



Entered at the Post Office at Milwaukee, Wisc., as second class matter.

Předplatné pro členy na rok....50c.
Pro nečleny.....50c.
Do Čech na rok.....1 zl. 50 kr.

Milwaukee, Wis., dne 15. března 1892.

Adresa:
Sokol Americký, 1916 Cold Spring Av.
Milwaukee Wis.

Jan Amos Komenský.

Celý vzdělaný svět obou polokoulí světových chystá se v den 28. t. m. oslaviti vynikajícím způsobem 300. narozeniny největšího syna národa našeho a vychovatele všech národů Jana Amosa Komenského. K oslavě této záslužné, již mají býti všemu lidu na novo připomenuty neocenitelné služby, jichž Jan Amos Komenský člověčenstvu v míře tak přehojně prokázal, měli by všichni Čecho-američani zvláště pak Sokolstvo česko-americké přičiníti se co nejvydatněji, neboť Komenský, kterýž prvý z Čechů vyslovil heslo: "Ve zdravém těle, zdravý duch", poukazuje na heslo to co zásadu vychovávací, byl předehůdcem přítomných snah sokolských.

I my chtějíce uctíti památku Jana Amosa Komenského, co vynikajícího svého krajana i co člověka vzorného, kterýž celý život svůj věnoval dílu míru, ceně blaha člověčenstva nad význam jazyků, osob a sekt, po všechem čas se snaže hašteřící se církve, národy a stavy odvrátí od násilného vyrovnání svých sporů a přivěsti je na základě starokřesťanských názorů ku smíření a pokoji, — vzpomínáme velezasloužilého života jeho následujícími stručnými řádky:

Jan Amos Komenský narodil se 28. března 1592 v Uherském Brodě na Moravě. Záhy osiřel, a nedostalo se mu pečlivého vychování. Teprve v 16. roku vstoupil do studií. Opozdnění toto nebylo pro něho bez užitku. Jsa rozumu bystrého i pokročilého, záhy poznal nedostatky tehdejšího vyučování a pojal myšlenku pracovati ku opravě jeho.

Komenský zamýšlel státi se knězem v jednotě bratrské, k níž náležel. Za tou příčinou odebral se na vysoké školy do Herbornu a později do Heidelberka v Němcích. Skončiv studia, vykonal cestu do Nizozemí a vrátil se domů. Že pak byl mlád, aby mohl býti na kněze vysvěcen, přijal správu bratrské školy v Přerově

na Moravě a tu již počal opravy a zlepšování vyučování prováděti. Po 2 letech vysvěcen byv na kněze, stal se kazatelem a dozorcem školy ve Fulneku. V městě tom ztrávil 4 nejšťastnější léta svého života, požívaje blaha rodinného, působě se zálibou v chrámě i ve škole oddávaje se v prázdných chvílích svému zamilovanému vělařství.

Ale již bouřné mraky vyvstávaly na obzoru hrozíce zhoubou české zemi a jemu. Katastrofa bělohorská a pozdější krvavá exekuce na náměstí Staroměstském hluboce se dotkly vlastenecké mysli Komenského. Pak přišly těžké zkoušky na jednotu českobratrskou.

L. 1621 dobylo císařské vojsko Fulneka a spálilo jej. Komenský ztratil při tom veškeré jmění své, knihy a rukopisy. Téhož roku všichni kazatelé bratrství vypovězeni jsou z vlasti. Tu uchýlil se na panství ochránce svého Karla ze Žerotína a po celých šest roků na různých místech se skrýval. V bouřných těch dobách ztratil manželku a dvě dítek. V čase nejhlubšího smutku bylo mu úkrytem krásné údolí "Klopoty" u Brandýsa n. O. Čím dále tím přísněji bylo proti bratřím nakročováno a l. 1627 všickni jsou z vlasti vyobcováni.

36.000 nejznamenitějších rodin opustilo zemi českou a s nimi Komenský. Hranice země české neviděly nikdy výjevů tklivějších a smutnějších. Většina vyhnanců odebrala se do Polska, kde hlavně město Lešno poskytlo jim útulku.

Tu záhy spatřujeme Komenského v pilné práci, spravuje tu gymnasium a zabývá se zamilovanými opravami. Zde vznikly také nejznamenitější jeho spisy.

Pouhým náčrtem ku velikému vědeckému dílu, které sepsati hodlal, stal se Komenský mužem v Evropě

známým a slaveným. Ze všech zemí jej docházela pozvání, slibující uskutečnění plány jeho. Nejvíce zván byl do Anglie. Tam se také vypravil, leč pobytu jeho bylo tam na krátko. Vypuknuvší válka zabránila provedení obmyšlených plánův.

K pozvání uměnímilovného Ludvíka z Gery odebral se odtud do Švédska a později do Prus, kde v Elbingu v tichém ústraní řadu školských spisů sepsal. Ale ani zde nebylo mu souzeno déle prodletí. L. 1648 skončena jest válka 30letá mírem, v němž na Čechy a české vyhnance zapomenuto. Komenský pojal hořkost k Švédům a užil pozvání knížete Sigmunda, aby v Uhrách školu dle svých plánův založil a usadil se tam v Saryšském Potoku, horlivě tam působě slovem i písmem. Pobuda tu 4 leta odebral se do Lešna. L. 1656 ve válce švédskopolské Lešno od Polákův dobyt a spáleno. Komenský ztratil vše jmění, knihy četné a cenné rukopisy. Starci životem unavenému bylo hledati nového domova. Komenský odebral se do Nizozemí, do Amsterdamu, kamž vřelě byl zván a kde se mu dostalo vlídného přijetí a posledního útočiště.

Vydav nákladem města sebrané spisy a louče se s jednotou Bratrskou, jejímž byl nejprve starším, posléze pak biskupem, několika spisy náboženskými, připravoval se k smrti. Zemřel 15. listopadu 1671 kmet jsa 79letý a pochován jest v blízkém Nardenu.

Komenský byl prý muž postavy vážné, vzezření libého, s čelem vysokým, bradou visutou. Jak ze všeho života i ze spisů se jeví, byl povahy mírné, ale odhodlané a vytrvalé.

Řada spisů jeho je velmi obsáhlá. Jsou pak to spisové obsahu náboženského a filosofického, vychovatelského a vyučovatelského a vědeckého.

Nejznamenitějším spisem nábožensko-filosofickým jest „Labyrint světa a ráj srdce“, sepsaný v trudných dobách pronásledování v útulku „Pod Klopoty“ u Brandýsa. V něm Komenský prohlédá všecky stavy lidské, ale nikde nenalezá spokojenosti, již nachází konečně ve svém srdci a u boha svého. Spis ten poskytoval českým vystěhovalcům a vyhnancům útěchy na bludných poutích v cizině.

Ze spisů vychovatelských a školských jsou tyto: „Didaktika čili umění umělého vyučování“. Obsahuje pravidla rozumového vyučování ve školách. „Informatorium školy mateřské“, jednající o výchově dítek v rodině. „Brána jazykův otevřená“, vzorná kniha k učení se latině a cizím jazykům, jež byla do tolika jazyků přeložena, že se o ní pravilo, že jest po písmu svatém nejrozšířenější knihou.

Ze spisův vědeckých proslul „Pansofie prodromus“, čili „Všemoudrosti předehůde“, náčrt spisu, jenž by všecky vědy v sobě obsahoval, tak jak shledáváme v našich „slovnících naučných“.

Spisové Komenského jsou do dnes pramenem a studnicí všech, kdož se vychováváním a vyučováním mládeže zanášejí.

Nejvlastnějším polem Komenského činnosti byla škola. Před K. ve škole pěstováno výhradně učení pamětné, při čemž ku porozumění věci nehleděno. Komenský omezil toto t. zv. „slovíčkářství“ a obrátil náležitý zřetel k významu slov a k rozumu, poukazuje při slovech k věcem a přírodě. Tak stal se zakladatelem věcného učení a t. zv. realii. Vědy, jež do té doby

majetkem učených a zámožných byly, prohlásil za majetek všech. Pravíť zajisté v Didaktice: (Že do škol všecka mládež obracena býti má): „Školy pak býti mají nejen pro některou bohatší a přednější, ale všecku, urozenou i neurozenou, bohatou i chudou, obojího pohlaví mládež.“

Za tou příčinou K. všude nastupuje na hojnější užívání řeči mateřské ve školách.

Těmito základními zásadami zahájena nová doba ve školství. Jimi předstihl K. věk svůj o staletí a pojistil jménu svému trvalou paměť.

Naskytá se otázka, jak pronikavý Komenský názíral na péči o zdraví a tělo mládeže školní. — Ve mnoha spisech zabývá se Komenský tímto předmětem zaujímaje tu stanovisko moderní. Tak v Didaktice pronáší zásadu, že „lidskému tělu občerstvování potřebí jest a to procházkami, pracemi, hrami a jakýmkoliv těla pohybováním“. Hru pokládá za nejpřiměřenější prostředek této péče, nazývá je „těla i ducha pohybováním, které mládeži nížádným způsobem zbraňováno, ano spíše vyhledáváno a vymáháno, avšak řízeno býti má, aby podnikáno bylo beze škody a s prospěchem“ a již „tuží se duch i tělo harmonicky“, jak jinde připomíná.

Komenského kriteria her tělocvičných jsou dosud v plné platnosti a lepších nebylo dosud podáno.

Komenský celým zjevem svým je jedním z nejznamenitějších mužů našeho národa.

Žel že působiti mu bylo v době pro národ český tak nevýslovně kruté a nešťastné, jež málem byla by nás úplně vyhladila s povrchu země.

Kéž při oslavě 300. narozenin Komenského, vedle vzpomínky nedostižných zásluh jeho o člověčenstvo, připomeneme sobě též povinnosti, že co Čechové, co Sokolové máme se bráti přede všemi jinými cestou, ku které slavný tento náš krajan již před staletími poukazoval.

Nechť zásady Komenského proniknou celý národ náš a heslo jeho „ve zdravém těle zdravý duch“, necht nalezne v nás vyznavače nejhorlivější!

O tělocviku dospělých z hlediště lékařského.

Časopis „Sokol“ právě přináší překlad zajímavého díla slavného lékaře francouzského dra. Fernanda Lagrange-a „De l'exercice chez les adultes“ (O tělocviku dospělých), kterýžto překlad tuto přinášejíce k pozorlivé četbě všem Sokolům, zvláště pak těm starším, jej vřele doporučujeme.

KAPITOLA PRVÁ.

Dítě a muž.

(Potřeba cvičení fysických ve věku dospělém. — Následky nečinnosti jsou mnohem těžší pro muže než dítě. — Schopnosti muže dospělého ku cvičením těla. — Zachování těchto schopností cvičením. — Cíl cvičení u dospělého — Úloha hygienická svalů.)

I.

Ve školství připravuje se od několika let úplná revoluce paedagogická. Celá soustava vyučovací má se opravit: látky učebné, metoda vyučovací, disciplína školská a výkony hygienické.

Ale ve snaze těch, již káží reformu školskou, jeden zájem ovládá patrně všechny ostatní, ten totiž, aby pojistilo se tělu pěstění dostatečné pro vývoj údů a zvýšení zručnosti. Vedle výchovy rozumové a mravné má se větší pozornosti dopřáti "výchově fyzické".

Není potřeba vzpomínati tuto všeho, co bylo učiněno v posledních časech, aby se rozšířila mezi mladými lidmi chuť k cvičením fyzickým. Veřejné mínění pro věc tu jest opanováno, a důležitost cvičení tělesných jest dnes všeobecně uznána, všemi, již mají zájem ve výchově dětí. Ve školách elementárních, lyceích a ústavěch stává se tělocvik obligátním, též soukromé ústavy věnují jemu pozornost, než přes to vše zbývá bez odporu mnoho ještě činiti, aby cvičením tělesným pojištěn byl dostatečný čas v hodinách učebních; dnes připouští se při nejmenším princip v zatimní naději, že se najde prostředek, aby jich s větším prospěchem užito býti mohlo.

Avšak ihned, když dítě se stalo mužem, zdá se, že se zneuznávají, najednou pravdy hygienické, které dříve za tak jasné platily. Týž otec rodiny, který bdí nad tím, aby synu dostalo se cvičení v ústavě, nestará se docela o to, zda-li cvičí, když opustil školské lavice. Ještě hůře, jest-li mladý muž ukazuje velice živou náklonnost ku cvičením; rodina vždy se jeví poněkud znepokojenou, mluví v tom postřehovati znamení titěrné mysli. Mladý muž, zaujatý "z á b a v a m i d ě t i n s k ý m i v době života, kdy o budoucnosti jeho má se rozhodovati, nezdá se míti dostatek vážnosti potřebné k příštím ú s p ě c h u. Pěstění tělocviku se u mladého muže, jenž překročil rok dvacátý, skrovně podněcuje a mladý muž spíše je popuzován mnoha různými svůdnostmi hledati svoji zábavu docela jinde než na cvičišti. Jest-li našim hochům dostává se cvičení, dospělým studujícím se ho nedostává, a našim mladým úředníkům a mládencům obchodnickým vůbec schází.

Čím více mladý muž pokračuje věkem, tím více se vzdaluje cvičení fyzických a když dospěje věku zralého, pomýšlení na tělocvik připadlo by mu pravou výstředností. Člověk čtyřicetiletý jest přesvědčen, že cvičení tělesná nejsou již pro jeho věk a nechce věřiti lékařů, jenž by mu radil, aby z hygienických důvodů cvičil se v šermu nebo veslování.

Takový jest stav smýšlení našeho o cvičeních fyzických. Pochopuje se naléhavost pro dítě a jinocha, ale nevidí se potřeba jich pro člověka dospělého.

A přece nejpopovrhnější přemítání přivedlo by nás k závěrku, že vykonávání pravidelných a methodických cvičení těla je mnohem nevyhnutelnější ještě pro muže než pro dítě. Co jest skutečně "cvičení těla"? Jest to ve skutečnosti umělá práce, v kterou nutno se uvázati ve dnech a hodinách určitých, aby odpomohlo se nedostatečnosti pohybu přirozeného a samovolného, ku kterému nás pud pobízí, a který obmezen na míru illusorní mocí našich zvyků a povinností lidí civilisovaných. Což nepostřehuje se, o kolik nutnější jest umělý cvik tělesný muži, než dítěti? Dítě pohybuje se bez přestání, a ihned, když škola se skončí, spěchá, aby skákalo, lezlo a běhalo, oddávajíc se bez obmezení pudu po pohybech. Muži dospělému požadavky "slušnosti" nedovolují více podobného chování žákovského a potlačují stále samovolné projevy potřeby cvičení. Úředník na př. nemá jiného prostředku než procházení se, aby upokojil při

rozeně tuto potřebu. Avšak chůze nedostačuje, a tím více, poněvadž se obmezuje v městech na nejmenší míru, aby se času získalo, a proto se delší pochody považují za čas ztracený. Toho, čeho může dítě naleznouti ve svých hrách instinktivních, ve volném pohybování, jež mu dopouští jeho věk, toho muž dospělý musí hledati v methodickém cvičení, uměle vytvořeném, aby vyvážil účinky svého zaměstnání sedacího.

Pravidelná a methodická vykonávání cvičení tělesných jest proto mnohem potřebnější dospělému a zralému muži než dítěti a jinochu.

II.

Pozoruje-li se bedlivě vechování dítěte a jeho předcházející úspěchy ve škole, jest všeobecně možno, posuzovati napřed jeho budoucnost intelektuelní a, jest-li ono odbylo skvělé studie, lze předpokládati ještě dlouho po vystoupení ze školy v něm člověka ducha výtečného. Docela jinak se to má v ohledu fyzickém. Měli jste za spolužáka mladého jinocha zaujatého pro cvičení tělesná. Když jste ho opustili v poslední době jinošství, jevil, díky tomuto pěstování fyzickému, všechny přívlastky síly a krásy mužné; jeho formy byly nenuceny a silny, jeho pohyby plynulostí, zručností. Leč — patnácte roků minulo. Pohledte, co zbývá z mladého athleta! Svaly měkké, opuchlé zaměnily svaly pevné a dobře oddělené, postava otlá, břich jest obtěžkán tukem; pohyby jsou těžké, při nejmenší námaze líce se congestionuje a dech se dusí. To z toho, že nehybnost života kancelářského náhle zaměnila pravidelná cvičení. Od vystoupení ze studia nebylo více potuchy po tělocviku a svaly uvázány v nečinnost přinucenou.

Že to není s mohutnostmi duševními tak jako se schopnostmi fyzickými, plyne odtud, že ve skutečnosti výchova ducha jest nepřetržitě pěstována, po celý život, v té neb oné formě. V naší době pracuje mozek bez ustání, a každého dne skytá se příležitost dospělému člověku, aby obracel se k mohutnostem duševním, jež vechování rozvílo a zdokonalilo za doby mládí jeho. Nejsou to více cvičení školská, leč jsou to práce jiného způsobu; větší část zaměstnání, prosté poměry sociální, vyžadují nepřetržitou mozkovou gymnastiku, která stále prodlužuje až na konec života vechování duševní. Výchova tělesná naopak jest v převážné většině přesně obmezena na dobu školskou, po čas které cvičení tvoří nerozlučnou část našich osnov vyučovacích. Nejsou to ani školy vysoké, ani zaměstnání průmyslová a obchodní, která mohou podporovati zručnosti tělesné, získané výchovou fyzickou. Svaly v naší době jsou mnohem řídkěji užívány v boji proti obtížím života, a muž dospělý, jenž přestává cvičiti údy, zanedbáním ztrácí přerychle všechny přednosti, kterýchž nabyl ze cvičení za první doby své mladosti.

A hle! proč výchova duševní dává výsledky trvalé, kdežto výchova fyzická, tak jak se provádí, nezachovává než účinků přechodných? Pěstování těla nemůže přinášeti plodů trvalých, leč za podmínky, že potrvá po celý život. Fyzická výchova racionální nesmí sestávat z řady cvičení, kterým by naučeno bylo dítě jako určeným lekcím v naději, že je podrží, aby jich využítkovalo mnohem později v životě, ale v řadě obměn materiálních, kterým tělo lidské se podává, aby jeho ústrojí stala se schopným snášeti cvičení svalová a vykonávati

je s lehkostí. Potřeba však vědět, že tato zdokonalení rychle získaná cvičením neprodleně mizívají, když cvičení přestalo. A to nejsou pouze cvičení těžká a pohyby složité, jež takto propadají osudu svému nedostatkem jich provozování, nečinnost zbavuje tělo zručnosti ve výkonech svalových nejprostších a nejpřirozenějších. Mladý muž, jenž ve svých hrách vynikal nad všechny soudruhy obratností a mrštností, nebude si vědět rady po několika rocích života kancelářského, jak přeskočiti příkop anebo běžeti několik minut nelapaje dechu.

Tělo lidské snaží se stále přispůsobovati se s materiální změnou tvaru a struktury podmínkám životním osoby a jako každodenní cvičení udržuje svaly silné a mohutné a činí údy bez únavy schopnými nejtěžších výkonů, právě tak zanechání cvičení přivádí změkčení a atonii (malátnost) vláčna svalového, strnulost kloubů, líknavost dýchání a všech velikých výkonů životních. Ode dne samého, kdy člověk vzdá se cvičení, obměny materiální působí v celém organismu. Již po dvou a třech nedělích nečinnosti člověk nemá více téže síly, obratnosti, tétéž vzdornosti proti únavě, poněvadž jeho ústrojí nemají více téže struktury.

Chce-li kdo zachovati po celý život schopnosti fyzické, jakých dodává cvičení, musí cvičením samým podporovati obměny struktury, kteréž jsou podstatnou podmínkou těchto schopností. Schopnosti ty, síla svalová, obratnost, hbitost, nezdolnost únavou jsou právě přední podmínkou zdraví. Zanedbání cvičení má v zápětí nepořádky zdraví současně se ztrátou schopností fyzických.

Porušení zdraví vzešlá nedostatkem cvičení jsou mnohem těžší u dospělého než u dítěte. Dítě mnoho sedící slábne a stává se hubeným, nedokrevným, a následkem povšechného oslabení podlehá snáze vlivu nemocí, v okolí jeho bujících. Avšak nedostatek cvičení ještě nepůsobí sám nemocí; stačí skoro vždy, aby se zdraví vrátilo, když mladý člověk hledí si více racionální hygieny. Dostí mladých lidí, jichž vývoj špatně pochopená starostlivost mateřská zdržela oddalující je vši námahy fyzické, prodělá v krátkém čase transformaci úplnou, když okolnostmi života jsou přinuceni ku cvičení úsilnému. Takto se stává, že jeden rok vojenské služby dostačí často, aby učinil muže statečného a tuhého z jinoha slabého a bédného. Ale u dospělého nedostatek cvičení způsobuje vady výživy mnohem trvalejší. Místo prostého oslabení zdraví, prostého opozdění se ve vývoji těla, jsou to často hluboké a nevykořenitelné modifikace povahy tělesné a i nemoci povšechné, diathese, jichž objevení pozoruje se jen velmi výmínečně před věkem dospělosti. Otylost, dna, písčitost moče, choroby, skoro neznámé u lidí, již tráví život v práci tělesné, jsou bezmála jisté následky nedostatku cvičení u člověka dospělého. A diathesu nedostatkem cvičení jednou stvořenou nelze někdy více vykořeniti úplně ani cvičením samým. Dnavý a otlý mohou dosti zmírniti v jisté míře nebezpečnosti své nemoci, ale nikdy nebudou s to vyplniti úplně zvyklosti vadné výživy, jež se ujaly v organismu. Diathese jednou se objevivší bude se vyvíjeti až do konce života, ba dědičně se i přenáší.

III.

Jež muž dospělý vůbec schopen prováděti cvičení tělu jeho tak potřebná?

Tu jako v mnoha jiných otázkách v oboru hygieny zakořenil se nedorozuměním předsudek, že člověk dospělý nemá téže schopnosti ku cvičením tělesným jako dítě a jinoh.

Ale tu jest nutno vymeziti, co rozuměti se má pojmem: "schopnost ku cvičení". Jedná-li se o naučení cvičení nesnadnému, patrně chlapec patnáctiletý bude činit pokroky mnohem chvatnější — jako v jízdě nebo šermu — než muž čtyřicetiletý. On snáze naučí se cvičením, jako vůbec snadno jest jemu naučiti se každé věci, jako na př. cizému jazyku nebo hře na housle. Ale třeba znáti, že cvičení uvádí v činnost dvě řady schopností velmi určitých a přece příliš často mísených. Při každém cvičení těla jedna část je vykonávána v mozku, a tuto práci intelektuelní dítě a mladý muž lépe chápe a koná než člověk dospělý. Proto, aby někdo vynikl ve cvičení nesnadném, jako v jízdě na koni, v šermu nebo tělocviku třeba začíti cvičením před věkem dvaceti let. Ale vedle učení se cvičením tělesným jest jeho vykonávání materiální: vedle mozku, jenž řídí pohyby, jsou svaly, které je vykonávají. Každé cvičení, v souboru řečeno, jest práce svalová, a člověk dospělý jest schopnější k práci než dítě a jinoh.

Dítě, abych tak řekl, nemá ani svalů. Tkanivo svalové, jak znamenali mnozí anatomové, tají se ve vývoji až do doby mužnosti. Po čtrnáctém nebo patnáctém roce svaly se vyvinují a dosti jinohů je v tom ohledu tak dobře nadáno jako muži dospělí, ale v té věci vězí jiná nedokonalost v ústrojí. Tkaniva kostí nedosáhla dosud svého úplného rozvoje. Ona jsou pod vlivem překrvení závislého na vzrůstu; jich tkanivo je přeplněno štávkami hlavně v sousedství konce kloubního. Nárazy, svírání a trhání, jež práce svalová nevyhnutelně v sousedství kloubů způsobuje, jsou snadno příčinou vzniku pohmoždění a zánětu. Proto, ač uznává se nutnost cvičení tělesných pro dítě a jinoha, není radno zdržeti se jisté ostražitosti při tělocviku jinohů dorůstajících. Ale po dvacátém roce tělo dosáhlo formy trvalé; ono získalo a zachovává veškerou svou sílu. Svaly jsou plné, klouby a kosti pevné. A tu se dle zvyku stává, že v době, hdy podivuhodný stroj lidský stal se úplně schopným k práci, činnost jeho se staví.

Člověk dospělý a mladý, t. j. člověk mezi dvaceti a čtyřiceti lety, jsou v držení veškeré síly svalové a neztratil ničeho ještě ze svých schopností mladických. Všechny orgány jeho jsou úplně vyvinuty a utvářeny a žádný ještě nesestárl: on může na nich vyžadovat bez nebezpečí úsilí intensivního a práce prodloužené. On jest způsobilý ku cvičením hbitosti právě tak jako ku cvičením síly a vytrvalosti. On jest ve věku, kdy i samo zneužívání cvičení zřídka skytá nebezpečnosti. Nebezpečí hrozí jemu v této době spíše z nedostatečného užívání těchto zázračných schopností ku práci svalové.

Organismus lidský ztrácí rychle svou schopnost ku práci, když se o pravidelnou činnost jednotlivých orgánů nestaráme, tedy nedostatkem cvičení. Není to účinkem stáří, že člověk zaměstnání kancelářského se cítí ve čtyřiceti letech méně silný, méně pružný, méně houževnatý proti únavě než byl, když školu opouštěl. Člověk dospělý lépe vzdoruje únavě než člověk mladý, a celý svět to ví, že ve věcech starší daleko vynikají nad nováčky. Síla svalová udržuje se až na práh staroby a někdy i do věku pokročilého. My můžeme citovati příklady, na př. no-

siče břemen, jehož jméno jest známo v celém Limousinu, který ve věku šedesáti let zápasí ještě a porazí většinu Herkulů výročních trhů, již se s ním chtějí měřiti. Těž pružnost a lbitost, tyto vlastnosti podstatně mladické zachovávají se u lidí věku zralého, když tito neustávají je pravidelně evičiti. Charlemont, otec, jenž překročil padesátku, jest dnes nejobávanějším boxérem francouzským. Abychom si učinili ponětí o vlastnostech fysických, jež vyžaduje toto evičení, dostačí říci, že zápasník musí někdy při útoku mrštit nohou do výše hlavy svého odpůrce a to s náležitou lehkostí, aby se ho dotkl nezpůsobě mu oděru ni pohmoždění. Právě tak mnoho mužů věku zralého jsou ještě znamenitými borci. A nemluvě o těch, kteří učinili si povolání z jistého evičení, kolik mužů od daných sportu jsou ještě po šedesáti letech statečnými lovei, šermíři a neohroženými alpinisty!

Jsou to tedy vlivy nečinnosti a nikoliv léta, které činí člověka ve zralém věku nezpůsobilým ku evičením, v nichž vyniká mladý muž. Stačí zůstatí činným po celý život, aby až na konec zachovány byly síla, otužilost proti únavě, pružnost a všechny ony vlastnosti fysické, které umožňují evičení ve všech způsobech.

IV.

Člověk dospělý rozeznává se od dítěte a jinocha nejen svým vzrůstem, vahou a silou, ale též svou vnitřní strukturou, svými schopnostmi fysickými a svými potřebami hygienickými.

Kosti mladého muže, kdyby i dosáhl zevnější vyspělosti muže, nejsou téže pevnosti jako u člověka dospělého; jest-li že se již nenalezají v stadiu vzrůstu, jsou ještě v stadiu formace. Proto jest nutno při výchově dítěte i jinocha šetřiti jeho soustavy kostí. K uvarování kontuse a tření v částech kostí, nalezajících se v stadiu kostnatění třeba ušetřiti dítě i jinocha přílišného napjetí svalů; rovněž k uvarování výbočení kostí z náležité polohy nutno varovati před všemi pohyby, působícími nepravidelné držení těla a evičením asymetrickým.

Dospělému této opatrnosti není zapotřebí, neboť nebezpečí ona v jeho věku již minula.

Účel evičení není týž pro člověka dospělého jako pro dítě a jinocha. Dítě a jinoch musí růsti do výše a do váhy; oni musí rozmnožovati hmotu svých tkaniv. U nich záleží především na tom, aby evičení nepřineslo excessivních ztrát, t. j. zmenšení váhy. Okamžiku, kdy tělo směřuje k dosažení úplného rozvoje, jest zapotřebí, aby přibývání bylo větší než ztráty: potrava musí býti hojná a úsilí svalová musí se relativně zmírniti. Muž dospělý, jehož tělo jest úplně vyvinuto a utvářeno, nemá zapotřebí dcdávati látky nové k těm, jež nabyt, jemu jest se obmeziti na to, aby výživou nahradil látky každého dne spotřebované; jemu jest udržovati rovnováhu mezi přibýváním a ztrátami. Ale při našich zvyklostech výživy člověk třídy zámožné vpravuje každého dne do organismu množství látek, jichž nepotřebuje. Jemu není třeba se obávati, že evičením mu ubude, naopak úbytku toho třeba jest vyhledávati. Jistá evičení která mnoho spalují, t. j. která působí v přílišné míře spalování vitální, nehodí se pro dítě, ale jsou naproti tomu velmi často potřebná pro člověka třicítiletého. Bývá to k třetímu roku kdy počínají vznikat první úkazy nemoci závislých na nedo-

statku evičení. A to jest věk, ve kterém možno výhodně čeliti nemocem evičením, způsobilým uvéstí v rovnováhu výživu a spotřebu.

U dítěte a jinocha musí býti účelem evičení vyvinutí plic za účelem rozmnožení potřeby kyslíkové. U dospělého dosáhly plíce rozvoje úplného a nelze tu než bděti nad tím, aby jich funkce byla podporována, neboť objem jich více zvětšiti nelze. Ale u dospělého muže jsou i jiná ústrojí dýchací, jež rychle nečinností ztrácejí a na jejich vývoji přece mnoho záleží, a to jsou svaly.

Celý svět zná úlohu plic ve funkci dýchání; méně se ví, že svaly mají v této funkci též úkol důležitý, objasněný Paulem Bertem. Dýchání jest, vlastně řečeno, výměna kyslíku ze vzduchu za kyselinu uhličitou obsaženou v krvi. Plíce prostředkují vnikání kyslíku ze vzduchu atmosférického a vydělují na venek kyselinu uhličitou. U svalů děje se dýchání prostřednictvím krve, která proudí do svalů, tam zanechává kyslík a odvádí přebytek kyseliny uhličitě.

Všechna tkaniva živocí, pravda, dýchají po způsobu svalů, a Pavel Bert nám zůstavil krásné zkušenosti o tomto zjevu, kterýž nazval prvopočátečným dýcháním tkaniv. Ale on ukázal, že tkanivu svalovému připadá při tomto dýchání elementárním hlavní podíl. Umístiv v prostředí ehovajícím kyslík kousky stejné váhy: svalů, jater, mozku, tuku, pozoroval, že 100 gr. svaloviny vstřebají 50 dílů kyslíku, kdežto 100 gramů tuku na př. nevstřebají než 17 dílů.

Vzrůst svalů není tedy pouze podmínkou athletické síly, on jest též zárukou zdraví, opatruje množství kyslíku, jež tkanivo svalové vstřebá a zadrží v organismu. Uvádíme v jedné kapitole příští, k jakému užítku pro člověka jest přebytek kyslíku v jistých nepravidelných obdobích výživy. Ale již dýchací schopnost svalů ručí nám za to, že otužilost člověka proti nemocem jest ve stejném poměru s hutností jeho tkaniv. Nejsou to muži velcí a flustí, kteří skytají největší záruku zdraví, ale zajisté lidé tuzí, ti, kteří více váží, než jich objem zdá se věstiti. Podmínka tato jest vyplněna u evičence, jehož ústrojí nabývá převahy tkaniva svalového, jež jest mnohem hutnější než tuk.

Účelem evičení u muže dospělého musí tedy býti, aby spalování vitální bylo podporováno a celek systému svalového rozvinut. Těchto dvou výsledků docíliti lze pomocí evičení úsilných. A ježto ve věku dospělém evičení u muže zdravého nevyžaduje žádné obezřetnosti zvláštní, bude méně záležeti na určení období evičení, jako spíše na řádném a vydatném jeho provozování.

Zanedbává-li evičení, objevují se u člověka dospělého různá těžká porušení výživy, jichž physiologický mechanismus ihned vyloučíme v kapitách následujících.

(Pokračování.)

Sokol Slávský.

— Nová jednota sokolská zakládá se přičiněním Sokola Jilemnického ve Mříčné u Jilemnice v Čechách. Stanovy Sokola v Sušici schváleny. Na zdar!

Sokolská slavnost při světové výstavě v Chicagu r. 1893.

Sokolstvo Česko-Americké, jež s živým zájmem bylo sledovalo mezinárodní závody pařížské, v nichž čeští Sokolové dobyli tak skvělého vítězství, pomýšleli již před dávnou dobou, aby účastnili se při příští světové výstavě v Chicagu slavností tělocvičných, za kterýmž účelem v mimorádném sjezdu cleveandském usnešeno, aby r. 1893 pořádán byl v Chicagu sjezd N. J. S. a při té příležitosti aby zároveň účastnilo se Sokolstvo mezinárodních cvičení.

O něco později Sokolstvo chicagské na podnět Plzeňského Sokola společně snažilo se zasaditi o to, aby otázka mezinárodního cvičení v Chicagu r. 1893 byla projednávána, však turnerské spolky, jimž v příčině té společným sokolským výborem dopsáno bylo, zůstaly odpovědi dlužny a od spolků atletických došly odpovědi neurčité. Po tomto skrovném počátku více Sokoly u věci té nepodařilo.

Počátkem m. m. uveřejněna v českých denních listech chicagských oznámka podepsaná Sokoly Jos. Čermákem a Vác. Rothem, co členy cvičitelského sboru veřejných škol, v níž zvání cvičitelové sokolských sborů do schůze cvičitelského sboru veřejných škol, na den 6. m. m., v níž mělo býti jednáno o velké tělocvičné slavnosti při světové výstavě pořádané sbory všech národností, které pěstují soustavný tělocvik. Schůze ona Sokoly navštívena a poněvadž seznáno, že by bylo výhodno pro Sokolstvo, aby zmíněných slavností tělocvičných se účastnilo, usnešeno jimi vyzvati sokolské sbory chicagské, by vyslaly své zástupce do schůze společné na den 21. m. m. svolané, v níž mělo se o dalším rozhodnouti. V schůzi této uzavřeno, aby veškeré sokolské sbory, ať k N. J. S. patří neb nikoli, účastnily se výstavního cvičení a též Sokolky a žactvo sokolských sborů, aby na onom cvičení se podílely. Zároveň usnešeno zaslati pozvání České Obci Sokolské, aby zamýšleného cvičení výstavního se účastnila.

Dále ustanoveno vydati do časopisů českých provolání k veškerému Sokolstvu a v něm vyzvati je k zvýšené činnosti, by vystoupení společné r. 1893 bylo jména českého důstojným. Veškerým sborům chicagským určeno dopsati, aby zvolily si po třech cvičitelích každý, a ti aby utvořili společný cvičitelský sbor, jenž by se o to postaral, aby ve všech sborech u cvičení zavládla stejnost. Zvolen též tříčlenný výbor, jemuž uloženo, aby vypracoval předběžný pořad k výstavnímu cvičení.

V druhé schůzi ústředního výboru, konané dne 6. t. m. usneseno dopsati V. V. N. J. S. a požálati jej, aby výstavní cvičení Sokolstva Česko-Amerického bylo pořádáno jménem Nár. Jed. Sokolské.

Pořad cvičení předložený výborem, přijat. Dle pořadu toho cvičili by Sokolové s tyčemi, kužely a na náradích. Sokolky kroužily by kužely a cvičily by na koni na šíř a skokům. Obdobně bylo cvičení žáků a žákyň. (P. r. Poněvadž zmíněný pořad dočká se jistě mnohé změny, neuvedli jsme jej podrobně.)

Ustanoveno v příští schůzi zvoliti pořadatele výstavního cvičení a dva pomahatele. Rovněž má v příští schůzi býti zvoleno činnovníctvo ústř. výboru, jehož pravidelné schůze uzavřeno pořádati u večer každé první neděle v měsíci v síni Česko-Amerického Sokola.

Dne 13. t. m. sešli se členové společného cvičitelského sboru jednot. chicagských v tělocvičné Těl. Jed. Sokol i počali pracovati na úkolu, jenž jim svěřen, zvolivše si vrchním cvičitelem Sokola Fr. Hešíka, cvičitele Těl. Jed. Sokol.

Chceme-li aby vystoupení naše o světové výstavě setkalo se se zdarem, tu nesmíme odkládati s přípravami ani minuty. Kdo ví, jakých bedlivých příprav úspěšné a zdařilé vystoupení podmiňuje, ten nahlédne, že doba as 15 neb 16 měsíců, která

nás od výstavního vystoupení dělí, jest poměrně velmi krátkou, i že musí býti co nejpilněji využítována. Třeba proto všude činnosti zvýšené a neochabující, jak ve cvičení členstva, tak i ve cvičení žactva. Není o tom pochybnosti, že myšlénka, aby vystoupení Sokolstva o výstavě bylo pořádáno N. J. S. nalezne vš. obecného souhlasu, i dlužno proto, aby ve veškerých sborech přikročeno bez otálení k opravdovým přípravám. Sbory, které k N. J. S. nenáleží najisto že budou ochotny též s námi vystoupiti a máme za to, že pro mnohý takový sbor výstavní cvičení bude pobídkou, aby v řady naše přispoupil.

K odkladům není již ani minuty a proto ruce k dílu! Necht' před národnostmi cizími i před svými drahými bratry z Čech, které najisto k výstavnímu cvičení očekáváme, dokážeme, že česká páže v Americe nezahálí, že věc sokolská má v nás horlivé a vytrvalé bojovníky. Na zdar!

Co nám schází.

V příštím roku má Sokolstvo Čes. Am. vystoupiti veřejně při světové výstavě v Chicagu, aby osvědčilo jakým směrem pěstován jest sokolský tělocvik. Má-li toto naše vystoupení setkati se se zdarem, tu musíme především zpytovati sami sebe, zda jsme dosti způsobilými, abychom úspěšně mohli vystoupiti na cvičišti, na němž po řadě vystoupí atleti různých národů. Chceme-li býti sami k sobě upřímnými, musíme si vyznati, že schází nám mnoho, velmi mnoho, na čem zdar veřejných vystoupení hlavně spočívá. Především dlužno abychom si připamatovali, že kázeň v řadách našich není dostatečnou, jak při mnohých a mnohých veřejných vystoupeních již se ukázalo. Nechceme tuto sebe viniti snad co celek z nekázně, však každý jednotlivec ví, že vždy naleznou se mezi námi jednotlivci, jimž slovo kázeň jest španělskou vesnicí a kteří vždy stůj co stůj chutějí si provésti "svou", třeba jasně viděli, že může se tak státi jen na úkor celku a ku poškození dobrého dojmu, jaký má býti docílen vystoupením celku pořádaného, ovládaného. Známe takové věčné nespokojence — nechceme užití toho právěho pro ně názvu — s nimiž ani po dobrém ani po zlém nelze ničeho poříditi. Takoví ovšem na cvičišti sokolském jsou nežádoucí a mělo by se již nyní záhy k tomu přihlížeti, aby se jim aspoň nejujutnější počátky sokolské kázně vštěpily a pakliže nemohli by je zažiti, pak bylo by nutným "nespokojence" takové k veřejnému společnému vystoupení ani nebrati. Předpokládáme, že ti, jimž přípravy k vystoupení Sokolů o světové výstavě sbory sokolskými v Chicagu budou svěřeny, budou míti především na zřeteli, že musíme vystoupiti co celek vzornou kázní ovládaný i že musí takou v cvičení svém vštípit.

Že vedle řádné kázně jsou ještě mnohé jiné a to důležité věci, jež nám schází a bez nichž nesmíme se na cvičišti odvážiti, jest as každému z nás zřejmo a my o těchto nedostatecích příště sobě více povíme. Na zdar!

Obzor.

§ Tělesná zdatnost národů rakouských. — Posl. svazek vojenské statistiky za r. 1890 přináší zajímavá čísla o tělesné schopnosti vojenských branců. Z 808.024 uznáno pouze 187.472 za sehopné a z těch připadlo na 1000 branců v Dalmacii 390, Uhrách 214. Nejnepříznivější poměr vykazovala Halič

193 a Bukovina 165. Nejmenší výška 155 cm. snížena loni na 153 a přece pro nedostatečnou výšku uznáno 27.438 neschopných. Nejmenší průměrnou výšku těla mají židé v Haliči, následkem čehož se jich nejméně odvádí k vojsku. Největší jsou Chorvaté a Čechové, pak teprve Němci, Maďaři, Poláci a Rumuni. Nejstatnější a nejzdravější lidé v mocnářství jsou Čechové, pak následují Moravané a Slováci, pak teprve Němci, Maďaři, Rusíni, Srbové, Chorvaté, Poláci a posléze Rumuni.

§ V únorovém čísle "Sokola" čteme: V jednom z posledních číslech svých přináší "Lumír" drobnost, ve které právem si stěžuje na otrocký způsob české titulatury. "Kdyby tak česká vláda vyslala zřizence svého k studování společenských poměrů do Čech, nebylo by lépe, než poslati jej na pražský poštovní úřad do oddělení, kde se roztrídí listy a zásylky. Tu by četl: Ctěný pán. pan. — Velectěný pan, — Vysoce ctěný, — Blahorodý, Vysokoblahorodý, Slovtuný, Veleslovtuný, Vysoce slovtuný pán, — Slavný Výbor, Veleslavná redakce atd. tak, že by ustrnul nad celou tou řídí slávy a urozeností, jakou náš český svět oplývá. Ba, — řekl by, — zde v Čechách máte více mandarinů, než u nás v celém nebeském království. Jacte jste to šťastní lidé! Tých čínských zřizence kdyby odjel odtud přímo pak do Paříže a Londýna, nezdřel by se tam, neboť na první pohled se v těchto městech usídila samá "plebs". Na milionech dopisů stojí zde pouze: Monsieur, Madame, Mademoiselle, Mr., Mrs., Miss.: Pan, paní, Slečna, dost! V Praze utvořila se společnost, která zavádí jednoduchost titulatury české. Muž, který není spokojen s titulem "pán", sotva i toho jména zasluhuje. Ženy pak nemohou pohrdati titulem Madame, Paní; neboť tak oslovovány i vznešené královy francouzské. Vznášim tímto, zajisté za souhlasu všeho Sokolstva, prosbu k předsednictvu C. O. S., aby stanovilo způsob titulatury sokolské. Nám dostačí úplně: Bratr N. N.; "České Obci Sokolské", "Sokolské župě středočeské", "Sokolu" v N. neb: Sboru cvičitelskému "Sokola" v N. — Na zdar! — Ku zprávě uvedeně dlužno dodat že i v Chicagu, jak české společenské poměry v něm známe, bylo by na čase založiti společnost, která by zaváděla jednoduché titulování české. "Slovtuní pánové" rostou v českém Chicagu jak houby po dešti, třeba dosud se svět o slovtunosti některého z nich v nějakém oboru lidského vědění neb umění nedověděl. Jak mnozí pošetilci se domnívají že škrobený límeč, lesklý ciliandr a hluboké poklony jsou hlavními průkazy vzdělanosti, nevědouce ve své prostotě že za takovými příznaky, vadnějšími vězí mnohdy úplná nevědomost a surovost, tak jiní opět užívajíce přehnaných, nesmyslných a ničím neodůvodněných titulatur, chtějí se tím zdáti vzdělanci, nejsouce ve skutečnosti ničím jiným leč potrhými pošetilci, či jak cize se říkává "krenky".

Náčelnické zprávy.

V Těl. Jed. Sokol v St. Louisu, Mo. cvičeno v lednu 8krát v třech četách 8 až 10 členných. Nejčinnější byli Sokolové: R. Prexler, T. Ulrich, J. Duchek, J. Zajíček, K. Sádlo, J. Srnka, V. Mík, V. Klimt, J. Hradský, J. Jansa, E. Svoboda, J. Holman, František Mík.
Václav K. Tríska, náčelník.

V Těl. Jed. Sokol Fuegner v Chicagu, Ill. cvičeno v lednu 9krát v četě 8 členné. Nejčinnějšími byli: Josef Řehna, Fr. Veselý, Fr. Kočka a T. Slavíček.
Jan Kounovský, náčelník.

V únoru cvičeno v Těl. Jed. Sokol v South Omaze Neb. 7krát v četě 12 členné. Nejčinnějšími byli: Sokolové: Fr. Městecký, M. Šubrt, Jos Vampola, V. Skupa a Ant. Bndín.
F. Pavlík, náčelník

V Těl. Jed. Sokol v New Yorku cvičilo v únoru 77 členů, 35 dospělejších žáků a 117 žáků. Celkem bylo cvičících 229. V hoření tělocvičně cvičeno bylo 7krát a v doleňi [Skráte] Nejčinnější byli Sokolové: J. Moder Wolf Al., Hoř M., Šíska Fr., Bartuněk Fr., Lucek Kar., Uher Fr., Vlach Kar., Blažej Jos., Křivanec Fr. Zvláště pokročili Sokolové: Ant Štípek, Jos. Blažej, Kar. Vlach a Fr. Stránský. Členové cvičí v 7 četách, dospělejší žáci ve 3 a žáci menší v 11 četách. Pořadové cvičení odbyváno bylo jedno za účastenství 58 členů. Cvičitelové konali povinnosti své svědomitě. Na zdar!
A. Tesař, náčelník.

Sokol Americký.

* Společný cvičitel Sokol P. Straka po měsíčním pobytu v Manitowocu, Wis., kdež pilně cvičil tamní Česko-Am. Sokol, odebral se do Racine, Wis., kde přítomně cvičí Těl. Jed. Sokol Mladoch. Sokolové manitowocťi svědomitou snahou Sokola P. Straky mnoho získali, i vzpomínají vděčně jeho pobytu v svém středu.

* Těl. Jed. Sokol Čecho-Moravan ve Flatonii, Tex. odstoupila od Nár. Jed. Sok. Neznajíce příčin, jež jmenovanou jednotu k skutku onomu vedly, máme za to, že nyní, kdy N. J. Sokolská získala společného cvičitele, měli Sokolové flatonští tím spíše v N. J. Sokolské setrvat, jelikož v brzku byl by k nim společný cvičitel zavítal a k povznesení činnosti jednoty jejich valně přispěl.

* Těl. Jed. Sokol v Chicagu oslavila dne 13. t. m. své 21leté působení banketem. Přejeme čilé "Jednotě", aby i na dále působila v témž směru ryze sokolském, jakým dosud se byla brala. Na zdar!

* Krásný příklad vyspělosti sokolské podali všemu Sokolstvu Česko-americkému a zvláště všemu Sokolstvu chicagskému členové dvou mladých chicagských sborů a sice Čes. Amer. Sokola California a Těl. Jedn. Sokol Fuegner spojivše se dne 4. t. m. v sbor jediuný, jenž přijal jméno "Sokol Chicago". Nadějeme se, že mužný tento čin nezástane nepovšimnut staršími sbory sokolskými v Chicagu, zvláště pak těm, které nalezájí se v podobných poměrech, jako byly ony řva bývalé sbory, které těsně spolu sousedily. Přejeme statečným a uvědomělým členům sboru "Sokol Chicago", by nyní spojenými silami zdárně spěli v před, jsouce posilování ve všem svém počínání, že přízeň veškerého Sokolstva i českého obecnstva, v němž působí jest s nimi. Na zdar!

* Milí bratři naši Poláci v poslední době zasazují se upřímně o zakládání tělocvičných sborů. Vedle Polského Sokola čís. I. jenž v Chicagu již po 4 roky zdárně působí, založen na severozápadní straně před dvěma měsíci Sokol Polští čís. II. Tento nový sbor čítá již na 40 členů a se cvičením již započal. Pořídív si nákladem přes půl druhého sta dollarů. Cvičení tohoto sboru odbyvána jsou 2krát týdně a sice vždy v pondělí a ve čtvrtek večer v síni Groenwaldově na Hold ave. Cvičitelem Sokola Polského čís. II. jest bujarý Sokol Šmiatonka, jenž jest členem cvičitelského sboru Sokola Polského č. I. Jeho příčiněním vedle cvičení členův bylo zavedeno v nově jmenované jednotě též cvičení žákův, jichž přítomně přes 30 navštěvuje cvičení.

Příčiněním čilého Sokola Adama Osiňského, členu cvičitelského sboru Sokola Polského č. I. v Chicagu založena v Stevens Pointu, Wisc. Těl. jedn. Sokol Polští. Tento sbor zahájil svoji činnost velice slibně, pořídív si výborné tělocvičné náčiní na němž pro tělocvik zaujatí členové pilně se tuží.

V Shanandoah, Pa. rovněž tvoří se polská sokolská jednota jež jak se sděluje, v nejbližším čase bude zorganizována.

Mimo výše uvedené 2 sbory polské v Chicagu tvoří se ještě sbor třetí příčiněním členů as před dvěma lety zaniklého Polského Sokola čís. II. Z uvedeného vidno, že věc sokolská nabývá u pokrevenců našich polských pevné půdy, z čehož se srdečně radujeme.

Jen mužně dále, drazí bratři polští, v díle započatém!

* O všesokolském sjezdu v Praze m. r. nemalou pozornost všech účastníků upoutalo k sobě při cvičení Čes. Obce Sokolské družstvo šedesátníků, veteránů to, kteří až do věku kmetského pěstovavše pilně tělocvik zachovali se při svěžesti a síle takové, že mohli směle postaviti se na cvičišti pe bok svých mladých druhů a cvičením svým veřejnosti dokázati, jak blahodárně tělocvik soustavně pěstovaný působí. Zdaž dočkáme se toho, aby roku příštího při vystoupení Českoamer. Sokolstva na výstavišti v Chicagu účastnili se četa veteránů, aspoň padesátníků neb při nejmenším čtyřicátníků. Jak víme jest mezi námi dosud těch, kteří již před 20 a 25 lety v amerických sokolských cvičištích se tužili a kteří dnes jsou ještě v plné mužné síle. Máme pevně za to, že tyto naši veteráni jsou o tom nezvratně přesvědčeni, že by jim tělocvik opět jen prospěl kdys jim prospěl v letech mladých, však scházela jim dosud nějaká mocná pobídka, jež by je opět tělocvičné činnosti navrátila. Taková pobídka tušíme že dostavila se právě nyní kdy Sokolstvo českoamerické o světové výstavě má prokázati jakou jest jeho činnost, a u příležitosti té jistě že nebudou chítiti staří naši veteráni scházeti, připomeneme-li jim tuto po bratřsku, že bez nich bylo by vystoupení naše neúplné, bez žádoucího vrcholu. Nadějeme se, že v brzku uslyšíme o tužících se četách veteránů, již konají přípravy, aby vystoupení jejich o cvičení sokolském při světové výstavě dokázalo skvěle, že tělocvik i starým poskytuje těchto neocenitelných výhod, jakými obohacuje mládež i mužstvo věku středního.

* O Česko-Americkém Sokolu v Kewaunne, Wis. dovídáme se z "Kewaunských Listů". Jmenovaný sbor před lety patřival k Nár. Jed. Sokolské, i kojíme se pevnou nadějí, že opět v společný náš šik vstoupí, řídě se heslem že jen spojenými silami, v mocném celku lze nám domáhati se s úspěchem našich cílů. Na zdar!

* Těl. Jed. Sokol v New Yorku pořádala dne 20. m. m. své 23. šibřinky, k nimž vydala humoristický list "Šibřinky." Také Těl. Jed. Tyrš C. R. Sokol v Cedar Rapidsích Io. vydala ku svým šibřinkám, jež odbývány byly dne 29. m. m. humoristický list "Šibřinky".

* V osadě Tábor u Racina, Wis. působí velmi čilá Těl. Jed. Sokol Tábor, jejíž členové pilně hledí sobě tělocvik. Výhodným pro T. J. S. Tábor by bylo aby přistoupila k Nár. Jed. Sokolské v čase nejbližším, tak aby společný cvičitel Sokol P. Straka dříve než odjede na západ, mohl ji navštívit.

* T. J. Sokol Mladočech v Racine, Wis. pořádala dne 22. m. m. z. spolučinkování T. J. S. Tábor z Caledonie a T. J. Sokol z Milwaukee veřejné cvičení, jež potkalo se s úplným zdarem. Návštěva byla přehojná a nadšená, s jakým obecenstvem výkonu Sokolů přijalo, svědčí o tom, že racinští naši krajané počínají sobě vážit působení své mladé jednoty, nahližejíce jak výborný účinek má sokolský tělocvik na soustavu tělesnou. Mnohý vážený občan racinský, které snad ještě před rokem měl nepřívznivé neb pochybné mínění o tělocvik, dospěl již k tomu náhledu, že tělocvik jest pro každého člověka věcí velice cennou a potřebnou. Patrný zájem, s kterým pohlíženo na statné postavy Sokolů a provedená cvičení dokazoval, že věc sokolská nabývá v Racinu pevné půdy.

Pořad cvičení zahájen ouverturou, již přednesla kapela, načež pěvecký sbor Lyra zapěl píseň "Prosbu k hvězdám". Sokol K. Jonáš promluvil pak k obecenstvu povzbuzujícími slovy, poukazuje na důležitost pěstování tělocvik a uváděje jeho výhody. Tělocvikem vyvíjí se svaly, jím sílí se nervy a tělo činí se schopnějším vzdorovati nemocím. Tělocvik, jak vědecky jest dokázáno, prospívá k povznešení mysli, otužuje ducha, přivádí k střídmosti a mravnosti. Tak mluvil Sokol K. Jonáš o tělocvik, vyslovuje lítost, že jemu z mládí nedostalo se té příležitosti k pěstování tělocviku jaká naskytuje se nyní každému, kdy máme spolky sokolské, turnerské a athletické. Ve prospěch tělocviku mluví skvělé příklady, jak z dávných věků tak i doby přítomné. Staří Řekové vychovávali mládež svou dle hesla v zdravém těle zdravý duch, a výsledky znamenité, jichž výchovou takou se dodělali, jsou známy.

Cvičení tělesná každý má pěstovati i ve věku pokročilém, neboť tato činí mysl jasnou, čilou a bystrou. Gladston, jenž jest dávno již u věku kmetském, jest pěkným příkladem, jak prospěšno jest hleděti si eviků tělesných. Voltaire na sklonku svého života uznával potřebu tělocvik. Prospěch z tělocviku jest mnohostranný a nikdo neměl by říci, že jemu tělocviku potřeba. Sokolské sbory mají důležitý význam pro budoucnost Čechů v Americe a mělo by se jim dostati podpory všeobecné, tak aby mohly vyvinouti činnost nejširší.

Po srdečné řeči Sokola Jonáše následovalo cvičení na hrazdě jehož se účastnilo 9 členů T. J. S. Mladočech, 9 členů T. J. Sokol Tábor a 5 členů T. J. Sokol Milwaukee. Pak zapěl mužský sbor Lyry "Při měšičku" a následovalo cvičení na bradlech, jež zakončeno pěknou skupinou, již provedli Sokolové caledonští. Na to provedena 14 Sokoly Caledonskými cvičení s tyčemi, rázně a přesně a pořad cvičení zakončen vzpíráním činek.—

O horlivé činnosti T. J. Sokol Tábor v Caledonii nelze se tuto nezmíniti. Jednota ona čítá 32 členů, z nichž 22 jest členů cvičičích. Jest to tedy poměrně as nečinnější sokolská jednota v Soustátí. Ač cvičenci mají do cvičení 3 i 4 míle, často neschůdné cesty a ač tělocvična není zásobena náradím právě nejlepším, přece pilně ku cvičením se schází, o čemž svědčí pokrok jaký o veřejném cvičení výše zmíněném na jevo dali. Hrazda a bradla jejich jsou sic domácí výroby, však cvičiti na nich umí se zálibou. Takováto horlivost zaslouží následování. Na zdar!

* T. J. Sokol Karel Štulík ve Shuyler, Neb. získala cvičitele v Sokolu Boh. Ningerovi, členu T. J. Sokol v Omaze, Neb., jenž z Omahy do Shuyler se přesídlil.

* Z "Nové Doby" se dozvídáme, že v New Prague Minn. znovu k životu byla přivedena Tělocvičná Jednota, která hodlá se připojiti k Nár. Jed. Sokolské.—Vítáme zprávu tuto s radostí.

* Veškeré naše upozorňování — aby Sokolové, chtějí-li správně dostávat "Sokol Americký" udali vždy bezodkladně každou změnu obydlí svého tajemníku svého sboru a ten ihned aby oznámil tuze pořadateli t. l.— byla dosud nadarmo činěna. Opět značný počet vytisků únorového vydání "Sokola Amerického" byl nám vrá-

cen poštou chicagskou, neboť Sokolové, jimž ony výtisky byly adresovány, buď se přestěhovali neb zamítli je přijati, byvše vyloučeni neb vystoupivše ze sborů sokolských, a podobně i z různých poštovních úřadů měst, do nichž "Sokol Americký" zasílán jest; bylo nám oznámeno četných jmen Sokolů, kterým "Sokol Americký" nemohl býti dodán, poněvadž se přestěhovali a nynější jejich obydlí jest neznámo. Naproti tomu víme bezpečně, že mnohým jest "Sokol Americký" zasílán, kteří již dávno přestali býti Sokoly, však o nichž nebylo pořadatelů t. l. oznámeno jejich vyloučení a odstoupení. Tak z jednoho sboru po celý rok nebyli nám oznamovány adresy nově přijatých a odstoupilých členů a když konečně nám byl zaslán adresář, tu shledali jsme, že byl "Sokol Americký" zasílán 6 adresátům, kteří již dávno snad Sokoly nebyli a naproti tomu 15 Sokolů nově přijatých bezpochyby po delší dobu náš list nedostávalo. Pořadatel t. l. velmi často obdrží od některého Sokola dopis, jímž mu oznamuje, že jest již po 6, 8 neb 10 měsících Sokolem, však že dosud jediného čísla "Sokola Amerického" neobdržel. Takovéto dopisy svědčí buď o malém smyslu pro pořádek takového Sokola neb o neplnění povinnosti tajemníka jeho sboru. Důtklivě proto žádáme ještě jednou tajemníky všech sborů, aby pořadatel t. l. veškeré změny adres členů jejich sboru i adresy všech nově přijatých, vyloučených, odstoupilých a zemřelých členů neodkladně oznamovali, kladouce zároveň na srdce všem Sokolům, že musí ovšem oni sami především každou změnu svého bydliště oznámiti tajemníku svého sboru.

Provolání

k. Sokolstvu česko-americkému.

Sokolové!

Příštího roku v době světové výstavy uspořádána bude v Chicagu velká mezinárodní slavnost tělocvičná, na které i čeští Sokolové mají bráti podíl. Slavnost ta bude míti dvojitý účel: aby ukázaly se Američanům výhody soustavného tělocviku, jaký pěstají Čechové a Němci a zároveň aby ukázalo se před zraky celého světa, na jaký stupeň tělocvik u jednotlivých národností už byl dospěl.

Na nás nyní bude záležeti aby vystoupení Sokolstva bylo důstojné.

Vystoupení toto bude míti veliký mravní výsledek jak pro Sokolstvo, tak i pro jméno české.

Avšak musíme již nyní k zvýšené činnosti se vzhopiti, tak aby zdar cvičení byl zajištěn, abychom nozůstali za ostatními národnostmi pozadu.

Klademe tudíž všem sborům sokolským na srdce aby hleděly povzbuditi činnost v sokolnách svých, aby pohnuly staré členy své, by opět cvičení navštěvovali, neboť nemůžeme-li se ostatním národnostem vyrovnati počtem, musíme dbáti toho, musíme ukázati, že dospěli jsme k takové výši, na jaké oni se nalezají, ba možno že je ještě předčíme.

Jelikož uspořádáno bude též cvičení žáků obého pohlaví, žádáme snažně sbory, aby hleděly co možná největší počet žactva získati a cvičení aby řádně byla vedena; chceme jenom ukázati, že Čechové stojí v řadě těch národů, které při výchově mládeže své dbají též toho, aby budoucí dorost byl silný a zdravý, nač se u mnohých národností tak zapomíná.

K slavnosti roku 1893 vyzváno bude veškeré Sokolstvo česko-americké a zároveň i naši bratři zaoceanští.

Vzhopme se tedy, Sokolové, zahajme činnost zvýšenou vrať se do cvičení opět každý, kdož v letech minulých doboval

sobě vítězné palmy na českých olympiádách a skvělý výsledek bude zajištěn.

Na zdar.

Ústřední výbor chicagských jednot pro uspořádání tělocvičné slavnosti roku 1893.

DOPISY.

V St. Louisu, dne 3. března 1892.

Podivno, jak ten čas kvapí, již tomu půl roku co se navrátili naši borci z Milwaukee, a než se nadějeme, bude nám opětně posílati nových borců k příštím závodům do Chicaga. Tuším, že již v mnohých jednotách konají pilných příprav k oněm závodům, by vystoupení Sokolstva u přítomnosti všech cizích národův bylo důstojné a takto aby dobylo cti nejen sobě, ale i celému českému párodu.

Však u nás ještě ani zmínka o nějakých přípravách: snad máme času dost až příští rok! Vzdor tomu, že jsme ve cvičení slabí proti jiným jednotám, mohli bychom přece pilností docíliti, že aspoň dvě čety by se mohly účastniti příštích závodů, jen kdyby nebylo toho odkládání až na poslední chvíli. Jaký výsledek z toho vyplývá, viděli jsme při posledních závodech. Tam se ukázalo, že několikaměsíční příprava nijak nepostačuje ku vyhovění požadavkům závodním. Jak prospěšné by bylo pro cvičící členstvo, kdyby sbor mohl vyslati aspoň dvě čety k závodům do Chicaga; však za nynějších poměrů bylo by mu těžko sehnati sotva jednu. Někteří ze závodníků, vrátivše se ze závodů, místo aby se pustili s dvojnásobnou pílí do cvičení, spíše se ho straší, což činí špatný dojem na ostatní cvičící členstvo, a oni tím dávají na jevo, že není jejich snahou zdokonaliti se ve cvičení, by na příště se dodělali lepšího úspěchu. A jak se to má s našim cvičitelským sborem, zdali pak plní věrně své povinnosti?

Četl jsem již několik článků v Pražském i Americkém Sokolu, pojednávajících o nutném zakládání cvičitelských sborů z důležitých příčin, zároveň v nich byla podána stručná naučení, dle kterých by se měli tyto as řídit. Mnohý z našich členů neví a některý zas ani věděti nechce o hlavním účelu cvičitelského sboru, jenž spočívá v pořádání tělocvičných přednášek, v seznamování se s teorií a soustavou tělocvičnou a přesném provádění tělocviku, by takto za pomocí tělocvičných knih se mohli vzdělávati cvičitelé v každé jednotě. V našem cvičitelském sboru bychom již také jednou měli pomýšleti, jakou cestou zabezpečiti si dostatek cvičitelů, kteří by byli aspoň částečně seznámeni se soustavou tělocvičnou a s názvoslovím. Nejhorší jest u nás, že se vždy jen mluví o potřebě toho či onoho, však ke skutečnosti nikdy nepřijde.

To dokazuje, že nejsme dostatečně uvědoměli v myšlence sokolské, že nám schází dobrá vůle dáti průchod pokroku, a to zastaralé copářství a ošklivé zvyky vyhladiti z tělocvičny, tak aby tam zavládl nový, čistý a řádný ruch tělocvičný.

Ku počtu 300. narozenin Jana Amosa Komenského uspořádá náš sbor společně se Slovanskou Lípou slavnost dne 27. t. m. za spoluúčastnění řádů Č. S. P. S. Pokud mi známo, má býti odpoledne uspořádán průvod, kteréhož účastní se Sokol, Slovanská Lípa a řády Č. S. P. S. Dále jsou obstaráni dva řečníci jeden český a druhý anglický. Českým má býti Leo Palda z Cedar Rapids anglickým předseda zdejší městské školní rady. Večer pak bude divadlo, a k tomu účelu zvolen historický poutavý děj Jan Hus. Bylo ujednáno, by při onom divadle účinkovaly ty nejlepší sily ochotnické od sborů Sokol a Slovanské Lípy, by takto zdařilé provedení onoho děje bylo zaručeno.

Dne 19. dubna pořádá sbor náš veřejné cvičení členů, tudíž by měli Sokolové pilněji navštěvovati cvičení, aby vystoupení naše bylo čestné.

V sobotu dne 27. února pořádal náš dámský odbor Vlasta maškarní ples, kterýž se vydařil jak náleží. Další činnosti naší volám "Na zdar!"

Tom. Ulrich.

V *Omaze, Neb.*, 6. března 1892.

Ot. "Sokole Americký". Velice jsem se potěšil z výroční zprávy o Nár. Jed. Sokolské uveřejněné v únorovém čísle orgánu našeho a vykazující značný vzrůst členstva N. J. S. Přes to však mám za to, že řady Sokolstva měly by ještě výdatněji a rychleji vzrůstat, vzhledem k tomu, že v sborech sokolských má býti vychovávána mládež naše v duchu národním. Však na mnohých místech dosud nejeví se o věc sokolskou zájem žádný a mnozí samozvaní vlastenci lkajíce a naříkajíce nad budoucností české národnosti v Americe, která prý pro netečnost mládeže k věci české zde musí zahynouti, praničeho nečiní, aby k její lepšímu vychování přispěli. Kdyby všude mládež naše v sborech sokolských řádně byla odchována, tu musela by býti zcela jinou, než jakou vě šinou se jeví. Leč nesměme se jí nikterak diviti, neváží-li si svého českého původu a své řeči, když k lásce a úctě k nim nebyla vedena, ba naopak slyšela snad jen věci tyto nám tak drahé od jiných snižovati a haniti.

Taková mládež jest pak ku všemu co českého při nejmenším lhostejnou, netečnou. A jestli přece někteří z mládeže zde vychované počnou se zajímati o věc naši národní a s ní se blíže seznámíti chtějí, tu bývají trpce sklamáni. Vstoupivše v společnost naši shledají záhy, že ti, kteří vydávají se za ryzé vlastence, ti, v nichž viděli ideál obětavosti a skromnosti, jsou lidé, kteří jakmile neděje se vše dle jejich vůle, objeví se v pravé své ješitnosti a jiných pěkných vlastnostech, jichž pilně pak užívají, aby věc, pro kterou se dříve zdálo že pracují, poškodili.

Mládeži naší musí býti v hojnější míře poskytnuta příležitost než dosud se dělo, aby v duchu českém byla vedena a to zvláště v tom čase, kdy dospívá. Všude sokolské sbory se snaží seč jsou, aby úkolu tomu dostály, všude však vládnou k tomu nedostatečnými prostředky. Ovšem že ta okolnost, že v tělocvičně sokolské nabude každý jinou pilným pěstěním tělocviku těla krásného, silného a otužilého měla by býti dostatečně přitažlivou pro každého, aby pilně po sokolsku se tužil. Vždyť pěkné, zdravé tělo jest každému majetkem neocenitelným. Ti, kdo ještě dnes jsou činnosti sokolské nepřáteli, ti sami se odusuzují za nevědomce a jejich nerozumí nikdo by neměl dbáti, ano spíše měl by každý rozumný tím horlivěji Sokolství pěstovati.

Sbor náš uspořádal m. m. svůj výroční maškarní ples, jenž dobře se vydařil, byv velmi čteně navštíven obecnstvem, jež takto ukázalo, že snahy naše cchtově podporuje.

V neděli dne 13. t. m. uspořádá divadelní náš odbor představení "Bodry venkovan" p d řízením našeho neunavného říditele Sok. B. Slámy. Potěšením jest mi oznámiti, že Sokoly naše, které po delší dobu byly v nečinnosti tělocvičné, opět se vzhopily k nové a jak doufám trvalé činnosti. Cvičitelem jejich jest Sokol J. Pecivál, jenž snaží se ze všech sil, aby cvičenky jeho k tělocviku přilnuly. S radostným pocitem četl jsem zprávu, o získání Sok. P. Straky za společného cvičitele N. J. S. Nové sbory sokolské získají tím velmi mnoho, když společný cvičitel k nim zavítá a je vycvičí a rovněž u starších sborů zavládne jeho příchodem vydatnější činnost, neboť všude budou se jistě tužiti, aby nebyli posledními. Na zdar!

Josef Mik.

V *Cedar Rapids, Ia.*, dne 6. března 1892.

(Z Jed. Tyrš C. R. Sokol.)

Jak již bylo v "Sokolu Americkém" sděleno, chystá se naše jednota k důležitému podniku a sice k postavení vlastní své tělocvičny. Místnost, v které přítomně cvičíme, jest dosti prostorná a k účelům našim dobře se hodí. Však tím že jsou v ní pořádány mnohé zábavy, nelze jí mnohdy použiti v pravidelný, ku cvičení určený čas, což ovšem jest nám velice na závalu. Z toho ohledu jest velmi žádoucí abychom se co nejdříve dočkali řádné vlastní tělocvičny. V schůzi t. m. obdývané zvolen byl desetičlenný výbor, který má pracovati na tom, aby tělocvična naše co nejdříve mohla býti zbudovaná a poněvadž do

výboru onoho byli zvoleni bratři, kteří dovedou svou povinnost vždy čestně a úspěšně plniti, mám za to, že brzy budeme se tužiti pod vlastními krovem. Jelikož ale sbor náš není tak bohat, aby nákladnější stavbu sám mohl podniknouti, musíme se dovolávati podpory vlasteneckého občanstva zdejšího, které zajisté že podá nám ruky pomocné, kdy chceme zbudovati stánek, v němž by česká mládež zdejší a mužstvo naše v budoucnosti se tužily na těle i na duchu. Četní příznivci Sokolstva i četné zdejší vlastenecké spolky, které činnost sokolskou dovedou uznati, nebudou se rozpakovati přispěti milodary k uskutečnění našeho podniku, který bude nejen Sokolům, ale všemu cedar-rapidskému Čechstvu ke ctí. Vždyť podle toho, jak která národnost hledí si tělocviku, dá se dnes souditi dobře na její probudilost a pokročilost a my co Čechové, kteří honosíme se tím, že Jan Amos Komenský, prvý zakladatel dnešního ruchu tělocvičného, byl našim krajanem, měli bychom u věci tělocvičné vynikati nad národnosti jiné. K tomu třeba svorného a obětavého působení a v brzkou budeme se moci vykáhati, že k účelu tak důležitému jakým jest tělocvik neváháme stavěti chrámy důstojné.

Letošní naše šibřínky m. m. pořádané vydařily se nám znamenitě i potěšili jsme se z jejich úspěchů, nejen proto že měli jsme z nich užitek hmotný, ale hlavně z toho, že byly zábavou skutečně skvělou a při tom srdečnou, upřímnou, jakých dlouho bývá pamatováno.

Na společného cvičitele Sokola P. Straku velmi se těšíme, i jsem přesvědčen, že jeho rýchod k nám mnohé ty naše pohodlné "bujaré" Sokoly k činnosti povzbudí, čehož velmi si přejeme, neboť, ač sbor náš čítá přes 100 členů, jen 24 pilně z nich cvičí. Ti pohodlní pozdě žel poznají, že jen sami sobě škodili, když cvičení se vzdalovali. Na zdar!

Ferd. Engellhaler.

V *Manitowocu, Wis.*, dne 8. března 1892.

(Z Čes. Am. Sokola.)

Potěšen podávám tentokrát zprávu do "Sok. Amerického" o našem sboru a jeho značném pokroku za poslední dobu. Mladý náš sbor, jenž záhy po svém založení přistoupil k Nár. Jed. Sokolské velmi tím získal, jednak tím že vědomí, že patříme k združení, majícímu za účel pěstění snah sokolských, pobádalo členy naše, aby pilně se tužili, by sbor náš nebyl za ostatními bratrskými sbory — pak získali jsme mnoho, velmi mnoho též tím, že Nár. Jed. Sok. vyslán k nám společný cvičitel Sokol P. Straka. Ten zavítav k nám dne 1. m. m. a byv námi srdečně přijat, počal nás horlivě cvičiti. Ku konci m. m. mělo býti uspořádáno veřejné cvičení, jelikož ale doba k němu byla již příliš krátkou, odloženo bylo na den 5. t. m.

Toto veřejné cvičení jasně ukázalo, jaký značný pokrok jsme byli učinili přičiňením se obětavého cvičitele br Straky. Ač zábavy u nás jedna druhou v posledním čase stíhaly, bylo veřejné naše cvičení navštíveno dosti čteně a též mnoho turnerů se k němu dostavilo. Br. Straka zabávil cvičení krátkou a upřímnou řečí, v níž objasnil zásady Tyršovy a Fuegnerovy a poukázal k prospěchu, jaký z pěstování tělocviku plyne, vlivem jeho na vývoj tělesný, duševní a mravní. Obecnstvo, kteréž řeči Sok. Straky pilně naslouchalo, odměnilo jej hlučnou pochvalou. Na to následovala cvičení prostná, jež provedena byla úspěšně. Pak prvá četa cvičila na hrazdě a po té současně prvá četa na koni na šíř a druhá četa na bradlech. Druhý oddíl cvičení zahájen byl cvičením s tyčemi, jež provedena byla bezvadně, a velmi se líbila. Pak cvičila prvá četa na bradlech a druhá četa na koni na dél. Konečně provedeno bylo přesně několik pěkných skupin. Celkový dojem cvičení byl velmi dobrý, obecnstvo při jednotlivých výkonech v potlesku téměř neustávalo. Po cvičení, po němž následovala volná zábava, bylo ze všech stran Sokolu Strakovi gratulováno k skvělému výsledku, jakého za krátký čas u sboru našeho docílil. Také turnéři práci Sokola Straky vychvalovali a jemu k docílenému výsledku blahopřáli. Hlavně líbil se jim pořádek při cvičení a způsob nastupování a odchodu od nářadí.

Br. Straka ustanovil u nás čvičitel'ský sbor, jež tvoří náčelník a 6 čvičitelů. Na tomto sboru bude nyní, aby zachovávala rady a poučení Sok. Strakou nám dané, pracoval o další povznesení činnosti naší.

V poslední době pracuje se, abychom spojili se se zdejšími řádem Č. S. P. S., kterýž vlastní sň "Slovanskou Lípu". Docílilo-li by se spojení, řád Č. S. P. S. dal by p. lovíci své sně připsati našemu sboru, čímž by nám bylo velmi prospěno. K uskutečnění tohoto spojení velmi horlivě pracoval Sok. Straka, jenž svým milým a vřelým jednáním dovede si získati přízeň každého. Nyní na věci té pracují výbory oběma jmenovanými spolky zvolené.

Všichni členové naši uznávají obětavou práci, jakou br. Straka pro nás vykonal a přání všech nás jest, abychom se s ním opět setkali až obtížný svůj úkol u jiných sborů naň čekajících vykoná.

Sokolské sbory, které k Nár. Jed. Sok. dosud nenáleží, neměly by otálet, kdy naskytuje se jim přistoupením k svazku našemu výhoda, získati společného čvičitele k výcviku svých členů. Doufám, že blízká jednota v Kewaunee bude následovati záhy příkladu našeho mladého syoru, i že uznávají heslo "jen ve spojení je síla" přistoupí k Nár. Jed. Sokolské. Sok. Veselý člen našeho sboru v tomto týdnu přesídlil se trvale do Kewaunee i slíbil, že se o to přičiní, aby tamní jednota k N. J. Sokolské se připojila. Doufám, že práce jeho nemine se cilem. Na zdar!

A. J. Fanta.

Chicago, dne 5. března 1892.

Milé Sokolky!

Trvám, že mi nezalíte, když v "Sokolu Americkém" dopisem k Vám se obracím. Úmyslem mým není vypisovati jak tělocvik jest blahodárným každému, kdo jej pěstuje, o tom přesvědčen jest již dnes každý; chci pouze poukázati k tomu, jak žel málo jest těch, kteří sobě blahodárnost z tělocviku plynoucí zajistiti hledí. Nejen širší obecnost, ale i mnozí údové tělocvičných spolků jsou k tělocviku úplně neteční. Mým přáním jest, abychom my již jednou u věci té lépe si počínaly, bychom cvičení naše pilně navštěvovaly a rovněž naše schůze. Nyní zvláště měla by každá z nás pilně se tužiti, kdy na přesrok máme vedle bratří Sokolů též vystoupiti na cvičišťe při světové výstavě. Na nás jest, abychom nezůstaly po zadu za dívkami jiných národů a proto třeba se již nyní pilně tužiti. Sbor náš čítá přes 100 údkyň a tu měly bychom míti cvičišťe značný počet. Brzo Plzeňský Sokol postaví krásnou a prostornou tělocvičnu, do níž měly bychom vejíti co sbor tělocvičů vydatně činný.

Kdybychom trochu více se navzájem pobádaly, jistě že docílily bychom žádoucích výsledků. Víím, že mnohé hodné dívky by rády vstoupily v řad náš, třeba jen abychom je k tomu povzbudily, by úmysl svůj uvedly ve skutek.

Milé družky, jestli každá budeme míti na zřeteli zájem sokolský, velmi prospějeme tím k sesílení našeho sboru a tím vykonáme práci chvályhodnou.

Doufám, že takovéto práce každá z nás mileráda se uchopí.

Na zdar! Vaše

Emilie Nájemníková

Pisemnictví.

Anglický spis o J. A. Komenském. Nákladem společného výboru pro uspořádání slavnosti Komenského v Milwaukee vyšel anglický spis o 24 stránkách, tištěný nu pěkném papíře a na obálce s podobiznou oslavence Jana Amose Komenského! Podobizna jest ověncena vavřínem a zář sluneční zdobí vkusné ornamenty, jež kol podobizny se vinou. Nadpis zní: "In Memory of Komenský", v levo jest letopočet 1592, v pravo 1892 a

dole u středu: "March 28th." Jest pravý vzor to umění kreslířského a tiskařského. Úvod obsahuje nadšeně psaný stručný přehled literatury české a Komenského zásluhy o ni a list s vhodným mottem. Pak následuje životopis Komenského od anglického pedagoga Dan. Benhama s doplňky od Roberta Herberta Quicka, vše s dodatky s českého stanoviska a na základě vlastních slov Komenského. V zadu jest lístek prázdný pro ty, kdož by si dílko objednali, aby dali si tam přitisknouti co jim líbí, jak jména spolků, výborů atd. Výbor přenechá 1000 kusů této knížky za \$30; 500 kusů za \$15; 300 kusů za \$10; 200 kusů za \$8; 100 kusů za \$5; 50 kusů za \$3.25; 25 kusů za \$2 a 10 kusů za \$1. Přihlášky však musely by se státi ihned a vyřídí se pouze za hotové. Dílko jest tak sestaveno, že mezi Američany rozdáno, nezůstane bez náležitého vlivu a působivosti. Cena spisku jest nesmírně levná, neboť výbor podnikl tuto práci úplně nezištně a čítá pouze tolik, kolik tisk stojí a velice slušná úprava celé knížky! Objednávky na spisek tento za ceny výše uvedené přijímá v zájmu dobré věci a ochotně záskyly sprostředkuje časopis "Domácnost", 346 Broadway, Milwaukee.

Pamětní list II. sletu všesokolského red. t. 1. zaslaný, mile nás překvapil. V nádherném rouše s průvodem velikého počtu překrásných ilustrací vylíčen v díle tom vzletným slovem celý průběh pamětné slavnosti té a práce slavnostních odborů, k čemuž se druží zajímavé pojednání o významu, účelu a nynějším rozvoji Sokolstva. Obsahuje pamětní list tyto články: Úvod.—Náš úkol směr a cíl.—Přední stráž.—Za třicet let.—Česká Obec Sokolská.—Z výboru slavnostního.—Cvičiště slavnostní.—Ruch na venkově před sjezdem všesokolským.—Ruch před slavností v Praze.—Pořád II. sletu všesokolského.—Naši hosté, jich příchod a uvítání.—Sokolům slovanským!—Pozdrav Sokolům!—Večer na uvítanou v Měšťanské besedě.—V neděli dne 28. června: Závod. Návštěva v Olšanech a na Královských Vinohradech. Slavnostní představení v Národním divadle. Na Žofíně.—V pondělí dne 29. června: Průvod. Na radnici staroměstské. Veřejné cvičení 29. června 1891. Ze zákulisí cvičišť. Přátelský večer na Žofíně.—V útorý dne 30. června: Závod. Návštěva Sokolstva na výstavě. Zahradní slavnost na Žofíně. Cvičení hostů v pražském Sokole. Večer na Žofíně.—Poslední pobyt a odjezd hostů.—Prohlášení výsledků závodních.—Výsledky závodů.—Blahopřejné pozdravy k sletu.—Účastenství sokolstva a ciziny při II. sletu všesokolském.—O ubytování.—Přehled příjmů a vydání II. sletu všesokolského.—Výstava sokolská.—Sokolstvo v obrázku statistiky.—Doslov.—Články ty jsou od osvědčených bratří J. Alexandra, K. Časlavského, L. Čížka, K. Horáka, K. Hrona, J. Kettnera, J. Klenky, Kučery, A. V. Prágra, K. Regala a K. Vaníčka. Ilustrace pochází jednak ze štětce profesora Fr. Ženíška, Ar. Schneidera, Ludvíka Čížka a j., jednak jsou to zdařilé reprodukce fotografických snímků z jednotlivých oddílů slavností, podobizny vynikajících hostů a zasloužilých členů slavnostních odborů, starostů a náčelníků župních. Ke spisu připojena přehledná mapa znázorňující sídla jednot sokolských v Čechách, na Moravě a ve Slezsku, v době II. sletu. Dílo to, jež vydala se značným příspěvkem Česká Obec Sokolská, bude jistě nejkrásnějším pomníkem veliké slavnosti sokolské a najde největšího rozšíření.—Upozorňujeme veškeré Sokoly, že náklad vzhledem k nepatrné ceně bude brzy rozebrán a proto jest záhodno, aby v čas důležitý spis ten sobě opatřili. Jednotlivé výtisky se zasílají po 75 kr., při objednání nejméně 5 výtisků u nakladatelstva po 60 kr., výtisky na velkém papíru po 1 zl. 20 kr. Příplatek na skvostnou vazbu činí 80 kr. Objednávky s příslušnými obnosy zasílány buďtež br. J. Kettnerovi, pokladníkovi městské spořitelny v Praze. Na úvěr se spis tento bezvýmínečně nezadá.

Rádná schůze V. V. Nár. Jednoty Sokolské.

V Milwaukee, Wis., dne 24. února 1892.

Schůzi zahájil starosta Sok. P. Kaplan. Přítomni nebyli S. E. Chrudimský a A. Kolman. Zápisky z předešlé schůze byly po přečtení přijaty. T. J. S. v St. Louis píše, že se připravuje ku veřejnému cvičení, kteréž v krátkém čase uspořádáno býti má, a z ohledu na toto žádá, zdali by cvičení podobné mohlo vynecháno býti, až jednotu tu společný cvičitel navštíví; jest mínění toho, že nebylo by prospěšné dvě veřejná cvičení v krátkém čase odbývati a pak že cvičení taková stojí mnoho peněz ku přípravám. Uzavřeno, by jednatel poukázal jednotu tuto na stanovy a zároveň jí upozornil, že to bude ještě více měsíců trvat nežli společný cvičitel tu samou navštíví. Česko - Americký Sokol v Chicago si stěžuje, že nedostává dostatečný počet výtisků „Sokola Amerického“ pro své členstvo. Jednatel jest vyzván, by vyzval sbor ten o zaslání správného seznamu členstva Sok. pořadatel, dle kteréhož on časopis správně zasílá bude T. J. S. Česko-Moravan, Flatonia, Tex., žádá za odstupní listinu od N. J. S., a ta samá téže dnešního dne povolena jest. Společný cvičitel Sok. P. Straka zaslá zprávu o pokroku Čes. Am Sokola, v Manitowoc. Zpráva tato má býti zaslána pořadatel k uveřejnění v „Sokolu Americkém“. Dále dle zprávy cvičitelovi usnešeno, by se tento v Manitowoc až do 5. března zdržel, v kterýž den veřejné cvičení bude uspořádáno a odtud má T. J. S. Mladochech v Racine, Wis. navštíviti a v měsíci dubnu do Cedar Rapids, Iowa a pak dále na západ se odebrat, postupně k jednotám jak příští určeno bude. Služné cvičitelů pro měsíc březen má pokladník tomuto vyplatiti, když o ně požádán bude.

Jednoty, kteréž náčelnické zprávy nezasílají, mají býti jednatelům vyzvány, by tyto pravidelně, jak stanovy naznačují, zasílaly.

Záležitost stranu veřejného cvičení východního okrsku t. r. za příčinou, že většina jednot sobě tohoto nepřeje, jest odložena.

Uzavřeno, objednat 40 výtisků popisu II. sletu všesokolského a každému sboru N. J. S., po jednom z těchže zaslati. Dále se mají sborům zaslati výtisky brožury jakáž v Milwaukee na oslavu 300 letých narozenin J. A. Komenského vydána bude. Nepřítomní členové V. V. mají býti vyzváni, by schůze tohoto pravidelně navštívili.

P ř í j e m :

T. J. S. N. Y. 4. čtvrtletí 1891	\$63.40
T. J. S. N. Y. za „Sok. Amer.“	9.18

Úhrnem * \$72.58

V y d á n í :

Tisk a výprava Sok. Am. č. 2. roč. 14.....	\$67.25
P. A. Wančček jed. V. V. N. J. S. poštovní a dovoz	
Sokola Amerického.....	3.00
P. Straka služné za březen ku předu.....	50.00

Úhrnem \$120.85

Hotovost z minulé schůze..... \$1291.15

Hotovost dnešního dne..... \$1242.88

Na zdar!

KAREL JIRAN, tajemník.

Oprava.

Ve zprávě jednatel a účetníka V. V. N. J. S. v m. čísle t. l. uveřejněné mělo na str. 16, 30 řádek shora státi: Rozličné vydání \$527.32, ma místě chybného: Rozličné vydání \$523.82.

Oznámení.

Těl. Jed. Tyrš C. R. Sokol v Cedar Rapids, Iowa, odbývá pořadové cvičení každý poslední pátek v měsíci.

Ferd. Engelthaler, náčelník.

Adresář Národní Jednoty Sokolské ve Spojených Státech.

VÝKONNÝ VÝBOR Národní Jednoty Sokolské v Milwaukee Wis.:

Frant. Kaplan starosta; 1325 Fond du Lac Ave., T. Gresl místopředseda; P. A. Wančček jed., 1916 Cold Spring Ave.; K. Jiran, taj., 1115 Cold Spring Avenue; P. V. Šisler, pokladník; 241—17 Str., Frant. Moudrý, A. Pittner, E. Chrudimský a A. Kaplan.

Česko-Americký Sokol, Chicago; J. Krizan, 178 De Koven St.

Plzeňský Sokol Chicago; taj. Čeněk Bolek, 548 W. 19th St.

T. J. Sokol St. Louis, Mo.; jed. V. K. Tříska, 1911 Geyer Ave.

T. J. Sokol, Chicago; taj. Vraštil A. 174 Newberry Ave.

Těl. J. Čechie Chicago; taj. Petr Churaň, 200 Augusta Street.

Těl. Jednota Sokol, Milwaukee, Wis.; P. Wančček, 1916 Cold Spring Avenue.

T. J. Sokol, Omaha; taj. Jos. Ráček 1315 So. 13th St.

T. J. S. Praha, Town of Lake, Ill., tajemník Josef Široký, 4737 Wood St.

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

Klatovský Sokol, Chicago; taj. Jindř. Lurie, 963 VanHorn St.

Sokol Chicago, Chicago; taj. J. Nepil, 1202 Oakley ave.

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

T. J. S. Budvoj, Detroit. Mich.; jed. Jos. Hradecký 47 Calhoun St.

S. J. Svornost, Morrisania, N. Y.; jed. T. Benfšek, 3491—3rd Av.

J. Tyrš C. R. Sokol, Cedar Rapids, Ia.; K. F. Kirchner 243 So. 2nd St.

T. J. S. Fuegner, L. I. City, N. Y.; J. Fr. Vančura 59 Debevoise av.

T. J. Sokol Čech, Cleveland, O.; taj. Fr. Krejzl 150 Croton St.

T. J. Sokol, So. Omaha, Neb.; taj. Jan Moravec 2009 20th Str.

T. J. Sokol Westfield, Mass. Taj. Karel Liška. 112 De Bois St.

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

T. J. S. Mladochech, Racine, Wis.; taj. J. Cerný, 1201 Douglas Av.

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

T. J. Sokol Žižka, Bruno, Neb.; taj. Fr. Jungman.

Čes. Am. Sokol Manitowoc Wis. taj. A. J. Fanta P. O. Box 56

Těl. J. Sokol Tábor, Chicago, Aug. Procházka, 1036 W. 41 Pl.

T. J. S. Karel Štulík, Schuyler, Neb., taj. Em. Faltys box 522.

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

VYCHÁZÍ 15. KAŽDÉHO MĚSÍCE V MILWAUKEE, WIS.

Karel Štulík, pořadatel 126 W. Taylor Str., Chicago, Ill. P. A. Wančček, jed. V. V. N. J. S., 1916 Cold Spring av., Milwaukee, Wis. Předplatné a veškeré dopisy pro “SOKOL AMERICKÝ” buďtež zasílány pořadatel.