepříznivých. Ve vřelé řeči své vypočetl též řadu těch, kteří během dvacetiletí smrtí vyrváni byli z šiku členů Těl. Jed. Sokol, a jejich odchodu sbor upřímně želí i vyzval přítomné, by povstáním projevili úctu památce zesnulých.

Po skončené řeči starosty J. Kostnera zahrála hudba „Kde domov můj“ načež oslovil shromážděné slavnostní řečník Sok. Fr. Bol. Zdrůbek. I on vzpomínal těch dvaceti let práce a obětí, jichž sbor Těl. Jed. Sokol zdárně přestál. Vzpomínal na to 20leté snažení, na něž můžeme býti hrdí. Připomínal důležitost sokolské myšlenky zejména pro mladší náš dorost sokolský, jež nabídal k další neunavné činnosti na roli sokolské.

Při následující hostině povstal Sok. J. Pádecký a pronesl několik vřelých slov ze svých vzpomínek co jeden ze zakladatelů Těl. Jed. Sokol. Řeč svou končil nadějí, že v novém dvacetiletí bude sbor dobře a úspěšně dále pokračovati.

Za žákyně Těl. Jed. Sokol promluvila slč. Teresie Doskočilova, pronesši delší řeč, v níž případnými slovy poukázala na důležitost pěstění tělocviku pro dívky i děkovala Těl. Jed. Sokol jménem svých družek za veškerou péči, kterou tato o chovanky své projevuje.

Za žáky Těl. Jed. Sokol promluvil žák J. Vaska slibuje za své druhy že vždy tělocvik bude jim drahým i že chtějí se snažiti, aby se stali Sokoly.

Na to náčelník Těl. Jed. Sokol pronesl několik slov o důležitosti Sokolství, jež tak úspěšným se ukázalo v Čechách, majíc nepopíratelný vliv na politický život tamní, v němž nedávné vítězství Mladočechů jest výsledkem sokolské práce. Upozornil dále na veliký význam tělocviku hlavně u vychování mládeže i kladl na srdce přítomným, aby starali se o to, aby dítky jejich pěstěním tělocviku zdraví, ten největší klenot člověka, sobě hned v mládí zajistily.

Pak přečteny telegramy jež k slavnosti došly a sice následující:

St. Louis, Mo. — Drazí bratří! Sláva vaší 20leté práci pod praporem sokolským. Sokolové Tyrš a Fuegner měli celý národ v mysli! Čiňme tak i my! Tužme se! Na zdar!

Cvičící členové Těl. Jed. Sokol.

Milwaukee, Wis. — Bratrský pozdrav a srdečné blahopřání vám Sokolové.

P. A. Vaněček, jedn. V. V. N. J. S.

Milwaukee, Wis. — Přijměte naše bratrské blahopřání k tak významnému dni. Pokračujte dále svorně a mužně, bratří Sokolové! Na zdar!

T. J. Věrní Bratří Sokol.

Milwaukee, Wis. — K dvacetileté slavnosti zdárného trvání skládáme vám nejsrdečnější blahopřání. Lví silou, vzletem sokolím ku předu kráčejte, svým zásadám v obět své síly snášejte. V mysli vlast, v paži sílu, svorně v před, neminete se cíle. Na zdar!

Výk. Výb. N. J. S.

St. Louis, Mo. — Ku dnešní slavnosti přejeme vám hojného zdaru.

Těl. Jed. Sokol.

Dále došly blahopřejné dopisy od T. J. S. ve Westfield, Mass., T. J. J. Švornost v Morrisanii, N. Y. a Sokola Slávského v Chicagu. Sokolové Jindř. Hájek a Frant. Mencl, nemohouce se pro nemoc dostavití zaslali blahopřejné dopisy.

Po té rozprouta se pravá, čilá zábava sokolská, jež potrvála až do ranného jitra.

Účastenství při této významné slavnosti sokolské bylo četné, však mélo býti četnější, zvláště se strany Chicagských sokolských sborů, z nichž některé ani jediným členem se nesúčastnily.

Přejeme Těl. Jed. Sokol, aby v nastalém druhém dvacetiletí čile se brala za cílem vytknutým i aby zdárný úspěch provázal veškery její počiny směřující k rozšívání a pěstění snah sokolských v českém občanstvu Chicagském. Na zdar!

Lékařské rozpravy o tělocviku.

I.

O vlivu cvičení na dýchání.

Silnějším pohybem těla vyvolává se zahřátí těla a hluboký dech. Výhoda toho jeví se však dvojím způsobem:

1. Plíce se hlubokým vdechem a výdechem ventilují, tedy v určité době více vzduchu a kyslíku se přijímá, následkem čehož krev rychleji a výdatněji se čistí.

2. Všecky částky plic se tím cvičí a udržují se v řádné činnosti, což důležitě jest zvláště pro hroty plicní, jež často se zanedbávají.

Vysvítá z toho, že pravidelná cvičení tělesná nutna jsou zvláště pro lidi, kteří při zaměstnání svém seděti musí, aby zdraví i schopnost ústrojů dýchacích si zachovali.

Právě tak je zřejmo, že cvičení tělesná tak dlouho se prováděti mají, až skutečné zahřátí a hluboké dýchání se dostaví, jinak by účel jejich nebyl dostižen. Ovšem nesmí se v ohledu tom přeháněti, neboť plíce nesmí se až do nejkrajnějších mezí dráždit, neboť pak by utrpěly škodu podrážděním, jako každý jiný ústroj.

Počíná-li tedy dýchání supavé, nepravidelné, jest nejvyšší čas učiniti malou přestávku ve cvičení, aby plíce i srdce si mohly odpočinouti.

Jistá cvičení na náradí — zvláště v podporu a visu — mají ještě zvláštní vliv na ústrojí dýchací. Při těchto cvičeních visí totiž celé tělo na pažích. Ony svaly pak, které při tom trup nesou, neb ku horním končetinám přitahují, jdou vesměs od věnce plecového (klíčku a lopatky) a ramene dolů ku hrudníku, jako na přík. malý a velký sval hrudní, přední sval pilovitý, nejširší sval zádový atd., tedy působí současně též jako zvedači žeber. Jsme-li tedy v podporu nebo ve visu, tu nemohou při výdechu žebra tak daleko sklesnouti a plíce se tedy nestáhnou tak silně jako jindy, pročež výdech je nedostatečný. Při cvičení krátce trvajícím je význam toho nepatrný. Jinak jest tomu, pěstuje-li se jednostranné cvičení ve visu a podporu, kdežto ostatní se zanedbávají. Pak se vyvinou hlavně svaly plecové a ramenní — tedy zvedači žeber — na úkor ostatních a následek toho je, že zvětšuje se jich přirozené napjetí čili tonus. Zvětšuje-li se však jednostranně pouze napjetí zvedačů žeber, pak zaujmou žebra konečně trvale vyšší polohu a při výdechu nikdy úplně nesklesnou; plíce se pak více řádně nestahují, nýbrž i při výdechu zůstanou více naplněny, výdech tedy stane se trvale nedokonalým a nedostatečným. Následkem toho krev nedostatečně se čistí a vyvine se poněmhu onen neduh, při němž právě výdech je nedostatečný, totiž rozedma plic čili emphysem. Skutečně také trpí často gymnasté z povolání („hrazdári“ a „bradláři“) emphysemem plic.

Jest tedy právě při cvičeních v podporu a visu třeba rozumné míry a methodického postupu, aby orgán dýchací neutrpěl škody.

Státí se to může dvojím způsobem:

1. Následují-li po cvičení v podporu nebo visu taková cvičení, jež vyvolávají mocné dýchání, při němž totiž za hlubokým vdechem následuje i mocný výdech, tedy zvláště cvičení ve běhu a ve skoku.

2. Zanedbává-li se příliš cvičení nohou oproti cvičení paží.

II.

Vliv cvičení tělesných na vylučování produktů rozkladu.

Cvičení tělesná podporují vylučování produktů rozkladných tím způsobem, že jimi pohyby srdce i dýchadel se zvyšují a podobně i teplota těla, neboť:

1. Zrychlením oběhu krevního vypláchnou a odplaví se produkty rozkladu z orgánů jednotlivých mnohem rychleji;

2. Zrychlením pohybů dýchacích mnohem více kyslíku dostane se do krve, čímž produkty ony mnohem rychleji a úplněji se spálí a tím stanou se způsobilejšími ku rychlému vyloučení z krve než za poměrů obyčejných. Z těchto látek, jak známo, vylučují se snadno pouze konečné produkty spalo-

vání — totiž kyselina uhličitá, voda a močovina — kdežto přechodné stupně spalování — zvláště kyselina močová a j. — mnohem obtížněji se ledvinami vylučují, tedy snáze v krvi se hromadí. Poněvadž pak povrchním dýcháním přivádí se příliš málo kyslíku, tu nemohou býti dusíkaté produkty úplně spáleny a vyloučeny, nýbrž nahromaduje se v krvi stále více přechodných sloučenin, jež mohou konečně i k různým nemocem — na přík. dně — podnět dáti. Poněvadž pak pohyby tělesnými vyvolá se zrychlení dýchání, pracuje se tím proti nahromadění přechodných produktů spalování v krvi, tyto se spalují zvětšeným příjmem kyslíku úplně a konečné produkty spalování mohou pak lehko se vyloučiti.

3. Zahřátím těla nastává, jak známo, hojnější odměšování potu, čímž tedy vylučování produktů přímo se zvětšuje.

Z toho plyne naučení, že lidé, jichž zaměstnání není spojeno s dostatečným pohybem, mají denně věnovati jistý čas cvičením gymnastickým, aby podporovali vylučování látek nepotřebných a tak tělo své při zdraví zachovali.

III.

Vliv cvičení na nervstvo animalní.*)

Vliv, který mají cvičení tělesná na nervstvo animalní, přichází dvojím směrem k platnosti:

1. Tato jsou dobrým osvěžujícím prostředkem pro mozek při duševním a sedavém zaměstnání.

2. Jsou též výtečným prostředkem ku vychování mládeže, aby duševní a mravní schopnosti se cvičily a tím k lepšímu vývoji se přivedly.

a) Mozek, jako každý jiný ústroj, potřebuje stálého střídání práce a odpočinku, má-li zůstat zdravým. Nejvydatnějšího klidu požívá mozek ve spaní. Lidem však, kteří stále duševně jsou zaměstnáni, jako učenci, studující atd. nestačí noční spánek, je nutno, aby tací lidé i mezi dnem častěji klidu a osvěžení mozku dopřáli, sice by se předráždil a příliš unavil. Takový odpočinek lze nejlépe procházkou neb cvičením gymnastickým uskutečniti. Neboť, pracoval-li mozek delší dobu, pak již tím se zotaví, jestliže delší dobu pouze svaly necháme pracovati, což nejlépe cvičením kterýmkoli se docílí.

b) Duševní činnost mozku může se jen tím vyvinouti a zdokonaliti, že mozek častěji ve směru tom se cvičí. Při duševní práci a obzvláště při učení pracují především jen ony partie mozku, kde ukládá se vědění, kde tedy nalezá se sídlo intelligence, kdežto ostatní části, kde mravní základy sídlí, zůstávají při tom z větší části v klidu. Jinými slovy: při tom cvičí se hlavně paměť a rozum, kdežto ovládání sebe sama, energie vůle a ostatní mravní vlastnosti více méně se zanedbávají. Tato druhá stránka činnosti mozkové vyvíjí se především systematickým cvičením tělesným. K tomu hodí se zvláště dvě formy, totiž cvičení společná a šerm. Při cvičeních společných, kde vykonává se cvičení současně větším počtem cvičenců na povel učitelův, jest povinen jednotlivec jisté disciplíně, nemůže povoliti v té době každému náhlému nápadu, nýbrž musí se zdržovati a přemáhati; musí dále pozorně naslouchati, aby povel nepřeslechl a musí vůbec veškeru pozornost na učitele obrátiti. Slyšel-li povel, pak nesmí váhati jej vykonati, nýbrž jest mu ihned jemu se podvoliti. Žák se tedy učí při cvičeních společných, s ebe ovládati, rychle se rozhodnouti a skutkem rychle vůli následovati. Právě tak je tomu při šermu. Šermíř musí protivníka i zbraň jeho neustále ostře pozorovati, ihned poznati jeho nejmenší pohyb a v témž okamžiku již správně k obraně se rozhodnouti a tuto rychle provést. Šermíř tedy nemůže býti dlouho na vahách, co mu je činiti, nýbrž rychle a určitě třeba jest mu se rozhodnouti a skutkem rozhodnutí doplniti. Jak společným cvičením tak šermem cvičí se tedy hlavně ony partie mozku, z nichž vychází ovládání sebe, rychlé pochopení, správný úsudek, pevné rozhodnutí a okamžité jednání. Tím způsobem proti duševní lenosti všemi směry se působí a tak vychovávají se muži čilí, smělí.

*) Tělo lidské ovládáno je dvojím nervstvem a to animalním a sympatickým či vegetativním. První je ve spojení se všemi svaly, jež vůli naší podlehají, kdežto nervstvo sympatické řídí vnitřní vegetativní činnost organismu (zažívání, činnost srdeční atd.).

Ještě jiné dvě mravní vlastnosti cvičením se mohou vyvinouti, totiž odvaha a sebedůvěra. Tyto budí se tím, že žák učí se přemáhati překážky, byť i s nebezpečím to bylo spojeno. Nikterak však není nutno, aby krkolomně kousky se prováděly, jež každým okamžikem život ohrožují, stačí toliko, aby ze cvičení nebylo vše vypuštěno, co bolest nebo nebezpečí může působiti. Proto hodí se v tomto ohledu na př. zvláště skok da výšky i do dálky přes překážky přirozené, totiž přes potoky, příkopy, zdi, ploty atd., obzvláště však rytířský šerm povzbuzuje odvahu a sebedůvěru.

Kdežto tedy školním učením zvětšuje se hlavně žákova intelligence, budí se systematickým cvikem tělesným poslušnost a ovládání sebe, vyvíjí se energická vůle, povznáší se sebedůvěra a odvaha.

S.

Tělocvičná zdravověda.

(Dokončení.)

Jinak snadno nastoupí pak rheumatismus aneb i rozšíření srdce. Taktéž nemá se běžeti proti větru; Angerstein a Eckler připomínají právem, že cvičenci, kteří katarhy a jiným onemocněním ústrojů hlasových a dýchacích trpí, při tomto cvičení ve běhu účastníci se nemají.

Pro cvičení ve běhu, zejména u začátečníků, nesmí býti temperatura ani příliš nízká, ani příliš vysoká. Nejvhodnější je tedy doba jarní a podzimní. Ale i jinak, dovoluje-li počasí, má se v každé cvičební hodině běh prováděti, čímž se plíce a srdce v pohyb uvádějí a příjemný pot vyvolává. Při umírněném a určitém postupu můžeme nejen dosáti potěšitelných úspěchů mladistvých cvičenců, nýbrž i jistotu míti, že jim lepší protiváhu životu sedavému nemůžeme poskytnouti.

Napomínáme však učitele, aby dbal na vážné známky umdlení, jež pozná, dle nepravidelnosti nebo rychlosti dýchání, dle tmavé červeně nebo nápadné bledosti obličeje, podle nápadně nedostatečného nebo neobratného provedení předepsaných pohybů. Bláhové a zdraví škodlivé bylo by, kdyby učitele hněv pojal, kdyby viděl v tom úmysl a z trestu cvičení tím déle prováděl.

V chybu by upadnouti mohl dále, kdyby před zkouškou nebo veřejným cvičením žáky ještě zvláště „dřel“, aby jimi mohl vyniknouti. Před tím musí žáky chrániti správa školní.

13. Cvičení nemají se hnáti všeobecně tak daleko, až dostaví se rychle, supavé dýchání, nebo píchání, zvláště u těch, kteří srdeční vadou, nebo kašlem trpí. Dýchání, jak bylo řečeno, musí se dít jak u prostných, tak nářadových cvičení klidně a stejnoměrně. Při cvičení nutno se vystříhati náhlého smíchu (i řeči) a bylo by velkou pošetilostí, aby kolem stojící právě cvičícího spolužáka na hrazdě nebo bradlech, škádlením anebo jiným způsobem chtěli rozesmáti; neboť lehce může nastati tímto porušením klidné respirace kýla nebo páhlé oslabení sil, tak že cvičenec s nářadím spadne. S druhé strany nutno dbáti, aby žák před cvičením hluboko nevedchl a pak s plícemi vzduchem přeplněnými necvičil; neboť tím může si způsobiti rozedmu plíc (rozšíření sklípků plícních).

14. Cvičení na bradlech zasluhují v té příčině zvláštní pozornosti; zejména třeba jest při cvičeních v kliku zvláštní opatrnosti, poněvadž při nich se činí velké požadavky na svaly lopatkové a hrudní. Jest tedy nutno z cvičení dívek úplně je vyloučiti a při hoších pod 14. rokem nepočítati.

Ale i pak nemělo by více než 3 nebo 5 cvičení takových v kliku býti probráno, dokud hrudník není dosti vyvinut. Neboť co Maul připomíná, je úplně správné, že totiž nohy ve skoku a paže ve visu již dosti záhy většího namáhání snesou, kdežto síla podporu v pažích poměrně pozdě se vyvíjí.

15. Aby při šplhání veškeré tření a dráždění genitálií bylo vyloučeno, aby tedy správný příraz v ohledu zdravotním i cvičebním prováděn byl, jest úlohou dobrého učitele.

16. Nemalá pozornost a zvláštní hotovost ku pomoci je nutná při skoku přes kozu. Kozu zdá se býti nářadím nevinným a neškodným a přece stává se na ní zajisté největší počet nehod; buď že hoch na kozu naběhne a žaludek si po-

hmoždí, buď že dolů sklouzne a kost stehenní si poraní, nebo že dochmátne za kozu a páží si v některém kloubu podvrkne, vymkne neb i zlomí. Kde však je učitel sám při cvičení a ve společných cvičeních dle určitého plánu pokračuje, není třeba tak dalece se obávat, a poněvadž koza velmi oblíbeným a zdravým je náradím, neradili bychom, aby ze cvičení obecných škol se vyloučila a ve vyšších příliš omezila.

Abyste se předešlo u začátečníka při skoku přes kozu různým nehodám a uškozením, jest dle naší zkušenosti především k tomu hleděti, aby v prvých hodinách jen skoky z místa, pak z náskoku se cvičily; teprve pak když tímto způsobem nabyt začátečník jistoty v koordinovaných pohybech, možno ku skokům z rozběhu přistoupiti, ale při těchto nesmí koza z počátku výše státi než při skocích z místa a náskoku.

17. Jako tuto, tak ještě spíše při jiných cvičeních na př. při skoku do hloubky, útokem a j. záleží na dobrém doskoku. Tento se proto ve všech dobře vedených ústavách tělocvičných pilně a svědomitě cvičí, a to tak, že kloub kyčelní, kolenní a hlezňový se ohne a cvičenec z výponu a dřepu jako zpruha ocelová se vymrští. Vykona-li se doskok špatně, pak může zajisté kýly tříselní, nebo otřesení mozku i míchy způsobiti.

Ve spojení s doskokem řádným do výponu zdá se, že i poskakování přes motouz a obruče, což zejména u děvčat je oblíbeno, dosti je prospěšno. Jestliže se tvrdilo, že vyvolává vady srdeční, mohou tyto jen tehdy nastati, když cvičení až ku vysílení se žene, což se při dobře zřízeném vyučování nikde neděje.

18. Jako ve všedním životě, přiházejí se i při cvičení nehody. Přihodí se tu zranění jako: zhmožděny, oděrky, podvrtnutí, vymknutí, zlomeniny, kýly, zejména tříselní, ale poměrně řídkěji, než v obyčejném životě. Aby zabránilo se těmto nehodám, lze všelicos učiniti. Především zachováváním metody řádné, jak jsme nahoře podotkli, která náradí a cvičení podle schopností a poměrů cvičících volí, tedy metody, kterou žák bezpečně z nižšího stupně vycvičenosti k vyššímu pokračuje a kterou se mu brání do všelijakých výkonů se pouštěti, jež síly jeho přesahují. — Ale přes to chce veselá a jará mládež něčeho se odvážiti a spěje i k nejtěžším cvičením. Popřejmež jí toho potěšení a té poesie těla, dospěla-li ku takovému stupni. Ale neopomeňme též záchranu a pomoc při učení a provádění obtížných cvičení jí poskytnouti.

19. Mimo to musí býti učitel s to, aby při nehodách a zraněních první vhodnou pomoc mohl poskytnouti; a ústavy pro učitele tělocviku poskytují skutečně v „chirurgii na cvičišti“ dostatečný k tomu návod. Neméně se osvědčuje, jestliže starší žáci ku službě samaritánské na cvičišti jsou určeni, aby své druhy ošetřovali a chránili než přijde lékař, aneb aby nemocného ku lékaři či domů doprovodili. U dívek třeba hleděti ku řádnému léčení pomíjející mdloby.

20. Ještě jedna otázka nám zbývá: v jakém poměru je zpěv a cvičení. Kdož by popřel, že zpěv sám o sobě je výtečstvo Jahnovo dlouhou dobu pěstitelem prstonárodního a vlasteneckého zpěvu bylo a dosud je mu tak nakloněno? A kdo z jejich středu tvrdil, že mu z toho vzešla škoda na zdraví nebo na hlase? Necht' zpívá se dle našeho mínění, zcela klidně na cvičišti dále, ale necht' neopomíjí se ale pravidel opatrnosti. Nenechme tedy zpívající zároveň cvičení a poť tyto musejí výhradně volny zůstati pro vdech i výdech při zpěvu nutný. Zpívejme tedy před anebo po cvičení, nebo v přestávkách a s lehkým pochodovým cvičením. Zpěv ve spojení s během anebo skokem, anebo s mocnými pohyby paží a trupu zavrhuje se stejně od lékařů i učitelů tělocviku.

S.

Zasílání Sokola Amerického.

Po delším čekání a po několikráte opakovaném upomínání konečně jsme obdrželi seznamy členů i oněch sborů, které byly dlouho otálely adresáře své nám za-

slati. Aby mohl býti Sok. Am. správně zasílán každému na jeho pravou adresu, tu musí nám tato býti známa, a to jak jsme se přesvědčili nestalo se ještě zasláním nám adresářů, v nichž některé adresy udány jsou chybně. Tak po rozeslání min. čísla Sok. Am. vrátil nám poštovní chicagský úřad 22 výtisků, které nemohly býti adresátům dodány pro nepravé adresy. Poněvadž oni Sokolové, ona vrácená nám poštou výtisky Sokola Am. nereklamovali a příslušní tajemníci sborovi nám pravé adresy oněch členů neudali uveřejňujeme tuto jejich jména, žádajíc Sokoly, již mají příležitost s nimi se sejití, aby je laskavě upozornili, by své pravé adresy udali tajemníkům sborovým a ti necht' pak adresy ty nám oznámí jak jest jejich povinností.

Chicagský poštovní úřad nám vrátil v min. měsíci výtisky Sokola Am. adresované jak následuje:

J. Duchek 504 — W. 19 St., Fr. Kadlec Room 29, 1948 Clark St., J. Frajdl 746 — W. 17 St., Jos. Zeman 3418 Garnell Ave, Fr. Roušar 40 McMullan St., Fr. Chmel 635 Blue Island Ave., Jos. Hanus 2224 Cottage Grove Ave., Jos. Jebavý 94 Van Buren St., Fr. Kotek Courtland & Oglesby, Vác. Sýbrava 525 Union St., Alex Puren 666 Milwaukee Ave., Jan Ploužek 225 W. 14 St., Fr. Fivek 643 W. 18 St., Jos. Velik 442 Jefferson St., Vác. Krs 46 Bunker St., M. Fanzer 826 North Ave., Jos. Goetz 747 Desplaines St., Fr. Příbyl 95 Judd St., J. Skála 1812 48 St., V. Kos Goodspeed St. between 47 & 58 St., Fr. Hanus 57 Humbor St.

Tolik výtisků Sok. Am. vrátil nám poštovní úřad! Kolika Sokolům chicagským min. čís. Sok. Am. vůbec doručeno nebulo, nevíme. Stává se totiž, že listonoš neodevzdá záсылku adresátu, nýbrž ji pohodlně jen do domu kam jest adrssovaná hodí a tu sebrána bývá někdy osobou cizou. Někdy pak domácí lidé našich adresátů došlý poštou Sok. Am. pohodí a adresát jej pak neobdrží ani když se po něm shání, neboť nelze jej pak domácím později nalézt. Mnohý Sokol vůbec se po tom doma netáže zda mu Sok. Am. správně došel nemaje žádné chuti v něm čísti, ale naskytne-li se mu příležitost slyšeti že toho neb onoho Sok. Am. správně nedochází, tu honem se též hlásí že také žádný Sok. Am. nedostává.

Výprava každého čísla Sokola Am. děje se se vši možnou správností a není-li někomu ze Sokolů Sok. Am. správně doručován, tu jest to buď jeho vlastní vina že neudal svému sborovému tajemníku a tento pořadateli správnou adresu, neb jest to vina listonoše, jenž z pohodlí až do bytu adresáta Sok. Am. nedonese, neb jest to vina domácích lidí adresáta — proto vyhražujeme si tuto, aby přikládal kdo vinu pořadateli t. l. když ho Sok. Am. řádně nedochází. — Některí Sokolové ohlašují pořadateli t. l. sami změnu obydlí a to není též správná cesta. Necht' oznámí změnu takovou svému sborovému tajemníku a ten ji pak pořadateli oznámí.

Trochu více zájmu o Sokol Am. a trochu více smyslu pro pořádek u některých Sokolů umožní, že stesky na „nedocházení“ Sok. Am. úplně pomínou, neboť poštovní výprava téhož jest co nejsvědomitěji obstarávána.

Obzor.

§ *Mnoho-li sil vyžaduje tanec?* Oběh krve v těle jest jako by základem a podmínkou života. Srdce středisko oběhu krevního je v ustavičném pohybu, roztahuje se (v 1 hod. 4000krát) tlačí krev silou 30.000 liber skrze sonstavu žil. Krev vykoná celým tělem za 5—7 minut dráhu 150 stop. Kdyby proudila toutéž prudkostí žilami přímými téže délky (bez záhybův) tu by sotva 1 minutu

k výkonu tomu potřebovala. Čím dále od srdce, tím menší prudkost v oběhu krve. Puls mladého děvčete v klidu, jak duševním tak i tělesným jsoucím, udeří za minutu 80krát, při tanci 160krát, tedy dvakrát tolik. Tak oběh vykoná téměř všechna krev tancem vzrušené dívky, obnášejíc 700 lotů, v jedné minutě, což v stavu klidném za 2 minuty by nastalo. Urazí tedy krev v případě čilého pohybu dvojnásobnou cestu, tedy 106 stop, protože za klidu jen dráhu 53 stop vykoná. Srdce pak za mírného oběhu krve ve 24 hodinách na 16 milionů centů síly spotřebuje. Vezmeme-li tedy 12 milionů centů síly na den, tak spotřebuje krev děvčete v jediné hodině noci plesové na 100 milionů liber síly, kdežto v klidu pouze na 50 milionů liber síly za jednu hodinu se spotřebuje. Jak schvacující tedy musí býti vášnivý tanec pro dívku! Pro tuto příčinu měly by tanečnice býti co nejopatrnějšími, jak ve volbě druhu tance tak i ve volbě délky jeho, tu však mládež neodstraší ani rozumná úvaha, že neobyčejně zvýšena je teplota těla, že zdvojnásobena rychlost normálního oběhu krve, nýbrž ona v lehkomyšlnosti, buď ještě teplými nápoji stav svůj podporuje nebo příliš studenými náhle se ochlazuje a nad to ještě do průvanu přichází nebo z horkého ovzduší sálu bez opatrnosti v studené noci domu se ubírá. Může-li býti podivným při tolika nebezpečích, že tanec vleklé choroby pro celý život přivodí a rovněž často i smrti příčinou se stává? Tančí-li dáma po celou noc všechny tance obvyklé, počítáme-li dle kroků, vykoná cestu 28 mil. A pomyslíme-li, že ten něžný tvor v těsných střevících, utáženě šněrovače sevřen a jen po špičkách po celou noc hopkuje, užasne nad velikou námahou. Kdyby však taká dáma v nej pohodlnějším obleku, na svěžím vzduchu, po krásných cestách nejvábnější krajinou za letního dne ve 14 hodinách 28 mil uraziti měla, věru by myslila, že to nadlidské a nad síly její a jistě v polovici cesty únavou by klesla.

DOPISY:

V Milwaukee, Wis., 2. dubna 1891.

Besední odbor V. B. Sokol sčítal v neděli 29. března obtížnou veselohru „Slechtic z národa a světák“. Snaživé říditelstvo, ač nemáme veliký výběr mezi ochotníky, hledí přece, by každý kus byl dobře obsazen a náležitě upraven, což se mu tentokrát při hlavních úlohách podařilo. Toto divadlo pořádáno bylo ve prospěch zbudování nové síně a ct. obecenstvo opět dokázalo hojnou návštěvou, že si přeje aby co nejdříve nová prostranná sň již stála. Hlavní úlohy jakož i celek byly zdařile provedeny a obecenstvo toto dílo uspokojilo.

Mezi našimi Sokoly jest všeobecné nadšení pro novou sň, a bylo by na čase aby výbor pro zakoupení místa hleděl příhodné místo v středu Čechů na západní straně zakoupiti, neb čím déle bude se odkládati, tím více bude státi. Doufáme že každý Sokol, a každý Čech se přičiní, aby místo k stavbě bylo co nejdříve zapláceno, a jak toho se docílí, může hned přikročeno býti k stavbě nové, Čechů důstojné síně, která by všem požadavkům Čechů Milwaukee vyhověla.

Dále nutno jest připomenouti že již jen tři měsíce dělí nás od příštího závodu N. J. S. proto musí nám na tom záležeti, aby se co nejpilněji cvičilo, a Sokolové by co největší činnost rozvinuli, aby aspoň dvě čty statečných borců k závodům od sboru V. B. Sokol postaveny býti mohly. Proto „Tužte se“ nejen v úterý a v pátek ale i v neděli dopoledne, byste nebyli v závodech poslední.

Zároveň jest žádoucí, aby české rodiče vůbec, a zvláště oni otcové, již jsou Sokoly dítky své do tělocviku posílali, abychom i našimi dítkami dokázali národnostem cizím, že i český otec a česká máti pochopili jak užitečný jest pro vývoj tělesný i duševní našich dětí tělocvik, který jest u všech vzdělaných národů pěstován. — Nyní jsou tělocviku pro hochy zvláštní dva večery v týdnu věnovány a sice v pondělí a ve čtvrtek od 7 do 8 hodin večer, pro dívky večer každé středy. Teď nastanou již krátké večery, tak že dítky budou takřka za denního světla cvičiti a brzy se domu z cvičení navrátí, tak že nikdo nebude se muset vymlouvat, že v noci jest to pro dítky obtíží choditi do cvičení.

Těž moho podotknouti, že jednoty podaly příznivou zprávu by povolán byl společný cvičitel, jen jediná vyslovila se proti a dvě nepodaly zprávu žádnou, což považováno že souhlasí. Nyní jest na výk. Výb., aby hleděl co možná všestranně vzdělaného a dokonalého cvičitele získati, neb na dobrém cvičiteli takřka závisí blahodárná činnost a celá budoucnost mnoha jednot sokolských. Jest též nutno, by nalezen byl prostředek jakým způsobem by společný cvičitel nejsnadněji vydržován býti mohl, aby celá tíha vydání nepadla na pokladnu Nár. Jednoty Sokolské.

Bude snad nejlépe když se použijí pravidla z roku 1886 a 1887 kdy br. K. Štulík místo sp. cvičitel zastával. Tenkrát každá Jednota kam sp. cvičitel zavítal, po čas jeho pobytu jej ubytovala a pohostila, a pořádala na konec ve prospěch N. J. S. veřejné cvičení, z kterého čistý výnos připadl do pokladny V. V. a Výkonný výbor sp. cvičiteli vyplácel cestovné a služné. Na tento způsob doufám že by bez zvýšení příspěvku společný cvičitel stále vydržován býti mohl. Jest však žádoucí, aby povolán byl cvičitel tavný, který by dovedl nejen pravidelně a důkladně cvičiti, ale aby též přednáškami dovedl Sokolstvo osvěžiti a celou národnost českou pro zásady Sokolské nadchnouti.

V neděli dne 19. dubna 1891 zavítá do Milwaukee chvalně známé Divadelní ochotnictvo Tělocvičné Jednoty Sokol z Chicaga a ve prospěch nové České Národní síně v Milwaukee sehraje velmi oblíbenou veselohru „Vosť hnízdo“, která od obecenstva v Chicagu s pochvalou a nadšením přijata byla. Jelikož toto představení ve prospěch nové síně v Milwaukee pořádáno bude, — jest nutno, aby se členové sboru V. B. Sokol všemožně přičinili, by návštěva byla četná.

V New Yorku dne 6. dubna 1891.

Dne 15. m. m. uspořádala jednota naše veřejné cvičení členů i žáků. Pro cvičení to získána byla prostorná tělocvična newyorského Central Turn Verein na vých. 67. ul. poněvadž tělocvičny naše jsou více než nedostatečné a my přáli jsme sobě, aby co možno největší počet obecenstva cvičení toto navštívilo a nám při tom při cvičení nepřekážel (jak se to obvyčejně děje). Ve 4. hod. odpoledne dal náčelník povel ku seřadění a nastoupeno do šiku, na to pochoodem nastoupeno ku cvičení prostnému. Dříve nežli toto počalo, promluvil náčelník několik slov ku členům, vyzýváje je ku větší činnosti a vytrvalosti. Cvičení prostrná záležela z 5 oddílů: (pohyby paží natažených rovné a šiké, časomíra 1—4) i byla celkem dosti šťastně volena. Provedení bylo neuspokojující, nebylo dbáno dosti řádného rozstupu a pak mnohý nezná rozdíl mezi stojem předkročným a výkročným. A přece by měla býti cvičení prostnému největší péče a pozornost věnována, neboť v něm se ukáže sevíčinnost a pokrok jednoty. Po cvičení prostném přikročilo šest družstev ku cvičení na náradí s následujícím pořádkem: I. Hrazda — Kůň na dél. II. Bradla — Kruhy. III. Kůň na šíř — Bradla. IV. Kůň na dél — Bradla. V. Biemena — koza. VI. Kruhy — Skok do dálky. Cvičeno zcela jako v obyčejný večer, nebylo zde žádných nacvičených a nastudovaných výkonů, což by se mělo díti vždy a všude, aby širším kruhům podal se obraz pravé činnosti naší. Celkem možno říci, že cvičení toto odbylo se k uspokojení všech. Po cvičení členstva přikročeno ku cvičení žáků. 80 žáků nastoupilo s tyčemi ku cvičení. Ustanovené pro ně cvičení bylo velmi dlouhé, ale ku chvále malých provedeno obstojně. Po ukončení cvičení žáků tyčemi rozdávány jsou různé dárky tak, že dříve šel si vybrat, kdo byl činnějším a poslušnějším. Pozorovati bylo, že ti nejmenší šli napřed.

Na zdar!

Frant. Zborník.

V Clevelandu, Ohio, dne 10. dubna 1891.

V neděli dne 5. dubna odbyvali jsme zde odpolední cvičení žáků jakož i členů. Vstup byl volný, z čehož lze souditi, že byla návštěva valná. Radost se bylo podívati na ty naše malé Sokolky, s jakým vědomím vystupovali. Cvičení zahájeno ve 2. hod. pořádkovým cvičením žáků, pak složitým cvičením na dvojných bradlech, pak na koni na šíř a ukončeno zápasem. Naši malí hoši drželi se statečně, což dokazoval zasloužený potlesk obecenstva a usměvavé tváře pp. rodičů. Po cvičení žáků, které trvalo do půl čtvrté, nastoupili velcí; byla nás statná četa 18. Škoda však, že nás nebylo více, neboť u nás dostávají někteří z veřejného vystupování strach, však musím je trochu omluvit, že máme samé nováčky. Cvičení provádělo se ve dvou četách na jednom náčiní současně, neboť máme u nás důstatek náčiní. Cvičilo se na dvojných bradlech, na dvou koních na dél, pak skok do výšky. Cvičení ukončeno o 6. h. k uspokojení jak cvičících tak obecenstva. Sokolové, tužme se, ať v brzku zase podáme důkaz, jak zdárně nese tělocvik ovoce tomu, kdo jej svědomitě provádí. Ještě musím podotknouti, že se krásně vyjímal stejnost našich obleků cvičebních; měli totiž hoši, jichž bylo okolo 50, bílé flanelové košile, bílé pásy, modré po ko-

lena dosahující kalhoty, tmavé punčochy, a světlé střevíce; velcí pak tmavé košile trikotové bez rukávů, kožené černé pasy, modré kalhoty a hnědé střevíce. Ještě musím sdělit, že náš dívčí sbor se připravuje k veřejnému cvičení na 3. neděli v květnu. Cvičející každý pátek v týdnu a činí se všemožně, by nám po hoku statečně stály. Myslím, že by naše dívčí tělocvičné sbory lépe udělaly, kdyby srazily se v jednotu, tak by aspoň dopisováním přišly více do styku a pobádaly se jednotlivé sbory více k činnosti.

Se sokolským Na zdar! Jos. Štíbr.

V St. Louis, dne 24. března 1891.

Milerád zmiňuji se o pokroku zdejší Těl. Jed. Sokol. Cvičení navštěvuje 32 Sokolů i cvičí ve třech čtáčích. V neděli dopoledne jsou pořádány přednášky o teorii tělocviku a těch se účastní 18 Sokolů. Též cvičení žactva jest dosti čilé. Žákyň cvičí 40, dosud však cvičí se jen prostocvikům a pochodům, dokud nepořídí si cvičebního kroje, což stane se v brzkou. Žáků cvičí 45 při pravidelné návštěvě. Cvičení žactva odbývá se dvakrát týdně. Celková činnost zdejší Těl. Jedn. Sokol jest dle uvedeného čilou, opravdu potěšitelnou. Leč k tomuto čilému sokolskému ruchu aby se mohl náležitě rozvinouti, schází tělocvična, která by ve všem vsudy opravdu tělocvičnou byla. Jest to smutné, že většina našich sborů trpí nedostatkem postačitelne tělocvičny. Místnost, v které zde cvičíme, jest 50x19 a z rozměru toho každému věci znalému jest zřejmo, že nemůže uvedenému počtu cvičících dostačiti. K tomu uprostřed cvičírny stojí kamna a dvě hračky a troje šplhadla a dvoje kruhy zaujmou valně místa. Postaví-li se ještě jiné nářadí, tu pro čtyř nezbyvá místa, kam je postavit a cvičenci musí dávatí dobře pozor, aby se neudály nepředvídané srážky. Mimo nedostačnou prostoru, má tato cvičírna též tu vadu, že jsouc nízkou a po zemi položena jest vlhkou. Zdi její jsou skorem stále vlhké a po dešti i voda do ní proprýští. Doufám, že Sokolové nahlédnou, že v takové místnosti není vhodno a zdravo cvičiti i že se budou snažiti, aby domohli se místnosti ku cvičení, která by potřebám jejich vyhověla. — V minulém čísle Sokola Amerického obsažený článek „Nepřistojnost.“ vřele odporučuji rodičům, kteří mají dívky, aby si jej přečetli. též článek „Tělocvičná zdravotvoda“ v zmíněném čísle Sok. Amer. obsažený měl by býti pilně čten a to opět zvláště rodiči, aby aspoň poněkud se seznamovali s užitečností tělocviku, jakou mládež cvičící jest dařena. Na zdar! Fr. Pecival.

V South Omaha, dne 3. dubna 1891.

(Z Těl. Jed. Sokol v South Omaha.) Letošním rokem panuje ve sboru našem potěšitelná činnost. Cvičení jsou pilně a pravidelně navštěvována 14 Sokoly a 26 žáky a všichni se tuží co jen síly stačí. Bratrský a svorný duch, jenž ve sboru našem zavládl víže všechny naše členy v pevný svazek a tak spojení snažíme se, bychom úkolu svému co Sokolové dostáli. Nemalým vzpružením naší činnosti jest také ta okolnost, že potkáváme se v počínání svém s přízní, o čemž svědčí skutek klubu českých dívek, které usnesly se věnovati sboru našemu krásný, skvostný prapor, jenž bude již v nejbližší době dohotoven. Nejspíše že dne 3. května slavnostně tento prapor odhalíme i činíme již nyní přípravy, aby tato významná slavnost byla co nejzdařilejší. Vlastenecké dívky, které tak obětavými se vůči našemu sboru projeví, zasluhují již předem našich nejvšelejších děků a plného uznání každého upřímaého Čecha, jenž dovede oceniti takový čin z národního uvědomění vzešlý. Volám spanilomyslným oněm dárným hřimavě Na zdar! J. F. Bečvář.

V St. Louis, Mo., dne 5. dubna 1891.

(Z Těl. Jed. Sokol v St. Louis.) Jest na čase, abych se též zmínil, jaké pokroky v tělocviku jsme učinili. Není mým zvykem jednotlivé členy chváliti, však co celku se týká, za tak krátký čas, co Sokol Fr. Pecival měšká v našem středu, učiněn pěkný krok v tělocviku ku předu. Členstvo cvičící se všemožně činí, by bylo co nejpozorlivějším; na co zvláště Sok. Fr. Pecival poukazuje, na správné držení těla a na vytrvalost v návštěvě. A v skutku musím uznat příčinění některých členů, jak prvního tak druhého družstva, ano i třetí nezůstává pozadu. Počet cvičenců o mnoho nevzrostl a pravidelně cvičí 31 členů ve třech družstvech třikrát týdně: v úterý a v pátek večer a pak v neděli ráno, kteréžto cvičení spojeno přednáškou Sok. Fr. Pecivala. Založena též zvláštní četa, tak zvaná „medvědí četa“ sestávající z členů starších, jichž počet dosud vzrostl na 15 a jest si přáti, by jich bylo dvojnásob. Cvičí jednou týdně, ve čtvrtek od 8. hod. več. Tak jest tělocvikem zaměstnána celá třetina našeho členstva. Kéz vzrostl počet jich na polovinu, bychom nuceni byli postarati se o prostrannější cvičírnu, neb nynější se stává každým dnem menší přibýváním cvičících. Počet žáků zůstává stále stejný. Cvičí 52 žáků dvakrát týdně v úterý a v sobotu od 4. hod. odpoledne; mimo to výbor tělocvičný založil tělocvičnou školu pro větší žáky více než 14leté. Děvčata cvičí ve

středu večer od 7. hod. v počtu 38. Naše Sokolky (?) ty také s cvičí, ale snad v mlúvení. Již začaly jednou cvičiti a to trvalo as dva měsíce. Po prvé jich bylo 17, po druhé 13 a tak se počet ten sesychal, až konečně nepřišla žádná. A přede u našeho odboru Vlasta jest dostatečný počet mladých dívek, na které by tělocvik velmi dobře působil a žádná by se neměla styděti za tělocvik, který jest pro každého velepotřebný. Mnohý neb mnohá řekne: U nás v St. Louis není pole, by u dívek se tělocvik zavedl. Nevěděl bych proč. Jest tu jen o začátek a vytrvalost těch, které začnou, aby vytrvaly a ne, jako se stalo, aby hleděly zavěsti tělocvik a pak první ochabovaly. Hleďme dobrým vysvětlením náš dívčí odbor přiměti k tělocviku a kdyby to nešlo po dobrém, snad by bylo možno je přinutiti, by konaly svou povinnost dle stanov jejich.

Aby se vyhovělo stanovám N. J. Sok. určil náš sbor pro členy bez rozdílu stáří a pro nově přistouplé členy pořadová cvičení každé první pondělí v měsíci v 8. hod. večer, do nichž členové by měli choditi v plném počtu, by sobě zvykali na potřebná cvičení, když pak celý sbor vyjde někam v průvodu, aby každý věděl, jak se otočit, jak vykročit atd. Nechť si to každý člen našeho sboru zapamatuje.

Ku konci se ještě zmíním, že náš sbor bude pořádati veřejné cvičení dne 10. května. Náš cvičitel Sok. Pecival koná již přípravy, tak že možno očekávati zdařilé provedení všech výkonů.

Závody se blíží a my dosud zticha. Myslím, že by se měli již členové vybíratí, by pak neměli krátký čas se tužiti. Dosud není známo, jak velký počet členů se vyše; do omažských závodů se mluvilo, že se jich vyše četa a pak se vyslal jeden. Dle mého náhledu a poměrů sboru myslím, že vyše četu, ačkoliv to nemohu tvrditi, ale povinností naší by to bylo. Na zdar!

Václ. K. Triska.

Omaha, Neb. 4. dubna 1891.

Cvičící členové naši Jednoty zdárně pokračují. Starší a zkušenější údové, kteří tvoří první četu, sestoupili se nyní v sbor cvičitelský a snahou jejich bude pěstovati tělocvik nejen prakticky ale i theoreticky; totiž věnovati se chťi důkladnému studiu tělocvičných nauk předních autorit našich tak, aby po případě z jich řad cvičitel vyjítí mohl. Účel a snaha ta jsou chvalitebny a zaslouží si plného uznání.

Za příčinou povzbuzení ostatních jednot sokolských ve státě ku přistoupení k Národní Jednotě Sokolské, usnesl se sbor náš pořádati v červnu státní cvičení sokolské všech jednot v Nebrasce, I zvolen jest již výbor, který za účelem tím pracuje.

Vzhledem k vyzvání Výk. Výb. stran povolání společného cvičitele projevíla naše jednota souhlas s tímto úmyslem majíc při tom na zřeteli prospěch, jaký z toho pro Sokolstvo Česko-Americké vyplynouti může. Víme ze zkušenosti, a popřítí se nedá, že činnost, vzrůst a pokrok Sokolstva našeho datuje se od té doby, kdy přibyl sem společný cvičitel, který tehdy tu a tam mdlé a ospalé Sokolstvo vzkřísil k novému, jarejšímu životu. Protož i tuto očekáváme zdar a vzpružení se junáků našich ještě ku větší a jarejší činnosti.

V poslední době povstala ve středu našem myšlenka, aby sbor zavedl podporu členům v nemoci, zranění atd., k podpůrnému tomuto fondu mohl by ovšem přistoupení jen ten, kdo by si přál. V tomto smyslu podán také návrh ve schůzi co dodatek k domácím pravidlům. Uznávám sice prospěšnost podpory v nemoci, však pochybuji velice, že všichni členové k fondu onomu přistoupí. Přistouplí-li počet nepatrný, pak podpora musela by býti pramalou — nepatrnou, tak že by jí v nouzi postavenému velmi málo zpomoženo bylo. Dále myslím, že je lépe pro každého, kdo na podporu v nemoci počítá, přidati se k spolku podpůrnému, jichž máme hojnost. V poslední schůzi, kdy jednáno bylo o dodatku tom, bylo usnešeno, by podpůrný tento odbor jen tehdy byl založen, když k němu jedna třetina členů se přihlásí. Ovládá ovšem pochybnost, že tak se stane. Spolky podpůrné stávají se nyní doba útočištěm souchotinářů, lidí přestárých, (pro Sokolstvo docela neschopných a se nehodících) a zhusta nepoctivých pijavic, kteří spolek za dojnou krávu považují; takových příkladů máme tuším hojnost. Podpůrný fond nesluší se pro Sokolstvo právě, neboť máme příkladů dosti z dob dřívějších, jaké nepřijemnosti potkávaly spolky sokolské, když podpora byla zavedena. Sokolům omažským na př. hučí dosud v uších spor se Stachovou, či ne?

Ríditelstvo div. odboru chystá obecenstvu zájmovou a velice žertovnou hru „České Amazonky“ při kteréžto hře účinkovati budou i naše čilé Sokolky, které provedou tance a reje, za kteroužto příčinou již nyní pilně zkoušky a cvičení se odbývájí.

Též mi jest smutnou povinností oznámit, že min. týden vyrvala neuprosná smrt ze středu našeho Václava Štěpánka, člena dosti snaživého. Zemřel v Cedar Rapids, byl však již delší dobou členem naší jednoty. Zemřelý byl asi 28 roků star, svobodný a zemřel na souchotě. Budiž mu země lehká.

Na zdar! J. A. Hospodský.

Řádná schůze V. V. N. J. S. v Milwaukee, Wis.

V Milwaukee, dne 1. dubna 1891.

Schůzi zahájil starosta Sokol A. Pittner. — Přítomni nebyli Sok. E. Chruďmický a Fr. Moudrý, kterýž zaslal omluvu. Sok. J. J. Šisler podal omluvu z nepřítomnosti z minulé schůze; byl na cestách.

Protokol z předešlé schůze byl po přečtení přijat.

Souhlas pro společného cvičitele zaslaly sbory: T. J. Tyrš Cedar Rapids Sok., T. J. S. Budivoj, Detroit Mich., T. J. S. Westfield, Mass., T. J. S. Svornost, Morrisania N. Y., T. J. S. Fuegner, Chicago, Ill., T. J. S. Fuegner L. I. C. N. Y., T. J. S. South Omaha, T. J. S. Omaha, Čes. Am. Sokol Chicago, T. J. S. Podlipný, Detroit, Mich., T. J. S. Čech, Cleveland O.

Proti společnému cvičiteli jest jedině Sokol Plzeňský v Chicagu.

T. J. S. ve Wilber Neb. se přihlásila k N. J. S., zaslavši \$10.00 vkladného.

Pořadatel Sokola Am. zasílá \$10.35 přijatých za předplatné na Sok. Am.

Ku přijmutí sboru J. C. A. S. Californie zaslaly souhlas Plzeňský Sokol a T. J. S. Praha, Town of Lake.

T. J. S. Mladočech, Racine, Wis zasílá pozvání k veřejnému cvičení uspořádanému na oslavu k připojení se k N. J. S., dne 2. května t. r.

Na základě došlých dopisů, týkajících se přijetí sboru T. J. S. Slávský, v nichž některé sbory V. V. na stanovy N. J. S. odkazují, uzavřel tento učinit poznámku o záležitosti té pro příští sjezd, do kteréhož času záležitost ta odročena jest.

Jelikož více než dostatečný počet sborů svůj souhlas pro společného cvičitele zaslaly, uzavřeno, by schopný cvičitel byl získán, za touže příčinou uloženo, by učinil jednatel dotazy: Sokolu Pražskému, v S. Am. a pořadatel Sok. Amerického, by nějakého odporučili. Nabídky s podmínkami bude přijímati jednatel V. V. Sok. P. A. Wančček, kteréžto pak V. V. k rozhodnutí předloží.

Uzavřeno dopisat sborům T. J. S. Fuegner Chicago a přihlášenému sboru C. A. S. Californie Chicago, by vzaly v úvahu, jelikož se v blízkém sousedství nalézají, nebylo-li by lépe, aby spojily se v jeden celek, nežli aby rozdrobeně každý zvlášť pracovaly.

T. J. S. Wilber, Neb. jest dnešním dnem přijata k N. J. S.

Jednatel má upozorniti sbory, by v čas navrhli členy za soudce pro Milwaukee závody a jména těchže, jakož i počet závodníků, jež poslati mní V. V. zaslali. Tělocvičný výbor pilně pracuje a co nejdříve uveřejní rozličné návody a pravidla k příštím závodům.

Příjem:

T. J. S. Omaha se zprávou.....	\$20.75
C. A. Sok. Chicago se zprávou.....	26.70
T. J. S. Wilber, Neb. vkladné.....	10.00
T. J. S. New-York za stanovy.....	5.10
T. J. S. Westfield Mass se zprávou.....	7.40
Předplatné na „Sok. Am.“ zasláné pořadatelem Sok. Am.	10.35
Úhrnem.....	\$80.30

Vydání:

Za pořádání „Sok. Am.“ č. 1, 2, 3. r. XIII.....	\$40.00
Tisk a výprava „Sok. Am.“ č. 3. a adresář.....	53.05
Doplatek na ilustr. „Sok. Am.“.....	1.80
Služné jednateli V. V. za 1. letí 1891.....	18.75
Výlohy jednateli V. V. dle účtu.....	5.05

Úhrnem..... \$118.65

Hotovost V. V.

Přebytek z minulé schůze.....	\$953.05
Zbývá na hotovosti.....	\$914.70

K. Jiran, tajemník.

1115 Cold Spring Ave.

Pisemnictví.

„Sokol Pražský“ měsíčník, redakcí Dr. J. E. Scheinera, vychází nyní až do sjezdu všesokolského v červnu t. r., dvakrát za měsíc. V březnu vyšlo č. V, a VI. ročníku XVII. Předplatné na rok jest \$1.10. Adresa: Časopis „Sokol“ Praha, Bohemia, Europe.

Upozornění.

Ot. přispívatele do „Sokola Amerického“ žádáme, by laskavě nejdéle do 9 dne v měsíci příspěvky své zasílali. —

Laciný kroj sokolský! Kdo z členů T. J. Sokol si přeje poříditi laciný kroj sokolský, nechť se přihlásí buď ve cvičirně u náčelníka neb ve sborové síni u Sok. Jos. Jurky.

Krojový výbor Těl. Jed. Sokol v Chicagu.

Poz. red. Z nedostatku místa nuceni jsme byli odložit zprávy náčelnické do čísla příštího.

SPOLEČNÝ CVIČITEL

— pro sbory —

NÁRODNÍ JEDNOTY SOKOLSKÉ

— SE HLEDÁ —

Plat 50 doll. měsíčně a cestovní výlohy.

Cvičitelé theoreticky a prakticky vzdělaní zašlete své nabídky jednateli N. J. S. pod adresou:

Petr A. Wančček, jednatel N. J. S.,
686 6th St., Milwaukee, Wis.

Adresář Národní Jednoty Sokolské ve Spojených Státech.

VÝKONNÝ VÝBOR Národní Jednoty Sokolské v Milwaukee, Wis.:

Ant. Pittner, starosta; Fr. Moudrý, místostarosta; P. A. Wančček, jednatel, 686—6. ul.; K. Jiran, tajemník, 1115 Cold Spring Ave.; Fr. Kaplan, pokladník; Em. Chruďmický, P. V. Šisler, J. J. Šisler a Fr. Eder.

Česko-Americký Sokol, Chicago; F. Kašpar, 537 Blue Island Ave.

Plzeňský Sokol, Chicago; tajemník Čeněk Bolek, 62 Fisk Street.

T. J. Sokol, St. Louis, Mo.; tajemník Boh. Krása, 1509 S. 10th St.

Jednatel Jos. Bergman, 604 Market St.

T. J. Sokol, Chicago; tajemník J. E. Zárobský, 204 West 12th St.

T. J. Čechie, Chicago; tajemník Petr Churaň, 47 Emma Street.

Věrní Bratři Sokol, Milwaukee, Wis.; P. A. Wančček, 686—6th St.

T. J. Sokol, Omaha; taj. J. A. Hospodský, c of „Pokrok Západu.“

T. J. S. Praha, Town of Lake, Ill.; taj. Jos. Široký, 4737 Wood St.

T. J. Sokol, New York; tajemník Jan Černý 341 E 74th St

Klatovský Sokol, Chicago; taj. Jos. Hurt, 963 W 19th St.

Sokol. Jed. Blesk, Baltimore; jednatel V. J. Šimek, „Bohemia“ Broadway & Barnes Street.

T. J. S. Budivoj, Detroit, Mich.; taj. O. Kostka, 631—Antoine St.

S. J. Svornost, Morrisania, N. Y.; jed. Tom. Benšek, 3491—3rd Ave

Jed. Tyrš C. R. Sokol, Cedar Rapids, Ia.; K. Mojžíš 190 12th Ave

T. J. Sokol Fuegner, L. I. City, N. Y., Josef Koutník, 14 South

Washington Place.

T. J. Sokol Čech, Cleveland, O.; taj. Ant. Zelinka, 1281 Case Ave

T. J. Sokol, South Omaha, Neb.; taj. Jos. F. Bečvář, 26 & M St

T. J. S. Westfield, Mass. Taj. Jan Wojtěchovský 118 Meadow St

T. J. S. Čecho-Moravan, Flatonia, Fayette Co., Texas; tajemník

Jan Mikulenka.

T. J. S. Fuegner, Chicago; tajemník Vác. Sedlák, 530 W. 25th St

T. J. S. Podlipný, Detroit, Mich.; taj. Jan Rada 656 Buchanan St

T. J. S. Mladočech, Racine, Wis.; taj. J. W. Černý, 800 Hamilton St,

T. J. Sokol, Wilber, Neb. Taj. Jos. Melcer.

„SOKOL AMERICKÝ“, časopis Sokolstva česko-amerického. Nákladem Výkonného Výboru Národní Jednoty Sokolské.

Vychází 15. každého měsíce v Milwaukee, Wis.

Karel Štulík, pořadatel, 126 West Taylor Street, Chicago, Illinois.

P. A. Wančček, jednatel V. V. N. J. S., 686—6th St., Milwaukee, Wis.

Předplatné a veškeré dopisy pro „SOKOL AMERICKÝ“ buďtež zasílány pořadatel.