



Toto místo jest vyhraženo pro známého
R. HURTA,
KREJČÍHO A KLOBOUČNÍKA,

— jenž vlastní největší sklad —
 sokolských klobouků, košil, pásů a monogramů, cvičebních košil,
 odznaků, hotových obleků cvičebních pro žáky. Stejnokroje zhotovují a zasílám do kterékoli části Spojených Států. — Vše v cenách nejnižších.

R. Hurt, krejčí a kloboučník, 593 Blue Isl. Av., Chicago, Ill.

SEVERŮV BALSÁM

— PRO —
PLICNÍ NEDUHY

jest nejlepší lék
 proti kašli, chrapotu, katarahu hrtanu a
 průdušek, nastuzení, chřipce, zánětu,
 bolestem v krku, počátkům součotín a
 proti všem nemocím plic. Cena 50c. a 25c.

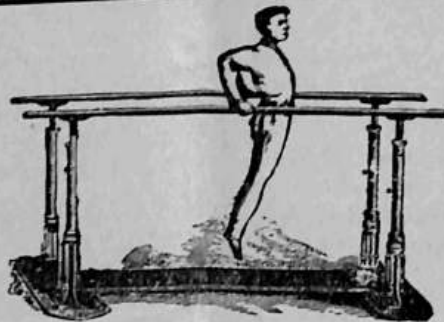
Na prodej ve všech lékárnách.

Proti zácpě berte
Severovy Pilulky pro játra

ZA 25c.

Bolesti hlavy,
 nervosnost, horkost, bolesti ner-
 vové jistě a rychle vyléčí

SEVEROVY PRÁŠKY
 proti bolestem hlavy a neuralgii.
 Za 25c.



JOHN GLOY,
 MANUFACTURER OF ALL KINDS OF
GYMNASTIC APPARATUS.

OFFICE,
 27 Johnson St., Chicago, Ill.

(Cenníky s vyobrazením náčini zasílám na požádání zdarma.)

KAREL PITTE
 603 Blue Isl. Av., Chic.

Má hojně zásobený sklad

VÝBORNÉ OBUVI
 pro pány i dámy.

Cvičební střevice všech druhů pro Sok. za ceny levné.

Sokol Frank Čuchna
 JEDNATEL

Čes. Am. Slov. Síně,
 592 záp. 18. ul., Chic.

Má výborné nápoje domácí i importované. — Znameníť ležák z prvního českého pivovaru. Pronajímá síň na plesy, zábavy a schůze za ceny mírné.

EMIL POLAK,

1321. první Avenue,
 roh 71. ul., New York.

Vyrábí všeho druhu stejnokroje a potřeby sokolské, střelecké a spolkové vůbec, klobouky a čapky pro pány a chlapce, dětské i chlapecké obleky.

Hojný sklad modního zboží pro pány, kufry, vaky, torby, peněženky a řemení u velkém výběru.

Dodavatel Těl. Jednoty „Sokol“
 v New Yorku.

J. Nájemník,
 82-84 Fisk St., Chic.

— vyrábí výborne —

ŠUMICÍ NAPOJE

i poslouží jimi vždy se vzornou správností a za mírné ceny.

Česká kancelář

CONSULA H. CLAUSSENIUSA,
Sokol Jan Spěvák, ředitel,
 314—316 z. 18. ul., Chicago, Ill.

Nejrychlejší dobývání dědictví z Čech —
 nejlacinější přeplav.

Porada zdarma obratem pošty.

SEVERŮV
KRVEČISTITEL

odstraňuje nečisté látky z krve,
 léčí nemoci krevní, kožní vyrážky,
 boláky na nohou, vředy, svrab,
 unavenost, ospalost a jest zvláště
 výtečný lék pro jarní nemoci.

Cena \$1.00.

Na prodej ve všech lékárnách.

Nemoci ledvin a jater,
 nezázivnost, trudnomyslnost, ne-
 pravidelnosti v močení, vodnatel-
 nost, řezavku, močový kámen,
 zánět ledvin jistě vyléčí

SEVERŮV SILITEL

ledvin a jater.

ZA \$1.25.

VÁCLAV B. DIBELKA,
ARCHITEKT.
 Učitel kresby na Vyšší škole.
 Úřadovna, 533 záp. 60. ul.
 Odvětví v č. 588 z. 18. ul.
 Chicago, Ill.

U br. jednatele
 výkonného vý-
 boru dostati lze
 ještě 12 Sborní-
 ků Sokolských
 pro rok 1896 po
 33 centech.



SOKOL AMERICKÝ.

Entered at the Post Office at New York, N. Y., as Second Class Matter.

Ročník XVIII.

NEW YORK, 15. ČERVENCE 1896.

Číslo 7.

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

ORGÁN NÁR. JED. SOKOLSKÉ.

Pořadatel: Dr. K. Štulík, 525 S. Lincoln St., Chicago, Ill.
Tiskárň a výpravčí: F. Lier, 410 East 71st Street,
New York, N. Y.

Listárna redakce. — Příspěvky a dopisy do Sok. Am. musí být v rukou pořadatele do 6. dne měsíce, v němž mají být uveřejněny. Rukopisy uschovají se na dobu 3 měsíců, pak se zničí.

Listárna výpravčího. — Přestěhování nechť oznámí výpravčímu přesídlivší Sokol sám, možno-li do 3. neb 4. toho kterého měsíce, s podotknutím, ku kterému sboru náleží. Nové, odstouplé a vyloučené členy nechť oznamuje tajemník neb účetní výpravčímu pravidelně každý měsíc.

OBSAH.

Po závodech. — Bicykl. — O zábavách. — Časopisy a Sokolstvo. — Kritické posudky článku „Na obranu Sokolstva Česko-amerického“. — Nezamítejme pravdy. — Vojenské vyučování školní. — O tělocviku dospělých s hledišť lékařského, v pokračování. — Popis Sokolovny. — Zajímavé o Sokolstvu. — Cvičení na náradí, a cvičení s náradím, podává Jan Mendík, spol. evičitel N. J. S. — Sokol Americký. — Sokol Slávský. — Dopisy: z New Yorku, z Morrisanie, ze St. Louisu, z Humboldtů a z Chicaga. — Schůze výk. výb. N. J. S. — Zpráva náčelníka Sokola Slov. Lípa. — Výkaz příspěvků na opravu tělocvičny Těl. Jed. Sok. v St. Louisu, Mo. — Členové noví a vyloučení. — Účetní zpráva jednatele.

Po závodech.

Zmínili jsme se v minulém čísle t. l. o neštěstí, které stihlo T. J. Sokol v St. Louisu, žádající sbory i Sokoly o vydatnou pomoc krutě postižené jednotě. V době té nezvali jsme podrobněji výši utrpené ztráty. Pravilo se, že cyklonem způsobena škoda na tělocvičně jmenované jednoty na 3000 dol. Později ukázalo se, že sotva 6000 stačí, aby co poškozeno, opět bylo opraveno. Poněvadž poškozená jednota tělocvičnu svou nedávno zakoupenou posud zaplacenou neměla a také žádnou peněžní hotovost v době postihnuvšího ji neštěstí nevládla, ocitla se tím v postavení velmi kritickém, z něhož bez cizí pomoci sotva by vyšla.

Sbory ostatní, jichž na prvním místě jest povinnost vydatnou pomocí přispěti, většinou nejsou také v nadbytku a mimo to očekávalo je v době nejbližší značnější vydání s obesláním závodů.

Vzhledem k těmto okolnostem vhodně usnesla se T. J. Sokol v New Yorku podati návrh, aby se letos závody N. J. S. v St. Louisu neodbyvaly, a aby sbory peníze, jež by jinak na obeslání závodů vydaly, věnovaly neštěstím stíženě jednotě.

K návrhu tomu zaslal v. v. sborům následující vyvání:

Výkonný výbor Národní Jednoty Sokolské.

V New Yorku, 12. června 1896.

Drazí Bratři!

T. J. Sokol v New Yorku podala návrh: aby se letošní hlavní závody v St. Louisu vůbec neodbyvaly,

aby příštímu sjezdu ponecháno bylo ustanoviti místo a čas, kde a kdy po té by se odbývaly, a aby sbory v N. J. S. sdružené, jakož i v. v. N. J. S. peníze, jež byly by jinak vynaložily na závody, darovaly na prospěch znovuzbudování Sokolny v St. Louisu. O tom aby v. v. ihned dal rozhodnouti všem sborům sdruženým.

Shledávajíc návrh úplně místným a velice pilným, žádáme Vás, byste o návrhu tom rozhodli a výsledek hlasování o něm nejdéle do 1. července sem oznámili. Sbory, které do té doby schůze neodbyvají, snažně žádáme o svolání mimořádných schůzí za účelem tím.

Bratři! Mají-li hlavní závody vyplniti svůj úkol třeba k tomu poměrů příznivých hlavně také ve městě, kde se konají. Víme však všichni, že st.-louisská osada česká volá dnes na všechny strany o pomoc následkem krutého neštěstí, jež ji stihlo, a že sama jednota, od níž z velké části také závisí úspěch a zdar závodních slavností, v kritickém ocitla se položení, z něhož bez cizí vydatné pomoci sotva by vybědla.

Bratři! Dnové závodů jsou dny slavnostními, jsou nejen dny vážné práce, ale i ušlechtilého veselí. Dovedli bychom zanášeti veselí v místa, kde žal a strast dnes sídlí, kde rány utrpené nezacelí krátká doba 3 měsíců, která dělí nás od závodů? Jsme odkázáni na kruhy české. Jak mohli bychom, jak směli bychom veseliti se mezi nimi zdrcenými a skrušenými pohromou hroznou?

Již předem lze říci, že neštěstí dolehnouví krutě na Čechy st.-louisské značně působiti bude na morální i hmotný úspěch závodů, že působiti bude neprospěšně ve směru obojím. Velké výlohy sborů a N. J. S. byly by tedy za dnešních poměrů v St. Louisu bezúčelné a neplodné.

Ale kdyby všechny sbory věnovaly tyže peníze a svolily, by i v. v. věnoval vydaje obyčejně se závody spojené ve prospěch znovuzbudování Sokolny v St. Louisu uložili bychom peníze ty na dobré úroky pro společnou věc naši. Po našem náhledu zachránili bychom jednotu st.-louisskou rázem a rychle od hroziícího jí úpadku a zachovali N. J. S. i zásadám, jež hlásáme, vydatného pracovníka a platného činitele. Bratrství, jež heslem máme, káže nám v mimořádném případě tomto upustiti ode všech zvyklostí a lidskost, jež zdobiti má všecko Sokolstvo, nabádá nás přispěti vydatně a rychle, aby zdatný sbor sokolský zůstal při zdravé síle a i na dále vydatně působil ve smyslu zásad našich.

K tomu cíli směřuje návrh jednoty Newyorské, v tom směru jest nejspůsobilejší a proto všele doporučujeme Vám ho ku přijmutí,

Očekávající Vaše rozhodnutí nejdéle do 1. července t. r. jsme s bratrským Na zdar!

Výkonný výbor Národní Jednoty Sokolské.

A. W o k a l, star. J o s. Ř í h a, jed.

Jsme přesvědčeni, že všechny sbory souhlasí budou s návrhem T. J. S. v New Yorku, aby závody v St. Louisu odbývány nebyly. Záleží však na tom, by každý sbor také přispěl poškozené jednotě obnosem aspoň takovým, jež by byl vynaložil na obeslání závodů, jinak jen připravili bychom se o závody a Sokolu v St. Louisu bychom nepomohli. T. J. S. v New Yorku jako vždy, kde jedná se o dobrou věc, i tentokrát jde dobrým příkladem napřed. Známo, že sbor ten nemíní vyslati k závodům do St. Louisu celou četnu, nýbrž jen dva borce. Taktéž je známo, že počal zároveň se stavbou vlastní tělocvičny. A přece sbor ten věnoval T. J. S. v St. Louisu 200 dolarů ze své pokladny. Kéž jednali by tak ve všech sborech! Pak v brzku by stála tělocvična sboru st.-louisského znovu zbudována.

Osvědčme, že láska bratrská není nám jenom holou frází, nýbrž že opravdu všichni cítíme co věrní bratři, k pomoci vždy ochotní.

Bicykl.

Zdokonalením a zlacněním bicyklu umožněno mnohým a mnohým zaopatřiti si jej, takže dnes možno říci, že jest ho skorem všeobecně používáno a to zvláště ve větších městech.

Těšíme se z tohoto rychlého rozšíření se bicyklu, přes to, že máme následkem toho v mnohé tělocvičně ochablou návštěvu cvičení po několik měsíců v roce.

Tělocvičny naše většinou nejsou místem, kde by se člověk opravdu osvěžil cvičením a tak mnohý, jenž vyjede si na bicyklu na čerstvý vzduch, více takovou vyjížděnkou získá, než cvičením v dusné tělocvičně.

Jsme pro jízdu na bicyklu a byli bychom tomu rádi, kdyby všichni naši Sokolové ji pěstovali, hlavně ovšem ti, kteří prázdného cviku tělesného nemají, kteří úplně své tělo a své zdraví zanedbávají.

Takové dostati do tělocvičny jest naprosto nemožno, ti nedostaví se ani k cvičení pořadovému, ti nechtějí se namáhati ani jednoduchými prostnými, a přece by jim pohyb velice prospěl a to nejen jejich schátralému tělu, ale i jejich chorobnému a popudlivému duchu.

Není dnes více žádnou obtíží naučiti se na bicyklu jezdit. Za několik hodin naučí se tomu každý, ať mladý či starý, i ti nemotorní a neohrabaní brzy umí jezdit.

Doporučující jízdu na bicyklu, nemíníme ovšem zlehčovati snad naše cvičení obvyklé.

Každý ví, že jízda na bicyklu jest i při tom, že jest velice zdraví prospěšnou, přece jen cvikem jednostranným, jímž nemožno získati tak pravidelného a krásného vývoje těla, jako cvičením sokolským.

Však u dospělých a hlavně u starších, u nichž tělo bylo na se určitě a pevné — jen do jisté míry měnitelné — formy přijalo, může býti jízda na bicyklu výbornou náhradou za cvik sokolský.

Velikým dobrodiním stal se bicykl utlačované polovině lidstva, t. j. ženským. Marným skorem a bezvýsledným bylo velebiti ženským tělocvik a dokazovati jim, že ony, jejichž tělo skládá se přece z téže hmoty, co tělo mužské, potřebují nutně je evičiti, by zdrávo a silno bylo. Jenom nepatrný počet dívek poslechl našeho hlasu, vdané ženy se tělocviku hrozily.

Čeho jsme my nedokázali po mnohých a marných pokusech, to dokázal bicykl.

Dnes mnohé a mnohé dívky a také mnohé a mnohé vdané ženy, které dříve jen na prahu a na schodech k příbytku jejich vedoucím v prázdné chvíli posedávaly a které často po celé týdny, ano i měsíce sotva několik čtverců od domova se vzdálily, vyjíždí si nyní namnoze každodenně na vzdálenost několika mil na bicyklu.

Rádi bychom viděli, aby každý mohl dopřáti si jízdy na bicyklu, však jízdy rozumné, kterou člověk zdraví nabývá, ale neztrácí.

Veškeré předjíždky a závody na bicyklu zavrhneme co nejrozhodněji. Těmi nikdo sobě prospěti nemůže, ale velmi mnohý může jimi i zdraví i života pozbýti.

Pravili jsme výše, že jsme potěšeni velmi z toho, že také ženy častěji na bicyklu jezdí. A přece ještě dnes naleznou se mezi ženami také takové, jež jsou bicyklu velikými odpůrci. Pochopujeme úplně jejich odpor. V lidstvu vždy bylo více hlouposti než moudrosti. Dosud proti každé nové dobré věci se silně brojilo, kdežto nejčastěji věci ničemné a často škodlivé došly co nejlaději všeobecného rozšíření.

Ty, co ještě dnes bicykl nenávidí, jistě jeho dalšímu rozšíření nezabrání.

Přejeme si jen, aby ty dívky a ženy, jež jízdu na bicyklu pěstují, nečinily tak jen snad z módy, nýbrž aby si byly toho dobře vědomy, že jízdu tou mohou zdraví své i tělo utužiti. K tomu ovšem třeba, aby oděv jejich byl vhodný. Bicyklistka, jež vyjede si těsně ušněrována, tak jako chodívá do bálů, mnoho jízdu nezíská. Oblek její k jízdě musí býti volným, aby nebránil pohybům nohou a hlavně pohybům plíc.

Některé zpozdilé ženy jsou proti blůmrsům. Po našem náhledu jsou tyto pro jízdu na bicyklu nejvýhodnějšími a také slušnými. V pásu nesmí se ovšem žádná jezdkyně stáhnouti, ať již pak má jen blůmrsy, aneb přes blůmrsy ještě sukni.

My Sokolové měli bychom všichni se o to zasazovat, aby jízda na bicyklu byla v rodinách našich pěstována. Všichni to dobře víme, že ženy své do tělocvičny nedostaneme, také víme, že bývají ženy z domu nevýpravné a přece potřebují pohybu, potřebují zdravého vzduchu. Kupme jim tedy bicykl a hleďme k tomu, aby často sobě vyjely.

Ovšem časy jsou zlé, peněz málokterý z nás má nazbyt, leč když se chce, přece zbuďte na věc potřebnou, jakou jest pro mnohou ženu bicykl. Však ona ušetří opět na kloboukách a na šatech, neboť zvykne si při jízdě na bicyklu šatiti se jednoduše a lacině.

O zábavách.

Bývaly časy, kdy každý sbor na každé skoro zábavě, již pořádal, dosti peněz vydělal a jen zřídkka výminečně

jen setkala se zábava sokolská se schodkem. Nyní děje se právě naopak. Buď po zábavě nula od nuly pojde, aneb ještě musí sbor dopláceti.

Tu očekával by každý, že sbor počet svých zábav omezí, aby peněz jinak získaných neztráceli. Leč neděje se tak. Ba někde počínají si právě naopak. Nevydají-li se zábava jedna, musí ji ihned následovati druhá, aby prý se na této získalo, co na první ztraceno.

Výsledek takového počínání bývá obyčejně smutný. Ke ztrátě ze zábavy prvé přidruží se ztráta ze zábavy druhé. A tak pokračujeme leckde od pěti ku čtyřem.

Měli by přece již všude nahlédnouti, že lidé naši nemají nejen peněz nazbyt, ale že vůbec se jim spíše peněz nedostává často i na nejnnutnější potřeby.

Kdo navštěvuje zábavy některého sboru, ten snadno sezná, že jsou v nich přítomni vždy titíž hosté, několik horlivých členů sboru a několik dobrých jeho přátel. Ti obyčejně předstihují se pak v zábavě v utrácení, aby se přece něco vydělalo, však nejčastěji marně. Každý z nich utratí několik dolarů, ty však pohltí všechny vydání a často ještě se nedostane.

Nebylo by mnohem rozumějším, aby místo mnohé zbytečné zábavy byl ustanoven mimořádný poplatek členům, neb by se provedla sbírka.

Kam přijdou peníze o zábavách utracené? Kdo dostane z nich největší část? A účastníci zábavy nejčastěji ještě na zdraví svém újmou utrpí dlouhým bděním, přílišným pitím a kouřením.

A co kdybyste spočítali všechnu tu práci a dřeni „výboru“. To byly by schodky ještě daleko větší.

Nejčastěji obtížnou práci „výborskou“ za bárem a jinou musí vykonati členové cvičící, z nichž mnozí o každé zábavě mají podobnou povinnost. Co ti ze zábavy mají? Neomrzí pak mnohého býti Sokolem, když vidí, co práce zbytečně se mu ukládá?

Všude mělo by se přikročiti k radikálnímu omezení zábav. Lépe pořádati jen jednu, snad dvě zábavy do roka s dobrým výsledkem, než míti zábav osm neb deset a prodělati na nich.

Nejsme přece k tomu, abychom stále se jen o to starali, by se lid náš bavil, by stále pil a tančil. Vždyť to jsou vlastně hříšné peníze, které sváděním k tanci a pití vyděláme. Máme vésti lid k střídmosti, mravnosti a šetrnosti a zatím pobádáme ho každou chvíli, aby marnil v zábavách našich noci, by utrácel peníze a zdraví.

Jest dosti všude spolků zábavných a klubů všelijakých, které beztoho lid přímo zábavami všeho druhu zaplavují. A k tomu zábavy těchto klubů a spolků těší se větší přízni obecnosti, než zábavy naše.

Přičiňme se již jednou, abychom dovedli peněz k udržení sborů našich potřebných získati způsobem lepším než doposud. Není-li v nás a v lidu našem tolik obětavosti, aby dal na účele naše přímo tolik, kolik potřebujeme, pak bylo by snad lépe, abychom v práci své ustali.

Stalo se to zlovykem zakořeněným, zábavami peněz vyzískávati, však povinností naší jest zlovyk ten podle možnosti vykořeniti.

Časopisy a Sokolstvo.

Plní Sokolstvo své povinnosti svědomitě, anebo ne?

Dovoluji si na tuto otázku dáti krátkou odpověď, neboť i mezi námi jsou dnes mnozí, kteří dali se tím věčným deklamováním o četných účelech Sokolstva zmásti a dnes snad by byli uvedeni v rozpaky, kdyby jim snad někdo otázku takovou předložil. Moje odpověď zní a n o, ať si pak o mých vývodech myslí ten, jenž by na nás všechno možné navěsil, co chce.

Nášim hlavním účelem jest tělocvik. Tělocvičny jsou ústavy k výchově zdravé a silné mládeže. Často čteme pěkná slova o nejdražším pokladu člověka, zdraví; nuže, kdo jest svědomitým Sokolem, tomu jest na dráhu životní dán tento poklad, z něhož může pak značně těžiti. A což duševník? namítne kdosi, jenž se naučil po mnohých papouškovati, že všímáme si jen těla a ne ducha. Máme zde zvláštní ústavy, kde pečuje se o duševní vývin mládeže, máme zde školy, a ústavy tělocvičné jsou potřebným ba nevyhnutelným doplňkem školství. Či není zdraví dosti důležitým, aby se organizace pěstění jeho úplně věnovala? Vychovávání charakterů?

Pánové, povahy se nevychovávaly za rok, dva, či snad chcete, aby Sokol za několik roků napravil, co bylo třeba celou řadu let ničeno? Chcete od nás, abychom v době poměrně krátké odčinili to, co bylo pochybeno v rodině, ve škole?

Vezměme za příklad Čechy. Tam otrocká pokora vtouká se do dětí od samé kolébky, tam vštěpuje se ve školách, v rodině i ve společnosti a učení páni pak chtějí, aby Sokolové z takto vychovaných synů udělali za rok pevné charaktery!

Hleďte k tomu, aby v ústavěch k tomu určených vychovávání byli duševní obrí, my pak jim k tomu dodáme sílu tělesnou, a když tyto dva ústavy — škola a tělocvična — počnou se tak vzájemně doplňovati, pak bude mít národ muže celé. My již svoji povinnost konáme, obraťte tedy pozornost svoji na druhou stranu. My staráme se o to, aby mládež byla krásnou a dokonalou na těle, starejte se, vy učení pánové, o to, aby v učebních ústavěch a v rodinách vychovávána byla tak, aby krásnou byla na duchu a budete míti muže, jaké si míti přejete.

My konáme to, co za panujících poměrů konati jsme s to, vydržujeme nákladné tělocvičny, cvičíme mládež za nízký poplatek, aby se jí stal tělocvik přístupnější — ba podporou škol, vydržováním knihoven konáme ještě více, snažíme se překračovati meze své působnosti, jen abychom byli nápomocni v konání dobra — a naše podpora?

Zde chci se zmíniti o tom hlavním: Přehlédněme sloupce časopisů a kolik tam nalezneme článků vybízejících veřejnost, aby Sokolstvo v jeho snaze podporovala, kolik nalezneme článků, povzbuzujících mládež, aby do řad sokolských vstupovala?

Dnes se u nás hemží spolky a společnosti, kluby s náramně podivnými jmeny a náramně podezřelými účely, je činěn rozdíl mezi nimi a spolky sokolskými? Kluby ony pořádají zábavy, vytězek z těchto zmizí, nikdo neví kam, a přece nalézají zrovna tolik podpory u časopisů, jako Sokolové.

Kluby různé vábí k sobě mládež všelikými titěrnostmi, ony i ničí mládež duševně i tělesně, a my nečteme jediného varovného slova, ba naopak zdají se býti v právě takové vážnosti, jako sbory tak nezištně pracující, s tak důležitým účelem, jako sbory sokolské.

A nyní přihartusil se jakýsi mentor, jenž si nás celá leta nevšímne, u něhož všelijaký kloubek (dá-li jenom oznámku) stojí na téměř stupni co my, a počne nám čísti levity, jakými bychom měli být, co všechno bychom měli dělat a vyjmenuje nám celou řadu různých účelů, kteréž bychom měli pěstovati. Leč my se těmi občasnými výbuchy nedáme másti a budeme kráčet svojí cestou dále s tím vědomím, že konáme svoji povinnost.

Sokol.

Kritické posudky článku „Na obranu Sokolstva česko-amerického.“

V poslednější době krystalizuje se doba názorů přenešených a názorů moderního pokroku. Nejenom bludná učení náboženská, ale i nespořádaná zřízení života společenského blíží se k jich úpadku. Hlasy možno pojmuti, jež nutnost nápravy hlásají, ano každý z nás při bedlivějším sebe pozorování musí doznati, že o b r o z e n í s e je nezbytným. Mezitím co ve starověku i středověku černá holota jediné a samotně myslení i vědění si vyhrazovala, pozorujeme v době okamžité, že po dlouhých bádáních jak vědeckých tak filosofických osobní já vždy mocnějším se stává, že oprávněnost k r i t i k y vždy důrazněji svého práva požaduje.

Množství přednášek, neobjemné knihy přírodní vědy, psychologické rozpravy — vše to podrylo náboženskému předsudku v té míře půdu, že jeví se nám dnes ještě jen v podobě sešlého starce, onde zase děčka, jemuž babička své přesvědčení (?) za nejlepší nabízí a konečně v podobě černokalhotníků všeho druhu — jest snad řečeno, že lidstva důmysl spokojil se pouhým rozbořením shnilých učení církevních? Zajisté, že nikoli! Kritika bohověry byla zároveň i z části kritikou víry v pány a otroky. Úpadek víry jest úpadkem moci — autority.

Kritika bohověry nebyla vrcholem lidského přemýšlení, naopak, ona tvořila zřídlo ku dalšímu bádání. Odstranění pátera značí zničení i jeho spojence — světského panáka od presidenta až po policajta. Člověk musí podrobiti veškerá svá i jiných jednání neustálé kritice, špatné označovati, u dorozumění se s ostatními bořiti, nové lepší názory za své prohlásiti. Je naší povinností co lidí — bychom našim spolulidím jich i n d i v i d u a l i t u, jich osobnost zaručovali, právo kritiky nepopírali, neb jinak odstraněním jednoho neb druhého odsoudili bychom lidstvo ku stále trvajícím spánku, z něhož probuditi se, málo by mělo as naděje.

Než skutečnost nám dokazuje, že totéž ani možným není. Neustálý vývoj lidské společnosti vzbuzuje v nás samotných vždy větší pocit ku dosažení lidských práv, důstojnost a vážnost lidské bytosti přichází vždy u větší naše vědomí a nepoddajnost vybízí k činnosti. Člověk — zbavený předsudků světských i nebeských mocí, nedbá překážek a strastí, jež mu v cestu zpátečníci státní i náboženští kejkliři nalíčili — jeho individualita a prospěch

veškerenstva razí sobě přednost — on s pevnou myslí vrhá se v náruč obtížím, by jen své názory v platnost přivedl. S v é názory pravím — odpovídá to skutečnosti? Může vůbec člověk považovati některý viditelný výplod za svůj? Jest ono písmo, ona věta aneb článek, ježž tuto podávám výhradně m ý m plodem, aneb plodem celé společnosti? Já jsem jej napsal, tudíž je to má práce, mohl by některý namítati; než okamžitě vnučuje se mi otázka: „Kdes nabyl názory podané? Odkud přístroje ku psaní potřebné? Kdo přivodil tvé názory v platnost tiskem? Každá myšlenka — nechť již prvovědecká, mystická, nadpřirozená, nespokojenosti, neb národního obrození, ať mezinárodního sbratření, či lidského vysvobození, je výsledkem dlouholetých zkušeností, pozorování a bádání celé lidské společnosti a nikoliv jednotlivce, jedním slovem — ona je výsledkem dočasného vývinu lidského pokolení vůbec. Jako jsme my čerpali z vědomostí našich předků, tak sbírali budou potomci naši ty pozůstatky vývinu dnešní doby, by na základě jich a okamžitých událostí nové zřídlo myšlének odkryli a čerpali. Píši článek — vědomostí musil jsem čerpati od jiných a vlastní pak posudky k nim přidávaje, podávám náhledy, na jichž uskutečnění škola — průpravné vzdělání — řemeslník i dělník spoluúčinkovali. Každý z nás něčím přispěl ku uskutečnění celku a nemožno nám říci, kdo nejvyšší zásluhy o celek si získal. Co platí o článku jednotlivém, platí o společenském žití a výrobě vůbec. Žádný učenec nemůže považovati vědomosti, jež vlastní, za s v é, žádný dělník nemůže výrobky za výhradně své prohlásiti, tím méně však boháč zpupně vyřknouti — „Ten a ten barák patří mě — tolik rentu budete platiti — na požitky lidské práce mám pouze já právo — kdežto vy bílí otroci musíte se spokojiti s několika groši mizerné mzdy za vaši práci! Jako tudíž nemá nikdo práva své vědomosti za výhradně s v é považovati, tak není i lidským majetek za své s o u k r o m é vlastnictví považovati. Lidská společnost skládá se pouze z lidí — třídní rozdělení, dle kabátu a ještě spíše dle kapsy jest pouhým následkem hrabivosti, výbuchem zvířecosti v člověku, úrazným kamenem, přes nějž lidstvo po tisíciletí klopýtá, aniž by ku sebepoznání došlo — jsou to zjevy, které dnešní pokrok (?) v pochybnost přivádějí, jakmile pod kritický nožik je vložíme. Co lidi přispíváme každý z nás ku udržení celé společnosti takou prací, již vykonávati nám schopnosti dovolují, každý přispívá hřivnou ku dobru celku odkázán opětně na celou společnost — co jest nutným dovozením téhož? P r á v o n a v e š k e r é p o ž i t k y, jež lidská práce vyvoďí. — Shrňme vše v několik málo slov: Zdravý rozum nám káže, totéž právo, jež si béru ku projevení svých názorů, musím též dopřáti svému spolublížnímu — nechť se pak Šnajdr neb Voborský aneb kterakkoliv jinak jmenuje.“ Pronešený názor nebudiž mým nezdobným vodítkem, taktéž nemá propadnouti mé konfiskaci, nýbrž má býti novým povzbuzením ku přemýšlení.

V. K u d l a t a.

(Pokračování)

Nezamítejme pravdy.

V odpovědi „Dennice Novověku“ na článek „Nestojíme za nic“ uveřejněné v minulém čísle t. l. shledal jsem

několik pokynů, které zaslouhují rádného uvážení, třeba nám byly dle náhledu některých Sokolů našim nepřitelem ve špatném úmyslu předhozeny. Mým úmyslem není diktovati snad Sokolstvu jakým směrem by mělo svoji činnost řídit, neboť jsem přesvědčen, že toto chová ve svém středu dosti mužů uvědomělých, kteří znají snahy Sokolstva i cesty ku dosažení těchto mnohem lépe nežli já.

Účel Sokolstva však, jak jej mnozí Sokolové pojímají, totiž pěstování tělocviku a národnosti, pro naši dobu více nedostačuje an jsem přesvědčen, že většina Sokolů tomu ani onomu nevěnuje dosti pozornosti a vyhledává namnoze pole své působnosti v různých jiných směrech.

O tomto bychom se mohli brzy přesvědčiti, kdyby se mnozí bratří neostýchali po případě nebáli svoje náhledy v našem orgánu projevit. Že však není radno tak jednati o tom jsem se přesvědčil u pisatele článku „Od nás“ v minulém čísle t. l. uveřejněném. Kdyby mohlo jíti vše dle vůle některých lidiček, byl by pisatel onoho článku vzdor tomu, že každé slovo jest upřímně míněno za svůj čin při nejmenším oběšen.

Že členové sokolských sborů málo pozornosti věnují tělocviku o tom se přesvědčí každý, kdo navštíví některou tělocvičnu v čase cvičení. Sbor čítá 200 až 300 členů a ve cvičení jich obyčejně najdeme 20 nebo 30.

Vinu toho nenese nepochopení důležitosti tělocviku, nýbrž nynější zbedačelé společenské poměry, které nedovolují dělníku (z nichž až na malé výminky cvičící členstvo sestává) by po své denní úmorné práci aneb marném hledání této s rozrušenou myslí večer pookřál v tělocvičně.

Pěstování národnosti jest sice krásná věc zvláště pro naše národní velikány (?), kteří v mnohém ohledu z ní kořistiti dovedou, však co se tím prospěje lidstvu vůbec, kteréž jest nyní již v mnohém ohledu sníženo pod středověké otroky?

Co by nám prospělo, kdybychom mezi našimi rodáky vypěstovali národní vědomí až třeba k fanatismu? Nejsou-liž všickni obyvatelé této zeměkoule dítkami jedné matky — přírody? Kam až národní fanatismus dožene lidstvo můžeme nejlépe pozorovati na válkách, které byly mezi jednotlivými národy k vůli té národní hrdosti svedeny. Či se může někdo domnívati, že by se lid, který se nikdy neviděl, nikdy si v ničem neublížil, že by se lid ten vraždil, jako divoká zvíř, kdyby nebyl národními švindlery z vlastního sobectví a využitkováním nevědomosti mas lidu, k tomu popuzen?

Necituji žádných výroků zakladatelů ani vynikajících Sokolů kde se nabádá Sokolstvo ku vzdělávání se v tomto smyslu, protože skoro každý Sokol je s nimi seznámen ale jsem jist, že by Sokolstvo vykonalo mnohem více pro nás co Čechy i pro lidstvo vůbec kdyby věnovalo více pozornosti pěstování lásky ku všemu lidstvu a seznamování členstva s duchem pokroku, se snahami pod despotismem úpíícího lidstva načež právě „Den. Nov.“ poukazuje.

Nevěřím, že by tím naše národnost na své reprezentaci utrpěla aneb že by zanikla.

Proud nové doby započal již své dílo v tomto směru a my nejsme s to stavěti mu hrází, můžeme ale býti

úplně pokojní, neboť veškeré lidstvo přijde dříve než se nadějeme k tomuto poznání, pak se osvobodí od rdousících jej jednotliveců a jsouc volné nebude zajisté nikomu upírati jeho národnost ani jeho přesvědčení: každý bude ctíti svobodu svého bratra a nebude mu ji v nížádném způsobu zkracovati. Dobře podotýká „Den. Nov.“, že Sokolstvo musí se státi sociální myšlenkou přístupnou. Každý, kdo má ještě trochu cti a citu ve svém srdci, musí doznati, že stávající hospodářské poměry musí být jiným způsobem uspořádány ať již cestou jakoukoli.

Proto jest povinností Sokolstva, by se s myšlenkou tou seznamovalo a neodsuzovalo ji tak, jak to kapitalistické zaprodané časopisy činí. Nyní jest již socialismus dosti vykrystalisován, že jest uznáván i všemi p o c t i - v ý m i vědátory a státníky, kteří jedině v něm spatřují šťastnou budoucnost lidstva. Proč by se tedy nemělo to Sokolstvo s b y s t r o u m y s l í i v této celým světem takřka otřásající práci účastniti? Proto volám s „Den. Nov.“ „pořádejme rokovácí večírky o veřejných záležitostech“ a můžeme být jisti, že mezi námi to nešťastné třídění se v pány a roby pomalu ale jistě bude mizeti. — Na zdar!

J. K o č á r .

P. r. Pisatel naduvedeného tušíme vi, že v některých sborech, v nichž pořádány jsou schůze zábavně-poučné jako ku př. v T. J. S. v New Yorku a v T. J. S. Tyrš v Chicagu, nebyla v těchto věnována pozornost Sokolstvu jen po stránce tělocvičné, nýbrž že promluvena na nich bylo několikrát o otázce sociální i že poukázáno bylo, jak nemožno jest skutečnému a dřinou přetížnému dělníku věnovati se pěstění snah sokolských. My sami několikrát odsoudili jsme národnostní neváživost i poukázali jsme k tomu, že každý z nás především jest — má býti — člověkem a co takový snažiti se k tomu aby lidstvo svorně, bez rozdílu plemenného a národnostního ocelo se v šťastnějších poměrech, než jsou přítomné, v nichž ti, kteří v potu tvaře pracují a se namáhají nemají nejčastěji kam by hlavy své položili a ti, kteří ničeho nedělají, jen zahálce holdujíce, mají statků pozemských v nadbytku. Nepochybujeme o tom, že by lid sobě lepší osud zajistil kdyby se o svém bídném stavu uvědomil a přemýšlel o tom jak jest vykořisťován, obáváme se však, že k tomu dlouho nedojde neboť jest všude v klepetech dvou mocných činitelů, kapitál a viry a ty starají se o to, by otrocky smýšlel a jednal.

Vojenské vyučování školní.

Chicagský „Denní Hlasatel“ píše o „vojenském vyučování“ na školách následovně:

„Již vícekrát poukázali jsme, jak v jistých kruzích amerických jeví se střetěná touha zavést v této zemi militarismus a jak se jistí lidé snaží již utlé mládeži vnuknouti přesvědčení, že vojenský stav jest nejdůležitějším a lidstvu nejprospěšnějším. Takový návrh objevil se v poslední době ve Filadelfii. Ve veřejných školách tohoto města má býti zavedena vojenská disciplína a vojenské vyučování. Návrh ten vyvolal největší odpor mezi tamnějšími kvakery a mezi spolky zastanců světového míru a je naděje, že tito nepřátelé vojenské dresury zůstanou vítězi.

Jeden člen kvakerského protestního výboru vyslovil se o tom následovně: „Cvičení vojenské musilo by prvně míti za následek velebení války, učilo by děti, aby ve válce spatřovaly něco užitečného a nevyhnutelného —

což ovšem s pravdou se nesrovnává. Jest nutno, aby nebylo na děti, když nalézají se ve stáří, v němž lehko jsou přístupny všem vlivům a dojmům, působeno vnějším leskem vojenských her a aby jim tím nebyla vštěpována víra, že ve válčení jest něco slavného a krásného. Víra taková byla by jim vštěpena, kdyby se jim již ve škole dostávalo vychování, kterým by se připravovaly pro válku a činily by se schopnými válku vésti.“

Živel kvakerský jest ve Filadelfii ještě velmi mocný a proto lze očekávati, že jeho protest setká se s výsledkem, avšak nemožno pochybovati, že v celé zemi více a více nabývá oblíbenosti návrh, zavést ve školách vojenský výcvik. Ovšem tato oblíbenost jest největší v kruzích domorodých yankejšek, kteří v takovém zařízení spatřují spásu země před zevnějšími nepřáteli i ochranu nynějšího kapitalistického pořádku před socialisty, anarchisty a jinými nespokojenci.

Přistěhovalci evropští, kteří z vlastní zkušenosti znají, kam zavedl militarismus nejprůmyslnější a nejpokročilejší země evropské, bojí se každého pokusu, usaditi tuto nenasytnou hydry v této zemi. My jakožto Češi, jichž bratři ve staré vlasti musí militarismu přinésti tolik obětí na životech i jmění, jakožto dělníci, proti nimž vždy nenasytný kapitál hlavně chce vojenských živlů užiti, jsme rozhodně proti každému pokusu školní mládeži vštěpiti nějakého vojenského ducha a učiti ji různým vojenským obrátům. Nejsme proti cvičení těla ve školách, avšak jsme naprosto proti cvičení vojenskému. Tělocvičné prostocviky a pochody budou míti pro kázeň, pořádek a tělesný vývoj dětí větší účinek než vojenská cvičení, která kromě toho týkala by se pouze hochů, kdežto děvčata by ponechána byla beze všeho zdravého a nutného cvičení tělesného.

V hrdlo lhou ti přímluvci zavedení vojenského cvičení do škol, kteří tvrdí, že při tom nejedná se o nic jiného než o tělocvik. Jedná se a to v první řadě o to, aby si dorost americký navykl vojenské kázi, vojenské slepé poslušnosti, aby dostal vojenského ducha a aby se stal mocnou oporou stávajícího pořádku. To, co jsme viděli při poslední železniční stávce, opakovalo by se potom v rozměrech daleko větších a dělníci domáhající se svého práva naproti vydrídušským společnostem, chráněným presidentem, guvernérem a jinými rozhodujícími úředníky, měli by největší a nejnebezpečnější nepřátele v takových od maličkosti v duchu vojenském vychovaných lidí.

Ústavě této země, republice této, nehrozí odnikud takové nebezpečnosti jako ze zavedení vojenství do škol obecných. Člověk, který by dovedl na svou stranu přivést si vojenskou slávou potřeštěné mladé muže, mohl by docela lehko státi se diktátorem, samovládcem této země.

Spojené Státy mají míru a klidné práci děkovati za svůj obrovský pokrok. Bude-li však stále tolik vzrůstat se mezi zdejším lidem náruživost vojenská, nesmýšlná bojechtivost a pod., tu zemi této zasazena bude rána nezhojitelná. Kdo je pravým vlastencem, pravým přítelem této země a její ústavy musí proti vojákování a s tím spojeným ztrěštěním ze všech sil bojovati.“

Zdá se, že Spojené Státy snaží se dohoniti ve všem špatném, ve všem co lid ujařmuje a otročí, co nejdříve. Lid sám zde není dost vyspělý a nalezaje se již skorem úplně v rukou několika kapitalistických lumpů a s nimi sprežených církvi sám leze slepě do osidel jemu líčených.

Byli bychom tomu rádi, kdyby pravdou bylo co praví výše „Denní Hlasatel“ o evropských přistěhovalcích. To však pravdou není, každý ví, že jest zde dosti mezi námi hlupců a nevědomců, kteří chlubí se svým vojákovstvím, kteří i zde vojenské vysloužilecké spolky zakládají, a kteří by to velmi rádi viděli aby i ve Spoj. Státech se musilo tak vojákovati jako ve „starém kraji.“

Nepochybujeme o tom, že bude zde leckde a to dosti brzy, výcvik vojenský do škol zaveden. Jest lid zdejší dosti pošetilý a nevědomělý aby neviděl v zavedení tom kopýtko čertovo, a pak, vždyť lid ten s pýchou patří k různým spolkům a jednotám rytířským a jiným, kde učí se hráti na vojáčky.

Kdo si věci trochu všímá, ten přece musí viděti jak při různých kostelech mají všelijaké kadety z kluků a ze žab sotva dorůstajících nějaké rytířky neb co, které také ve zbraní cvičí. Každý přece musí viděti, že máme až na zbytek mládeže i dospělejších, kteří s velikou pýchou nosí se se zbraní co miličáci a kteří jsou hotoví každé chvíli postříletí vše co jim do cesty přijde, třeba to byli jejich vlastní rodičové neb bratři.

Člověk zůstává všude bestii, třeba to bylo v samovládném Turecku neb ve Spojených Státech, nevládne-li sobě sám a nepoznal-li lidskosti.

O tělocviku dospělých s hlediště lékařského.

(L'exercice chez les adultes.)

Napsal Dr. Fernand Lagrange, laurent akademie věd a mediciny, lékař porodní ve Vichy.

(Přeložil Dr. Hovorka.)

Kapitola druhá.

Cvičení otylých.

(Pokračování.)

Od některých dnavých, kteříž jsou oddáni cvičení tělesnému, dovídáme se, že práce zdála se jim vzbuzovati záchvaty dnavé, od jiných zase naopak, že pilné cvičení zjevně záchvaty oddalovalo a činilo je méně prudkými.

Avšak podnikneme-li neдрžice se těchto neurčitých údajů soustavný výzkum, ihned spozorujeme, že výsledky cvičení u dnavých jsou daleko méně rozmarné, než by se na prvý pohled zdálo. Podarí se nám zjistiti, že výbuch dnavých záchvatů není následkem úsilného cvičení, nýbrž nedostatečné uvyklosti. Dnavý cvičením úsilným zvyklý může se jim oddávati beztrně, jen když nepozbyl své uvyklosti, neb — jak říkají sportovníci — své „vyevičenosti“ (condition de entrainement). Ten, kdo nikdy nevykonával cvičení, nebo kdo navyklost k němu ztratil příliš dlouhým přerušením, musí naopak se obávati, že vypukne záchvat, když se oddá cvičení s poněkud přílišnou horlivostí.

Taký je výsledek bedlivého pozorování. Jaké jest toho vysvětlení?

Ví se, že zvyklost práci svalové, nebo jinak tělocviku, jest ochranným prostředkem před únavou. Když tedy cvičení vzbuzuje opětování záchvatu dnavého u chorého,

cvičení nezvyklého, a nezbuzuje u toho, jenž uvykl cvičení, zdá se býti logickým uzavírati z toho, že „únava“ vzbuzuje dnavý záchvat, a ne cvičení samo o sobě.

A přece by se v praxi zhusta přepočítal, kdo by se držel tohoto všeobecného předpisu odporujícího „cvičení, ne však únava“. Může se totiž státi, když znova započneme s úsilným cvičením ode dávna zanechaným, že toto cvičení nemá za bezprostředný účinek pocit únavy, a že přece vzbuzuje v noci dnavý záchvat. Opáčně člověk, jenž se oddává denně cvičení tělesnému, bude moci, ačkoli je dnavý, oddávati se mu s největší rázností, dokud ho únava nepřiměje je zastaviti, aniž zakusí proto i nejmenší nehody.

Není tedy bezprostřední únava pro dnavé nebezpečnou, nýbrž únava n á s l e d n á , která uvrhuje dnavé v nebezpečí záchvatu, a jež nerídí se nikdy, jak bychom mohli mysliti, velikostí bezprostřední únavy.

Každý člověk, i sebe více cvičení zvyklý, podléhá bezprostřední únavě, t. j. pocitu ochablosti a bezmocnosti, jež nutí sval, by ustal v díle po jistém množství práce. Ale dobře vycvičené osoby nezakoušejí nikdy oné povšechné nevolnosti, často horečkou provázené, jež pozorují druhý nebo třetí den po cvičení ti, kdož nejsou uvyklí práci.

A to jest pravým vysvětlením tak různých výsledků a na pohled tak nepochopitelných účinků cvičení u dnavých. Úkazy, že cvičení je příčinou výbuchu dnavého záchvatu, vysvětlují se nikoliv účinky cvičení, nýbrž účinky následné únavy nebo s t r n u l o s t i (courbature).

Užíváme tuto slova „strnulost“, poněvadž není jiného slova k označení následné únavy. Konečně slovo to se hodí dobře k souboru příznaků pocíťovaných člověkem unaveným prací věřejšího dne: všechny údy zdají se býti polámaný a jako „potlučeny“. Tento stav strnulosti po cvičení jest pravým nebezpečím pro dnavé, a třeba jim všemožně se ho vystříhati. Avšak po strnulosti následuje za krátko dnavý záchvat, splývá i často s ním, a nevolnost, jíž se ohlašuje, jest tudíž již příliš pozdní výstrahou. S druhé strany bezprostředná únava byla by upozorněním velice nespolehlivým, ježto často cvičení, které nespůsobilo okamžitě žádné ochablosti, může míti za následek prudkou strnulost.

Nelze tedy opírati se o únava jako prostředek k ocenění množství práce pro dnavé se hodící, nýbrž o uvyklost cvičení, a nechceme-li se tudíž přepočítati, třeba míti na paměti, že uvyklost se udržuje jedině stálou prací; šest neděl odpočinku stačí již ke ztrátě tělocvičné způsobilosti. Třeba si vzpomenouti též, že strnulost může se vyvinouti i u člověka zvyklého některému cvičení, koná-li nějaké nové cvičení poprvé. Tak dnavý „vycvičený“ v chůzi, který může beztravně vykonávati dlouhé pochody pěšky, byl by ohrožen dnavým záchvatem, kdyby se neopatrně náhle oddal veslování nebo jízdě na koni.

Přízpůsobuje se těmto pravidlům, může dnavý bez nebezpečí oddati se nejúsilnějším cvičením a známe sami takové, kteří dovedou snésti nejdelsí pochody nebo šerm jakkoliv dlouho trvající, a nijak proto netrpí, leda že nedbajíce našich rad, chopí se znova neopatrně cvičení, jehož dávno již zanechali.

Takové jest tedy právě vysvětlení těchto úkazů na pohled si odporujících, jež matou názory lékařů o léčbě dny. Jest tedy veliký rozdíl mezi člověkem, jenž se oddává cvičení buď vůbec poprvé, nebo po dlouhém období nečinnosti a tím, jenž se ode dávna bez přerušování tělocvikem zabývá. Jeden podléhá nehodám únavy, druhý těží z dobrodiní vycvičenosti.

II.

Jak může býti únavná strnulost příčinou dnavého záchvatu a proč výcvik chrání dnavého před touto nehodou?

Odpověď na tuto otázku vymáhá krátké odchylky k „lučebným“ účinkům tělesného cvičení. Třeba věděti, že práce svalová okamžitě vyvodí ve složení šťáv lidského těla skoro tytéž lučebné změny, jako dna. Mluvili jsme v jiné kapitole o pokusu „nití“, jenž odhaluje nadbytek kyseliny močové v krvi dnavých. Vlivem úsilného cvičení vyvozuje se tedy nadbytek kyseliny močové u každého člověka práci nezvyklého a to i tehdy, když nemá žádné náchylnosti ke dně.

Známo je, že kyselina močová jsouc velmi málo rozpustná, snaží se s r á ž e t i a ukládati se v kloubech osob dnavých, jakmile krev chová jí více, než může rozpustiti. A řekli jsme, že uložení kyseliny močové z krve v kloubech působí záchvat dnavý. Dnavý záchvat nastane za dvou podmínek, jimiž přivodí se přesycení krve a tím sražení kyseliny močové. Podmínky ty jsou: 1. rozmnožení kyseliny močové a 2. rozmnožení kyselosti krevní tekutiny, poněvadž kyselina močová je tím méně rozpustna, čím kyselejší je prostředí, v němž se nalézá.

Únavná strnulost jest tedy charakterisována dle našich výzkumů rozmnožením kyseliny močové v krvi, stavem okamžité močokrevnosti a rozmnožením kyselosti tělesných šťáv.

O složení moče ve stavu strnulosti přinesli jsme zprávu ve „Physiologie des exercices du corps“ (kapit. Courbature) a ukázali jsme, že může obsahovati dvojnásobné množství kyseliny močové než pravidelně. Též je známo, že ledvina vylučuje z krve v přirozeném stavu látky, z nichž sestává moč. Přebytek močové kyseliny v moči u osob únavnou strnulostí postižených dokazuje, že krev je jí nasycená a tuto přesycenost, podstatnou to podmínku dnavého záchvatu, může přivoditi náhlé rozmnožení močové kyseliny v krvi dnavých, která vždy již více či méně ji chová.

Vědělo se již před našimi výzkumy, že úsilnou prací svalovou může se vyvoditi mimořádné množství močové kyseliny, a všichni pozorovatelé vysvětlovali tak dnavý záchvat po úsilných cvičeních se objevující. Leč dnavé záchvaty přivodí se po svalové práci jen v j i s t ý c h p ř í p a d e c h . A právě tyto případy mohli jsme osobním svým pozorováním blíže určití tím, že jsme ukázali podmínky, za nichž se kyselina močová rozmnožuje, i podmínky, za nichž se nerozmnožuje.

Dokázali jsme, že u člověka práci uvyklého nerozmnožuje se kyselina močová i při úsilném provádění tělocviku. Důkazem toho je, že moč zachovává po cvičení veškerou čírost. U člověka tělesným cvičením nezvyklého svalová práce rozmnožuje množství kyseliny

močové v krvi, což prozrazuje se mnohem větším vyloučením močanů, jež moč kalí a činí ji mlékožilou nebo tvoří červené sraženiny.

Prvá naše pozorování vztahující se k účinkům cvičení na lučebné složení moče byla doplněna řadou nových pokusů, při kterých ochetně M. Goutrelet, lučebník, pěknými pracemi o moči známý, poskytl nám pomoci. Tyto nové pokusy konány byly na vycvičeném a nevycvičeném člověku, a srovnání obou potvrdilo nálezy námi učiněné, jež jsou obsaženy v prvním spisu našem, vedlo však též k nálezu fakt nových, jež nám dovolují vymeziti přesněji to, co by se mohlo jmenovati *l u č e b n á f o r m u l e ú n a v y*.

Vizme ostatně, jak se pokusy konaly a jaké měly výsledky.

Já i soudruh můj vedli jsme po čas pokusů týž způsob života, vykonávali jsme tutéž práci svalovou, všechen

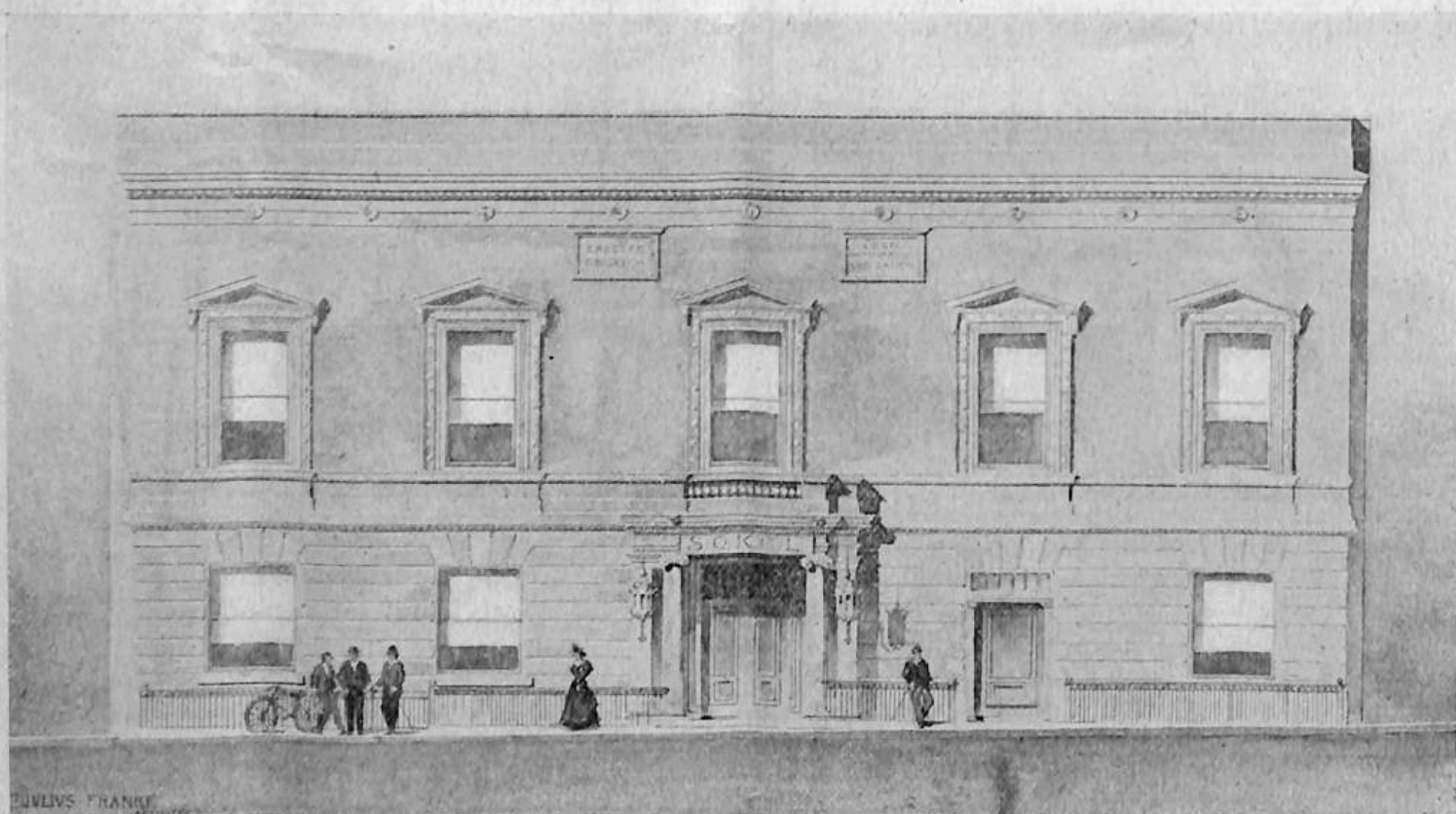
dráhu v témže čase, řídíce každý stejně těžký člun téhož tvaru a rozměru. Zkouška trvala dvě hodiny a byla opětována dvakráte ve 24 hodinách tvoříc u každého 4 hodiny stejné práce. Oba ostatně znali jsme zacházeti veslem.

Byla jen jediná okolnost, jež mohla působiti rozdílné výsledky pokusů: byl to rozdíl v uvyklosti práci.

Pokusné výsledky byly nanejvýše zajímavé.

Rozbor moče nashromážděného ve 24 hodinách po cvičení byl srovnáván s močem nashromážděným ve 24 hodinách před cvičením. Tak mohla býti každá osoba porovnána s a m a o s o b ě, t. j. mohlo se poznati, jak se změnila vlivem práce u každého z nás výživná formule. Bylo pak také snadno porovnati obě osoby mezi s e b o u, t. j. určití vzájemné rozdíly v proměnách močové tekutiny u vycvičeného a u druhého, který vycvičen nebyl.

(Pokračování.)



Průčelí Sokolovny T. J. Sokol v New Yorku, k níž položen základní kámen 11. července 1896.

pak moč za den po práci vyloučený byl shromážděn a analysován. Předchozí rozbor byl vykonán před započítím únavných pokusů, aby se zjistilo, jaké bylo u každého z nás obvyklé složení močové tekutiny. Tímto způsobem nabyli jsme dvou rozdílných údajů: 1. porovnání každé osoby zvláště před cvičením a po něm; 2. porovnání dvou osob mezi sebou před cvičením a po něm. — Toto poslední porovnání dvou osob mezi sebou mělo pro nás největší zajímavost a bylo též v pravdě hlavní věcí při pokusu, neboť jeden z nás byl úplně vycvičený (entrainé), a druhý ne.

Pokus záležel v tom, že vyjžděli jsme pospolu po řece Allier od stavu ve Vichy a že jsme vykonávali tutéž

Popis Sokolovny.

Pozemek, na němž Sokolovna se staví, sestává ze dvou lotů dlouhých 145 a z jednoho lotu 100 stop dlouhého. Pozemek zastaví se celý až na 8 stop široký dvorek za dlouhými loty a 6 stop široký dvorek za kratším lotem.

V předu po celé šířce pozemku nalézá se basement 10 stop vysoký, 70 při 52 stopách. Basement rozdělen bude na následující místnosti: V levo v předu kuchyně 21 při 29 stopách, vedle kuchyně záchod a chodba, za těmito místnostmi sklep na víno 30x45 stopách; na kratším pozemku v předu jsou místnosti pro kotel a uhlí a za těmito sklep na pivo 31x17. Z chodby mezi pivním sklepem a kotlárnou vedou schody vzhůru do přízemí. Celý basement nalézá se ve skále, tak že sklepy osvědčí se zajisté co nejlépe. — Do přízemí vejde se hlavním vchodem uprostřed průčelí se nalezajícím,

za nímž jest pak siň 13 při 12. Na levo v předu bude prostranná damská šatna s potřebnou vedlejší místností. Na krátkém lotu nalezá se v předu hostinec se zvláštním vchodem z ulice, hostinec jest 51 stop dlouhý, v předu 24 stop široký při 18 stopách, zadní část hostince jest 17 stop. Tuto zadní část hostince bude možno při zábavách v případě potřeby oddělit od místnosti přední. — Za damskou šatnou a siní nalezá se pak sál, 45 při 110; jeviště zabere 22 stopy, tak že zbývá 45 při 88. K sálu náleží ale také místnost za hostincem, měřící 24 při 38 stopách; sál, počítaje k němu souvisící s ním vedlejší místnost, zaujme plochu 4872 čtverečních stop; jeviště pokryje plochu 990 čtver. stop. Výška sálu jest 27 stop. Jeviště odděleno jest od sálu ohnivzdornou zdí a celé vnitřní zařízení jeho jest ohnivzdorné.

Na prvním poschodí nalezá se místnosti pro schůze, k nimž zvláštní vede vchod z přízemí. V předu nalezá se dvě takové místnosti, z nichž větší měří 29 při 31 a menší 24 při 21 stopách; v zadní části na krátkém lotu jest pak třetí místnost měřící 33 při 24 stopách. Vedle jsou záchody a malá místnost 4 a půl při 10 stopách, kde mají býti zřízeny vany a sprechy. Galerie, kolem sálu vedoucí jsou 8 stop široké, zadní galerie (proti jevišti) 10 stop.

Průčelí budovy, jehož vyobrazení dnes přinášíme, jest v t. zv. klubovním slohu, jednoduché a vkusné.

Z tohoto stručného popisu jest zřejmo, že v příští Sokolovně nebude nouze o místo, jak pro velké zábavy a divadla, tak i pro schůze.

Podotknouti ještě sluší, že budova stavěna jest tak, aby mohlo se později přistavěti ještě jedno, nebo i dvě poschodí, když by toho třeba bylo.

Zajímavé o Sokolstvu.

„Dennice Novověku“ opět podává zajímavé věci o Sokolstvu, pišíce:

Dr. Servác Heller podává ve feuilletoně „N. L.“ ze dne 13. června vzpomínku na události r. 1866, kdy se Rakousko s Pruskem o Šlesvig-Holštýn, vlastně o první roli v Německu, servalo. I redaktor tohoto listu byl očitým svědkem těch událostí a sice v Praze, v Mladé Boleslavi, v Mnichově Hradišti (kde pomáhal opílému hr. Clam Gallasovi před bitvou u Podolí na koně), v Turnově, Železném Brodě a leckde jinde a proto s tím živějším zájmem pročítal Hellerovu vzpomínku. Zvláště byli jsme dychtívi, nezapomenul-li jmenovaný pamětník dvě, v nynější době dosti zajímavé události z onoho pamatného roku a sice: jak se české Sokolstvo nabízelo vídeňské vládě, že sestaví dobrovolnický sbor na ochranu vlasti, (v pravdě však na ochranu Rakouska, protože Prus vlasti české ničím nehrozil), a za druhé, jak jeden ze starších spolupracovníků „Nár. L.“, proslulý český spisovatel Ferdinand Schulz trhal s nároží plakáty onoho pruského generála, jenž vojskem Prahu obsadil a staroslavnému království českému oznamoval, že si jeho historické samostatnosti váží.

Na první událost Heller skutečně nezapoměl, druhá mu však ušla, — nebo se mu nezdála dosti důležitou, ačkoliv dle našeho náhledu nebyla bez významu, anať označovala rovněž jako ono nabídnutí Sokolstva, slepou oddanost Čechů Rakousku i v oněch kruzích které „nahore“ pokládány za rebelantské, protidynastické a nerakouské.

Dr. Servác Heller pišíce:

Sokolstvo pražské usneslo se ve velmi pohnuté valné hromadě, že utvoří ze sebe a ostatních sokolských spolků dobrovolnickou legii na obranu vlasti a že požádá o dovolení, aby smělo cvičiti se po vojensku ve zbraních. Ihned zaslán pak srbskému vlastenci z r. 1848 a tehdejšímu poslanci uherského sněmu generálu Stratimirovičovi dotaz, zdali by nebyl ochoten převzít velení nad válečným sborem sokolským. Generál Stratimirovič přijav ochotně vyzvání, odejel do Vídně, aby si na nejvyšším místě vyzádal svolení, avšak nabídnutí českého Sokolstva bylo rozhodně zamítnuto, jako vůbec všechny podobné projekty vlasteneckých spolků v Praze i po venkově.

Jakž měl by se kdo válečné horlivosti Sokolův smáti, když se v novinách docela vážně zaznamenávalo, kterak na příklad na úpatí Krkonošských hor vesnický lid válečné přípravy koná, „aby Prusy

jak náleží uvítal, kterak staré i nové zbraně snáší, náboji se záso buje, z hospodářského nářadí válečnou zbroj hotoví, ze srpů a háků kopí sestavuje, kosy na rovno nasazuje, cepy železem a hřeby pobíjí atd.

K tomu dodáváme:

Sokolstvo, na něž vídeňská vláda pohlížela jako na zárodek revoluční organizace v Čechách, nabízelo se tedy dobrovolně, že po boku rakouského vojska bude třeba i krváceti proti nepříteli nikoliv českého národa, nýbrž německé dynastie habsburské a její německé politiky, kterou nejvíce trpěla a tuším dodnes trpí československá národnost v Čechách, na Moravě a ve Slezsku. Sokolstvo, jež mělo býti naším blanickým vojskem a spíše tedy v legii protirakouskou se mělo zorganizovati, podobnou oné, jakou sestavil po tajné úmluvě s Bismarckem, uherský generál Klapka, prosí vládu vídeňskou, Čechy utlačující a němčící, aby mu dovolila utvořit dobrovolnický sbor na hájení téhož utiskovatele a odnárodňovatele svého! A nejen Sokolstvo strojilo se vytrhnouti do pole pro Rakousko, i ostatní český lid, zejména na pomezí, chystal si již zbraň, aby ni pobíjel ty, kteří přitrhli, aby vyhodili Rakousko z německého buntu, kde jako většinou slovanská říše, nemělo co pohledávat, a aby pokořili dynastii, která ze slovanských národů rakouských k vůli primátu svému v Německu chtěla nadělat spátrané Němce.

Známoť, jak se Rakousko za tu hloupou oddanost Čechům odvděčilo. Dodnes mu to čeští řečníci na říšské radě otloukají o hubu. Než ještě uschla všechna krev na bojištích českých, povolal císař ministerstvo, které si vytknulo za účel dokonat zničení samostatnosti české. Bylo to ministerstvo úhlavních nepřátel českého národa, proti němuž bouřila se Praha a celá země a jehož řádění vypudilo i redaktora tohoto listu z vlasti. A totéž ministerstvo, které věrný český národ za věrnost jeho v době nejkritičtější pro dynastii a říši, bičovalo a žalářovalo, odměnilo odbojně Uhry vrácením samostatnosti. A snad že politikové naši čerpali z těchto živých dosud událostí ponaučení? Kdež pak. Šli na říšskou radu, pomohli arcikujonu Taaffovi k většině a nechali se šálit a ubíjet dál.

A ještě před měsícem prolévali slze zármutku nad rakví císařova bratra, jako by jim v tom habsburáku byl zemřel veliký dobrodinec a ujišťovali císaře a „nejjasnější dům“ svou nejhlušší a nejuctivější soustrastí — až odporno bylo čísti ty výlevy byzantismu. A Sokolstvo truchlilo ovšem také.

Vláda téhož císaře uznala pak právě nyní toto nezmarné loyální či lépe patořizavé smýšlení tím, že rudohorské župě sokolské zakázala v Teplicích, městě kde žije několik tisíc Čechů, výroční slet, protože Němce tamější chystaná sokolská slavnost draždila! Na nespravedlivost a nezákonnost zákazu a na roztrpčení Čechů nebyl zřetel brán, o těch vlada ví, že ližou hůl která je bije — a v nejhorším případě si v pokoutní hospodě zavřeji, na říšské radě si zainterpelují a když je toho již přespříliš mažou v noci orlíčky.

Myslíme, že „Den. Nov.“ dobře as ví jak vladl v Čechách vlastenecký názor „kdyby Rakouska nebylo, že by musilo být pro nás utvořeno“ i že se mysli, že by nás Prus spíše spolkl a zažil než Rakousko. Že Sokolstvo ze dvou zel volilo to menší bylo as přirozeno. My ovšem musíme dnes jen toho litovati že bylo tehdy Sokolstvo v Čechách tak „vlastenecké“.

Cvičení na nářadí.

Podává Jan Mendík, spol. cvičitel N. J. S.
(Pokračování a dokončení.)

XII. VÝDRŽE.

Výdrže značí tolik co klidné stanutí těla v nějaké význačnější poloze, z pravidla po takovou dobu, jakou vyžadují 3 pohyby.

Polohy pro výdrže jsou odvozeny jednak od visů, jednak též od metů. Cvičíme je ve visu i v podporu a podle toho rozeznáváme dva druhy vedlejší. Z těchto obsahuje:

1. Výdrže ve visu
2. Výdrže v podporu.

Výdrže ve visu mají 4 prvky:

- 1 Přednos
- 2 Váha
- 3 Prapor
- 4 Váha podporem.

Hlavní spůsoby vůbec: v předu pobok, v zadu pobok, v předu pokos, v zadu pokos.

Hlavní spůsoby pro přednosy: pravo (l) nož, obounož snožmo roznožmo.

Hlavní spůsoby pro váhy praporem: čelné, bočné, na pravo, na levo, pravoruč, levoruč.

Další spůsoby vůbec: jednonož, obounož.

Další spůsoby: v různém visu za ruce nebo části paží, v podkolení, v převěsu.

Výdrž v podporu mají 4 prvky:

1 Vznos

2 Přednos

3 Váha

4 Stoj

Hlavní spůsoby vůbec: v předu pobok, v zadu pobok, v předu pokos, v zadu pokos.

Hlavní spůsoby pro vznosy: v pravo (l), na pravo (l), jízmo na pravo (l), roznožmo.

Hlavní spůsoby pro přednosy: pravo (l) nož, obounož snožmo, roznožmo. (Tytéž jako u přednosů ve visu).

Hlavní spůsoby pro váhy: bez oporu, oporem o jeden loket, oporem o oba lokte, jednoruč.

Hlavní spůsoby pro stoje: o hlavě, o pravém (l) rameni, o ramenou, o paži, v týle, o prsou, o lopatkách, o předloktí, o rukou (klikem — vzporem).

Další spůsoby vůbec: v různém podporu prostém.

Popis prvků a hlavních spůsobů.

P ř e d n o s vzniká zvednutím jedné nebo obou nohou rovně ku předu do polohy vodorovné. Spůsob obounož snožmo jest při tom nejobvyklejší a zvláště se neoznačuje.

V á h a značí vodorovnou polohu trupu a nohou (nohy); přidama nebo zády jsme při tom vzhůru obráceni.

P r a p o r jest výdrž trupu a nohou v poloze vodorovné, při čemž jednou paží jsme ve visu a druhou se opíráme a tělem jsme tak obráceni, že jeden bok vzhůru a druhý dolů směřuje. Spůsoby na pravo (l) mají stejný význam jako u metů. Přecházejíce vzhůru do polohy praporu pohybujeme nohama tak, že napřed ve směru onoho pohybu jde stejnojmenná noha s rukou, jež nahoře, ve visu se nachází a podle níž se prapor pojmenuje. Prapory se cvičí na nářadí se svislou osou. Tělo je k této ose v stejném poměru, v jakém je při svisu s oddálenými rukama k ose vodorovné.

V á h a p r a p o r e m rovněž jest výdrž trupu a nohou v poloze vodorovné, pod nářadím. Při této váze praporem spočívá větší část tíže těla na jedné paži, která jest k tělu v poměru zapažení dovnitř a tělem jsme tak obráceni, že jeden bok vzhůru a druhý dolů směřuje. Váhu tuto si nejlépe představíme ze svisu střemhlav v zadu, odkud tělo spustíme přes jednu paži do polohy vodorovné, jedním bokem dolů ho obrátivše. Když při tomto pohybu pravá noha jde napřed v jeho směru, má váha ona název na pravo. Pravá paže při tom nese větší část tíže těla. Když levou při tom pustíme a pohybujeme jí do polohy vzpažení, vzniká váha pravoruč. Podélná osa těla může při váze praporem býti rovnoběžná s podélnou osou nářadí, nebo se s touto křížovati. Prvnější poloha má název **č e l n ě**, pro druhou jest název **b o č n ě**. Oba mají podobnost se spůsoby čelné a bočné při komihání.

V z n o s jest podobný přednosu v podporu, s tím rozdílem, že u přednosu noha jest (nohy jsou) uvnitř rukou, kdežto u vznosu noha jest (nohy jsou) vně rukou. Název **v pravo** značí pravou nohu vně podle pravé ruky, název **na pravo** značí obě nohy vně podle pravé ruky. Jízmo na pravo jest jízmo přes pravou paži; roznožmo jest stejně jako v pravo i v levo najednou.

Spůsoby pro váhy v podporu mají následující význam: při váze bez oporu držíme tělo volně od ramen ve vodorovné poloze, při váze oporem o jeden loket tělo spočívá na označeném lokti, při oporu o oba lokte spočívá tělo na obou loktech; váha jednoruč se koná oporem o 1 loket, druhá paže jest k tělu v poměru vzpažení a nářadí nedrží. Váha v podporu v zadu začíná z kliku v zadu zvednutím těla na zad do polohy vodorovné. Když ze stoje o rameni nebo v týle spustíme tělo na zad (zádama napřed) až do polohy vodorovné, vzniká váha o rameni nebo v týle.

S t o j jest výdrž v podporu, kde tělo jest v kolmé poloze k nářadí, obráceno vzhůru nohama. Rukama se přidržující opíráme

se různými částmi těla o nářadí. Podle těchto částí odvozují s názvy spůsobů. Tak příkladně stoj o hlavě značí výdrž v podporu, nohama vzhůru, při níž hlavou jsme opřeni a rukama se nářadí přidržujeme. Podobně stoj o rameni, o ramenou, o paži, v týle, o prsou, o lopatkách, o předloktí, o rukou.

Výdrž můžeme cvičiti v souborných sestavách s ručkováním, komiháním a obraty. Ve výdržích v podporu mají rychlé obraty jednoruč napřed i na zad a střidnoruč nebo souruč na pravo i na levo velkou podobnost s mety. Tyto rychlé obraty jsou tolik co kroužení ve výdržích, o nichž jest zmínka na str. 53. Sok. Am. t. r. Skrčení jedné nohy co přiřaděné cvičení velice nám mnohou výdrž usnadňuje.

HLAVNÍ TVARY.

V ý d r ž e v e v i s u .

- | | |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 1 Přednos pravo (l) nož | } v kterémkoliv visu prostém za ruce nebo části paží. |
| 2 Přednos | |
| 3 Přednos roznožmo | |
| 4 Váha ve visu v předu pobok | |
| 5 | s pravou (l) nohou skrčenou |
| 6 | v pravém (l) podkolení pobok |
| 7 Váha v převěsu pobok v pr (l) uvnitř pravo (l) ruč | |
| 8 | v pr (l) vně pravo (l) ruč |
| 9 Váha ve visu v zadu pobok | |
| 10 | s pravou (l) nohou skrčenou |
| 11 Váha ve visu v předu pokos | |
| 12 | s pravou (l) nohou skrčenou |
| 13 Váha ve visu v pr (l) podkolení pokos s levou (pr) nohou opřenou | |
| 14 | v převěsu pokos v pr (l) uvnitř pravo (l) ruč |
| 15 | v pr (l) vně pravo (l) ruč |
| 16 Váha ve visu o paži pokos předpažmo | |
| 17 | zapažmo |
| 18 Prapor na pravo (l) | |
| 19 Váha praporem čelně na pravo | |
| 20 | čelně na levo |
| 21 | bočně na pravo |
| 22 | bočně na levo |
| 23 | čelně pravoruč |
| 24 | čelně levoruč |
| 25 | bočně pravoruč |
| 26 | bočně levoruč |

V ý d r ž e v p o d p o r u .

- | | |
|-----------------------------------|---------------------------------|
| 1 Vznos pobok v pravo (l) | |
| 2 pokos v pravo (l) | |
| 3 jízmo pobok na pravo (l) | |
| 4 jízmo pokos na pravo (l) | |
| 5 pobok na pravo (l) | |
| 6 pokos na pravo (l) | |
| 7 roznožmo pobok | |
| 8 roznožmo pokos | |
| 9 Přednos pravo (l) nož | } v kterémkoliv podporu prostém |
| 10 Přednos | |
| 11 Přednos roznožmo | |
| 12 Váha v podporu pobok bez oporu | |
| 13 | oporem o pr (l) loket |
| 14 | oporem o oba lokte |
| 15 | pravoruč levoruč |
| 16 Váha v podporu v zadu pobok | |
| 17 | pokos bez oporu |
| 18 | oporem o pr (l) loket |
| 19 | oporem o oba lokte |
| 20 | pravoruč (levoruč) |
| 21 Váha o pr (l) rameni | |
| 22 | v týle |
| 23 Stoj o hlavě pobok | |
| 24 | pokos |
| 25 | o pr (l) rameni |
| 26 | o ramenou |
| 27 | o paži |
| 28 | v týle |
| 29 | o prsou |
| 30 | o lopatkách |
| 31 | o předloktí |

- 32 o rukou klikem pobok
33 pokos
34 o rukou vzporem pobok
35 pokos

Cvičení s nářadím.

(Činky, břemena, tyče).

Sestavil Jan Mendík.

Cvičení s nářadím vyplňuje druhou hlavní třídu druhého cvičebního odboru a obsahuje v sobě 6 tříd vedlejších.

- I. Cvičení činkami
- II. Cvičení břemeny
- III. Cvičení tyčemi
- IV. Kroužení kužely
- V. Vrhání koulí nebo kamenem
- VI. Házení oštěpem.

I. Cvičení činkami.

Činku tvoří dvě železné koule na rukovětí dlouhé 5 palců. Váha činek jest rozličná, od 2 do 20 liber. Nejpřiručnější jsou 2, 6, 8 a 10 liberní.

Držice v každé ruce jednu činku, cvičíme jimi tytéž pohyby a výdrže jako pažema při cvičeních prostných. Při tom více se používá pohybů z paží skrčených a pohybů z paží skrčených a napjatých. Můžeme také cvičiti činkami, držice obě v jedné ruce.

Cvičení činkami spojují se výhodně s ostatními druhy cvičení prostných ve výdatné cviky paží, trupu i nohou. Doprovodné pohyby při výdržích (stejně jako při výdržích paží) a rozmanité polohy ruky skýtají nám velmi účinná cvičení paží. V polohách méně obvyklých přijdou tu svaly k platnosti, které jen zřídka se při jiných cvičeních namahají.

Názvy pro pohyby a výdrže při činkách jsou docela tytéž jako u cvičení prostných. Zvláštní názvy jsou: činky uchopit — činky napřed (na zad, na pravo, l.) uložít — a činky do pravé (l) ruky.

II. Cvičení břemeny.

Břemena jsou těžké předměty. Ony, které hlavně v této třídě vedlejší používáme, jsou:

těžké činky, ve váze od 20 liber nahoru,
silné železné tyče, na jichž místě můžeme též obyčejných železných tyčí, kterými cvičení tyčemi provádíme, použití; v případě tom však uchopíme více tyčí, tři, čtyři až šest. Další břemena jsou: těžké železné koule s připevněným kruhem k držení a pytle naplněné pískem.

Břemeny vůbec cvičíme paže, trup a nohy, a nejvíce používáme při tom těžké činky.

Pažema břemeno (v obou rukou jedno nebo v každé ruce jedno) zvedáme z připázení do skrčení, nebo vyšviheme do vzpažení pohybující jím rychle, švihem, pažema co možná napjatýma z připázení nebo ze země. Ze skrčených paží pak buď zvolna v zpiráme do vzpažení, nebo rychle do téhož třídíme. Mimo to můžeme krátkými oblouky zvolna břemenem vzhůru, dolů nebo stranou pohybovatí podobně pohybům paží napjatých ve cvičeních prostných. Máme tedy při břemenech pro cvičení paží tyto názvy pohybů:

- zvedání,
- vyšvihnutí,
- vzpirání,
- trčení,
- skrčení,
- spouštění,
- pohyby paží napjatých.

Při tom jsme v různých postojích, nebo též v lehu na podlaze.

Pro cvičení trupu používáme pohyby trupu (klony rovné a šikmé a točení). Břemeno (břemena) se při tom drží rukama dole před tělem, za tělem nebo po straně, nebo na prsou, na ramenou, vzhůru nebo též současně se pažema cvičí. Při tom jsme v různých postojích nebo též v lehu na podlaze.

Pro cvičení nohou užíváme pohyby nohou i rozmanité postoje, z nichž nejvýdatnější jsou postoje sehnuté. Břemena při tom

držíme jako při cvičení trupu, nebo se současně pažema cvičí. Můžeme též zároveň cvičení paží, trupu i nohou prováděti.

Břemeny cvičíme v družstvu, které se postaví do kruhu na volný nebo střední rozstup. V tomto kruhu se rozdělí břemena tak, že každý druhý se vynechá, (nebo třetí, nebo dva po sobě se vynechají). Jsou-li ona, jako většinou bývá, nestejně těžká, tedy rozdělíme je tak, že po těžším přijde lehčí a opáčně. Rozdělí se tu jednak břemena jednoduchá, jednak též na některá místa se dají dva kusy stejné váhy. Cvičitel objasní cvičení a velí: z a č i t ! Na povel začít uchopí oni cvičenci břemena, před kterými tato leží a dají se do označené polohy; na to se cvičí na počítání, stejně. Na povel odlo ž i t ! položí břemena před sebe na zemi na další povel: postou p i t ! postoupí v kruhu směrem na pravo o tolik, aby další přišli až ku břemenům. Tim způsobem se pokračuje, až cvičenci přejdou kolem zase na to místo odkud vyšli, načež cvičitel vysvětlí druhé cvičení, v němž stejně se pokračuje.

Tvary cvičení paží.

a) v kterémkoliv postoji.

- 1 Břemeno dole: zvednout — spustit
- 2 vyšvihnout — spustit
- 3 Břemeno u prsou: vzepřít — skrčit
- 4 třít — skrčit
- 5 Břemeno vzhůru: předpažit — vzpažit
- 6 Břemena vzhůru: upažit — vzpažit

Další možno odvoditi od pohybů paží cvičení prostných.

b) v lehu.

- 7 Břemeno za hlavu: přepažit (připažit) — vzpažit
- 8 Břemena po stranách: předpažit — upažit
- 9 Břemeno na prsou: vzepřít — skrčit
- 10 třít — skrčit

Tvary cvičení trupu.

a) v postoji vzpřimeném.

- 1 Břemeno dole: předklon — vzpřim
- 2 úklon na pr (l) — vzpřim
- 3 v zadu dole: záklon — vzpřim
- 4 na prsou: předklon — vzpřim
- 5 na prsou: úklon — vzpřim
- 6 záklon — vzpřim
- 7 Břemeno vzhůru (na prsou, na ramenou, dole): třít trupem no pravo (l) — vzpřim

b) z lehu.

- 8 Břemeno na prsou: předklon — leh
- 9 úklon — leh
- 10 sed — leh

Tvary cvičení nohou.

a) z postoje vzpřimeného.

- 1 Břemeno v zadu dole: podřep — vztyk
- 2 dřep — vztyk
- 3 Břemeno na prsou (na ramenou): podřep — vztyk
- 4 dřep — vztyk
- 5 přednožit v pr. (l), podřep v l (pr) — vztyk
- 6 Břemeno vzhůru: podřep — vztyk
- 7 dřep — vztyk
- 8 podřep únožmo v pr — v l — vztyk
- 9 dřep únožmo v pr — v l — vztyk

b) z lehu.

- 10 Břemeno na prsou: sed — vztyk

(Pokračování.)

16. zpráva cvičitelská

za dobu od 23. kvěna do 26. června 1896
z Baltimore, Md.

Baltimore, největší město ve státu Maryland, leží při výběžku zálivu Chesapeake, zvaném Patapsco R. Vlnitá a porostlá poloha činí velmi krásné okolí tomuto městu, jež ve Spojených Státech jest sedmým dle lidnatosti, čítajíc skoro 600,000 obyvatel. Počet Čechů se odhaduje na 15,000.

Cvičení jsem u Sok. Jed. Blesk odbyval v pondělí, ve středu, v pátek a v neděli, ač ne docela pravidelně. Nedělní cvičení bývalo venku a bylo jednou překaženo deštěm; první pátek v měsíci červnu bylo pořadové cvičení všech členů a třetí pátek schůze.

Výkaz o návštěvě.

Zapsaných 17, úhrnná návštěva v 16 cvičeních 164, průměrně na jedno cvičení 10 cvičenců. Jednotliví členové se účastnili počtu cvičení:

16krát Štětka Frant.	12krát Kadaň Frant.
15krát Bolard Rudolf	11krát Sýkora Ant.
13krát Kyzr Frant.	9krát Jelínek Vinc.
13krát Kvičala Karel	8krát Hiršauer Viktor
13krát Stiegler Ant.	8krát Sedloň Vincenc

Sokolská Jednota Blesk v Baltimore Md. má 121 členů. Cvičí v najmuté síni zvané „Bohemia“. Nájem obnáší \$125.00 za rok za cvičení a také jednu zábavu v masopustním období. Majitel Sokol Šimek však dosud vždy obnos nájemného Jednotě Blesk slevil. Z nářadí mají následující: ku skokům prostým vyjma do hloubky, skok o tyči, kozu, koně, 2 bradla, 2 brazdy, kruhy, lano ku šplhání, činky, břemena tyče, kužele. Některá z uvedených nářadí jsou venku v lese u Národního hřbitova, kde se koná nedělní cvičení. Na zdar!
J a n M e n d í k .

Sokol Americký.

— Dne 11. t. m. položila T. J. Sokol v New Yorku slavnostním způsobem základní kámen ku své vlastní tělocvičně. Den ten zůstane památným nejen jí ale všemu Sokolstvu, neboť položen o něm kámen ku tělocvičně, jež bude pomníkem trvalým obětavosti jmenovaného sboru. Dosud spoléháno všude hlavně na obětavost obecnstva, spoléháno na výtěžky ze zábav a z výstav, kde pomýšleno na stavbu vlastní tělocvičny. V T. J. S. v New Yorku nejvíce na stavbu síně vlastní skládali členové sboru sami, kteří pravidelně každého týdne skládali po 25 centech a mnozí mimo to ještě zvláště peněžitými obnosy přispěli. Tak mělo by se díti všude.

— Není tomu dávno, co založena byla hlavně příčiněním Sokolů Česká liga. Není tomu také dávno, co zmíněná liga v činnosti své ustála, kdy seznána neochota a neporozumění její snah jak v Čechách tak zde. V pokladně České ligy zůstalo několik set dolarů, o nichž dosud nebylo rozhodnuto, jak jimi naložiti. Dovolujeme si navrhnouti, aby peníze ty byly darovány T. J. Sokol v St. Louisu na znovuzbudování její tělocvičny. Sokolské sbory, jež k České lize náležejí, měly by v tom smyslu tajemníku její dopsat i nepochybujeme, že by návrh takový v říditelstvu ligy došel schválení.

— Nebylo by dobře aby příští závody N. J. S. byly zároveň se sjezdem roku příštího v Omaze, Neb.? Tím by se uspořilo peněz a zároveň by se zástupců sboru do sjezdu stali spíše členové cvičící, jimž rozkvět myšlenky sokolské trochu více na srdci leží než těm, kteří nikdy sami žádnou činnost sokolskou nejevili, vyjma tu, že k vůli biznisu k sokolskému sboru patřili a tam nejčastěji všemu dobremu a pokroku jen odpírali.

— Na jistém místě zmiňujeme se o jízdě na bicyklu. Právě se že jízda na bicyklu mimo přímý dobrý účinek na zdraví lidské vede také k střídmosti a šetrnosti. Bicyklisté prý méně kouří, neb jsou vůbec nekuřáky a také prý mnohem méně pijí opojných nápojů, jako piva a jiných.

— Jest dobře býti svobodomyšlným a míti k tomu i jiné by takovými byli. Však bývá rozdíl mezi tím, co kdo pod slovem svobodomyšlnost rozumívá. Taková svobodomyšlnost, jež není ničím jiným než hubbuckem, který má nahraditi jiný hubbuk kněžský jistě svobodomyšlností, myslíme to že jest zbytečnou a nikomu neprospívající prací vyháněti čerta ďáblem.

— Náhodou dostalo se nám do rukou ženské vydání Pokroku Zapadu. V něm jsme se dočetli že Těl. Jed. Sokol v Omaze měla o českou školu v Omaze zásluhu největší a že hlavně jen její přičiněním škola ta dosud se udržela. A tak jako jest obětavost zmíněná jednota, starající se o školu pro českou mládež, jsou i všechny ostatní naše sbory sokolské. O tom však někdo mermomocí nechce věděti a přichází s radou, aby sokolské sbory podporovaly a zařizovaly školy pro českou mládež.

— T. J. Sokol v St. Louisu opět postihla značná ztráta. Cvičitel její, br. Aug. Tesař, náčelník N. J. S. přesídlil se před málo dní ze St. Louisu do New Yorku. Kdo ví jak pilným a výborným jest br. Tesař cvičitelem a jak horlivým Sokolům dovede oceniti, jak těžká ztráta odchodem jeho st. louisický sbor stihla. Nedávny

cyklon a následující jej časté a neobyčejně prudké bouře jež v St. Louisu řádily způsobily, že rozhodl se Tesař vrátiti se s rodinou svojí do starého svého domova. Přejeme mu upřímně i rodině jeho by se mu v New Yorku dobře vedlo, i gratulujeme jednotě tamní, že opět v její střed se vrátil.

— Některí stále nemohou pochopiti k čemu jsou sbory sokolské. Některí by chtěli aby v nich vyřizovalo se vše, aby staraly se o každého a o všecko. Tak zejména mnozí chtějí aby se sbory sokolské zabývaly otázkou dělnickou, sociální. K čemu pak jsou unie dělnické? Nemá k těm každý uvědomělý dělník náležeti, nemá v nich a skrze ně domáhati se zlepšení svého stavu? Zakládati dělnické sokolské sbory k vůli tomu, aby se v nich o dělnických otázkách rokovalo jest nesmyslem. Takové spolky nejsou pak ani sokolskými ani dělnickými. A že jsou zakládány a to nejčastěji členy některého sboru sokolského dokazuje jen, že ti jejich zakladatelé myšlenku sokolskou nepochopili, že ani tolik o ni neví že ve sborech sokolských jsme si všichni rovni, že jsme v nich všichni bratřími bez rozdílu stáří, majetku a zaměstnání.

— Velmi zajímavým jest výkaz příspěvků na tělocvičnu T. J. S. v St. Louisu, Mo. v t. č. uveřejněný. Což nemůže sbor, který peněz nemá v pokladně uspořádati sbírku mezi členy svými, (jako učinily T. J. S. Tyrš a Sokol Slov. Lípa v Chicgu) kde jedná se o nutnou podporu jednotě nenadálým neštěstím postižené? Tu třeba obětavosti každého. Malé sbory jako ve Westfield, v Manitowocu a Sokol Chicgo přispěly slušným obnosem. A ty větší a zámožnější?

Sokol Slávský.

— Není tomu dávno co potěšili jsme se z toho, že na sjezdu České Obce Sokolské ozvali se též hlasové, aby prapory u sborů sokolských co zbytečné byly odstraněny. Přesvědčili jsme se z toho, že jsou u sborů sokolských v Čechách také členy lidé, kteří zbytečnosti nemilují. Ovšem, že náhled jejich o praporech neprošel. V „Sokolu“ čís. 7. t. r. čteme ve věstníku České Obce Sokolské: „Usneseno, dále zavést praporec jednotné pro všechny jednoty a sice na bílé straně červeně vyšité jméno jednoty, na druhé straně Český lev s korunou, žerď pak opatřena hliníkovým sokolíkem s rozpjatými křídly (cena jest asi 60 zl.) Zavedení praporců těchto se jednotám, jež dosud praporů nemají, nařizuje. Objednávky praporu dějtež se prostřednictvím předsednictva Č. O. S.“ Škoda vyhazovati peněz na takovou zbytečnost, jakou jest prapor. Nebylo by lepší těch 60 zl. na prapor potřebných vynaložiti buď na knihy neb na časopisy, neb k zvelebení nářadí? Zdá se, že potrpíme si jen přece silně na zbytečné cetky, třeba bychom to přiznati nechtěli. Komu pro vše na světě chcete prospět praporem? Napadá nám na mysl jistý tak zvaný Dělnický Sokol, který asi před půl rokem prapor si pořídil asi za půl pátá sta dolarů, při tom vystrojil velikou slavnost a dvě čísla časopisů, který vydává věnoval pak popisu svého praporu a slavnosti jeho odhalení. A ti lidé, kteří takovými marnivostem holdují, kteří se kusu hedbávi a kusu zlatého třepění jako staří židé zlatému teleti klaní, vyblašují do světa, že byli nuceni založiti zvláštní Sokol dělnický, poněvadž ve stávajících již sborech vládne jen „buržoazie“ a cpařství. Jací jsou to ve světě výtečníci!

D O P I S Y .

V New Yorku, dne 1. července 1896. — Nejdůležitější prací, která jednotou naší za celých dlouhých 29 roků vykonána byla, stane se práci posvátná dne 11. července v tomto roce o třetí hodině odpolední. Budeme pokládati základní kámen naší vlastní tělocvičny. Srdce každého upřímného Sokola v radostném opojení plesá, že v kratičkých několika dnech dočkáme se činu, který veškeré tužby, naše horoucí přání vyplní. Dostí dlouho trápili jsme těla svá v místnostech dusných. Velmi často k vůli rozkošim a radovánkám musel těloevik zanedbáván býti jen k vůli obchodu toho neb onoho majitele místnosti, co ústrků a protivenství zakušili jsme k vůli naší milé jaré mládeži, jen z té příčiny že se v hostinci nic z nich nevytěžilo, dle libovůle majitele vypovídání jsme byli z místnosti jeho, že prý děti dělají hluk, znečistí podlahu sálu, ba i chodník městský před místností. Základní, posvátný

kámen náš všemu strádání i utrpení, ponižování i odstrkování konec však navždy učiní.

A protož tisíckrát pozdraven buď ty kamene základní, který s s heslem našim „Svornost, rovnost a bratrství“ pyšnití se budeš. Buď tisíckrát pozdraven ty symbole lásky a obětavosti sokolské, neb nad Tebou vyklene se velechrám pravdy, síly nezlomné, charakteru pevného, nad Tebou vzdělána bude bašta našeho drahého jazyka vždy jej chránící. Pod krovem Tvým navždy chceme pěstovati lásku bratrskou, tělocvik stvořený veleduchy Fuegnerem a Tyršem opatrovatí a zdokonalovati chceme do dechu posledního, svůj jazyk ctíti, zvyky své v pravdě slovanské, ba i práva svá hájiti v nové této svatyni budeme, kdykoliv neoprávněně by Čechům škozeno bylo. Pod krovem Tvým, kamene základní, krásná česká i jinojazyčná dramatická díla, velice cenná provozována budou, znamenité opery v té krásné řeči české, lidu našemu co nejvybranější lahůdky, Tobě lidé český, předkládány budou. Zkrátka, krov tento bude nejpříjemnějším místem bez rozdílu pro každého Čechoslovana. A protož tisíckrát buď pozdraven základní kamene náš k chrámu tak důstojnému.

Málo který z našich Sokolů dovede oceniti tu velikou píli našich sester Sokolek ve prospěch naší tělocvičny. Pravím že málo který a to odůvodňuji tím, že Těl. Sbor Dívek a Paní pracuje bez vši reklamy a tiše s píli mravenčí pro nastávající domov náš. Sotva že odvedli plných 5 set dollarů co výtěžek čistý z bazaru, hodlají uspořádati opětně velký výlet ve prospěch Sokolovny naší, a sice dne 30. srpna, ve Tvrdíkově Ravenswood Parku, L. I. C.

Komu záleží na tom, aby výtěžek co možná byl největší, nechť neopomene v tu neděli se dostavit do příjemného parku tohoto na zdravém vzduchu a já ujišťuji každého, že v kruhu sester našich zažije příjemnou a utěšenou chvíli.

Společný cvičitel N. J. S. a zároveň horlivý náš člen br. Mendik příjemně nás překvapil dne 27. června, neboť navštívil nás v místnosti naší, ovšem že jen na krátko, neboť ubírá se do Westfield, Mass., by tamější jednotu cvičil. Tím více nás jeho přítomnost těšila, neboť druhý den mělo být pořádáno pořadové cvičení celého praporu ve Woolsey Point, v Astoria. Však počasí deštivé vše překazilo a tu cvičení odloženo býti muselo na den 5. července do téhož místa.

Nevím, jak bude přijat návrh jednoty naší, by letošní závody se neodbývaly a peníze takto uspořené by věnovaly se jednotě v St. Louis, jisto však jest, že jednota naše „bezodkladně“ povolila dvě stě dollarů na opravení st.-louisské Sokolovny, vzdor tomu, že nyní sami nevyhnutelně každý jediný cent zapotřebí máme. Rychlá pomoc, jest dvojnásobná pomoc, a kdož by nepomáhal jednotě nejstarší, v neštěstí tak velikém?

Poněvadž majitel dřívější letní cvičírny nechtěl požadavkům našim vyhověti, bylo vyhlédnuto jiné místo, tisíckrát lepší aspoň pro nedělní cvičení, kde úplně zdarma v krásném stínu cvičiti jest možno v čas kterýkoliv, a co jest při tom vzácnějšího, můžeme se kdy chceme vykoupati v mořské vodě úplně bezplatně. Jest to veliký kus cesty sice od našeho středu, avšak povážíme-li výhody které nám Woolsey Point skytá, můžeme být úplně spokojeni. Zdá se, že letní dobou zase jistě procento cvičících členů ubylo, však není již daleka doba, kde cvičiti budeme v prostranné vlastní Sokolovně, a tam zajisté každý rád cvičiti bude. Cvičení pořadová jsou též málo navštěvována, přicházejí pravidelně dvě čety ze 100členého sboru. Nu, snad se polepšíme, což bych si ze srdce přál. — Na zdar!

M. K a f k a .

V Morrisani, N. Y., dne 1. července 1896. — Musím se zase jednou pochlubit činností naší jednoty. Doufám, že to některé bratry moc bavít nebude, když budu psát pravdu, ale to mně neškodí. Vždyť jste si mne zvolili dopisovatelem do Sokola Am., abych dopisoval a ne abych byl jen dopisovatelem pro vyplnění místa. Když bratři obdrželi májový Sok. Am., tu měli z toho radost, že je nás málo a že držíme dohromady, tak jako bychom si byli řekli: „Půjdeme všichni do cvičení!“ A také cvičilo nás ten večer 12 (s čekanci). Byl bych vždy spokojen takovým procentem z 20. Ale to musím říci že to bylo jen ten večer, když četli někteří tu pochvalu. Přišší cvičení už bylo slabší a stále slabše. Když to bude tak déle trvat, zoškliví se i cvičitelům a náčelníkovi (ačkoliv žádný jiný cvičení nenavštěvuje než oni). Vždy jsem omlouval a bral jakýsi

ohled na členy ženaté, aneb v jiných záležitostech se nalézající, že jim skutečně není možno do cvičení přijít, ale dnešního dne ne! Jen bratrsky a rovnoprávně. Když můžeš večer jezdit na kole (bicyklu), svírat a zahrabávat svoje vyvinuté tělo, můžeš přijít jednou za čas do cvičení a trochu se narovnat.

Totéž platí i o schůzích našich. Když můžeš po jiných vycházkách chodit, proč nejdeš do schůze sokolské a k tomu podotknouti sluší „v č a s“. Každý přec ví, že schůze má být počata v osm hodin a ne jak se každému uzdá, by přišel a úřad na něho čekal dobré půl hodiny, až se pánům Sokolům uzdá.

Dále musím vytknout netečnost bratři, kteří se přestěhují aniž by to ohlásili u výpravčího orgánu a aniž by jednateli dali vědět. To se musí jednatel sám hlásit: „Bratře, dostáváš Sokola, či ne?“ Tak se mi to posledně stalo, když jsem jako dobrá duše bratrům orgán obstaral. Za to mě výpravčí napomenul, abych si přečetl na první stránce Sok. Am., co je výpravčího práce. Tak jsem si to bedlivě přečetl a tuším bedlivěji než výpravčí moji adresu, neb jsem mu dal adresu, kam jsem se přestěhoval a on mně poslal pouze na adresu onu číslo červnové jen pro knihovnu a pro mne nic. Proto přejdu si, bych ono číslo obdržel tak bratrsky, jako já jsem si přečetl poznámku výpravčího.

Jednota naše účastnila se s praporem dne 25. května slavností položení základního kamene k Národnímu Domu v New Yorku.

Dne 27. června usneseno účastniti se též slavnosti kladení základního kamene naší bratrské jednotě v New Yorku, která už dost toho podruží vytrpěla, podruží, jež jest rok od roku horší a horší. Prodež přejeme jednotě new-yorské štěstí v práci její.

Dále bylo usneseno v poslední naší schůzi jíti pěším výletem, aneb pořadovým cvičením do přírody. Rád se dočkám, kolik nas půjde a kolik nás bude doma. Podám výsledek po výletu onom. Prozatím Na zdar!

Frant. Chrastil, jed.

V St. Louis, Mo., dne 2. července 1896. — Jak rád jsem konal svoji povinnost dopisováním do našeho časopisu Sok. Am. a každý z našich členů s novou zprávou spěchal, aby o tom zpravil Sokoly. Pravím, jak rád jsem tak činil vždy a dnes mně vše připadá tak, jako bych snad nebyl schopen podati zprávu z našeho středu. Jak možno psát! Činnost žádná, jen starost a stále to same. Nutím se pár řádků napsati, ale nejde to i při dobré vůli.

Poslední můj dopis byl neutěšený a dnes naše tělocvična hledí na Sokoly, jako by chtěla říci: „Nenapravíte li mě brzy, sesypu se docela“. Mnohý Sokol třeba hledí malátně, lhostejně na vše. Ale když vidíme před sebou zničeno, na co se po dobu třiceti roků pracovalo, musí to hnouti každým upřímným Sokolem. S těžší sbor náš může sehnati postačitelnou částku, při nejmenším \$1000, jichž je třeba na nejnnutnější opravy. Tělocvičnu potřebujem jako oko v hlavě, sice budem klesati, až se octnem tam, kde jsme byli před 20 lety.

Keč se najde cesta k odpomožení, abychom mohli opětně svoji činnost rozvinouti, zvláště tělocvik.

Však dosti o tom smutném. Ale opětně začnu, jako dříve o tělocvičně, tak nyní o cvičiteli.

Jak nás cyklok překvapil a zničil před měsícem, tak nás stihla druhá bolesť taktéž neočekávaně, zvláště v nynější krizi by se toho byl žádný Sokol nenadál.

Naš cvičitel, Sokol A. Tesař opustil nás v době velmi kritické a nemůžeme sobě domyslit, že v tak krátké době to mohl učinit, aniž by to mohl oznámit sboru našemu. Sbor náš dal Sokolu A. Tesaři úplnou důvěru. Od našich členů byl ctěn a vážen i pohlíženo k němu s úctou. Dělal jsme si naději do budoucna, a najednou Sokol Tesař odebere se ku svým bratřím do New Yorku, by více se nevrátil. Poznali jsme bratra T. co horlivého Sokola a neradi ztrácíme jeho sílu co cvičitele, zvláště v té době, kdy bude třeba sehnati vše dohromady, jakmile by se tělocvična opravila.

Dne 26. m. m. rozloučil se s námi několika a druzí Sokolové se teprve po odjezdu Sok. T. dozvěděli, že nám náš náčelník a cvičitel odcestoval. Přejí Sokolu Tesaři, by opět nabyl té veselé nálady, již mezi námi postrádal, byv uvyklým mezi bratry new-yorskými a my zachováme jej ve své paměti.

Nevědouce, co nám činiti, abychom nezůstali úplně bezmocni, sešli jsme se činní členové, abychom prozatímně zvolili cvičitele, abychom úplně nezlenošili.

Ustanoven Sokol T. Ulrich, který bude cvičiti naše žáky.

Zároveň cvičení členů se pravidelně odbývá v úterý a v pátek. Cvičení se bude v dřívejší místnosti, nebo ve dvoře; škola začne opět jako dříve dne 2. července t. r. Sokolové nechť vezmou k vědomí a posílají opět své dítky do tělocvičné školy, kde se mohou úplně bezpečit na cvičitele T. Ulricha, který se přičiní, by své povinnosti dostál.

Stranu závodů musím se zmínit, že návrh new-yorského Sokola je velmi vhodný. Byla toho náhledu též naše jednota, ale bála se s ním vystoupiti z jistých příčin. Nevím určitě, ale mohu poukázat, že by závody setkaly se s malým zájmem, co se týká Čechů st.-louisských, neb ti ránu, kterou utrpěli, pocítí dosti dlouho.

Dokazuje to, že žádný spolek nebude pořádat výlet, neb cokoli jiného přes to, že jich projektována byla celá řada. St. Louis bude mrtev pro toto léto a zvláště Češi pocítí ztráty své velmi citelně. Na zábavy nezbyvá času, peněz a hlavně schází veselá mysl.

V á c . K . T ř í s k a .

V Humboldt, Neb., dne 2. července 1896. — Pro nedostatek času nebylo mi možno dříve nějakou zprávu z našeho sboru podati, což zajisté přimělo br. tajemníka, že on sám podal zprávu do S. A. v čísle minulém, v níž poukazuje na mnohé špatné zvyky našich bratrů Sokolů; zvláště odsuzuje jejich jednání vůči české řeči.

O tom jsem se dále dočetl v časopise „Amerikán“, ze dne 17. června t. r., kde pan Petr Rabštejnek ve svém dopisu popisuje zábavu našim sborem pořádanou dne 5. května. Mezi jiným píše: — „Prý to byla sokolská zábava, ale já to nepozoroval, ačkoliv jsem byl též přítomen. Ovšem bylo by mně to líto, kdyby mně některý Humboldtský Sokolik řekl, že to skutečně od nich pořádané bylo, avšak českou zábavou se to nazvati nemůže, neboť jsem tam slyšel velmi málo česky mluvíti, ačkoli jsem doufal, že v síni Č. S. P. S. se jinak než česky nemluví.“

Nemohu podati určité zprávy o tomto posudku, jelikož jsem nebyl přítomen oné zábavě, ale minulý dopis br. taj. tomu velice nasvědčuje.

Smutná zajisté zpráva pro každého Sokola, myšlenek pravých, sokolských. Naše zábavy jsou pořádané snad abychom obecenstvu vštíplili v rozum náš cíl, naše pravé myšlenky a abychom našim jednáním příkladně sloužili za vzor našemu lidu českému — když ale obecenstvo podává o nás tak neblahé úsudky a my sami jsme nuceni se k nim přiznati, za jakým to cílem se ubíráme?

Kam se uchylujeme od našich pravých zásad? Neb nač se chlubit některým podnikem, když zůstává pouze v theorii? Malý příklad toho máme ve sboru našem také. Na našem venkově již dlouhou dobu byla postrádána česká škola svobodomyšlná, (sektářská zde již byla) o které bylo i také poněkud rokováno hned ve schůzi únorové, ale nedošlo ještě k žádným počátkům. Za to ale ve schůzi březnové (což zápisky dokazují) bylo ujednáno, že členové z Humboldt se mají dostaviti v neděli, dne 22. března do venkovské síně, kde se odvětví Vyšehrad cvičí a tam že se má pojednati o významu a založení české školy. Vydání s tím spojené mělo být kryto ze sborové pokladny. Počasí na ten den bylo velice příznivé, takže jsme očekávali hojnou návštěvu bratrů humboldtských. Ale sklamali jsme se, když přijeli jenom tři: B. Ninger, F. Krásný a J. Kramář, kteří se horlivě přičiňovali o založení dávno již postrádané věci. Br. Fr. Krásný vysvětlil stručně rodákům význam české školy, takže došla věc ona k uskutečnění, ale na pravé založení a vydržování sborem sokolským nedošlo. Konečně rodáci venkovští se ujali sami tohoto podniku, tak že byla svolána ještě jedna schůze, kde byl zvolen výbor ku vybírání dobrovolných příspěvků k zařízení potřebných věcí pro školu, a zvolen zároveň výbor školní též ze středu venkovanů. Příspěvků školních se sešlo tolik, že postačily pro školní začátek a vyučování započalo první neděli v květnu. Z toho patrně, že nemůžeme podnik tento si přivlastňovati co náš vlastní.

Než dosti o tom. — Nechci dopodrobna líčiti všechny stinné stránky našeho sboru, neboť každý jednotlivec máme nějakou chybu, kterou ani třeba sami nepoznáváme a když ony chyby nás všech se sdružují, tu musí nadejiti neblahé následky, na které nám jiní lidé poukazují a pro které se pak horšíme nevědomě.

Bratři! Nebylo by již na čase, aby všechny rozdrobenosti, osobní spory a všeliké podobné nás nešlechtilí zvyky se náležitě urovnaly,

tak aby povstalo sjednocení, jedna mysl? Pokud mezi námi se neusídli pravá láska k bližnímu, láska bratrská, nebudeme ani nemůžeme se octnouti mezi obecenstvem v souladu. Vim, že namnoze panuje o obecenstvu venkovském přepodivný mylný úsudek a že jsou zle odsuzovány jeho zvyky a jeho postavení, tak že i snad mnohý Sokol by se mohl nechat myšlenkou takovou svěsti.

Nebylo by tedy dobře, kdybychom my Sokolové takového nepravé odsuzování hleděti odstraniti? Myslím, že jsme zde jeden jako druhý. Jestli někomu dopřáno více, nemusí snad býti utiskován tím jiný, jehož hlas nenabývá tolik vážnosti, když se snaží svá práva pronésti. Věru, jsou velmi zlé ty lidské vášně, sobeckost, závisť a mnoho jiných, které svedou ten lid nižší, utlačovaný proti sobě a pak třeba bratr proti bratru útočí. Jestli ale ten lid utiskovaný pozná své hlavní utiskovatele a snaží se vyjádřiti svá práva, jest nemilosrdně odkopnut aneb ruce spravedlnosti se po něm sápu.

Sokol každý zná snad své zásady, své poslání, alespoň znáti by je měl. Když tedy svoje zásady známe a víme, že se přiči všekerému utiskování lidstva, doufám, že by nám velice prospělo, kdyby poučováno bylo širší obecenstvo ve způsobě rozličných přednášek. Jest nám především povzbuditi u každého lásku k naší zemi, k naší mluvě a ku všemu co každému upřímnému Čechu milé jest.

Proto odložme všechna špatná jednání z minulosti stranou, vezměme na se ráz pravosokolský, ať konáme naše směry skutkem a ne jenom odznakem. Vždyť víme z naší historie že národ náš žil mírumilovně, spokojeně a místo krvavých bojů byl mu milejší pluh s kterým pomáhal odkrývat, vzdělávat a pěstiti úrodnou půdu své země. On vychovával dítky své v lásce k vlasti i rodičům a pěstoval v nich již tehda pocit neodvislosti. Proč tedy my potomci národa takového bychom měli žiti zde, v této zemi svobody v roztržkách a nesvárech?

Zajisté mnohému horlivci národa našeho tane na mysli, jestli konečně nadejde doba, kdy každý Čech veřejně vystoupí a zvolá: „Já jsem Čech, přítel svobody a nepřítel každého utiskování bratrů svých!“ — Na zdar!

Fr. Dobrovolný, jed.

V Chicagu, Ill., dne 3. července 1896. — (Z T. J. S. Čechie). — V poslední schůzi jsem byl zvolen dopisovatelem do našeho orgánu Sok. Am. Sedím zamyšlen, pohlížeje upřeně na jedno místo, zdali nějaká nová zpráva se mně vyskytne a čím déle upírám zraky, tím více pomýšlím do minulosti našeho sboru, co dosud vykonal a co ještě vykonal má. Sokolové, věnujme větší pozornost našemu sboru, všimějme si více sokolské činnosti a její účelů, nepohlížejme na vše tak lhostejně, jako by se nás to netýkalo, nespolehejme se pořád na těch několik členů, kteří dosud musí vše obstarat a na vše dohlížet. Až síla jejich bude vyčerpána, kdo se pak ujme těch výborů a kdo bude na vše tak dohlížet, jako oni činí? Snad nikdo! Ještě třeba řeknou ti, kteří si nyní tak dobře hoví doma: „Když pracovali tak dlouho, mohou pracovati ještě na dále, jen když my máme z toho též zisk jako oni.“ To však Sokolové není po právu. Proto jsme Sokoly, abychom všichni brali stejný podíl v práci sboru, neb není jeden více než druhý, a když pilně budeme se podílet ve všem, pak teprv seznáme, co můžeme učinit. Jest zajisté přáním nás všech, by jednota naše zkvétala a stále ku předu pokračovala. Budeme-li každý jen trochu pomáhat, pak se nám snahy naše jistě vydaří.

Tělocvična naše bývá také málo navštěvována členy cvičícími; přichází jich tak od 6 do 10 a žáků a žákyň od 16 do 20.

Sokolové, kteří jste schopni cvičit, neopomeňte navštěvovati cvičení každé úterý a pátek od 8 hodin do 10 a též přiveďte s sebou žáky, kteří cvičí od půl sedmé do osmi hodin. Zajisté když přijdete jednou a dvakrát, že budete pak cvičit stále, neb máte náčelníkem člena Ant. Šusterku a cvičitelem Jana Anděla, kteří jsou oba horliví a zároveň zkušení ve svých povinnostech. Na zdar!

F. H. Hrdlička,
dopisovatel.

Schůze výkonného výboru N. J. S.

New York, 10. června 1896. — (Schůze mimoriádná.) — Starosta, br. Al. Wokal zahájil schůzi za přítomnosti všech členů. — Schůze svolána za příčinou pojednání o návrhu jednoty new-

yorské, jež žádá, aby bez odkladu všem jednotám předloženo bylo k odhlasování, aby peníze, které jednoty zamýšlely vydati na obeslání letošních závodů, jakož i peníze, jež výkonný výbor vydati by musil na závody, věnovány byly jednotě st.-louiské, sbořením Sokolovny těžce postižené, a od závodů aby pro letošní rok bylo upuštěno.— Návrh uznán za velmi důležitý a jednatel má jej předložit všem jednotám k odhlasování. Jednoty, které neodbývají od tohoto dne do 1. července schůzi, mají být požádány o odbývání schůze mimořádné a výsledky mají všechny jednoty do 1. července oznámiti. — Na to schůze skončena.

F. Lier, zap.

New York, 15. června 1896. — Schůzi zahájil starosta, bratr Al. Wokal. Nepřítomen a omluven zapisovatel, bratr F. Lier. Za něho obstará zápisky br. Jos. Říha. Zápisky ze dne 18. května a z minulé schůze dne 10. června čteny a přijaty. — Účet br. Liera na \$5 za pravidla závodní a na \$98.80 za červnové číslo Sok. Am. poukázán k výplatě. Rovněž účty bratra J. Mendíka na \$22.56 za cestovní výlohy a Dra. K. Štulíka na \$12.45 za rozmnožení a rozeslání reje, cvičení prostných a s tyčemi k závodům v St. Louisu. — T. J. S. Vlast v Chicagu doplnila svou žádost o přijetí a zaslala seznam členů. O žádosti pojedná se, až dojde odpověď T. J. Sok. Čechie ve příčině seznamu členského, o který žádala. — Dopisy br. Mendíka čteny. Zpráva odkázána do tisku a seznam jeho ponechán k příležitostnému použití. — Dopis Dra. Štulíka odložen do příští schůze. — Sok. Jed. Blesk v Baltimore odpoví jednatel, že v. v. ponechává uznání br. Mendíka, je-li třeba, aby se tam déle pozdržel. V tomže smyslu dopíše se i br. Mendíkovi. — Dopisy T. J. S. v St. Louisu a T. J. S. Tyrš v Chicagu ve příčině podpory St. Louisu odkládají se až do vyřízení návrhu T. J. S. v New Yorku. — Čteny odpovědi ve příčině vysvědčení br. Mendíkovi od sborů: Čechie, Chicago, Slov. Lípa, Tábor a Tyrš v Chicagu, od Svornosti a T. J. S. v New Yorku, jakož i od T. J. S. v St. Louisu, Wilberu, Milliganu, Racinu a Podlipný v Detroit. — Dotaz Těl. Jed. Sokol v St. Louisu zodpovídal již výbor tělocvičný v pravidlech závodních. — Čteny dopisy: Sokola Čech v Clevelandu, T. J. S. v Omaze a T. J. S. Podlipný v Detroitu, vztahující se k návrhu Plz. Sok. v Chicagu a jeho oběžnicích na jednoty, jakož i k oběžniku v. v. — K závodům za borce přihlásily dosud jednoty: T. J. S. v New Yorku A. Jahodu, Jana Beneše, Květ. Vejnosku, Jos. Oktavce, Ant. Heidu a Václava Hampla do oddělení vyššího, T. J. Klat. Sokol v Chicagu Jos. Úku, Fr. Prášu, Petra Straku, Al. Maška a Vác. Zemana do oddělení nižšího, Vác. Lukeše pak do oddělení vyššího. T. J. Sokol ve Wilberu Jos. Červeného do oddělení vyššího. T. Jed. Sokol v Milliganu V. Bouše do odd. vyš. a K. Smrhu ml. do odd. niž. — T. J. S. Svornost v N. Y. nevyšle nikoho. Rovněž: T. J. S. Tábor v Chicagu, T. J. S. ve Westfieldu, T. Jed. Sok. Mladočech v Racinu, T. Jed. Sok. Podlipný v Detroitu a T. J. S. v Brooklynu. — Sokol Slov. Lípa oznámí jména později, vyšle do vyš. odd. družstvo s náhradníkem. T. J. S. Čechie v Chicagu sdělí jména po schůzi dne 20. června a Sokol Chicago po schůzi dne 18. června. Totéž platí u obou o navržení soudců.—Za soudce navrhly: T. J. S. v New Yorku A. Wokala, Ferd. Martynho a Fr. Jichu. — T. J. Sok. v Milliganu Fr. Hrdého. — T. J. S. ve Wilberu Jana H. Brta.—T. J. Klatovský Sokol v Chicagu Fr. Orta a Sok. Slov. Lípa tamže Tom. Nádra a Mat. Horu. — T. Jed. Sok. Podlipný v Detroitu Mart. Červeného a Jana Fryše. — Nikoho nenavrhují: T. J. S. Mladočech v Racinu, T. J. S. Svornost v New Yorku, T. J. S. Tábor v Chicagu, T. J. S. v Brooklynu a T. J. S. ve Westfieldu. — Sok. Jednotě Slovan ve Filadelfii odpoví jednatel dle daného mu ponaučení. Rovněž sboru „Vlasta“ v St. Louisu. — Ze St. Louisu oznámen pořádací výbor takto: A. Pešout, před., Vác. K. Třiska, taj. (1911 Geyer Ave.), Al. Vrána, Petr Pířha a J. Kučera. — Na zdar!

Jos. Říha, proz. zap.

New York, dne 6. července 1896. — Starosta, br. Al. Wokal, zahájil schůzi u přítomnosti všech členů. — Zápis o minulé schůzi po přečtení přijat. — Účet br. Mendíka na \$9.15 za cestu z Baltimore do Westfield přikázán k výplatě. — Dopis tétož přijat a zpráva cvičitelská odkázána do tisku. — Jednoty: ze St. Paulu, South Omahy, Linwoodu, Newarku, „Cleveland“ z Clevelandu a „Tábor“ z Chicaga oznamují, že pro tu neb onu příčinu není jim možno

závodníky do St. Louisu vyslati. — Jednatel předčítá dopisy oznamující výsledek hlasování o návrhu jednoty newyorské, aby od závodů letošních bylo upuštěno a peníze, které na závody by se vydaly, by věnovány byly cyklonem postižené jednotě st.-louiské. Dle výkazu jednatelům předloženého všechny jednoty dohromady mají 291 hlas, k přijetí potřebná dvoutřetinová většina obnáší tedy 194 hlasy. Následující jednoty hlasovaly úplně pro návrh jednoty newyorské (1. aby se závody neodbývaly; 2. aby příští sjezd určil kdy a kde se mají odbývat; 3. aby sbory své vydání na závody darovaly jednotě st.-louiské; 4. aby své vydání téže jednotě darovala N. J. S.): Brooklyn 2 hlasy, Cedar Rapids 12, Clarkson 1, „Cleveland“ 8, „Čech“ v Clevelandu 13, „Nová Vlast“ tamtéž 4, Crete 4, „Budívoj“ v Detroit 4, „Podlipný“ tamtéž 6, Humboldt 3, „Chicago“ v Chicagu 8, „Slov. Lípa“ tamtéž 27, „Klatovský Sokol“ tamtéž 9, „Čechie“ tamtéž 9, „Tábor“ tamtéž 4, Linwood 1, L. I. City 3, Milligan 3, Milwaukee 13, Newark 3, New York 46, Racine 5, Schuyler 3, So. Omaha 3, Westfield 3 a Wilber 4. — Bruno s 2 hlasy hlasuje pro všechny čtyry odstavce návrhu, dodatečně ale navrhuje, aby peníze z pokladny N. J. S. vyplaceny byly v několika lhůtách. „Plz. Sokol“ v Chicagu, s 29 hlasy, hlasuje pouze pro 1. a 2. odstavec návrhu. „Tyrš“ z Chicaga, s 9 hlasy, hlasuje pro 1. a 2. odst. a navrhuje, aby vyplaceno bylo \$500 z pokladny N. J. S. Manitowoc s 3 hlasy, hlasuje pro 1. a 4. odstavec návrhu a dodatečně navrhuje odbývání závodů v St. Louisu příštím rokem, bude-li si toho tamní jednota přáti. Morrisania, s 2 hlasy, hlasuje pro 1., 2. a 3. odst. návrhu a proti odst. 4. Omaha, se 7 hlasy, hlasuje proti celému návrhu. Baltimore, s 12 hlasy, Brooklyn, s 2 hlasy, Coal City, s 2 hlasy, Oxford Junction, s 1 hlasem, Plattsmonth se 3 hlasy a St. Paul, se 4 hlasy, dosud výsledek hlasování neoznámily. Jednota st.-louiská hlasování se vzdala. V ý s l e d e k : 1. odst. návrhu přijat 244 hlasy, druhý odst. přijat 241 hl., 3. odst. přijat 203 hl. a 4. odstavec přijat 204 hl. Celý návrh jednoty newyorské prohlašuje se za přijatý, čímž též jednání o návrzích dodatečných odpadá. — Následující jednoty oznámily již příspěvky: Crete \$20, Humboldt \$5, „Chicago“ \$50, „Čechie“ v Chicagu \$5, „Fuegner“ v L. I. City \$25, New York \$200, „Mladočech“ v Racine \$10 a Westfield \$25. — Ve příčině vysvědčení společnému cvič., br. Mendíkovi, zasílají dopisy: Crete, „Cleveland“ v Clevelandu, Bruno, So. Omaha, St. Paul, Manitowoc, Newark, Linwood, Cedar Rapids a „Budívoj“ v Detroit. — Některé jednoty oznamují závodníky a navrhuji soudce, což odhlasování návrhu jednoty newyorské odpadá. — Bývalý člen jednoty morrisanské, p. Vinc. Křenek, zaslal stížnost, že jmenovaná jednota odírá vydati mu odstupní listinu; k vyšetření stížnosti jmenuje starosta bratry Liera, Jahodu a Kadice. — Účetní jednoty baltimorské zasílá čtvrtletní zprávu bez podpisu starosty. Zpráva má se vrátit, aby ji starosta podepsal aneb udal příčiny, proč se zdráhá ji podepsati. Poplatky za tutéž zprávu přijaty. — Dopis o stanovách téže jednoty vyřídí jednatel dle daného návodu. — Přijat na vědomí dopis jednoty v Bruno, jež oznamuje, že v Abie, Neb., založen sokolský sbor se 14 členy, jenž přidá se k N. J. S. — Dopis jednoty st.-louiské přijat. Jednatel sděluje, že k žádosti téže jednoty zaslal jí telegram o výsledku hlasování o závodech k vůli zrušení smlouvy s majitelem místnosti, kde závody se měly odbývat. — Jednatel zaslal má též telegram o výsl. hlas. pořadateli listu, br. Štulíkovi. — Jednota newyorská žádá záslužní listinu 20letého členství pro br. Ant. Poláka; přijato. — Sokolské Jednotě Slovan ve Filadelfii k její žádosti má být zaslán vzorek kroje, jež pak může koupiti aneb zpět zaslati. — Dopis br. Štulíka odložen opět do příští schůze. — Jednatel oznamuje, že u 7 jednot jest na dluhu \$219.70 a 26 jednot dluhuje za druhé čtvrtletí; jest potřeba, zvláště k vůli rychlé pomoci jednotě st.-louiské, aby jednoty vyrovnání účtů svých uspíšily. — Poněvadž v jednotě brooklynské není s dostatek cvičících přes to, že tam schopného cvičitele mají, a pak vzhledem k tomu, že Východní župa, kdykoli by se potřeba ukázala, s malými výlohami dobřeho cvičitele tam vysíláti může, usneseno k brooklynské jednotě spol. cvičitele, br. Mendíka nevysíláti. — Tentýž má být požádán, aby pro sjezd vypracoval kritickou úvahu o stavu všech jednot. — Na to schůze skončena.

F. Lier, zapisovatel.

Zpráva náčelníka

Sokola Slovanská Lípa.

Za měsíc červen cvičilo se devětkrát a sice vždy v úterý a v pátek. Cvičení navštěvovalo průměrně deset členů; cvičilo se ve 2 družstvech a nejpilněji navštěvovali cvičení Sokolové Jirsa, Strachota, Patera a Tichý. — Na zdar!

Arnošt Wolf, nač.

Příjem a vydání N. J. S. v červnu 1896.

Příjem:

Červen 3. Těl. Jed. Sok. v Milwaukee dopláci na I. 1896.....	\$30.50
10. Z Chicagu za 4 ohlášky v Sok. Am.....	68.00
15. Za ohlášku z New Yorku.....	4.00
Za 3 čísla Sok. Am.....	.15
22. T. J. S. Žížka v Bruno dopláci za I. 1896.....	2.10
spláci na II. 1896.....	4.30
Tatáž za Tyršovy Úvaly.....	2.50
26. T. J. S. Tyrš v Chicagu za I. 1896.....	19.50
T. J. S. Podlipný v Detroitu přisp. za I. 1895.....	11.50
za II. 1895.....	12.40
za III. 1895.....	11.50

Úhrnem.....\$166.45
Hotovost z minulého měsíce.....782.76

Celkem.....\$949.21

Vydání.

Červen 1. Spol. cvič. za květen.....	\$75.00
Témuž náhrada za jízdy v Chicagu a do Coal City.....	22.56
Br. Kar. Štulíkovi za rozmnožení a rozeslání reje, cvič. prostných a s tyčemi k zavodům.....	12.45
15. Témuž za pořádky Sok. Am. v 2. čtvrtletí.....	60.00
25 procent provise z \$72 za ohlášky.....	18.00
F. Lierovi za 300 tištěných pravidel závodních.....	5.00
Témuž za 3400 Sok. Am. za červen s výp. a znám.....	98.80
30. Spol. cvič. za červen.....	75.00
Jednateli a pokladníkovi za II. čtvrtletí.....	27.50
Pokladníkovi náhrada poštovního a hot. výloh za 8 měsíců.....	1.00

Úhrnem.....\$395.31

Příjem.....\$949.21
Vydání.....395.31

Hotovost.....\$553.90

Poněvadž dlužní úpis na \$500 vykazuje se v hotovosti za kupní cenu \$565, jeví se schodek \$11.10. (Viz schůzi výk. výb. ze dne 6. července 1896.)

Jos. Říha, jed.

Výkaz příspěvků

na opravu tělocvičny T. J. S. v St. Louisu, Mo.

Tímto stvrzujeme příjem ve prospěch cyklonem poškozené tělocvičny. Z Těl. Jed. Sokol, do dne 3. července 1896.

Sokol J. Mendik a cvič. členové Sok. v Baltimore.....	\$10.00
Plzeňský Sokol v Chicagu, Ill.....	5.00
Cesko Am. Sokol Manitowoc, Wis.....	33.00
Těl. Jed. Sokol v Plattsmouth, Neb.....	5.00
Crete, Neb.....	20.00
Komenský, Humboldt, Neb.....	5.00
Westfield, Mass.....	25.00
Podlipný, Detroit, Mich.....	5.19
Nová Vlast, Cleveland, O.....	10.00
Sokol Chicago v Chicagu, Ill.....	50.00
Sokol Rud. Dostal, St. Louis.....	5.00
Sběr. list č. 47. Sok. V. Šafranka vykazuje.....	\$14.80
Sokol Karel Tříska.....	\$10.00
„ J. Jablečnick.....	2.00
„ Vinc. Ujka.....	1.00
„ V. Osvald.....	1.00
„ Jos. Jelínek.....	.30
„ Fr. Viedeman.....	.50

Úhrnem.....\$187.99

Prosíme o další příspěvky, za Těl. Jed. Sokol

Fr. Holman, před. Vác. K. Tříska, úč.
1911 Geyer Ave.

Členové noví a vyloučení.

Z T. J. S. Jiří z Poděbrad v Clarkson, Neb., vyloučen pro neplacení příspěvků J. B. Mathauser.

Do T. J. Sokol v Plattsmouth, Neb., přijati Leop. Hrdlička, Fr. Hrdlička, Otto Burkmajer a Ant. Burkmajer. Odstoupil Fr. Cafourek.

Z T. J. S. Svornost v Morrisania, N. Y. Za první čtvrtletí odstoupili Alois Bláha, Eman Reverely, Jos. Křenek. Za druhé čtvrtletí Fr. Heller, Tom. Beníšek, Jan Rybička vyloučení pro neplacení příspěvků. Vinc. Křenek vyloučen pro svévolné poškozování zájmů své jednoty.

Fr. Chrastil, jed.

ADRESÁŘ NÁRODNÍ JEDNOTY SOKOLSKÉ VE SPOJ. STÁTECH.

VÝKONNÝ VYBOR NÁRODNÍ JEDNOTY SOK. V NEW YORKU:
Al. Wokal, starosta, 1 Skillman Ave., Long Island City, N. Y.; J. Kadlec, náměstek, 320 E. 71st St.; Jos. Říha jed., 1204—2nd Av. Fr. Lier tajemník, 410 E. 71st St.; Jos. Wocel pokladník, 346 E. 78th St.; Jos. Brodil, Jan Pavlík, Ant. Jahoda, Fr. Chrastil. Náč. A. Tesar, 1376 First Ave., New York, podnáč. J. Pavlík.

Župa Východní, sídlo v New Yorku.

Ústřední výbor: starosta J. Beníšek, jed. A. Voříšek, 338 E. 71st St. pokladníci V. Hampl, Ferd. Martyny, A. Heida, náč. Fr. Zborník 501 E. 72nd St., místonáč. F. Martyny N. Y., F. Vančura L. I. City. SOKOL JED. BLESK Baltimore; jed. V. J. Šimek, 932 N. Broadway T. J. SOKOL Brooklyn, N. Y., taj. E. Biza, 906 Flushing Av. T. J. S. FUEGNER, L. I. City, N. Y., taj. Ant. Majer, 236 Crescent St. S. J. SVORNOST, Morrisania, N. Y.; F. Chrastil, 840—169th St. T. J. SOK. Newark, Franta Holeček, 280—15. Av. T. J. SOKOL, New York; taj. Jos. Zákasník, 360 E. 72nd St. T. J. SOKOL WESTFIELD, MASS. Jos. Červený, 79 Meadow St.

Župa Západní, sídlo v Omaze, Neb.

Ústř. výb.: před. A. Kment, 1245 So. 15th St., taj. V. Šebek, 1407 So. 4th St., pokl. John Mathouser, další čl. výboru Rud. Havelka a Vác. Raba, Omaha. náčelník J. Pecival, 1516 Williams St., podnáčelníci Franta Filip, Boh. Ninger. T. J. SOKOL ŽÍŽKA, Bruno, Neb.; taj. Frank Zelený. TYRŠ C. R. SOKOL, Cedar Rapids, Ia.; A. M. Zahofík, 2nd Ave. T. J. SOKOL, Crete Neb. taj. Vác. Daniel T. J. SOKOL, Linwood, Neb., taj. Karel Dočekal. T. J. SOKOL Omaha; taj. Jos. F. Kunc, Rear 1416 William Omaha T. J. S. ČESKÝ LÉV, Oxford Junction, Ia.; taj. Jos. Milota. T. J. S. PLATTSMOUTH, Neb., J. C. Pták, tajemník. T. J. S. MILLIGAN, Neb., Frant. Hrdý, jed. P. J. SOKOL, Schuyler, Neb.; taj. Josef Otradovský, P. O. B. 247. T. J. SOKOL, So. Omaha, Neb. jed. Frant. Hájek 20 O St.

T. J. SOKOL St. Louis, Mo.; jed. A. Hájek, 2349 S. 11th St. T. J. SOKOL, Wilber, Neb.; taj. Jan H. Brt T. J. S. JIŘÍ PODEBRAD, Clarkson, Neb., taj. Jan D. Wolf T. J. S. KOMENSKÝ, Humboldt, Neb., F. Kotouč, jr.

Župa Střední, sídlo v Milwaukee, Wis.

Ústřední výb.: Před. J. Zahofík, taj. a jed. H. Vrba 621 Chestnut St.; pokl. Vác. Straka; další členové výboru Fr. Kaplan a V. Simandl, Jos. Štíbr, náčelník, cor. Broadway & Smith Ave., Cleveland, O.; podnáčelníci J. Zahofík a A. Jedlička. SOKOL ČECH, Cleveland, O.; taj. Ant. Jedlička, 112 Croton St. T. J. S. NOVÁ VLAST, Cleveland, O., A. Pánek, 122 Sacket St. T. J. SOKOL Cleveland, taj. Fr. Skala, 158 Croton St. T. J. S. BUDIVOJ, Detroit Mich. J. C. Tobias r. 48—49 Home Bank Blg T. J. S. PODLIPNÝ, Detroit, Mich.; taj. E. Novák, 53 Williams Av. ČES. AM. SOKOL Manitowoc, Wis.; taj. A. J. Fanta, 312 N. 8th St TĚL. J. SOKOL, Milwaukee, Wis.; K. Jiran, 530—12th St. T. J. S. MLADOČECH, Racine, Wis. Jiří Mach, care of „Slavie“. Č. A. JED. SOK., St. Paul, Minn., A. Jurka, 16 Douglas St.

Župa Chicagská, sídlo v Chicagu, Ill.

Ústř. výb.: R. Hurt, 593 Blue Island Avenue, T. Vonášek, taj., cof R. Hurt, 593 Blue Island Ave., F. Holub. — Náč. K. Štulík, 525 S. Lincoln St., místonáč.: F. Hešík, R. Hurt. KLATOVSKY SOKOL, Chicago; taj. Al. Mašek, 571 W. 18th St. PLZEŇSKÝ SOKOL Chic.; taj. S. Süsslund 629 W. 21st St. SOKOL CHICAGO, Chic. L. Koehler, 963 Washtenau Ave. SOKOL SLOVANSKA LÍPACHICAGO, Jind. Hájek, 133W. Taylor St. TĚL. J. ČECHIE Chicago; taj. Jan Rauš, 14 Curier St. T. J. S. TYRŠ, Chicago, Ill. A. J. Švestka 515 W. 21st St. T. J. S. TABOR, Chicago, Ill., jed. Jos. F. Šlauf, 1531 So. 41st Ave SOKOLSKÁ JED. HORNÍK, Coal City, Ill., taj. Fr. Kříž, B. 152

„Sokol Americký“, časopis Sokolstva čes.-ameríc. Nákladem výkonného výboru Národní Jednoty Sokolské. VYCHÁZÍ 15. KAŽDÉHO MĚSÍCE V NEW YORKU, N. Y.

Dr. K. Štulík, pořadatel, 525 S. Lincoln St., Chicago, Ill. Jos. Říha, jednatel výk. výb. N. J. S., 1204—2nd Av., New York.

Předplatné a veškeré dopisy pro „SOKOLA AMERICKÉHO“ buďtež zasílány pořadateli.

JAN ČEPEK
pozemkový, na oheň a
 ➤: * život * :
 pojišťující jednatel.

ÚRADVNÝ:
 315 E. 73. ul., N. Y. a 367 Woolsey Av. L. I. C.

Za \$75. koupíte nyní
Nejlepší Prapor
 a nádherné Odznaky za 75 ¢ kus.
J. W. ZERZAN
 1322 FARNAM ST. OMAHA, NEB.

Nezapomínejme na četbu!

U jednatele v. v. N. J. Sok. dostati lze tyto knihy:

TYRŠ: Základové těloviku	\$1.00
KOŽÍŠEK: Cvič. več. na koni na šíř	.10
HRON: O cvič. soustavě	.20
MENDÍK: Povelý ku podrobnému procvičení pořadových cvičení	.05
KLENKA: Cvičení s kuželi	.20
Těl. hry II. (S nářadím)	.25
Tyršovy Úvahy a řeči I. 1.	.25
Tyršovy Úvahy a řeči I. 2.	.25
III. Slet všesokolský v Praze (S ill.)	.30
Fuegner. Životopis	.10
Tyrš. Životopis	.10
Vaniček. Sok. epistolý I-IV.	.10
Sokol, jeho směr a cíl	.02
J. A. Komenský a jeho snahy těloc.	.02
„Sokol Americký“ z roků 1879, 1882, 1886, 1887, 1889, 1891, 1892, 1893, (jeden ročník)	.50

P o z n. Tyršovy Úvahy jsou po většině na skladě u sborů.

Chicagský oznamovatel.

F. H. Hrdlička,
hostinský
 v síni T. J. Sokol ČECHIE
 32 - 34 EMMA ULICE,
 blíže Milwaukee Ave., Chicago, Ill.

Příhodná místnost k odbyvání schůzí, plesů a zábav všeho druhu.

Sokol Jindřich Schulz
 vlastní velký obchod
nábytkem a kamny,

580-582 Blue Island Ave.

Na skladě má kuchyňské nádobí, lampy, karpety a j. Prodává též na splátky.

Karel Fívek

jest zručným a dovedným ve vykonávání prací spadajících do **klempířského oboru.**

Úřadovna: 81 Clark ul. p. č. 20
 Obydlí 674 May ulice.

Fr. Pavlíček,

okresní a městský **zeměměřič.**
 Výměry a nákresy lotů vykonává rychle.

František Randák,
ARCHITEKT.

Úřadovna: 95 Washington ul.,

Pokoj č. 63-64, Chicago.

Týž zhotoví na přání i plány pro venkov. Stavbám tělocvičen a veřejných budov věnuje se zvláštní pozornost.

Jest veřejným tajemstvím, že

VÁC. DONAT,

576 západní 19. ul.

vyrábí chutné a zdravé šumivé nápoje, kteréž jsou zvláště Sokoly oblíbeny.

K. J. Hlinka,

Jos. Kašpar.

Hlinka a Kašpar,

679-687 Laflin ul.

vykonávají veškeré kamenné práce na stavby.

W. Koláček & Co.

574-578 BLUE ISLAND AVE.,

686-690 LOOMIS ULICE.

Nejoblíbenější a největší

obchod strážní.

Všem členům jednot sokolských

oznamuji, že v brzku vydám vlastenecké epistolý s názvem:

Pérem sokolím.

Napsal

František Horálek.

Cena 1 výtisku bude 20—30 kr.

Žádám bratry jednatele neb ony bratry, kteří v jednotách rozšiřování literatury na starosti mají, aby spisu mému laskavou pozornost věnovali a pokud možno přihlášky své v brzku zaslali jednatele výk. výboru N. J. S. Podle počtu přihlášených výtisků stanovím cenu krámskou tak, aby knížka byla všem členům přístupná. — Na zdar!
 Na Královských Vinohradech, na štědrý den r. 1895.

František Horálek, nakladatel.



F. KORBEL & BROS.,
 pěstitelé vína v Sonoma Co., Cal.

Odvětví: 684-686 W. 12th Street,

Chicago, Ill.

Chicagský oznamovatel.

... SOKOL ...

J. F. MALÝ,

FOTOGRAF

570 záp. 18. ulice.

Zhotovuje nejlepší fotografie za mírné ceny; zvláštní pozornost věnuje sokolským skupinám.

Červená, modrá — ne, ale
CYRIL FIALA,
obslouží Vás
v Plzeňském Sokole
nejlepším domácím a importovaným pravým plzeňským.
Chutným lunčem a vším, čeho jest k blahu tělesnému zapotřebí.
Navštivte jej!

~ SOKOL ~

FR. VAVŘÍČEK
— vyrabitel —

→ **dobrých doutníků,** ←
přestěhoval svůj obchod do č.
461 záp. 18. ul.

Dr. Vinc. Fischer,
— český —
zubní lékař,

570 Blue Island Avenue,

ROH LOOMIS ULICE.

ZNÁMÝ SOKOL

FRANTA ŠIŠKA
vyrábí dobré

havanské i domácí doutníky,
827 SO. ASHLAND AVE.

Slyšeli jsme, že kdo stavěl a nedal stavět

→ **Fr. Maškovi,** ←
1096 z. 19. ul., blíž Western Ave.

tak řekne: To jsem byl „Dydla“, že jsem mu to nedal, mohl jsem býti bez zlosti; vím, že je to „pánský pán“. A ještě prý dá z každé stavby, kterou na tuto oznamku dostane, příspěvek na dobrý účel.

Dr. Karel Štulík
LÉKAŘ

RANHOJIČ,

528 SO. LINCOLN ST.

Může býti zavolán z kterékoli lékárny v Chicagu:

— Telefon: West 229. —

V lékárně p. C. G. Foučka, roh 18. ul. a Center Ave.
večer od 6.30 do 8 hodin.

849 So. Ashland Ave. 849

Frant. Topinka
Contractor a Stavitel.

Práce vykonává levně a přesně dle nákresu. Rozpočty v době krátké.

849 So. Ashland Ave. 849

Sokolské stejnokroje! Sokolský kroj cvičební!

JOHN J. DVOŘÁK & SPOL.
oděvní a zakázkoví krejčí,

604—606 BLUE ISLAND AVE.

Zhotovují sokolské stejnokroje, kroje cvičební pro Sokoly i pro žactvo i mají na skladě sokolské pásy i monogramy. Vše v cenách nejnižších. Též oděv hotový i zakázkový, klobouky, čepice atd.
Sokolské pásy! Oděv hotový i zakázkový!

Oznamujte v Sokole Americkém.

Bližší sdělí F. Lier, 410 E. 71 St.,

New York.

Česká pivovarnická společnost v Chicagu.
BOHEMIAN BREWING COMPANY
— of Chicago. —

684 — 706 BLUE ISLAND AVE

„Není to, jak to má být“,

— ale —

VACLAV ČADA,
815 SO. ASHLAND AVE.,

má vždy různé plzeňské i domácí pivo a dobré doutníky.

SOKOL

Jan Železný,

618 z. 18. ul.

obslouží každého ve svém nově
zařízeném

OBCHODĚ OBUVÍ

JAN PECHA,

notář,

přeplavní a pojišťující jednatelství

328 z. 18. ulice.

\$500 zaplatí \$500

J. G. PANOCH

zdali dobře a správně nepojistí proti ohni, aneb v jiném případě poškození za mírný poplatek. Zvláštní pozornost věnuje se vyrovnávání pozemkových a vodních daní.

Sokol Karel Král

559 západní 19. ulice,

vlastní obchod s tvrdým i měkkým

uhlím, koksem a dřívím

na rohu 16. a Laflin ul.