



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. října, 1892.

Adresa:
Sokol Americký, 650—17th Street,
Milwaukee Wis.

O tělocviku dospělých z hlediště lékařského.

(Pokračování.)

KAPITOLA ŠESTÁ.

Diathesa arthritická.

Příbuznost písčitosti moči a dny. — Řídkost písčitosti u dělníků. — Zmenšení kyseliny močové vlivem cvičení. — Jiné produkty spalování neúplného. — Hyperacidita šťáv. — Tukové kyseliny prchavé. — Kollka jaterní. — Jiné nemoci z nedostatku cvičení. — Migrena. — Asthma arthritická. — Úplavice cukru. — Co jest arthritismus?

Písčitost moči jest dle označení Erasmova "sestra dny"; ona představuje vymezení ledvinné diathese dnavé, kdežto dna jest její manifestací kloubní. Avšak vada výživy je tatáž v obou případech; jak krev písčitostí stíženého, tak krev dnavého obsahuje přebytek kyseliny močové.

I u písčitosti vyskytuje se příznak, který shoduje se se záchvatem při dně, jest to záchvat koliky ledvinné s tím toliko rozdílem, že záchvat dny jest okamžitý výsledek uložení látky dnavé na klouby, kdežto při písčitosti krize jest připravována předem. Kolika ledvinná vyvozuje se aktem mechanickým, vklíněním kaménku do močového, kdežto záchvat dny jest zjev vitalní, podměněný vylučováním kyseliny močové klouby. Ukládání kyseliny močové děje se pozvolna v trubičkách ledviny, shromáždí a zvětšuje se, až utvoří kamének a ten v jistých okamžicích se vyproštuje z ledviny a klesá do močového, aby přešel do měchýře a byl vypuzen na zevnějšek. Na své pouti močovodem vzbuzuje bolestné smršťování tohoto úzkého průtoku a tak se přihází kolika ledvinom,

Cvičení působí proti písčitosti jako proti dně, obračejíc se proti příčinám samým neudu a ne proti jeho příznakům, zvyšující činnost spalování, vzbuzující úplnější oxydaci látky dusíkaté. Účinnost práce svalové jest nepopíratelným prostředkem preventivním písčitosti, a důkaz toho jest dán řídkostí tohoto neudu v dělných třídách společnosti.

Písčitost jest nemocí člověka zámožného, jehož příjmy jsou mnohem větší než ztráty. Ona nezachvacuje lidi, jež se oddávají pilné práci svalové. Ovšem že jako při dně práce svalová není vždy dostatečným preservativem pro ty, již od narození přinášejí dědičnou predisposici ku dnavé diathesi.

S podivením zcela oprávněným nalezáme písčitostí stíženého, ba i dnavého, mezi lidmi vychovanými v práci. A skoro vždy možno důkladným vyšetřováním dokázati, že výminky tyto potvrzují pravidlo. Tak se to má s pozorováním následujícím: Byvše povolání k mužům, jenž sloužil za pacholka na statku, byli jsme překvapeni nálezem krize písčitosti moči, ač nemocný vždy žil již od svého mládí v namahavém postavení rolníka. Byl po řadě pastýřem, pak rolnickým dělníkem; v životě jeho nenachází se ni nejmenší přestávky práce. Avšak zprávy přesné potlačily naše podivení: člověk tento byl zrozen otcem z třídy měšťanské.

Cvičení svalové jest znamenitým předstřežným prostředkem písčitosti moči; ono jest též nejlepším prostředkem hygienickým, kterým se jí vzdorovati může. Vlivem cvičení vidáme složení moči se obměňovati a množství kyseliny močové, jež chová, v krátkém čase se zmenšovati. Béclard již dávno konstatoval, že u zvířete divokého, jež vězníme, chová moč málo kyseliny močové, a naopak, když bylo v zajetí drženo po několik měsíců. Pozorování toto stačí na důkaz užitečnosti cvičení v nemoci vyznačující se přebytkem kyseliny močové v moči,

II.

Kyselina močová není jediným produktem abnormálním, jenž vzhází z neúplného spalování. Tvoří se u člověka zbaveného cvičení veliký počet jiných produktů, jež lučba organická analysovala, a jichž úlohu v původu nemocí fyziologie pathologická počíná vymezovati. Ví se na př., že látky dusíkaté nejsou jedinými materiály organickými, jichž neúplné spalování může zavdati vznik produktům abnormálním, způsobitelným porušení rovnováhu funkcí vitalních. Tkaniva tuková mohou také býti neúplně okysličována u člověka, jehož cvičení jest nedostatečno. Stává se tak, že vznikají jisté tukové kyseliny prehavé, jichž charakteristický zápach objevuje se v dechu neb ve výparech kože u osob života příliš nehybného.

Tvoření produktů neúplného spalování následkem nedostatečného cvičení vysvětluje jisté zjevy, dosti zvláštní na prvý pohled, často pozorované u lidí nečinných aneb kteří jsou stíženi jednou z těch poruch výživy, jež se souborně obecným názvem arthritismu označují. Stává se často u těchto osob, jichž výživa jest „obleněna,” že cítí zjitra při probuzení svrchovanou ochablost, jež se rozptyluje asi za hodinu nebo dvě po vstání, když byly osoby ty poněkud se oddaly práci svalové. Zdá se na prvý pohled podivným, že pocit umdlení může zmizeti cvičením, obvyklou to příčinou umdlení. Tento zdánlivý odpor se vysvětluje tím, že nevolnost pocítovaná jest podmíněna přebytkem produktů spalování neúplného v krvi se nalézajících. Vadný postup výživy, jenž má původ svůj v příliš volném spalování látek, zvyšuje se vždy po dobu spánku, stavu to, ve kterém nejen samovolná práce svalů jest potlačena, nýbrž i funkcionování velikých ústrojí jest zmenšeno. Srdce a plíce na př. funkcionují v rytmu mnohem volnějším ve spánku než ve bdění, a teploměr ukazuje snížení teploty o půl stupně (někdy o jeden stupeň u arthritiků) mezi teplotou z jitra při probuzení a teplotou na večer. Nad to dýchání se značně ve spánku obleňuje a všichni fyziologové uznali, že spotřeba kyslíku jest mnohem menší u člověka spícího než u člověka bdícího, to i ve stavu klidu. Stav spánku zvyšuje tedy na okamžik náchylnost spalování neúplného a jest-li již krev ve stavu bdělosti obsahovala mnoho produktů špatně spálených, které jsou vždy příčinou nemoci neb churavosti, jedna noc spánku rozmnoží ještě tento nepoměrný podíl produktů zvyšující náchylnost peči lidské k neúplnému spalování. Odtud nasycení krve součástkami abnormálními, jichž účinek se pocítí až v okamžiku, když cvičení, zvyšující činnost dýchání, uvede do krve nadbytek kyslíku způsobilého ku spálení jich.

Největší množství produktů spalování neúplného jsou kyseliny. Jest to charakteristikou osob se spalováním neúplným, že jeví značnou míru kyselosti šťáv; jež by měly býti alkalické. Odtud jisté poruchy zdraví a to někdy těžké. Na př. jsou látky, které zůstávají rozpuštěny v krvi anebo šťavách, jichž reakce lučebná za stavu normalního jest alkalická; ale látky tyto jeví náklonnost se sraziti, aby tvořily konkrece a ložiska v prostředí, jež se stalo kyselým. Tak se stává, že nadměrná kyselost tekutiny žlučové způsobuje sražení cholesterinu, jež zavdávají vznik kaménkům žlučovým a kolice jaterní; právě tak zvýšená kyselost močí

podporuje sražení se kyseliny močové a vyvozuje písčitost. Odtud rada udílená lékaři těmto nemocným aby se zdrželi pokrmů kyselých.

Nedostatečnost cvičení — přehledně řečeno — přivodi u člověka nedostatek dýchání, jež má za následek vadu oxygenace (opatření kyslíkem) krve a poruchu ve výkonech lučby vitalní, jež se udávají v našich útrokách. Odtud přetížení tekutiny krevní produkty složení abnormálního. Mezi těmito produkty nalezájí se látky, kterých lučba dosud neanalysovala, ale jichž úkol ve vyvozování všech nemocí výživy, jež jsou výlučným údělem pohodlných tříd společnosti a poplatkem placeným přírodě člověkem, jenž se chtěl osvoboditi od práce tělesné, fyziologie pathologická počíná již poznávati.

Nejsou to tedy jediné tkaniva infiltrovaná tukem, kterými se člověk nečinný rozeznává od člověka oddaného cvičení; ale také a především lučebním složením šťáv, jichž čistotu produkty desassimilace neúplně vypracované pozměňují. A není ničeho tak absurdního v tom starém mínění lidovém, dle něhož lenivost „shuštuje krev”.

Konsekvence nedostatku cvičení má tedy ve věku dospělém pozoruhodný rozsah. Po delších letech prožitých v nečinnosti přizpůsobí se orgány funkci. Člověk nečinný, když byl prožil dvacet let svého života, vpravuje v pec vitalní spalných látek v množství zvýšeném a nedáváje k nim vnikati dostatečně kyslíku, dovršil přetvoření svého organismu ve stav „přístroje o spalování volném”. A dostaví se okamžik, kdy nebude tvořit více než produkty desassimilace neúplně spálené.

Může se pak státi, když nedostatek cvičení způsobil tuto disposici chorobnou ve formě nemoci utvrzené, že vada výživy neobmezí se na osobu, ale přeneše se na její potomky. A tak se stává, že synové dnavých nemohou se vždy zabezpečiti ani úsilím cvičením před nemocí, již otec získal ze cvičením nedostatečného.

Takový je fyziologický mechanismus, následkem kteréhož každého dne více se šíří vady výživy, jež se shrnují pod obecným názvem arthritismu, poněvadž byla vzata za typ výživy abnormální dna, nemoc, jejíž zjevy místní mají za sídlo klouby.

Vada výživy, zvané „arthritism” necharakterisuje pouze nemocí, jež postihují klouby jako dna, ale celou řadu stavů chorobných, které jsou s dnou v úzkém příbuzenství. Písčitost moči s kolikou ledvinnou, písčitost jater s kolikou jaterní jsou zjevy arthritické právě tak jako jisté formy dispepsie, migrény, astmatu, tak že sluší zařaditi mezi zjevy arthritismu otylost, jež pochází z nedostatku spalování tuku a jisté formy úplavice cukrové, jež jsou podmíněny nedostatkem spalování produktů cukernatých vypracovaných játry.

Krásné práce profesora Boucharda objasnily tuto spojitost procesu pathologického, jenž víže všechny tyto odchylky výživy k oblenění spalování vitalního.

I těm, kteří nechtěli uznati theorii, jest nemožno popřítí fakta. Vidáme střídati se v rodinách: dnu na př. u otce, s úplavicí cukrovou u syna, otylostí u vnuka. Otylost předčasná u mladých osob jest jako by stigmatem „diathese”, u rodičů třeba v jiném tvaru se vyskytující. Jest to manifestace arthritismu.

O té naší bratrskosti.

Sbo y sokolské jsou snad jedinými spolky, které nečiní rozdílu mezi jednotlivými svými členy, pokládajíce všechny za sobě rovné, slučující všechny ve spolek co bratry, již na vzájem mají se milovatí opravdovou láskou bratrskou. Kdo poznal život sokolský v některé horlivé jednotě sokolské v Čechách, ten ví, že bratrství mezi jednotlivými členy jednoty takové vypěstované jest často mnohem užším a poutavějším svazkem než bratrství rodné. Pokud totéž mohlo by se říci o sborech amerických, nevíme, i nechceme také soud svůj o tom pronášeti. Však velmi význačné v tom ohledu jsou hlasy, které ozývají se proti tomu, aby užívali Sokolové oslovení se jména "bratr", jež prý náleží pouze členům spolků podpůrných. Právý titul, jenž prý Sokol Sokolovi má dávat, jest "Sokol".

Jsme přesvědčení, že ti, kteří se o to zasazují, aby jména bratr mezi nimi nebylo užíváno, mají k tomu vážných důvodů, však to právě jest, co musí nás naplniti zármutkem, když ti, kteří o odstranění jména bratr se zasazují, mohou opřít požadavek svůj o tu okolnost, že bratrství upřímného mezi nimi nestává, všeobecně uvažováno.

My představujeme si Sokolstvo, co jedinou svornou rodinou, v níž všichni členové co bratři se milují a také co bratři spolu jednají.

Porovnáme-li však svoji představu se skutečností, tu žel vidíme však, že to po straně tím více mrzutosti a nesvárů umí působiti. Takové jednání ovšem jest nemožné, pro Sokola se nehodící a opakuje-li se opět a opět, pak ovšem že musí se zdáti, že mezi námi žádného bratrství nestává.

Poměry tak nezdravé neměly by mezi námi býti.

Každý měl by ve svém sboru spatřovati rodinu, k níž co člen její patří a ostatní členy její měl by za skutečné své bratry pokládati, nerozpakuje se mluvití upřímně, "co na srdci, to na jazyku", jako to snad číhá, sedí-li ve středu vlastní své rodiny. Pak každý Sokol byl by mnohem více poután k svému sboru, než děje se dosud, kdy mnozí mluvíce, snaží se slovy svými zakryti to, co vnitru jejich má zůstati ukryto, aby nebyli prohlédnuti, kdy snaží se zdáti něčím jiným, než ve skutečnosti však jsou.

Ku konci k lepšímu porozumění jen několik slov uvedeme.

Před málo dní vrátil se jeden z chicagských Sokolů z návštěvy v Čechách. Byv tázán na jistého vynikajícího Sokola v Čechách, odpověděl: "jaký to znamenitý člověk, a tak prostý, a tak upřímný."

Prostota, upřímnost nám schází, ty my nechceme a ne chceme pěstovati doma, ač jinde se nám líbí, my chceme nejčastěji strojenost, fráze.

Ano, strojenost a fráze, jež dobře snad hodí se pro mnohého při styku s osobami mu úplně cizími, které však v sokolském životě mohou nám býti jen ku škodě.

Jak toto od představy naší jest vzdáleno.

Každý ví, že bratr s bratrem, jehož opravdu miluje, jinak jedná, než s člověkem jemu úplně cizím. Před bratrem nikdo nitra svého neuzavírá, jemu neobává se myšlenky své svěřiti a také se nerozpakuje upozorniti milého svého bratra na vady a poklesky, dopustí-li se tento nějakých. Jest to povinnost bratra k bratru, aby se o něho staral, aby připomenul mu, činí-li co nevhodného. U rodiny pak tak čtené, jako jest rodina sokolská jest povinností každého člena její, aby vždy na zřetel měl prospěch a zdar celku.

Však běda bývá tomu, kdo domnívá se býti mezi bratry, pronese ústy to, co měl na srdci.

Slova jeho jsou vyslechnuta, nikdo snad ani nejmenší poznámky nepříčiní, však za krátký čas teprve dozví se takový upřímný bratr, co svými nevinnými, jen k prospěchu věc. okolské se vztahujícími, slovy působil. Za jeho zády rozřezáv

se každé jeho slovo ostrými jazyky na malé částečky, i dá se mu konečně po dlouhém přetřepávání takový význam, jakého nikdy nemělo a ten, kdo je roztrpal, domnívá se, že má právo cítiti se uraženým a dělati rebelii.

Jest to velice smutný úkaz, že tváří v tvář tak málo neb zhola ničeho taková slaboduší Sokolové dovedou toho pověděti.

O Sokolkách.

V době poslední s potěšením znamenáme, že v místech, kde dosud stávalo jen sborů Sokolů, zakládány jsou i sbory Sokolek. Tak stalo se v Racine, Wis., v Cedar Rapids, Ia., ve Wilber, Neb. a v Schuyler, Neb., hlavně přičiněním společného cvičitele N. J. S. P. Straky. Tyto mladé sbory pochopivše úkol, za jakým vznikly, počaly horlivě cvičiti, opravňující nás k naději, že při činnosti tělocvičné také setrvají. I ve starších sborech Sokolek na mnoze jest utěšený ruch tělocvičný, kterým Sokolky již Sokoly předčily. Cvičít v některých sborech Sokolek mnohem větší procento údkyň než členů v nejpilnějších sborech Sokolů. Neméně radostným jest úkaz že mimo svobodné i vdané Sokolky cvičení počínají navštěvovati, čímž odstraní se v brzku předsudek, že tělocvik pro ženy vdané se nehodí, jako tuším odstraněn již je u každého zdravě myslícího našince předsudek o tělocviku dívčím.

Nám musí na tom mnoho záležeti abychom zmíněnou jarou činnost Sokolek nejen snažili se udržeti na té samé úrovni, k níž dospěla, ale abychom ji ještě povznegli, o což musíme se zasazovati seč jen jsme, neboť bez tělocvičné činnosti našich dívek a žen byla by veškerá práce naše jen polovičatou. Výsledky tužení se našeho jinak v nívec by přicházely, neb ztrácely by se z větší části, následkem zanedbávání tělocviků ženského.

Nemá-li cíl veškerého našeho sokolského konání zůstati na věčné časy veličinou pomyslnou, tu musíme k tomu hleděti aby vedle zbožného dosud přání "Co ech to Sokol" splnilo se v budoucnosti nejbližší též "Co Češka, to Sokolka."

K tomu ovšem třeba aby dívky a ženy naše hleděly na Sokolství s pravého stanoviska, by porozuměly co toto od nich žádá, co jest s to dáti jim v odměnu, budou-li je pilně a upřímně pěstovati.

Nuže co vyžaduje se na dívce neb ženě by byla opravdu Sokolkou?

Předně by byla upřímnou, věrnou Češkou, za druhé by pečovala o vývin svůj tělesný i vzpružení duševní pěstěním tělocviků. Tyto dva požadavky snadno lze splniti. Příroda sama vyplní valnou část prvního požadavku, třeba jen aby dívka zrozená z rodičů českých vážila si svého původu, by nestavěla se proti přírodě, chtějíc se státi něčím jiným, než čím se zrodila. Nevdá tu nikterak okolnost, narodila-li se z rodičů českých mimo vlast českou, v zemi cizí. Židé, kteří skutečně žádné vlasti nemají, dovedou zůstati židy, ať narození jsou v Asii, v Africe, v Australii, neb kdekoli v širém světě. A dovedli-li židé zachovati svoji židovskou víru po tisíciletí, nemajíce žádného střediska, vlasti, proč nemohli by Čechové v cizině uchovati víru českou, národnost svoji, zachovávající vzájemný styk se svojí vlastí.

Na dívkách a ženách našich ovšem jest, by úkolu toho byly si vědomy, by k uskutečnění jeho úsilně pracovaly a tím vyplnily prvou polovinu povinností svých sokolských.

Upřímnou, věrnou Češkou musí býti každá Sokolka.

A co Sokolka musí ovšem i zbývající část povinností svých upřímně a věrně plniti, jinak by ani neměla býti zvána dobrou Češkou, nezáleželo-li by jí na tom, aby příští pokolení češtva amerického skládalo se z mužů a žen tělesně statečných a duševně zdravých, milujících volnost a svobodu, jak je kdys předci naši milovali.

A není to požadavek nesnadno splnitelný, chtějí aby dívky a ženy naše cvičily. Musí nám však býti rozuměno, dobře rozuměno, co cvičením míníme.

Dosud žel i mezi některými Sokoly ovládá náhled, že mládež mužská i dospělí muži cvičí jen za tím účelem aby se naučili cvičiti, aby dovedli časem prováděti obtížná a nebezpečná cvičení, o kteráž pokusí-li se obyčejný nevyevičený smrtelník, octne se v nebezpečí při nejmenším zlomiti si vaz. Tak slyšíme často vylouvat se mnohé: "My bychom rádi cvičili, ale co by nám to bylo platno, ničemu bychom se nenaučili, neboť nemáme dosti schopného cvičitele, který by nám mohl nějaká těžší cvičení ukazovati." A v takovýchto sborech by skutečně cvičení úplně zanechali, kdyby v některých nenalezlo se několik horlivců, kteří na cvičení pohlížejí s lepšího stanoviska, než zmínění Sokolové vylouvačů.

O Sokolkách na štěstí můžeme říci, že nevede je do cvičení touha, aby se naučily nějakým skvělým výkonům tělocvičným, ony přicházejí do cvičení s tím dobrým úmyslem, aby cvičením se otužovaly, by získaly jím sílu a svěžest tělesnou, kteráž pojistila by jim zdraví a přispěla k lepšímu vývinu tělesnému. Okolnost tato jest velmi příznivou a dovede-li jí ten, jemuž cvičení Sokolek svěřeno, náležitě upotřebiti, vychová z nich cvičenky tělocvičku ještě více a trvaleji odané, než lze vychovati z oněch Sokolů, kteří přijdou do cvičení za tím účelem aby se něčemu naučili, a kteří nejde-li to dost rychle podle jejich přání cvičení zanechávají. Cvičitel častěji má upozorniti cvičenky své proč cvičí, má jim vyložiti jak mají se chovati i mimo tělocvičnu aby z cvičení měly žádoucí užitek a snaže se každé cvičení učiniti jim prospěšným i zábavným, nesmí nikdy síly jejich přepnouti.

Hodina, dvě hodiny týdně cvičení jest trochu málo. Za tak krátký čas nelze mnoho nabyti, nehledí-li cvičenky i mimo cvičení řídit se radami, které uděliti jim jest povinností cvičitelovou.

Cvičením má se u Sokolky vypěstovati lepší tělo a pevné zdraví. Aby se tak státi mohlo, musí býti upozorněna, že třeba jí, aby vzdala se nošení sněrovačky, které vývoji tělesnému žen jest tak zhoubným, zdraví nositelky přerůzným způsobem poškozující. Vysvětlí-li se náležitě zhoubné účinky sněrovačky, a doloží-li se příklady, v nichž zlořečený zvyk nositi sněrovačku stál mnohou dívku neb ženu život, tu trváme, že aspoň do cvičení dostaví se pak každá Sokolka bez sněrovačky, vědouce, že jinak cvičení nejen by jí ničeho neprospělo, ale spíše by jí ještě bylo ku škodě.

Na držení těla ve cvičení se musí u Sokolek hleděti. Každý ví, jak dívky náchylny jsou nositi hlavu ku předu nachýlenou, místo aby ji nesly pěkně vzhůru, což

těm málo, jež tak činí nejen sluší, ale také v ohledu zdravotním má nemalou důležitost.

Rovněž třeba upozorniti cvičenky, aby varovaly se přílišného sedění, by hleděly častěji procházeti se na čerstvém vzduchu, i aby pěstovaly též tělocvik domácí, denně aspoň několik minut obětující prostocvikům, neb cvičením s kužely a pod. cvičením dle možnosti.

Vyhověti těmto požadavkům není spojeno s obtížemi a tak jen při trochu dobré vůle může se státi každá údkyně sboru Sokolek opravdovou Sokolkou, pěstující tělocvik co uvědomělá Češka, přesvědčena jsouc že za snahu svou odměněna bude poklady nejvzácnějšími: zdravým a lepým tělem, myslí ušlechtilou.

O sokolském zpěvu.

Nemáme po ruce zpráv o tom, v kterých sborech pěstuje se zpěv písní sokolských, však víme bezpečně, že dosud ony sbory jež cvičení ve zpěvu si hleděly, byly řídkou výminkou. Proč dosud tak málo zpěvu si vážíme, nevíme, neboť k zpívání pochodových písní sokolských, jež na myslí máme; písničky o zpěvu sokolském, netřeba žádného zvláštního, výtečného, draze placeného učitele zpěvu, aniž třeba k tomu zpěváků vycvičených, vynikajících krásným hlasem. Úlohu učitele zpěvu při pění písní sokolských všude dobře může zastati náčelník a cvičitel Sokolové všichni s ním zpívati mohou hrdly, jaké příroda jim vytvořila, třeba tyto nebyly schopny vydáti ze sebe zvuků blíže podobných těm, za něž platívá se uznaným zpěvákům často dosti znamenité obnosy peněžní.

Že chuti ku zpěvu u Sokolů neschází, o tom jasně svědčí ta okolost, že mnohý po cvičení v šatně si nějakou tu píseň zanotuje, dáváje tím jen výrazu jaré nálady, do níž každý cvičenec po upřímném se tužení přichází.

Tak ukazuje se zpěv sám přirozenou potřebou cvičenců a vyhověti jí mělo by býti povinností všech, kteří cvičení vedou. Nechodíme zajisté jen k vůli tomu do cvičení, abychom jen na těch náfadích, na nichž se o našich závodech cvičívá, složitá cvičení konali, bychom jednou schopni byli o závodech uznání si dobytí. Rozumnější a máme za to také větší část cvičícího Sokolstva navštěvuje cvičení aby se jím otužila, zdokonalila na těle i na duchu, i aby v družném, boдрém kruhu cvičícího členstva se pobavila, osvěžila. A k docílení toho pěstění zpěvu ve cvičirných mnoho může přispěti. Není to frázi, nýbrž čirou pravdou že jsme národem zpěvným a takových morousů, kterým nechtělo by se zpívati, neb kteří dokonce by byli protivníky zpěvu snad mezi námi ani není.

Víme jak při různých příležitostech, hlavně při sokolských zábavách bývá nám do zpěvu. Tu se pak také zpívá, mnohdy snad až příliš se zpívá. Ale jaké to potom bývají písně, které bujají naši junáci zpívají; všechny jiné jenom ne sokolské, obyčejné. Písně sokolské umí málokdo z nás a zanotuje li mezi námi někdo nějakou sokolskou, tu ostatní jsou němi, neboť jí neznají. Za to však, začne-li někdo nějakou odrhovačku protivnou a obsahem nejčastěji neslušnou, tu znají všichni a také s kuráží ji zapějí. A což spustí-li

některý čacký Sokolík nějakou anglickou, takhle "Bumtarata buntrej" tu jistě hlas jeho nevyzní osamocen.

Jak zpívání takových "ušlechtilých" písní povznášá a v jaké světle nás staví, jest zřejmo. Nešvaru toho snadno bychom se zbavili kdyby ve všech sborech k tomu se hledělo, aby Sokolové seznamováni byli s písněmi ryze sokolskými, jež jsou tak krásné a o něž nemáme právě nouzi. Jest to opravdu smutné, nemí-li mnohý Sokol zazpívati ani tak významné písně jako jsou: "Hoj Sokoláci," "Lví silou" "Ku předu, ku předu" a pod. A přece v mnohých jednotách ani rukou se nehne, aby slovy písní těch se promluvílo k srdcím našich Sokolů. Jak potom žádati můžeme aby v obecnstvu našem ovládal duch opravdu sokolský, když nikterak o vstřípení téhož v srdce sokolská se nestaráme, když žádné příležitosti, žádného prostředku se nechápeme abychom cvičence své v pravé Sokoly vychovaly. Zpěv sokolský jest jedním z těchto prostředků; nůž nezanedbávejme jej na dále, postarejme se o to, aby ve všech cvičírnách našich ozval se jary zpěv sokolský, i přičiníme se též o to aby i cvičící naše mládež zpěv písní našich pěstovala.

K sletu všesokolskému!

Měsíc po měsíci přechá a my zatím stojíme nepřipravující se k podniku veledůležitému, k příštímu vše sokolskému sletu v Chicagu v roce výstavním. Chceme vystoupiti před širokou veřejností i dokázati, že Češtvo americké, že Češi nejsou nijakým nižším plemenem, za jaké nás nepřátelé naši vyblašují, však neznaménáme že by konaly se opravdové přípravy aby vystoupení naše korunováno bylo zdarem, jímž bychom dokázali seč jsme, jímž bychom přesvědčili svět, že dovedeme lépe držeti krok s pokrokem osvěty všeobecné, než ti, kteří nad nás se vyvyšují. Odklad, stálý odklad všeho až na dobu poslední, s podnikem naším nelze srovnati. Nelze abychom objevili se před veřejností nesešikováni, nese cvičení, co nesouladný celek, v němž sehází jednotnost, jehož přívlastkem není soulad, úhlednost, přesnost a lepost.

Co na počtu bude nám scházeti, to doplniti musíme tím, že každý z nás vstoupí na cvičiště v době světové výstavy úplně připraven, jsa mistrem v každém kroku, v každém pohybu, jež bude mu konati.

Poukázali jsme již několikrát k tomu, jak nutno jest abychom s pilnými přípravami již k svému vystoupení společnému se připravili, však hlas náš zaniknul neslyšen. Nikde totiž nepozorujeme zvýšený ruch ve cvičírnách, nikde posud nepostfegli jsme, že by ten neb onen sbor byl se obrátil ku svým členům s důrazným provoláním, aby pamatující významnosti chystaného sletu všesokolského přiložili všichni ochotně rukou k práci na zdárné jeho uskutečnění, nezvěděli jsme dosud ze žádného sboru, že by v něm již hotovili se co nejlhodlivěji, by cvičení o sletu obeslali co největším počtem dobrých cvičenců. Zatím, to my takto v nečinnosti čas necháváme prehati, turnéři a gymnasté jiných národů konají cíle přípravy, aby na přes rok o výstavě chicagské vystoupili v počtu co největším a co nejlépe.

Do nedávna sic nevědělo se s určitostí, zda výstavní řiditelstvo vykáže příhodné místo na výstavišti k odbývání velikých veřejných cvičení a závodů, však to nezdržovalo Němce, aby se připravovali, i nemělo také nás zdržovati, když jsme věděli, že za každých okolností všesokolský sjezd v Chicagu bude uskutečněn.

Nyní možno s určitostí očekávati, že výstavní řiditelstvo žádané místo k veřejným cvičením na výstavišti povolí a tu měl by každý Sokol upřímně a ze všech sil se o to zasazovati, aby i vystoupení naše bylo co nejkázalejší.

Němci doufají postaviti na cvičiště výstavní 3000 cvičenců; v anglicko-amerických časopisech dávají dokonce o sobě psáti, že postaví 5000 cvičenců. My ovšem počtem se jim vyrovnati nemůžeme, však máme za to, že vystoupení naše může býti právě tak úspěšné jako turnéři a snad ještě úspěšnější, učiníme-li k němu jen opravdové přípravy a budeme-li v tom všichni jednomyslni, že vystoupení naše musí býti co nejdokonalejší.

Víme, jak Němci sami o posledních závodech N. J. S. v Milwaukee přiznati musili, že tomu rozumíme jak na veřejnost vystoupiti, abychom získali úspěchu. Nuž přičiníme se k tomu, abychom i na přes rok v Chicagu, kde turnéři a gymnasté různých národů na cvičišti výstavním vystoupí, získali úspěchu.

Pamatujme s jakým rozhodným, skvělým zdarem provázeno bylo o jubilejní výstavě v Praze veřejné vystoupení Sokolstva českého, i připamatujme sobě dobře těch horlivých příprav, jaké ochotně a bedlivě podstupily veškeré jednoty České Obce Sokolské.

Nechťjme zůstatí za bratry svými v Čechách, snažme se příkladu jejich věrně následovati, bychom mohli, až hostiti je budeme v Chicagu, v dnech výstavních, před junáckými zraky jejich se srdcem radostí a hrdostí bušícím, však s pocitem jistoty a nspokojení, že jsme vykonali vše seč jsme byli, vystoupiti na kolbiště veřejné, na němž získati můžeme jménu českému před zástupci všech národů světa uznání a čest.

Nechť není mezi námi jediného, jemuž lhostejným byl by výsledek příštího sjezdu všesokolského.

Heslem naším budiž: "Neodkladná, pilná příprava k sletu všesokolskému v Chicagu."

Pečujte o výchování mládeže!

Porovnáme-li počet veškerých členů amerických sborů sokolských s počtem členstva cvičištěho, nalezneme, že jen malé procento jest těch, kteří tělocviku se věnují. V nejpilnějších sborech našich snad nanejvýše čtvrtina jest členů cvičištěho, v méně pilných asi sedmina, u jiných pak sotva desetina neb dvacetina. Takovýto výkaz o činnosti naší není nijak potěšitelným, uvážíme-li, jak tělocvik jest věc důležitou, a jak by mohl, kdyby pilně ho bylo našinci h eděno, způsobiti značného prospěchu, z něhož by ještě příští pokolení těžila.

Příčinou zmíněného nepatrného počtu cvičištěho členů jest ta okolnost, že nestaráme se dosti o to, abychom si pro sbory vychovávali cvičiště členy z mládeže dospívající, nedostatečně se o to přičinujíc, aby tato byla k pilnému tužení se přidržována.

Pravda, že snad ve všech sborech jest zavedeno cvičení mládeže jak škole povinné, tak odrostlejší, však způsob, jakým toto cvičení bývá prováděno, nikterak není dostatečný a také nevěnuje se tomu dosti pozorností, aby sokolské sbory měly

tolik žactva, kolik mohly by ho míti, kdyby náležitě o to se přičinily.

Mnohým postačí to vědomí, že sbor jejich zavedl cvičení žactva, zda-li však toto žactvo jest cvičeno tak, jak mládeži se přísluší, neb zda jest žactva toho poměrný počet k českému obyvatelstvu té končiny, v níž sborová tělocvična jest umístěna, o to obyčejně nestará se nikdo.

Tím stává se, že i v těch našich málo prostorných tělocvičnách bývá žactva nedostatek. Nejsmutnějším úkazem při tom bývá, že často i Sokolové, jež jsou otci, děti své do cvičení neposílají, dávajíce tak sousedům svým špatný příklad.

Nadál bychom se, že takový otec Sokol, který sám na sobě poznal, jak mnoho ztratil, že v mladosti necvičil, u dítek svých bude toho dbáti, aby tyto získaly v příhodný čas statečnější, lepší tělo a pevnější zdraví, než jakým sám může se vykázat.

Ovšem kdyby všichni Sokolové otcové dosti pochopili účel sokolského sboru, naděje naše by se vyplnila, leč dosti jest takových, kteří nemají o tom ani potuchy neb ji aspoň míti nechtějí, že tělocvik jest nevyhnutelným k zajištění mládeži stepilého vzrůstu a pevného zdraví.

Ti Sokolové, kteří sami v mládí cvičili neb i v pokročilém věku cvičí, neopomenou děti své do tělocviku posílati, však žel takových otců Sokolů jest dosud mezi námi pořídku.

Máme za to, že v každém sboru mělo by býti o to postaráno, aby zjištěno bylo, kteří členové jeho mají děti, jež by školu tělocvičnou mohly navštěvovati, a pak měli by oni Sokolové býti upozorněni na svoji povinnost, již vůči svým dětem mají a taková, kteří by po prvé upozornění děti své do cvičení neposílali měli by znovu a znovu býti požadováni, aby pro děti své užili výhody, jež sbor sokolský může jim cvičením dítek jejich poskytnouti. Snad by při takové vytrvalé agitaci většina líných otců přání sboru vyhověla.

Rovněž u veřejnosti mělo by se agitovati úsilněji než dosud aby mládež naše do cvičení sokolských byla získána. Jest to věru velmi smutný obraz, jaký poskytuje ta naše škola odrostlá mládež v městech amerických bez kázně a bázně dorůstajíc.

Jest to jednou z nejslabších stránek v životě Čestva amerického, že máme tolik mládeže pokleslé, a to jak na těle, tak i na duchu. Každý ví, jaký nežádoucí výhonek na těle našem tvoří tak zvaní "čestí ajriši".

Mnohý omlouvá tento úkaz tím, že prý Amerika jest divoká, že takovýto divoký výhonek, oni čestí ajriši, jest jaksi neodvratnou nutností. Tomu však nepřiloží víry nikdo, jenž ví, jak málo se staráme o mládež škola odrostlou, jak málo o to dbáme, abychom jí k sobě připoutali, jí v duchu českém vychovávali.

Mnohý Sokol se domnívá, že sbor jeho musí řídit se ve všem jen zásadami obchodními, že nesmí si všfmati ničeho, z čeho nemá peněžní prospěch, takový jest ovšem proti tomu, aby sbor jeho pečoval o cvičení mládeže a při prvé příležitosti, kde slušné placené cvičitelé mělo by obnáseti více než obnos, jež cvičitel vybral na příspěvcích od žactva, jest takový Sokol obchodník ihned proti udržování školy tělocvičné pro mládež. S takovými Sokoly obchodníky nesmíme počítati. Náhledy jejich jsou svěcí naší v úplném rozporu a kdybychom podle rozumu takových Sokolů měli se řídit, tu by brzy tělocvik vůbec mezi námi byl vymýtěn, brzy vymýtěn, co věc zbytečná, jež přímo žádných peněžních kapitálů nepřináší.

Tam, kde jedná se o záchranu naší mládeže a zároveň o budoucnost našich sborů, tam nesmí se rozpakovat' sáhnouti do pokladny, neboť vydaje takové značnými úroky budou nám vráceny okamžitě v tom vědomí, že konáme svoji povinnost, v budoucnosti pak mnohonásobný užitek přinesou těm, o jejichž záchranu se postaráme.

Cheeme-li po zásluze zaujímati prvé místo ve spolecích národních, pak musí naše činnost převyšovati činnost spolků ostatních, výsledky její musí býti takové, abychom jimi na prvé místo byli postaveni. S tím, co jsme dosud vykonali nikterak nemůžeme býti spokojeni, vidouce, jak dosud jen na

malý obvod Čestva bylo nám působiti, vidouce, jak malý dosud počet vychovali jsme ve cvičnách svých statečných, otužilých mužů a upřímných vlastenců. Co dosud jsme vykonali, tělo se jen v měřítku zmenšeném. Přítomná doba žádá od nás více. Počet sborů sokolských po Americe vzrostl, počet členů jednotlivých sborů všude stále se zvyšuje. Dle vzrůstu toho musí stoupati i činnost naše, ona musí jej daleko převyšovati a předstihnouti, abychom bez obav mohli hleděti budoucnosti vstříc.

To však bude jen tenkrát, když s lepším než dosud pozorem obrátíme se k mládeži naší, když postaráme se o to, abychom si jí po sokolsku vychovali, tužíce jí tělocvikem, vedouce ji k mravnosti, střídmosti, k ušlechtilosti a k vlastenectví, by nevyrostla nám k hanbě, ale k potěše a sama sobě k blaženosti, jaké schopno jest jen srdce člověka tělesně i duševně zdravého, jenž pokládá mravnost a střídmost za základ zdraví, snaží se býti dle možnosti užitečným členem společnosti lidské.

Jak mnoho ještě zbyvá nám tu vykonati!

Cvičební večery.

Pořádá P. Straka.

(Pokračování.)

HRAZDA. Vzpření tahem — cukem.

9. týden.

I. d r u ž s t v o.

1. Z náskoku pobok v př. nadch. vzepření tahem střídnoruč.
2. Totéž souruč.
3. Z tichého visu vzepření tahem střídnoruč.
4. Totéž souruč s přechmatem.
5. Totéž souruč bez přechmatu.
6. Z visu za záručí vzepření tahem souruč.
7. Z náskoku vzepření cukem souruč.
8. Z komihání nadchmatem po průvleku vzepření cukem vzadu.

I I. d r u ž s t v o.

Vzepření tahem závěsem—cukem.

1. Závěsem v podkolení pravonož. uvnitř rukou vzepření tahem střídnoruč.
2. Totéž závěsem levonož.
3. Totéž závěsem pravonož souruč.
4. Totéž závěsem levonož souruč.
5. Z náskoku závěsem v podkolení pravonož vně rukou, vzepření tahem střídnoruč.
6. Totéž závěsem levonož vně rukou.
7. Z náskoku vzepření cukem střídnoruč nadchmatem.
8. Z náskoku vzepření tahem střídnoruč nadchm.

I I I. d r u ž s t v o.

Závěsem výmyky—vzepření.

1. Z náskoku závěsem v podkolení pravonož uvnitř rukou výmyk předem nadchm.
2. Totéž závěsem levonož.
3. Totéž závěsem pravonož vně rukou.
4. Totéž závěsem levonož vně rukou.
5. Z náskoku nadchm. vzepření závěsem v podkolení pravonož uvnitř rukou.

6. Totéž závěsem levonož uvnitř rukou.
7. Totež závěsem pravonož vně rukou.
8. Totéž závěsem levonož vně rukou.

BRADLA. Na konci překoty—přemety.

9. týden.

I. družstvo.

1. Překot klikem zvedáním trupu.
2. Přemet klikem z komihání.
3. Překot vzporem.
4. Přemet vzporem.
5. Z podporu o předloktí přemet klikem.
6. Ze sedu roznožmo přemet klikem.
7. Z komihání v podporu o pažích u zákmihu přemet klikem.
8. Komihání ve vzporu, u předkmihu v klik, u zákmihu přemet vzporem.

II. družstvo.

Bradla dosažná.—Uvnitř ručkování.

1. Ručkování ve svisu pokos střídnoruč na před, ruce na vnější straně žerdí.
2. Totéž na zad.
3. Totéž souruč na před.
4. Totéž souruč na zad.
5. Ručkování ve visu vznesmo střídnoruč na před.
6. Totéž ve visu vznesmo prohnutým křížem.
7. Ručkování ve visu plavmo, střídnoruč na př.
8. Ručkování ve svisu přednosem, souruč na př.

III. družstvo.

Bradla dosažná. — Uvnitř ručkování.

1. Ručkování ve svisu pokos střídnoruč na před, ruce na vnější straně žerdě.
2. Totéž na zad.
3. Ručkování ve svisu pobok na pr. žerdi v 1. stranou.
4. Ručkování ve svisu pokos střídnoruč na před přednožením pravonož.
5. Totéž přednožením levonož.
6. Ručkování ve svisu pokos souruč napřed.
7. Totéž přednožením pravonož.
8. Totéž přednožením levonož.

KŮŇ NA ŠÍŘ. Přemety.

9. týden.

I. družstvo.

1. Přemet klikem z rozběhu.
2. Přemet vzporem z rozběhu.
3. Přemet vzporem zvedáním trupu.
4. Přemet vzporem z rozběhu, ruce na sedle.
5. Přemet vzporem ruce vně madel.
6. Přemet klikem, pokos v pravo, ruce na hřbetě.
7. Totéž v levo, ruce na krku.
8. Přemet letmo.

II. družstvo.

Mety únožmo—přemety.

1. Překot klikem z rozběhu.

2. Přemet klikem z rozběhu.
3. Výšvih únožmo pravonož, přemet klikem.
4. Totéž, výšvih levonož.
5. Přemet klikem ruce na sedle.
6. Přemet vzporem ruce na madlech.
7. Půl kola únožmo pravonož, přemet klikem.
8. Půl kola únožmo levonož, přemet vzporem.

III. družstvo.

Překoty—přemety.

1. Zášvih na přemet z místa.
2. Totéž z rozběhu.
3. Výskok skrčmo, překot klikem.
4. Výskok roznožmo, překot klikem.
5. Výskok skrčmo, přemet klikem.
6. Přemet klikem z rozběhu.
7. Výskok skrčmo pokos na hřbet, přemet klikem pokos.
8. Totéž, výskok na krk.

Šetřme zdravím!

Tužiti a siliti tělo, upevňovati zdraví, jest účelem sokolského cvičení, to mělo by tanouti na mysli stále každému Sokolu, i měl by k tomu se snažiti aby účelu jmenovaného dosáhl v míře nejvyšší. Zkušenost však nás učí, že často účel cvičení spouštěn jest se zřetele, neboť mnozí cvičící nezachovávajíce nejnutnějších pravidel zdravotních, nikdy nemohou ze cvičení nabyti toho užitku, které by jim poskytlo, kdyby při něm opravdu zdraví své na zřeteli měli. Chceme tuto jen jedné věci se dotknouti.

Často užívané rčení: „Dobrý Sokol musí vše vydržeti,“ dobře ilustruje, jak málo se v tělocvičnách hledívá, aby Sokol zdraví své v nebezpečí zbytečně neuváděl. Mnohý se domnívá, že cvičení tak tělo jeho otuží, aby beze škody vzdorovalo všemu, čemu by tělo cvičením neotužené vzdorovati nemohlo. Do jisté míry ovšem cvičení tělo otuží, tak že ku př. dovede lépe vzdorovati zimě i horku, však otužilost tato není bezmezná.

V nebezpečí vydává se ku př. každý Sokol, který domnívá se, že zapocen může vystaviti obnažené své tělo průvanu. Nebezpečí to není snad tak veliké, jaké by bylo u nějakého choulostivce, však nebezpečím přece zůstává. Ti z pilných cvičenců, kteří trpí rheumatickými bolestmi, podávají nám příklad výstražný, jak jest to pošetilé nedbati při cvičení podmínek zdravotních. Víme jak proti těmto hřešívá se a to skorem v každé tělocvičně. Zvláště v době zimní bývají cvičenci vydáni v nebezpečí nastydnouti a v následek toho míti rheumatické píchání.

O vytápění bývá prabídně u nás postaráno, někde za krutého mrazu počnou topiti až při započetí cvičení. Cvičenci tlačívají se tu kolem kamen a když se pak později cvičením rozehřáli a zapotili, tu obyčejně po cvičení tělo jejich náhle se ochladí, což mívá zlé následky. Ze zkušenosti víme, že hlavně na píchání v rame-nou mnozí cvičenci si stěžují a to přičítáme na účet zvyku, cvičiti v zimě v nevytopených cvičírnách v trikotech bez rukávů. Takovýto trikot jest vhodným pro dobu letní neb do cvičírny dobře vytopené, při níž i šatna jest vytopena, však nositi trikot bez rukávů do cvičírny

bídně vytopené, v níž jen u samých kamen jest trochu teplo, však dále od kamen vše mrzne, jest spojeno s opravdovým nebezpečím.

Radíme proto všem Sokolům pro příští zimní období, by opatřili se, je-li jim cvičiti v místnosti nedosti vytopené, raději vlněnou košili s rukávy, chtějí-li pojištiti se před rheumatismem.

K příštímú sjezdu N. J. S.

Z ustanovení mimořádného sjezdu N. J. S. v Clevelandu, O. odbývaného, má roku příštího v srpnu konati se řádný sjezd N. J. S. v Chicagu, Ill. Jak dosavadní zkušenosti nás poučují, neklade se v sborech našich do sjezdů N. J. S. té důležitosti, jaké mají, jsouce v mnohém ohledu tou nejdůležitější událostí, při níž zástupci Sokolstva amerického v pravidelném období 4 let se schází, aby vypracovali základní pravidla, dle nichž pak všem sborům pro příští 4 roky jest se řídit. Hlavní chybou as bývá, že na sjezd nikdo nepamatuje, až když jest přede dveřmi, a pak obyčejně konají se k němu v poslední chvíli přípravy příliš kvapné, jež dobře s naší věcí se nesrovnávají. Výsledek takovýchto příprav, stanovy N. J. S., sjezdem vypracované, nesou zřejmý znak okolností, za nichž vznikly.

Z té příčiny dovolujeme si tuto sbory N. J. S. již nyní upozorniti, aby pilně zkoumaly jakých oprav a jakých nových ustanovení bude nám třeba pojeti do příštích stanov N. J. S., by tyto vyhovovati mohly pokročilé naší době sokolské, vytríbeným, ustáleným a zvýšeným požadavkům našim.

Hlavní snad vadou, již jsme se o sjezdech dopouštěli, bylo že ustanovení minulá vzala se za pevný základ, k čemuž jen velmi málo nového bylo přičiněno, z bývalých ustanovení promálo bylo vynecháno, byť i třeba bylo učiniti změn radikálnějších.

To zaviněno bylo tcn okolností, že sbory nepozorovaly po celá čtyry leta od sjezdu ku sjezdu, kde co jim chybí, co oprávití a co vynechati by bylo třeba že stanov společných, ale teprv v poslední chvíli uradily se na svých přáních, jež uložily zástupcům svým na sjezdu hájiti, v mnohém pak ponechaly zástupcům svým, aby na sjezdu mohli vlastní vůli se řídit.

V každém sboru mělo by se pilně pozorovati do jaké míry stanovy N. J. S. se plní, zda každý článek jejich jest celku prospěšným, a zda bylo by možno od každého Sokola se vši přísností vyžadovati, aby stanovy N. J. S. od A až do Z plnil, aniž by tím škoda společné věci naší vzešla.

My představujeme si stanovy co souhrn zákonitých ustanovení, jež správně zachovávatí a jimi se řídití musí každý Sokol mnohem přísněji, než často činí někteří občané vůči zákonům občanským.

Z toho ohledu přáli bychom si, aby do stanov N. J. S. byla pojata jen taková ustanovení, o nichž můžeme se předem nadíti, že budou každým Sokolem zachovávána. Vše ostatní co až dosud bylo sic v stanovách N. J. S. obsaženo, čím se však ani sbory ani jednotliví členové nespravovali, nechť jest z příštích stanov N. J. S. buď vypuštěno co ustanovení každého zavazující

k jisté povinnosti neb budiž v jiné formě uvedeno než dosud se dalo.

Kdo přehlédne si stanovy N. J. S. ten se podiví jak mnoho jest tam ustanovení, jimiž nikdo se neřídí, a ustanovení ona jsou přec tak jasná, obsahující, že to neb ono *musí* buď sbor neb Sokol k N. J. S. patřící konati.

K čemu taková ustanovení, jimiž nikdo se nespravuje?

Srovnává se to s mužností sokolskou učiniti sobě něco zákonem a pak zákonem tím se nespravovati?

Jest to rozšafné a jest třeba opět podobná ustanovení do stanov vkládati?

Máme za to, že nikoli, jsouce přesvědčení že souhlasí s námi v tom každý, kdo na věc sokolskou hledí vážně, kdo v sborech sokolských nespátřuje nijaké spolky zábavné, jen pro kratochvíl a ukrácení dlouhého času svých členů založené.

My musíme býti ve všem správnými, úzkostlivě správnými a abychom takými býti mohli, tu musíme si ukládati jen takové povinnosti, k jichž vyplnění síly naše stačí.

Kdybychom sami k sobě měli býti spravedlivými soudci, zda nalezli bychom jediného sboru v N. J. S., o němž bychom vydati mohli spravedlivý rozsudek že ve všem všude zachovával stanovy N. J. S.?

Z toho zřejmo že uložili jsme si něco, k čemu síly naše nestačí, neboť nemůžeme věřiti v povšechnou liknavost a netečnost, když přece jasně vidíme, že některé ze sborů našich chvály si zasluhují za svoji činnost a horlivost.

A byla by snad tato horlivost a činnost sborů našich menší, kdyby nebylo některých článků ve stanovách N. J. S., jimiž nikdo se nespravuje?

Pochybujeme o tom velice.

Ve skutečnosti některé články stanov N. J. S. jsou jen mrtvou literou a aby tak pro příště nebylo, k tomu měli bychom již nyní se připravovati bedlivým uvážením všech poměrů, v jakých veškerá naše činnost jest k oné, nynějšími stanovami N. J. S. vyžadované.

Toto jest jediná věc, již v t. čísle chtěli jsme se dotknouti, ponechávajice si pro příště podrobnější jednání o přípravách k příštímú sjezdu. Doufáme, že Sokolové budou již nyní na to pamatovati, by příští sjezd N. J. S. vypracoval nám stanovy, které by neobsahovaly jediného článku, o němž z předu najisto se ví, že zůstane mrtvou literou. Při tom však pevně doufáme, že zároveň všichni Sokolové vejdou do sebe a že po důkladném sebe prozkoumání a prozpytování neuloží si v příštích stanovách za povinnost ani o čárku méně, než čeho třeba plniti aby věc sokolská u nás k plnému rozkvětu v budoucnosti nejbližší byla přivedena.

Na zdar!

Sokol Americký.

* Těl. Jed. Sokol v Crete, Neb. a Čes. Am. Sokol v Braidwood, Ill., byly přijaty do N. J. S. T. J. Sokol Říp v Alleghany City Pa., a T. J. S. Český Lev v Oxford Junction Io., míní přistoupení do N. J. S. — T. J. Sokol Říp již před lety k N. J. S. patřila; byla tehdy cílou, slibnou jednotou. Později kdy činnost její po-

někud ochabla odstoupila od N. J. S. i nebyla pak daleko od úplného úpadku. V době poslední opět jarý sokolský duch v jednotě „Říp“ byl probuzen, o čemž svědčí úmysl její opět přistoupiti k N. J. S. V Oxford Junction, Io., T. J. Sokol Český Lev již po delší dobu trvá a jak jsme se časem dozvídali vždy pilně hleděla si cvičení. Čilým Sokolům cedar-rapidským jsme povinni díky že sousední své bratry v Oxford Junction upozornili by k N. J. S. se připojili. Těšíme se z toho upřímně že k N. J. S. stále nové sbory sokolské se přihlašují, dávajíce tak na jevo, že uznávají její důležitost pro věc sokolskou v Americe i že nahlíží že jen spojenými silami jest nám možno dopracovati se k cíli určenému. Doufáme že i ony sbory které dosud mimo N. J. S. trvají své osamělosti se zřeknou, a řady naše rozmnoží. V Nebrasce dosud jest několik sborů mimo N. J. S. stojících, ve Wisconsinu Čes. Am. Sokol v Kewannue a T. J. Sokol v Tábor v Táboře a v Chicagu T. J. S. Tyrš. Čes. Am. Sokol v Kewannue již před lety k N. J. S. náležel a tu nás tím více překvapuje že opět síly své s našimi nespojí. Proč tak silný sbor jako jest T. J. Sokol Tyrš v Chicagu čítající na 200 členů, N. J. S. se vzdaluje, jest nám záhadno. Doufáme, že do příštího všesokolského sletu v Chicagu nebude v Americe jediného sboru sokolského jenž by k N. J. S. nenáležel. Na zdar!

* Plzeňský Sokol v Chicagu přesídlil se koncem m. m. do pěkné a prostorné své nové tělocvičny na Ashland ave. blíže 18. ul., kde nyní bude moci rozvinouti činnost, jak od sboru tak silného, jakým Plzeňský Sokol jest, dá se očekávati. Naplňuje nás potěšením, že jarý tento sbor, domoh se tělocvičny v každém ohledu požadavkům cvičení sokolského odpovídající, horlivý pozor obrátil k tomu, aby mládeži české co nejlepší příležitost k tužení se poskytl. Za tou příčinou zjednan zkušný a obratný cvičitel Jos. Cernák, jenž síly své opět Plzeňskému Sokolu věnuje, nvázav se ve cvičení mládeže i členstva jmenovaného sboru. Tělocvična Plzeňského Sokola, nalezá se v samém středu mocné české osady. A tu chováme oprávněnou naději, že rodičové čeští, budou o to pečovati by dívky jejich použily hojně te vzácné výhody, již jim Plzeňský Sokol nabízí. Nemělo by býti v české „Plzni“ dívka, ni dospívajícího jinocha neb dívky, které by nadále bez tělocviku vyrůstali, kdy s obětavostí nevšední Plzeňský Sokol se postaral pro ně o tělocvičnu příhodnou, o tělocvičnu v níž radost jest se tužiti. Očekáváme, že i činnost členstva Plzeňského Sokola se nyní za příznivějších okolností znásobí, a že všichni ti, kteří dosud cvičení se vzdalovali, vymlouvajíce se na nedostatečnou tělocvičnu, pilně se budou tužiti, by blahodárné účinky řádného cvičení sobě i svým potomkům zajistili. Aby se tak stalo, Plzeňskému Sokolu upřímně přejeme. Na zdar!

* Tělocvičná Jednota Sokol Čech, v Clevelandu O., změnila jméno své v „Sokol Čech.“ Stavba tělocvičny Sokola Čech pilně pokračuje.

* Čilá T. J. S. Čechie, v Chicagu, jež po mnoholetém úsilí domohla se vlastního stánku, tento dne 9 t. m. slavnostním způsobem otevřela. Odpoledne zahájena byla slavnost řečmi sokolskými a koncertem, večer pak sehrán obraz ze života „Josef Kajetán Tyl.“ Tělocvična „Čechie“ nalezá se na Emma ul. čís. 32 a 34 i jest dů-

stojným stánkem, v němž bude „Čechii“ možno činnost svou ještě u větším rozměru vyvinouti než ji dosud bylo lze v nedostatečných místnostech pronajímaných. V dnech 20. — 27. listopadu t. r. uspořádá T. J. S. Čechie výstavu, jejíž výnos bude obrácen k umoření dluhu na nové síni její vážnoucího. Vzácné a krásné dary, jichž se Čechii ze všech stran pro výstavu dostává, zřejmě dosvědčují jak široké a upřímné přízni tento sbor se těší i máme za to, že při dosavadní horlivosti členstva Čechie, síň její v brzku bude úpně zaplácena. Přejeme T. J. S. Čechii v novém její, vlastním domově zdaru nejuplnějšiho.

* V Detroit Mich., založen byl těchto dnů sbor Sokolek, při T. J. Sokol Podlipný. Přes 30 probudilých českých dívek přihlásilo se za členy tohoto nového sboru. Na zdar!

* Česká síň v Milwaukee, již vlastnil Řád Wisconsin, Č. S. P. S. a v níž milwaucký sbor sokolský po leta cvičival, byla těchto dnů prodána jmenovaným řádem za \$7.000. Tímto skutkem učiněn rázný krok k uskutečnění zamýšleného podniku, postavit v Milwaukee důstojnou „Národní Budovu“, jež má býti útlukem všech českých vlasteneckých sborů milwauckých. Již v příštím jaru má se na pozemcích, již dříve zakoupených se stavbou milwaucké Národní Budovy počítati.

* V m. č. zmínilí jsme se že pořadatel t. l. zaslal tajemníkům všech sborů dotazníky „Sborníku Sokolského“ se žádostí by tyto vyplnili a v době nejkratší zpět zasýlateli odeslali. Dosud jen někteří ze Sokolů tajemníků tak učinili, většina jich neuznala za hodno v zájmu věci sokolské perem škrtnouti. Sborník Sokolský jest knížka, již každý Sokol měl by si zaopatřiti i dívíme se tomu že tak pramálo zájmu se o ni jeví. Snad všeho všudy dosud asi 40 výtisků bylo objednáno. Pak se divíme že mezi námi vyskytují se tak často v Sokolství podivné náhledy když skorem nikdo o Sokolství ničeho nečte a čísti nechce. Sborníku Sokolského vydává se jen obmezený počet výtisků, na před objednaných, tak že ten kdo později by snad chtěl si Sb. Sok. objednat, více jej koupiti nemůže.

* Dne 22 t. m. oslaví T. J. Sokol v New Yorku N. Y. svou 25 letou, zdárnou činnost.

* V příštím roce má býti vydán Památník Sokolstva česko amerického nákladem N. J. S. Upozorňuje me veškeré sbory by se k tomu přičinily by dílo to obsahovalo skutečné a podrobné dějiny jejich činnosti.

* Sokolstvo chicagské účastní se dne 20. t. m. průvodu, pořádaného u příležitosti odevzdání budov světové výstavy. Máme za povinnost svou upozorniti náčelníky jednotlivých sborů by při okázalé té slavnosti přísně toho dbali by nižádný Sokol do šiku nebyl zařádn, který nedostaví se v úplném a slušném stejnokroji. Jsou někteří Sokolové tak málo dbalí slušnosti, že dostaví se k veřejnému vystoupení v kroji ošumělém, špinavém, jímž pak na místě parády plodí ostudu. Také o kázeň v průvodu budiž co nejlépe postaráno. Byli jsme již svědky toho že Sokolové jednoho sboru chicagského jdouce v průvodu o slavnosti sokolské přihýbali si statečně kořalky, tak že dospěli na místo slavnostní v ná-

ladě „slavnostní.“ Jak takovéto bezuzdné si počínání některých jednotlivců naší dobrou pověst poškozují jest zřejmo. Kdo není slušným stejnokrojem opatřen akdo nechce se podrobiti nutné kázni, ten do řad našich o veřejném vystoupení nepatří.

Z výboru pro uspořádání všesokolského sletu při světové výstavě v Chicagu v roku 1893.

Zápis o mimořádné schůzi ze dne 18. září 1892.

Schůzi zahájil starosta Sokol Rudolf Hurt za přítomnosti následujících Sokolů: Lusk, Šťastný, Holec, Böhm, Bílek, Nádr, Štulík, Vavřínek, Roth, Fiala, Haller, Jidř. Lurie, Harapát, Spěváček, Vonásek, Široký, Slavík, Pacl, Matouš, Budilovský a Jul. Lurie.

Na jednáním pořádku:

I. Zpráva výboru, jenž pozustává ze Sokolů Čermáka, Holka a Hurta, o výsledku vyjednávání s výst. ředitelstvem stran povolení místa ku cvičení.

II Provedení odložené volby pořadatele.

Prvně jmenovaný výbor oznamuje, že výstavní ředitelstvo volno by bylo ponechat nám některé dny k cvičení v budově, jež k účelu tomu bude věnována, což nebylo by spojeno skoro se žádnými výdeji. Výstavní ředitelstvo však ustanovilo, že v budově té cvičící atleti, Sokolové a turneři mohou toliko provést a ukázat svou cvičební soustavu a způsob vyučování; závodů nejsou v budově té dovoleny a již pro obmezený prostor téže nemožné. Co se místa pro závody týče, nechce se výstavní ředitelstvo do dueška určitě vysloviti.

Po delším uvažování usneseno, vyhlédnouti cvičiště mimo výstaviště. Kdyby nám výstavní ředitelstvo nabídlo místo s vhodnými podmínkami, má se i toto na den neb dva použiti. Na to přikročeno k volbě pořadatele.

Ježto bylo uznáno, že při posledních závodech připadlo příliš mnoho práce na pořadatele a že při nejlepší vůli nemohl všem požadavkům vyhověti a v uvážení, že při příštím sletu práce pořadatele mnohem větších rozměrů nabude, usneseno zvoliti pořadatele dva.

Z přítomných zástupců zvolen jednohlasně Sokol Karel Štulík.

Dále usneseno, že záhodno by bylo aby zvolen byl též Sok. Josef Čermák. Ježto ten není přítomen, budiž mu navržen jeho za pořadatele oznámeno se žádostí, aby o příští schůzi souhlas svůj nám vyslovil.

Ku konci schůze usneseno všechny schůze ústř. výboru místo večer odbývatí odpoledne ve 2 hodiny.

Na zdar! A. Haller, tajemník.

Zápis o řádné schůzi ze dne 2. října 1892.

Schůzi zahájil starosta Sok. Rud. Hurt za přítomnosti Sokolů: Chmatal, Lusk, Šťastný, Plácek, Böhm, Štulík, Vavřínek, Čermák, Roth, Haller, Jindř. Lurie, Vonásek, Široký, Matouš, Budilovský, Schuh, Vinický, Jul. Lurie, Markus a Melichar.

Protokol o řádné a mimořádné schůzi schůzi čten a schválen. Sok. Čermák oznamuje, že výstavní ředitelstvo se rozhodlo zříditi prostranné cvičiště, jež možno by bylo použiti, však dosud se neví za jakých podmínek. Výboru uloženo, by nadále v záležitosti té pokračoval.

Usneseno o námíti všem náčelníkům, že Ústř. cvičitelský sbor sejdě se dne 16. t. m. v síni Plz. Sokola.

Sokol Jos. Čermák přijímá pořadatelství.

Ježto sokolské sbory chicagské hodlají se účastniti slavnostního průvodu dne 21. t. m., však všechny přípravy k tomuž se opoždily, usneseno na návrh Sok. Čermáka, aby zvolen byl výbor, jenž by sokolské sbory na patřičném místě oznámil a o vyhrazení místa pro tyto se postaral. Do výboru toho zvoleni Čermák a Roth.

Čteny dopisy od V. V. N. J. Sokolské, Sok. Straky a více jiných, jež vesměs vzaty k vědomí.

Přání V. V. N. J. Sokolské, by cvičení odbývala se mimo výstaviště, bude splněno, však kdyby za vhodných podmínek nám výstavní ředitelstvo cvičiště nabídlo, budiž na den neb dva použito, ježto záhodno, by české Sokolstvo i před zraky všech národů s úspěchem vystoupilo.

Návrh Sok. Čermáka, aby přísněji přihlíženo bylo k tomu, by všichni žáci měli stejný kroj, odkázáno Ústř. cvičitelskému sboru.

Těl. Jed. Sokol Tyrš oznamuje poděkování se Sok. P. Inaře z ústř. výboru a jmenuje další dva své zástupce a sice: Schuh a Vinický.

Klatovský Sokol odevzdává 5 dollarů ústř. výboru co základní příspěvek.

Příjem od Klatovského Sokola \$ 5.00. Vydání za hektograf \$ 3.50 Na zdar! A. Haller, tajemník.

Zpráva společného cvičitele N. J. S.

Ve Schuyleru, dne 20. září 1891.

Cvičení u T. J. Sokol Karel Štulík ve Schuyleru, Neb. jsem zahájil dne 22. srpna t. r.

Jednota ona čítá 28 členů, samých mladých junáků, z nichž jich cvičí 12 až 16 pilně, čtyřikrát týdně, v pondělí, ve středu, v pátek, vždy od 8 a půl do 10 a půl hodin večer, v neděli od 9 do 12 hodin dopoledne. Cvičeno na následujícím nářadí: hrazdů, bradlech, koni na šíř a na dél, též probíráno cvičení pořadová, prostná, prostná s tyčemi zápas a různosti.

Za mého pobytu ve Schuyleru se bratři statečně tužili a laskavě mně pozornost věnovali i mohu říci, že ve všem cvičení dosti pokročili. Přejí oněm bratrům, by je laskavě české obecnost Schuylerské více podporovalo, což skutečně nyní se vyplní, a oni starší páni se k jednotě přidají a pomohou oněm mladým Sokolům též vlastní stánek zbudovati, vždyť to vykonají jen pro své děti, by ony se tam mohly vzdělati tělesně i duševně.

Sbor cvičitelský sestává z bratrů: Náčelník J. Dvořák, Cvičitel B. Ninger, pomahatelé A. Kupka a J. Dvořák.

Dne 25. srpna se zde založil též sbor Sokolek; čítá 12 členkyň a všechny pilně cvičí třikrát týdně a sice v úterý, ve čtvrtek a v sobotu, vždy od 8 do 9½ hod. večer.

Též se statečně tuží, tak že i ony o veřejném cvičení vystoupí. Přejí Sokolkám, by počet jejich brzy vzrostl, a ony slečny, které se prvně s nimi podepsaly, by splnily svůj slib a přišly též s nimi se tužiti.

Žáků cvičí 10 pilně dvakrát týdně, ve středu a v pátek, vždy od 7 do 8½ hodin večer.

Bylo by velmi chvalitebné, kdyby oni rodičové, kteří svým dítkám tělocvik zakazují, tak nečinili a nezkracovali své dítky na tělesném a duševním vývoji.

Dne 26. září pořádáme veřejné cvičení s následujícími pořadem:

Oddělení I.

1. Ouvertura.
2. Co jest úkol Sokolství.
3. Rej — Sbor Sokolů a Sokolek.
4. I. družstvo — hrazda. II. družstvo — kůň na šíř.
5. Prostná cvičení — sbor Sokolů.
6. I. družstvo — kůň na šíř. II. družstvo — bradla.

Oddělení II.

1. Ouvertura.
2. Prostná cvičení s tyčemi — Sokolky.
3. I. družstvo — bradla. II. družstvo — kůň na dél.
4. Skupiny.
5. Volná zábava.

Petr Straka.

Náčelnické zprávy.

T. J. Klatovský Sokol v Chicagu, Ill. cvičil v měsíci září v četě 13členné na koni na šfí a na koni na dél, bradlech a skoku do dálky. Nejčinnějšími byli Sokolové: K. Rot, V. Straka, F. Průša, J. Harapát, V. Spěváček, A. Mašek, P. Straka, F. Kasík a J. Lurie.
Na zdar! Jos. Záček náčelník.

DOPISY.

V Chicagu, dne 6. října 1892.

(Z Klatovského Sokola.)

Dne 28. m. m. pořádal sbor náš veřejné cvičení spojené s plesem, jež celkem k uspokojení obecnosti tak i sboru dopadlo. Sbor náš může být úplně spokojen jaký pokrok v naší cvičební činnosti byl učiněn za ten krátký čas od posledního cvičení, neb hoši se tužili znamenitě. Aby celek zdarem korunován byl vystoupily též naše sestry Sokolky poprvé na veřejnost.

Program zahájil starosta Karel Roth s přiměřenou řečí, jež byla s potleskem přijata, načež bylo přikročeno k cvičení a sice na bradlech, na koni na dél a na hrazdě naší čili čtyř počtem 14 členů. Veškeré výkony byly obecně sledovány a potleskem přijaty; rovněž i Sokolky provedly jejich prostocvik s tyčemi znamenitě a takřka každý pohyb byl odměněn potleskem. Celkem se jich súbastnilo cvičení 16, což jest dosti přiměřené na tak malý sbor.

Veškeré cvičení řídil cvičitel Sokol Vác. Roth, jenž ku konci překvapen byl košíkem krásných květin, darovaným mu sborem Sokolek. Rovněž cvičitel členové našeho sboru jej překvapili dárkem za jeho vytrvalost v našem sboru, za kterýž on nelčenými slovy se děkoval.

Též s potěšením mohu zde psát, že sbor náš bude vydržovati nyní denně školu tělocvičnou, již jsme již dávno postrádali, neb cvičení žáků večer od 8½ do 9½ hod. nevyhovuje. Cvičení převezme Sok. Vác. Roth a sice každé úterý a pátek od 4½ do 5½ hod. chlapeč, a děvčata od 5½ do 6½ hod.

Pročež by bylo záhodno, by pp. rodiče svoje děti do oně školy posílali, zvláště vy, staří Sokolové, pošlete své děti do tělocvičné školy, neb vy dobře víte, jaký účel má tělocvik.

Na zdar! Jindřich Lurie.

V Cedar Rapids, Io., dne 7. září 1892.

(Z T. J. Tyrš T. R. Sokol.)

V letních, horkých měsících cvičení ve sboru našem bylo poněkud ochablé, cvičili jsme jen ve dvou četách a žáci v jedné četě. Za to pořádali cvičitel členové každou neděli přechodový výlet na farmu od města 5 mil vzdálenou, v níž měli jsme uložené náčelní cvičební. Nejvíce tužili jsme se v skocích, v běhu, ve vrhu koulí a též na hrazdě cvičeno. Také závody jsme u té příležitosti odbyvali.

Ve skoku o tyči vynikli: J. Hac, jenž skočil do výše 9 stop, Vondráček 8 stop 10 palců, Pardubský 8 stop 8 palců. Ve skoku prostém do výše vynikli: M. Hašek 5 stop, J. B. Sedláček 4 stopy 10 palců, V. Rulda 4 stopy 8 palců. Ve skoku dalekém: J. B. Sedláček 19 stop a 2 palce, J. Šimánek 17 stop 3 palce, J. Dvořák 17 stop a 10 palců. V běhu na vzdálenost 300 stop vítězili: J. B. Sedláček 12 vteřin, V. Pohorský 12 a půl vteřin, J. Šimánek 11 a půl vteřin. Koulí váží 25 liber vrhli oběma rukama: V. Pahorský 47 stop 8 palců, J. B. Sedláček 46 stop 7 palců, J. Urban 44 stop 6 palců.

Čtější utužití bratrský poměr se sousední jednotou "Český Lev" v Oxford Junction, Io., vypravili jsme se do místa onoho i cvičili jsme tam veřejně. Sokol Český Lev jest čilá jednota a jak členové její nám přislíbili, přihlásí se k N. J. S. Krok tento doufám, že bude učiněn bez obkladu, aby společný cvičitel na cestě své ze západu mohl do Oxford Junction zajet.

Naše Sokolky statečně se tuží. Jest jich 38 a z těch je 30 plně cvičících. Mohli bychom si z nich vzít příklad.

Zvláště potěšitelné jest, že i vdané Sokolky cvičí se současně, dokazujíce, že jsou povzneseny nad zastaralé, copárské a barské názory, dle nichž žena má míti jen mnoho a těžkých povinností, však žádných práv, ba ani práva, aby pečovatí mohla o své zdraví, kteréž přece každému jest tím nejdrazším klenotem. Doufám, že činnost Sokolek našich potrvá v tak chvályhodném rozměru, jak dosud, ba že ještě se zvýší.

O stavbě tělocvičny dosud nejsme rozhodnutí, jak ji provést, zda sami neb bylo-li by možno společně s některými zdejšími sbory, což bylo by snad výhodnější.

Na zdar! F. Engelthaler.

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

Milwaukee, Wis., dne 28. září 1892.

Schůzi zahájil starosta Sok. Fr. Kaplan.

Ze zástupců nebyl přítomen T. Gresl.

Protokol z předešlé schůze byl přijat.

Česko-Americký Sokol v Braidwood, Ill. s 28 členy se přihlásil k N. J. S.; totéž učinila T. J. Sokol v Crete, Neb. se 27 členy. Oba sbory zaslaly po \$10.00 vkladného a oba jsou dnešním dnem k N. J. Sokolské přijaty.

T. J. Sokol Říp, Allegheny City, Pa žádá o vysvětlení, jakým způsobem možno k N. J. S. přistoupiti. Jednatel jest poukázán, by potřebné vysvětlení jednotě oné zaslal.

Souhlas pro vydání památníku sokolského v příštím roce zaslaly sbory: T. J. Sokol v St. Louis a T. J. S. v Milwaukee. Žádný protihlas zaslán nebyl a proto V. V. zaznamenal ostatní všechny sbory k N. J. S. patřící co souhlasící na základě vydaného provolání.

Zvolen jest výbor sestávající ze Sokolů F. Kaplana, K. Jirana a P. Vaněčka ku vypracování provolání ku sborům stranu tohoto památníku, ku kterémuž mají býti hned připojeny otázky týkající se dějin jednotlivých sborů, dle nichž pak památník sestavovati se bude.

Jednatel Vaněček oznamuje, že zásoba stanov N. J. S. jest vyčerpána a tudíž že nemůže vyhověti žádostem více sborů o tyto. Uzavřeno, by jednatel 1500 výtisků stanov v čase co nejdříve objednal.

Společný cvičitel P. Straka se má odebrat z Bruno, Neb. do Crete, Neb. a pak teprve do Cedar Rapids a St. Louis. Zároveň má býti vybídnut, by co nejdříve cvičení prostná ku sletu všesokolskému vypracoval.

Dále uzavřeno, uveřejnění v "Sok. Americkém" provolání, by sbory se již nyní připravovaly ku sjezdu jednacímu, kterýž příští rok v Chicagu odbyvat se má.

P ř í j e m :

T. J. Sokol, St. Louis, Mo., 2 ¼ letí.....	\$36.50
Č. A. Sokol, Braidwood, Ill., vkladné.....	10.00
Č. A. Sokol, Chicago doplatek do 1. července 1892...	5.69
T. J. Sokol Svornost, Morrisania 2 ¼ letí 1892.....	6.08
Č. A. Sokol Manitowoc 2 ¼ letí 1892.....	9.64
T. J. Sokol, Crate Neb. vkladné.....	10.00

Úhrnem \$77.91

V y d á n í .

P. Straka služné za říjen.....	\$50.00
Tisk obálek a ohlavení.....	6.00
Tisk a výprava Sok. Am. č. IX. ročníku 14.....	62.73
Pořadatel Sok. Am. za čís. 7, 8, a 9.....	40.00
P. A. Waněček, jedn. služné 3 ¼ letí '92.....	18.75
" " " dovoz Sok. Am.....	3.64
Úhrnem	\$181.12
Hotovost z před.šlé schůze.....	\$1496.66
Hotovost dnešního dne.....	1398.44

Písemnictví.

“Sokol” měsíčník; redakcí J. E. Scheinera, vyšlo číslo 8., ročník 18. Předplatné na rok jest \$1.10. Adresa: Časopis “Sokol”, Praha, Bohemia, Europe.

“Pokrok Západu”, politický týdeník; předplatné naň s velikou 16ti stránkovou přílohou románovou a s premiemi \$3.00 na rok; do Čech \$4.00; bez přílohy a premie \$3.00. Adresa: “Pokrok Západu”, Omaha, Nebraska.

“New Yorkské Listy”, politický denník. Předplatné na rok \$7.00. “Nedělní New Yorkské Listy”, týdeník. Předplatné na rok \$2.50 Adresa: “New Yorkské Listy” 1368 Ave A, New York, N. Y.

“Slavie”, politický týdeník. Předplatné na “Slavii” a záb. i poučnou přílohu “Rodina” i s premií na rok \$3, na Slavii bez přílohy \$2.20, na Rodinu \$1.20. Adresa: “Slavie”, Racine, Wisconsin.

“Hospodář”, měsíčník pro hospodáře, dobytkáře, zahradníky, včelaře a domácnost. Předplatné \$1.60 na rok. Adresa: “Hospodář”, Omaha, Nebraska.

“Domácnost”, obrázkový časopis pro zábavu a užitečné po učení. Předplatné na Domácnost jest \$2.75 na rok, do Čech \$3.75. Adresa: “Domácnost”, 346 Broadway, Milwaukee, Wisconsin.

“Denní Hlasatel”, denník věnovaný zájmům česko-amerického dělnictva, vydáván jest Českou Typografickou Uníí. Předplatné na tento nejlepší, nejrozšířenější a zároveň i nejlaicnější český denník jest na rok \$5.50, na půl roku \$2.75 a na čtvrt roku \$1.50. Adresa: “Denní Hlasatel”, 611 Centre Ave., Chicago, Ill.

“Kewaunské Listy”, politický týdeník, vychází v Kewaunee, Wis., redakcí J. V. Luňáka. Předplatné na rok \$2. Adresa: “Kewaunské Listy”, Kewaunee, Wis.

“Rovnost”, politický denník, vychází v Milwaukee Wis., redakcí J. R. Jičínského a B. Grégra. Denník tento vyniká velmi pěknou úpravou a hojným obsahem. Předplatné na rok obnáší pouze \$5. Adresa: “Rovnost” 1359 Fond du Lac ave., Milwaukee, Wis.

“The Bohemian Voice” (“Český Hlas”) měsíčník vydávaný nákladem Národního výboru. Předplatné na rok jest \$1, jednotlivé číslo stojí 10 ctů. Adresa: “The Bohemian Voice” Omaha, Neb.

“Kotva”, politický týdeník, vydává ve Schuyler, Neb. Jos. K. Slnkule. Předplatné na “Kotvu” ročně jest \$1.50. Adresa: “Kotva”, Schuyler, Neb.

“Týdenní Hlasatel”, týdeník vydávaný Českou Typografickou Uníí v Chicagu, vychází každou středu a rozesílá se do všech částí Spoj. Států i do Čch. Věnován jest zájmům pracujícího lidu česko-amerického. Předplatné obnáší \$2.00 ročně nebo \$1.00 pololetně.

Úplný slovník anglicko-český pro obecnou potřebu s dokonalou anglickou výslovností. Sepsal a vydal Karel Jonáš. Cena výtisku pouze \$1.75. Objednávky na tuto, každému Čecho-Američanu potřebnou knihu, buďtež adresovány: “Slavie”, Racine, Wis.

“Divadelní Listy”, měsíčník; předplatné na rok \$1.00. Adresa: “Divadelní Listy” 372 W. 18. str., Chicago, Ill.

Oznámení.

Jednatelé a pokladníci jednotlivých sborů jsou tímto upozorněni, by zasílali peněžní povinné částky V. V. N. J. S. buď ve způsobu poštovních poukázek anebo “draft”, neboť osobní checky nepřijmu. Na zdar! P. A. Wančček, jednatel V. V. N. S. J.

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., 650 — 17th Street; K. Jiran, taj., číslo 530 — 12. Street. P. V. Šisler, pokladník; 207 Grand ave., Frant. Moudrý, A. Pittner, E. Chrudimský a A. Kolman.

Sokol Slovanská Lípa Chicago, M. Honzík, 416 So. Halsted St. Plzeňský Sokol Chicago; taj. Čeněk Bolek, 548 W. 19th St.

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

Těl. J. Čechie Chicago; taj. Petr Churaň, 45 Emma Street.

Těl. Jednota Sokol, Milwaukee, Wis.; P. Wančček, 650 17. st.

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

T. J. S. Praha, Town of Lake, Ill., tajemník Josef Slavík, 1922—47. 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. Cuber, 1113 Albany Ave.

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

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

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

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

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

Sokol Čech, Cleveland, O.; taj. J. M. Zeman, 1193 Broadway.

T. J. Sokol, So. Omaha, Neb.; taj. Mat. Šubrt, N. 18 & Q. Sts.

T. J. Sokol Westfield, Mass. taj. V. Březina, 97 Meadow St.

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

T. J. S. Mladoček, Racine, Wis.; t. J. W. Černý, 1108 High St.

T. J. Sokol, Wilber, Neb.; taj. Jan Brt.

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, 1306 W. 41 Pl.

T. J. S. Karel Štulík, Schuyler, Neb., taj. Josef K. Slnkule.

Ces. Am. Sokol, Braidwood Ill., taj. Cyril Maleček, Box 46.

T. J. Sokol, Urete Neb. F. J. Hanzel.

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

VYCHÁZÍ 15. KAŽDÉHO MĚSÍCE V MILWAUKEE, WIS.

Karel Štulík, pořadatel 525 A. So. Lincoln Str., Chicago, Ill. P. A. Wančček, jed. V. V. N. J. S., 650 — 17th Street, Milwaukee, Wis. Předplatné a veškeré dopisy pro “SOKOL AMERICKÝ” buďtež zasílány pořadateli.