

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 —  
**PLIČNÍ NEDUHY**

Jest nejlepší lék

proti kašli, chrapotu, katarhu hrtanu a průdušek, nastužení, chřipce, zánětu, bolestem v krku, počátkům souchotin a proti všem nemocím plic. Cena 50c. a 25c.

Na prodej ve všech lékárnách.

Proti zácpě berte

**Severovy Pilulky pro játra**

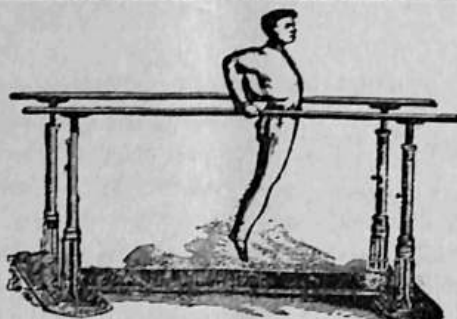
ZA 25c.

Bolesti hlavy,  
 nervosnost, horkost, bolesti nervové jistě a rychle vyléčí

**SEVEROVY PRAŠKY**

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 náčiní zasílám na požádání zdarma.)

**KAREL PITTE**

603 Blue Isl. Av., Chic.

Má hojně zásobený sklad

**VÝBORNĚ 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 — nejlacnější přeplav.

Porada zdarma obratem pošty.

## SEVERŮV KRVEČISTITĚL

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, nezájivnost, trudnomyslnost, nepravidelnosti v močení, vodnatelnost, 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.

BLAHOPŘÁNÍ K SŇATKU

Sokolu J. Pokornému

— a —

Sokolce B. Klečkové

dne 29. září 1896.

Viz ten obraz nevěstiny krásy,  
 jak se sladce usmívá;  
 její ústa vábí k milování,  
 ženich je pokrývá celováním,  
 Její tvář na blaženější časy  
 vzpomínkou ruměnce pokrývá.

Ó! kdož poví, zač tam vesmír prosí,  
 kdo by zíral v srdce lásky chrám?  
 Její vroucí hlas jest:  
 „Pepičku, já Tě znám!“  
 k němuž jeho hlas se vřele poji:  
 „Ó! Baruško, jak rád Tě mám!“

Přeje Sbor Baltimorských Sokolek.

# SOKOL AMERICKÝ.

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

Ročník XVIII.

NEW YORK, 15. ZÁŘÍ 1896.

Číslo 9.

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.  
Tiskár 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 nechtě oznámi výpravčímu přesídlivší Sokol sám, možno-li do 3. neb 4. toho kterého měsíce, s podotknutím, ku kterému sboru náleží. Nové, odstouplé a vyloučené členy nechtě oznamuje tajemník neb účetní výpravčímu pravidelně každý měsíc.

## OBSAH.

Takoví jsme také. — Kritické posudky článku „Na obranu Sokolstva česko-amerického“. — O tělocviku dospělých s hledišť lékařského, v pokračování. — Cvičení s nářadím, sestavil J. Mendík. — Jak Čechové ctí Husa. — O působení tělocviku na tělo lidské. — Ústřední Výpomocný Spolek Sokolský. — Sokol Americký. — Sokol Slávský. — Pisemnictví. — Zpráva o cvičení cvičitelského sboru T. J. S. v New Yorku. — Dopisy: z Omahy, z Chicagu, z Morrisanie, z New Yorku, ze St. Louis, z Clevelandu, z Newarku. — Zpráva náčelnická. — Výkaz příspěvků na opravu tělocvičny T. J. Sokol v St. Louisu. — Schůze výk. výb. N. J. S. — Účetní zpráva jednatele. — Tělocvičný slovník česko-anglický.

## Takoví jsme také.

Několikrát již a také v m. č. t. l. psali jsme o tom, že sbory sokolské povinny jsou pečovat o dobré české sobotní a nedělní školy pro mládež, neboť pěstováním pouze tělocviku v této zemi, úkol svůj nevyplníme. Mnohé sbory povinnost zmíněnou konají, mnohé však nikoli. Však i tam, kde dbá se o školu českou sotva děje se to řádně. Všude především počítá se co to bude stát i hledí se, by vše pořídilo se skoro zadarmo a to především síla učitelská. Tu a tam najde se nějaký nezkušený nadšenec, jenž uvolí se zadarmo vyučovat, však takový byt byl i dobře úkolu svému dostal, setká se jistě s ošklivým nevděkem; za práci jeho ještě se mu vynadá. Tam, kde nemožno někoho sehnati zadarmo, tam se vybere ten, kdo udělá to nejlaciněji. Více zkušeností ovšem máme o tom, jaký vděk sklízí naši cvičitelé.

O tom jak i v sokolských sborech to vypadá, dobrý obrázek si učiní každý, kdo pozorně přečte si následující, jež napsal „Šotek“ o straně svobodomyšlné:

„Jistí lidé musí pocítovat v sobě oprávněnou hrdost a dobře odůvodněnou radost, která vyplývá z vědomí přibývajících síly, přečtou-li si několik oznámení v katolických listech—trebas jenom v benediktinském „Národu“. Katoličtí ochotníci zahajují divadelní sezónu a výtěžek představení případně osadě sv. Prokopa. Ženský spolek

nebo „konference bl. panny Marie“ dává velkolepý banket, jehož čistý výtěžek bude věnován katolickým chudým. Říditelstvo kolleje sv. Prokopa začíná nový školní rok a titíž benediktini, jimž náleží allportská „prelejárna“, oslavují s velkou pompou položení základního kamene k novému kostelu v osadě sv. Víta. To děje se všecko v české „Plzni“ v Chicagu během jednoho týdne. Nevíme, proč by neměli být „otcové“ benediktini úplně spokojeni, když jim pšenice i v těchto prabídných časech tak utěšeně kvete.

Podívejme se nyní na druhou, svobodomyšlnou stranu. Co pak se v té děje? Nic, nebo skoro nic. Pikniky přestaly, plesy ještě do opravdy nezačaly, starost o naše školství byla skoro docela hozena na krk obětavým dámám, útulnu máme „rozdělanou“, a protože bude politická kampaň hnedle v plném proudu, zbude nám asi tuze málo času, abychom myslili také na něco jiného než na zlato a stříbro. Zatím co katolická strana pod vedením svých výbojných kněží stále rázněji a sebevědoměji postupuje, my netečně podřimujeme nebo zíváme z dlouhé chvíle. Je to zvláště naše svobodomyšlné školství, které pořád ještě hříšně zanedbáváme. Ani z daleka nás nenapadá, abychom se domáhali zřízení nějakého podobného ústavu, jakým jest katolická kolleje benediktinská. Víme, že nedostávalo by se takovému učelišti všeho, především náležité podpory hmotné i spůsobilých sil učitelských — ale o tu naši drobotinu aspoň mělo by být lépe postaráno. Měl by už konečně přestat darebný zvyk, ustanovovat učitelem nebo učitelkou toho, „kdo to udělá laciněji“ a péče o útlu naši mládež měla by být svěřována pouze osobám skutečně vzdělaným a k úkolu takovému povoláním. Nedělní školy a besídky měly by pak býti doplněny pravidelnými přednáškami o českých dějinách a o českém pisemnictví pro mládež škole odrostlou i pro osoby dospělé, a pak bychom mohli říci, že dbáme o udržení své národnosti v této zemi a o vzdělání mladých i starších krajanů, kterým se jinde z různých příčin té příležitosti nedostalo. Takhle „pracujeme“ na zdařbůh a není divu, že taková činnost neb vlastně nečinnost žádného kloudného ovoce nepřináší. Mezi našimi svobodomyšlnými krajaný je tolik zámožných lidí, že by mohli snadno založit a rozmnožovat nějaký ten fond pro účele vzdělávací, ale takovou „hloupost“ si nikdo z nich na mysl nepřipustí, protože to není politika, nejsou to karty ani jiné toho druhu sporty. Člověk se musí v duchu zastydět, čte-li na příklad zprávy z české katolické osady v Cedar Rapidsích: 8. srpna k „velebnému pánovi“ přišla po-

kladnice katol. spolků dívek českých a přinesla mu stovku na katolickou školu. Není divu, že volá dopisovatel „Národa“: Holky, přidávejte se k spolku! — Než uplynul týden, přinesla jakási žena na tutéž školu druhou stovku, jistý český farmář třetí a chudá vdova přispěla deseti doly. Slyšel někdo o takové obětavosti mezi námi? Někteří z našich svobodomyšlných lidí, a je jich hodně mnoho, viděli by nejraději, aby učitelé zadarmo vyučovali, novináři zadarmo psali a tiskli, jenom na sládky a muzikanty pohlížejí laskavým okem. Že by bylo jejich mravní povinností, starati se o to, aby mohl svobodomyšlný novinář a učitel uhájít slušnou existenci, o tom se jim ani ve spaní nezdá. Proto, pro nedostatek čilosti a obětavosti našeho lidu strana svobodomyšlná mezi námi poslední dobou tak smutně krní a vypadá na svém „postupu“ na vlas tak, jako by jí někdo v jednom kusu podrážel nohy. Může-li nás něco zburcovat k horlivější činnosti, je to pouze upřímný zájem našeho časopisectva o rozkvět strany svobodomyšlné vůbec a o její školství zvláště. Toho se však bohužel také nedostává, bezpochyby proto, že schází našim novinářům namnoze hloubka přesvědčení i—inteligence. Potištěného papíru rozprodá se mezi našimi krajany tuze mnoho, ale málo je v těch haldách novin archů, které by nabádaly lid k přemýšlení. České novinářství v Americe kleslo už hezky dávno na fušářské řemeslo a následky toho pocítujeme na všech stranách. Nepočítejme, kolik tu vychází českých novin, ale ptejme se, kolik jich může číst vzdělaný člověk, aby se nemusel na tu chamradinu zlobit?“

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

(Dokončení.)

Několik ještě slov ku vzdělání. Když před 100 roky domohla se Francie lidovlády v tehdejší smyslu měšťáckého ústavního zřízení, očekával národ francouzský zlaté časy věkův minulých; v důvěře v laskavost a pevnou povahu měšťácké třídy cedil lid krev na barikádách slavné Paříže. Změna vládní soustavy končila však za málo let po revoluci zcela nutnou reakcí, která veleduchy rozrušené oné doby v lůně jejím pohltila a nové utvrdila otroctví národa celého v té míře, že nový boj oproti zpátečnictví nastalému uzdál se býti nutným.

O 50 roků později vidíme již zase obra — lid — v Praze — Vídni — Paříži i Berlíně v nadšeném boji za svá práva, všude ozývá se — Více svobody — méně otroctví! Ve státech evropských skončilo staromodní zpátečnictví r. 1848. Poslední zbytky feudálního rabství vzaly za své, jakkoliv až po dnešní dny shledáváme tytéž dosud v barbarské Rusii, kde s otrockou poddaností pohlíží sedlák k caru baťuškoví — vlastnímu tyranu. A v čem zrcadlí se úspěch proletáře z boje r. 1789 a 1848? V pouhém slibu, jež nám měšťácká třída sice dala, však nesplnila, ona jej přímo zrušila. Ona nám slíbila více vzdělání — blahobytu, práv — co však vidíme po plném půl století? Na místě vzdělání, zušlechtění ducha — všeobecnou mravní zkaženost, která oplzlou řečí domácí počíná, v továrně průpravnou školu prodělává a prosti-

tučí dívek ano i žen na ulici končí — zdokonalení tělesného výcviku celé společnosti zračitelně se nám jeví: schudlé figurky nezaměstnaných, vpadlé tváře hladových, řady mrzáků na poli průmyslovém i přepracování. Celou řadu podobných skutečností mohl bych uvést, které dekorují vrchol dnešní buržoácké společnosti. V čem však spočívá veškerá ta mizerie? V nevzdělání a špatných hospodářských poměrech. Odvislost žaludku přivádí zcela přirozeným způsobem i odvislost mozku. Plných 100 roků měla buržoasie času, by lid v míře nejdokonalejší vzdělala, jeho životní poměry u shodě s výzkumy a vymoženostmi současné doby zlepšiti mohla, ona tak neučinila — z jaké příčiny? Každá vláda — necht' republikánská konstituční, monarchistická — zlatá neb stříbrná — staví stejnou podmínku — „Já jsem vládou — ty lidé mým poddaným. Já jsem vzdělanou, tys nevědomým a proto potřebuješ mne vládu, bych tě tím karabáčem, kterýs sám upletl, mrskala a k poslušnosti a mravnosti vedla!“

Nahlédněte ve vyšší školy — gymnasia, ano university — do studoven profesorů a vědátorů a co tam shledáte? Uprostřed osvěcenosti naší doby zpupně krouží nad hlavou naší žravý krkavec — zákon a stát — hroze pohltiti celou společnost. V době, kdy veškeré obory lidského vědění v míře přeplněné obohaceny, staví učenci až na malé výjimky nutnost zákona, státu, soudece, zločinu, neřestě na vrchol pokroku, kdežto lidský rozum, důstojnost, volnost dosud trčí v bahně spustlosti. Jak je to možným, že ta neúčastná, skutečná věda a filozofie lidského žití — blahobyť veškerenstva nehlásá se ve všech školách Evropy — Ameriky — tisku i denním životě? Jedině a pouze proto, jelikož zájmy dělníka a pracídjce se různí, ano tvoří dvě protivy, jichž dohodnutí v odstranění obojího spočívá. Pakliže vlády a majetné třídy dopřejí lidu dělnému téhož vzdělání, jakéhož samy užívají, pak lid pozná zbídačelost vlády všeho druhu a zažene vydíračné despoty ku všem ďasům a co bude nutný toho následek? Ú p a d e k vlády — k a p i t á l u , j e d n í m s l o v e m o t r o c t v í !

Z toho vidno, že dělník nemůže očekávati od společnosti stávající opravdového vzdělání, jelikož majetní, chtějí-li podržeti moc, jej vzdělati nemohou a nesmí, že dělník je tím činitelem, který ze svého popudu musí si přivlastňovati také vzdělání, jež mu kritika stávajícího a nové filosofické společenské soustavy dopřávají. Ano, dělnická třída je tou jedinou mocí, která odloučeně ode všech vydíračských tříd, pevně drží pochodeň osvěty, lidskosti, která mocným přívaem drtiti bude pouta otroctví a zbuduje společnost zdravou na základech volnosti, rovnosti a bratrství.

Z toho také vysvítá, že dělník, kdekoliv je zastoupen, především o své zájmy starati se musí, všude s v á práva hájiti a cestu ku jich dosažení raziti je povinen. Ničeho nemáme k očekávání od majetných, jen vlastní silou, neúmornou agitací zlepšime své poměry. Svěpomocí (doufám, že již zapomenuto bylo spořitelních a konsumních spolků z let 60) vyrozumívám pojmutí stávající nespravedlivosti a poznání lidských práv, tedy plná samostatnost každého jednotlivce a odtud pak

povšechnou harmonii celého dělnictva. Kdo tvoří početný podklad zdejších sokolských jednot? — Dělníci. — Kdo přispívá u většině na veškeré naše potřeby a podniky? — Dělníci. — Kdo má nejvíce zapotřebí zlepšení poměrů jak životních tak duševních? — Dělníci! Chce z vás ještě někdo tvrditi, že nemá dělnická otázka v řadách Sokolstva místa? Chtěl by snad některý popírati, že není naší, co vytríbenějších lidí, přední povinností, bychom se co nejvíce osvojili a v nejširším slova smyslu sokolská hesla — rovnost — volnost — bratrství v platnost přiváděti?

Co přátelé dokonalosti a vznešených ideálů známe jen jediný cíl — blaho veškerenstva — k tomu pracujž každý! A nyní ještě maličko k té palčivé otázce — sociální. Vždyť Sokolstvo zakládá se na stanovisku národním, kdežto socialismus je prý mezinárodním a co taký nepatří v řady naše. Není na snadě jen tak povrchně mluvit o vlasti, vlastenectví a národu; spíše musíme se vztí ve skutečný pojem toho, k čemu lneme, se hlásíme, co obhajujeme. Co jest tudíž vlast? Jí vyrozumívá se ve všeobecnosti ohraničené území, v němž stejné zájmy, náhledy, mravy a zvyky současníky k sobě pojí, kde jednotlivec spatřuje blaho v celku a opáčně kde celek nalézá vydatnou oporu v jednotlivcích, již národ ustavují. Národnost pak sama podmiňuje jisté množství stejnomluvných a spřízněných lidí. My všichni narodili jsme se v Čechách. Odpovídá to skutečnosti? Stopujme blíže. Tak jeden z vás narodil se v Praze, druhý v Jičíně a jiný zase v Kolíně atd. Kde je tudíž vaše skutečná vlast? V místě narození. Větší počet míst narození ustavuje pak všeobecně milovanou vlast. My pocítujeme morální přichylnost k oné kolébce, kde snad nějaký majeteček nás očekává, kde známi a příbuzní žijí, kde mravy a zvyky za své jsme pojmulí. K pojmulům o vlasti ze stanoviska citového, psychologického nemohu zde zřetel bráti, jelikož místo je příliš odměřeno, k témuž studiu mohou se použití spisy Lva Tolstojce — Hamona — Tom. Painea — poukázati chci pouze k pojmulům nejmarkantnějším — ze stanoviska hospodářského, které před naším okem tak zřetelně vystupuje.

Dvě značky krystalizují se přítomně v pojmu vlasteneckém a sice — národní nevraživost a — lidskost. Prvnější v létech minulých podnět dávala a dovolovala vraždit bratry sousední, vykořisťovat je v míře až hanebné — druhá proklamuje v naší době lásku člověka ku jeho bližnímu, snášenlivost, rovnost všech lidí. Války minulosti nesloužily celému národu ku spáse, naopak ku rozmnožení a utvrzení panství té vybrané královské, aristokratické menšiny, jakkoliv pod rouškou „vlastenectví“ vedeny byly; z toho vyplývá, že vlastenectví sloužilo za podklad zájmové činnosti různých tříd — majetných — šlechtických, kast vojenských atd. Bohatec nezná ve svém nitru lásky ku vlasti, ni lidskosti, on zná pouze zřídlo zisku. Popatřte jen, jak anglický velkoobehodník smlouvy uzavírá s Čínou, Japonskem, jak exportní domy Itálie korespondují s New Yorkem, Chicagem, jak mocnáři celého světa vzájemné aliance tvoří, by lid snáze v porobě udrželi. To je vlastenectví aristokratické, končící v libovolné náladě jeho pána. A

což pak ti chudí? Mají snad ti bližší povinnosti ku jich vlasti? Zajisté, že ano! Vždyť ta česká vlast nedopřála jim, by se doma uživiti mohli, oni musí každoročně navštěvovati téměř celou nenáviděnou Evropu, by v zemi cizí, nepřátelské chléb si hledali! Ano v samé Americe octlo se nás synů české země na půl milionu! Materiální poměry koruny české mají týž podklad, jaký v Anglii, Francii atd. shledáváme, tedy — hospodářskou nerovnost, majetek soukromý, státní nadvládu — nutný následek téhož — dělník je otrokem boháče. Že i v Čechách různé zájmy třídy nemajetné a majetné stávají, bude každý zajisté věděti.

Materiální postavení dělnictva je v celém světě stejně špatné a je tudíž zcela pochopitelno, že se prohlašuje dělnictvo celého světa za solidární. Ano my pocítujeme ku své kolébce vnitřní přichylnost, jakkoliv též doznáváme, že zevnější tlak společenského zřízení nás cele neuspokojuje, ano odnímá nám lásku ku vlasti, jelikož jsme odstrčeni od hmotných i duševních požadavků a výplodů lidské práce i země samé. Po stránce rozvoje společenského můžeme přímo nahmatati nutnost solidárnosti veškerenstva. Různé pozemské úkazy přivádí i různé výplody. Ani jediný kraj zemský není obdařen vším bohatstvím; jisté druhy vyváží, jiné opět dováží. Čím byly by ostrovy Java, Sumatra, Ceylon, bez námořního spojení s Evropou? Osamělými končinami, kdež bohatství země ladem leží a hnije.

Po stránce pokroku seznáme, že veškeré vymoženosti jak vědy tak filozofie tvoří snůšku vědomostí různých národů, z nichž pak každé území to si přivlastní, co jeho poměrům a zřízením odpovídá. Že i česká řeč má svoji trvalou budoucnost, vysvítá z toho, že člověk nejdříve všímá si téhož, co mu nejprůběžnějším — tedy mateřská řeč, jakkoliv jednotlivé případy totéž popírají, než ty nehrají žádné úlohy v celku. Vždyť i ona má své oprávněnosti jako kterákoliv jiná řeč a tato skutečnost vždy více se uznává; učme se jí tudíž, však učme se jí jádrně, správně; každá řeč šlechtí člověka, zvláště správně-li vyslovena, neb ona nepřimo prozrazuje vědomost jejího vládce.

O národní nesnášenlivosti se ani nezmiňuji, neb doufám, že soudný člověk a za takého pokládám každého Sokola, dávno ji odsoudil; samotně prohlášením — volnosti — bratrství — rovnosti — vyloučili jsme veškerou nevraživost národní a sobeckou brutálnost, která ve válkách minulosti v zájmu vlastenectví vedených, ve zvěřekosti končila. Sledujte vaše vznešená hesla až do nejkrajnějších konsekvencí a skončíte pak v o b á v a n é m s o c i a l i s m u .

Socialismus hlásá především lidskost, emancipaci všeho lidstva; on není pouze otázkou dělnickou, žaludkovou, on je otázkou celé společnosti, duševní vyspělosti. On dá nové společenské organizaci živý ruch, probudí lid z otrocké nevědomosti a vytkne dráhu života v mezích zdravého rozumu. On odstraní třídní zájmy dnešní společnosti a zbuduje solidárnost celku, která nezná sobeckého zisku, nýbrž upřímné snahy — důstojnost a vážnost člověka. Utvrzen v pravdě, že socialismus pojal v sobě veškeré plody moderní vědy a společenské filozofie, volám k vám bratří, co k přátelům svobody a

pokroku — O s v o j t e s i j e j ! Svět je krásným a objemným a nebylo by nás důstojno co předních harcovníků osvěty a dokonalosti, kdybychom si jej nevíšili. Jen dokonalým a pozorným studiem současných emancipačních snah a společenských poměrů bude čerpati Sokolstvo nové síly ku další činnosti. Správně uznávající soustavný tělocvik co nejspůsobilejší prostředek ku vypěstění zdravých oudů, chceme též uznati vrchol moderního pokroku — otázku sociální — co doplňující článek ku sesilení ducha. Tím vykonáme nemalé služby pro svobodu, pro ujařmený lid, pak a jen pak můžeme počítati na zdravou oporu a lásku v lidu dělném.

Přehlédněte činnost cvičení těla a cvičení ducha a poznáte ty neskonale mezery, které mnohého k nápravě burcují. Nahlédněte konečně v naše stanovené a spolkové řízení a pak shledáte, že mnoho ještě je k vykonání, než volnost — rovnost a bratrství odpovídati budou skutečnosti. Nelibujme sobě v iluzích, v domněnkách, nýbrž věrně sledujme společenský běh života, všude trvale a nepřekonatelně hlásejme nutnou emancipaci. Takto pracujíc, lehko budeme odrážeti nájezdy a výtky, nechť pojdu z péra kohokoliv.

Na konci XIX. stol., kdy strojnický vývin přivádí celou výrobu v běh krkolomný, kdy i nejsilnější postavy po ulici bloudí, marně hledajíce chléb a výživu, kdy kapitalistický tisk ano i škola lidu vzdělání ve zfalšovaném směru podává, stala se duševní vyspělost nutností. Tyto řádky potřebují dalšího objasnění, nechť uchopí se i druzí bratří pera.

Item — tolik podotýkám k vývodům br. Voborského a trvám v té naději, že řádky uvedené najdou ohlasu, že budou podnětem ku pracím dokonalejším, k jichž uveřejnění hodí se „Sokol Americký“ výtečně.

A přec ještě něco — jakkoliv musím běžeti té nehodě vstříic — co sverepý opravář odsouzena býti — bylo by snad možným, by náš orgán — Sokol Americký — každých 14 dní vycházel? Pro západní končiny bylo by totéž velmi úspěšně, neb tamní český lid, jak jsem měl příležitost seznati, není tak přeplněn tiskem, jako města hlavnější. N. J. S. je schopna vydávati 14denník, ano, ona vlastní též dostatek literárních sil, které by zaručovaly čitací látku. Sokol Americký stal by se skutečnou revuí vědění, která by pak zasloužila, by se četla v každé domácnosti. Taktéž doufám, že by každý Sokol milerád věnoval 5c každých 14 dní na orgán, neb by došel toho uspokojení, že podporuje věc vlastní a přispívá ku vzdělání celku. O prospěchu 14denníku nechť každý bratr uvažuje sám, přenechám úsudek celku, za to však žádám, by podaný náhled vzali bratří v laskavou úvahu.

V. K u d l a t a .

### O tělocviku dospělých s hledišť lékařského.

(L'exercice chez les adultes.)

Napsal Dr. Fernand Lagrange, laurent akademie věd a mediciny, lékař porodní ve Vichy.  
(Přeložil Dr. Hovorka.)  
(Pokračování.)

#### III.

Celá úloha léčby dny svalovým cvičením záleží v tom, aby se umožnilo člověku překročiti to obtížné ob-

dobí, jež dělí počátky cvičení od stavu vycvičenosti a to tak, aby se nevytvářilo po čas práce svalové příliš velké množství kyseliny močové a nerozmnožoval se stupeň okyselenosti štáv. Množství kyseliny močové a ústrojných kyšelin svalovou prací vytvořených bylo by u ne vycvičeného člověka v poměru přímém s množstvím vykonávané práce; závěr, který se vnučuje, jest tedy, že třeba započítati se cvičením u dnavého v daleko menších dávkách než u každé jiné osoby.

Cvičení u dnavého musí se díti tak, aby se vždy zabránilo následné únavě nebo strnulosti, poněvadž únavná strnulost jeví ve svém pochodu co nejpádňější podobnost s dnavým záchvatem. Při strnulosti, jež nastane po úsilném cvičení, právě tak jako při záchvatu dnavém, vytváří se v nadbytku kyselina močová, způsobuje se též nadbytek kyselosti štáv, v nichž kyselina močová jest rozpuštěna. Přebytek kyseliny močové ukládá se do kloubů jen při dnavém záchvatu, kdežto při strnulosti se vylučuje ledvinami, z čehož pochází kalnost moče.

Bylo by zajímavě sledovati vzájemnou podobnost projevů následné únavy a projevů dnavých a mohlo by se učiniti zajímavé porovnání mezi těmito dvěma chorobnými stavy, jež se zdají tak vzdálenými. Může-li úrava přivoditi dnavý záchvat, může po případě též býti příčinou jiných případů, které jsou obyčejnými zjevy náklonnosti ke dně. U mnohých dnavých, kteří ještě nepokročili v období kloubní dny, prozrazuje se nemoc prudkými migrenami nebo poruchami trávení. U těchto osob tedy bere na sebe úrava často podobu migrény nebo se projevuje obtížemi při trávení.

Nutno-li celkem považovati za nejistou ještě hypotesu názor, jenž připisuje únavné strnulosti a dnavému záchvatu tentýž průběh, ačkoli z příčiny velmi rozdílné, nelze zneuznávat podobnost podmínek, ve kterých se oba vytvářejí v zápětí svalové práce. Může se tedy stanoviti při léčení dnavých toto pravidlo: K vyvarování se dnavému záchvatu při konání úsilných cvičení jest třeba téže obezřetnosti jako k vyvarování záchvatu únavné strnulosti.

Avšak toto pravidlo nezahrnuje nutnost, aby míra práce dnavých byla vždy tuze malá, nýbrž jen, aby jich cvičení se stupňovalo s největší bedlivostí. I když by z počátku byla nutna sebe větší opatrnost, bude moci býti velikost práce postupně rozmnožována a musí se dospěti krok za krokem až k nejušilnějšímu cvičení, bude-li se chtítí desíci léčbou vážných dobrodiní. Treba hnáti cvičení dostatečně daleko, aby dnavý nabyt oněch dvou výsledků, které jsou podstatou stavu vycvičenosti: spotřeby zásobních tkaniv a rozmnožení mohutnosti dýchací.

Spalovati tkaniva zásobná a nabytí větší schopnosti dýchací, za tím nésti se musí snaha dnavého.

Dnavý má hleděti, aby získal rychle činnější výkonost plic, jež musí zaopatřovati více kyslíku k životným spalováním. A to není pouhá theorie, poněvadž pokusy velmi podivuhodné dokázaly, že pouhé vdechování kyslíku bylo s to, aby zlepšilo velice stav dnavých, zapuzujíc z jejich krve přebytkovou kyselinu močovou.

Bylo by tedy radno doporučiti dnavým cvičení, jež povzbuzují pohyby dýchací, protože tyto nejvíce mohou přístupnými učiniti všechny plíci mčehýřky, učiniti v činnost všechny oddíly plie, otevřítí takto vzduchu mnohem širší cestu. Avšak cvičení, jež nejvíce povzbuzují dýchání, jsou právě nejnamahavější a třeba je ponechati pro dobu pokročilé vycvičenosti.

Nelze dovoliti dnavým konati cvičení úsilná, dokud jsme jich nepřiměli, aby povinně jaksi účastňovali se cvičení umírněnějších. Na počátku nutno dáti přednost prostému cvičení, jako na př. chůzi, před každým jiným cvičením a to tím důvodněji, ježto velmi snadno lze stupňovati úsilnost práce buď prodlužováním denního úkolu, buď chází po krajině krok za krokem strmější. Přidáváním každého dne něčeho k práci včerejší, může se dospěti neznatelně k zahájení cvičení, která vyžadují velikého rozvoje energie a učiniti tak osobu ve stav vycvičenosti, aniž se bylo prošlo únavnou strnulostí.

Když pak již dnavý bude ve stavu přivyklosti, jehož získává zdlouhavěji a nebezpečněji než každý jiný, nutno mu hleděti se v něm udržovati a od té doby mohou mu býti všechna cvičení dovolena, avšak třeba mu doporučiti především ta, jež povzbuzují dýchání. Dnavý má zapotřebí mnoho kyslíku, ne jako dítě, aby napomáhal assimilaci, nýbrž aby učinil desassimilaci mnohem dokonalejší. U něho spalování má vždy snahu obleňovati se; jemu třeba povzbuzovati ohniště životní rozmnožováním tahu plicního. Musí „spalovati“ a umírněná cvičení, jež se mu hodila na počátku jeho výcviku, jsou nedostatečná, když je práci přivyklý. Chůze a jízda nedostačují než těm, již se jí mohou oddávati každodenně od jitra do večera, těm na př., kteří se zabývají lovem jízdo nebo s puškou. Avšak největší část dnavých vyskytuje se mezi lidmi se zaměstnáním sedacím, jež po vinnosti zdržují v úřadovně, v pisárně a tito mohou vynakládati na cvičení velice krátký čas. Jim třeba tělocviku, způsobilého učiniti v činnost plicní dýchání, jež povzbuzuje životná spalování a nutno z toho důvodu raditi jim cvičení rychlá. Ale běh a hry nejsou více pro jejich věk, poněvadž dna jest nemoc věku zralého. Šerm je ze všech známých cvičení nejspůsobilejší povzbuzovati životná spalování a nikdo nemůže z něho míti více užítku jako dnavý. Jediná námitka proti volbě této jest, že šerm se nekonává ve volném vzduchu a volný vzduch patří k činitelům, jež napomáhají činnosti spalovací. Hra míčem na volném vzduchu, jež vyžaduje stejné rychlosti a ráznosti pohybů a stejně povzbuzuje dýchání jako šerm, jest cvičení dnavým nejdoporučitelnější.

Pravidla cvičení jsou při dně tak rozdílná jak období této nemoci, tak bohaté na chorobné zjevy. A při všem tom, co jsme řekli o úsilném cvičení, předpokládá se úplná neporušenost vnitřních ústrojí. Sleduje samo ze sebe, že dnavé poruchy srdce nedovolují více úsilných cvičení. Nemocí ledvin nutí též dnavé k větším ohledům při cvičení, neboť ledvina jest brankou, kterou uniká větší část odpadků z práce pocházejících, především pak kyselina močová. Tento produkt však se rozmnožuje po čas cvičení a nenalezá-li průchodu ledvinami, hrozí

nahromaděním v ústrojí a napomáhá k vypuknutí dnavého záchvatu.

Příkaz zvláštní vyplývá též z bolestivosti kloubů, ať si pochází z čerstvého záchvatu, neb ať je to projev dny vleklé. V obou případech třeba ohlížeti se na bolest kloubní, poněvadž je známo, jak nepatrné často tření kloubů bývá příčinou k záchvatu.

Takové jsou pomoci, které může skýtati cvičení dnavým, a takové opatrnosti třeba zachovávat u nich při cvičení. Dnavý musí postupovati co nejvolněji při stupňování práce, až dosáhne stavu vycvičenosti, avšak, když si byl osvojil bezpečnost před únavou, kterou mu poskytne přivyklost, musí naopak oddávati se cvičení s největší důrazností. Musí se konečně cvičení zdržeti po čas trvání záchvatů a počítati při odměření práce s ústrojnými poruchami, které dna může míti v zápětí.

#### Kapitola čtvrtá.

##### Dyspeptikové (špatně trávení).

Lučební a mechanické závady v trávení. Povšechné a místní účinky tělocviku při poruchách v trávení. — Poruchy v trávení, které vyžadují lučební změny krve a mízy. — Poruchy v trávení, kterým jsou potřebny mechanické účinky cvičení. — Poruchy v trávení vzniklé dnou. — Poruchy v trávení čírového původu. — Rozšíření žaludku. — Klesnutí útrob (enteroptosis). — Důležitost břišních svalů při trávení. — Břišní tělocvik.

Dyspeptikem jest člověk, jenž špatně tráví. Toto vymezení není sice vědecké, ale slovo, k němuž se pojí, není jim taktéž, a přece každý mu rozumí a všichni lékaři ho užívají. Užijeme ho zde právě pro neurčitost významu, který nestanoví zvláštního oddílu ústrojných poruch, nýbrž soubor výkonných poruch.

Poruchy v trávení mohou míti přechetné příčiny. Mohou pocházeti z choroby roury zažívací samé nebo její přívěšků, jater, pankreatu (slinice, mikter). Mohou míti za příčinu závady v oběhu krevním povstalé chorobou srdce a cév. Mohou záviseti na povšechné příčině, jež má vliv na celé tělo, na př. na náklonnosti k otylosti, na duň, na náchylnosti k zánětům kloubním atd. Mohou, aniž jest tu nějaká zvláštní změna krve nebo nějaká povšechná vada, býti závisly na zrušení čírových ústředí z příčiny hmotné nebo mravní. Konečně — a to často — mohou záviseti na nedostatku síly svalových vláken stěn žaludkových anebo střevních a na ochablosti svalů břišních. Zkrátka nížádná choroba nemůže míti tolik rozmanitých příčin jako špatné trávení.

Ať jest jakákoli příčina poruch trávení, o jejichž léčeni se jedná, fyziologický pochod těchto poruch vždy může býti uveden ve dva rozdílné vzory: mohou býti povahy buďto lučební nebo mechanické.

Abychom tomuto rozlišování porozuměli, nutno podotknouti, že ústrojí zažívací co do anatomické skladby jest složeno ze dvou částí: ze žlaz, jež odměšují zvláštní šťávy (sliny, šťávu žaludeční, žluč, šťávu pankreatickou



- 148 k pravému rameni šikmo v pravo stranou  
149 dovnitř  
150 strmě v pravo stranou  
151 dovnitř  
152 k levému rameni šikmo v levo stranou  
153 dovnitř  
154 strmě v levo stranou  
155 dovnitř  
156 na hlavu šikmo v pravo stranou  
157 strmě v pravo stranou  
158 šikmo v levo stranou  
159 strmě v levo stranou  
160 vzhůru šikmo v pravo stranou  
161 v levo stranou

8. Poloha zadně šikmá nebo strmá.

- 162 Tyč zadně dole šikmo, pravá nad levou  
163 levá nad pravou  
164 za pravý bok strmě v pravo stranou  
165 za levý bok strmě v levo stranou  
166 za hlavu šikmo v pravo stranou  
167 strmě v pravo stranou  
168 šikmo v levo stranou  
169 strmě v levo stranou

9. Poloha bočně šikmá nebo strmá.

- 170 Tyč bočně k pravému boku šikmo v pravo v zad  
171 v před  
172 strmě v pravo v před  
173 v levo v před  
174 k levému boku šikmo v levo v zad  
175 v před  
176 strmě v levo v před  
177 v pravo v před  
178 na prsa šikmo v pravo v před  
179 strmě v pravo v před  
180 šikmo v levo v před  
181 strmě v levo v před  
182 k pravému rameni šikmo v pravo v zad  
183 v před  
184 strmě v pravo v před  
185 v levo v před  
186 k levému rameni šikmo v levo v zad  
187 v před  
188 strmě v levo v před  
189 v pravo v před  
190 na hlavu šikmo v pravo v před  
191 strmě v pravo v před  
192 šikmo v levo v před  
193 na hlavu strmě v levo v před  
194 vzhůru šikmo v pravo v před  
195 v levo v před  
196 za hlavu šikmo v pravo v před  
197 strmě v pravo v před  
198 šikmo v levo v před  
199 strmě v levo v před  
200 za pravý bok strmě v pravo v před  
201 za levý bok strmě v levo v před

10. Poloha příčně šikmá nebo strmá.

- 202 Tyč příčně k pravému boku šikmo v pravo v před  
203 strmě v pravo v před  
204 v levo v před  
205 k levému boku šikmo v levo v před  
206 strmě v levo v před  
207 v pravo v před  
208 k pravému rameni šikmo v pravo v před  
209 strmě v pravo v před  
210 šikmo v levo v před  
211 strmě v levo v před  
212 k levému rameni šikmo v levo v před  
213 strmě v levo v před  
214 šikmo v pravo v před  
215 strmě v pravo v před

- 216 na hlavu šikmo v pravo v před  
217 strmě v pravo v před  
218 šikmo v levo v před  
219 strmě v levo v před  
220 vzhůru šikmo v pravo v před  
221 v levo v před

11. Poloha tečně šikmá nebo strmá.

- 222 Tyč tečně k pravému boku šikmo v pravo v zad  
223 strmě v levo v před  
224 v pravo v před  
225 za pravý bok strmě v pravo v před  
226 k levému boku šikmo v levo v zad  
227 strmě v pravo v před  
228 v levo v před  
229 za levý bok strmě v levo v před  
230 k pravému rameni šikmo v pravo v zad  
231 v před  
232 strmě v pravo v před  
233 v levo v před  
234 šikmo v levo v před  
235 k levému rameni šikmo v levo v zad  
236 v před  
237 strmě v levo v před  
238 v pravo v před  
239 k levému rameni šikmo v pravo v před  
240 za hlavu šikmo v pravo v před  
241 strmě v pravo v před  
242 šikmo v levo v před  
243 strmě v levo v před

Uvedené polohy tyče značí klid; přechody z jedné polohy do druhé, tedy změny poloh jsou pohyby. Při nich každá ruka zůstává na konci nebo při konci tyče, který držela v základním postavení. Pohyby tyto provádíme rovně, obloukem a kruhem.

Rovné pohyby tyče jsou všechny nejkratší přechody z jedné polohy do druhé. Jsou to zvedání, převracení, spuštění, výkrut, přenášení, odchýlení, točení.

Zvedání jest pohyb vzhůru a sice buď celou tyčí nebo jedním koncem. V druhém případě není přes rozdíl 90 stupňů; pohyb větší podobný tomuto jmenuje se převracení. Pohyb kde jeden konec nebo celá tyč jde ve směru opačném zvedání, tedy dolů, je spuštění. Celou tyč na zad dolů spuštěme nebo opačně z dolů od zadu zvedneme v y k r u t e m .

Pohybuje-li se celá tyč napřed, na zad, stranou nebo dovnitř, konáme přechod p ř e n á š e n í m . Když jeden konec se pohybuje stranou, dovnitř, napřed nebo na zad o rovině vodorovné, je to přechod o d c h ý l e n í m . Odchýlení není větší než o 90 st.; pohyb větší, podobný tomuto má název t o č e n í .

Když přechody z jedné polohy do druhé konáme delší cestou nežli nutno, vznikají pohyby o b l o u k e m nebo k r u h e m . Konáme je buď celou tyčí nebo jedním koncem v rovinách: čelné, bočně, příčné, tečné. Také při tom můžeme přejíti z jedné roviny do jiné. V čelné rovině konáme tyto pohyby na pravo nebo na levo, v ostatních napřed nebo na zad. Názvy těchto způsobů vesměs se odvozují od směru, jakým jde pohyb s nejvyššího místa.

(Pohyby obloukem a kruhem nutno rozeznávati od kroužení tyčí při chmatu obouruč na jednom konci.)

Při pohybech pokud možno držíme tyč nadchmatem; jinak též k vůli snadnosti a úhlednosti pro některé pohyby uchopíme tyč s vnějších stran její délky (dlaně proti sobě), z kteréhož chmatu snadno do výhodnějšího, nadchmatu, podchmatu nebo dvojachmatu se přejde.

Cvičení tyčemi se výhodně spojují se všemi druhy cvičení prostných, vyjma ovšem pohyby a výdrže paží.

Tyčí můžeme prováděti změny výšky v téže hlavní poloze, změny polohy v téže výšce a změny výšky i hlavní polohy. Podle toho si určujeme osnovu cvičení tyčemi, tedy na příklad:

změny výšky tyče v poloze bočně rovné (nebo v kterékoliv jiné poloze) nebo

změny polohy tyče ve výši při rameni (nebo v kterékoliv jiné výši) nebo

změny výšky i polohy tyče.

K úplnosti osnovy ovšem nutno uvéstí též cvičení trupu nebo nohou, počet oddílů a naznačiti po případě též vzájemnou souvislost jednotlivých oddílů.

Základní postavení bývá obyčejně: tyč čelně dole rovně — stoj spatný.

Časomíra, opakování a ruch stejně jako u cvičení prostných.

Při nastoupení ku cvičení tyčemi držíme tyč jednoruč na konci a sice pravoruč, při pravém boku, volným koncem kolmo vzhůru. Název pro tuto polohu jest: tyč pravoruč k boku kolmo vzhůru. Když při upravení rozstupu se upaží, přijde tyč v poloze čelně rovně volným koncem dovnitř za hlavu.

Při cvičení tyčemi hledí se v přední řadě na řádné držení těla a ku správnosti polohy tyče. Při náležitě pozornosti se obojí snadno docílí. Těžší již jest docílení stejného pohybu. K tomuto patří aby tyče cvičenců jak tito stojí za sebou nebo podle sebe, tvořily rovnou plochu, aby stejně se zvedaly i spouštěly, převracely, přenášely, odchylovaly i točily podobně jakoby rovná, pevná plocha se pohybovala.

### Jak Čechové ctí Husa.

řečením, hostinami, pálením ohňů a hojným pitím. Za to památná místa Husova zanedbávají hříšně. Píše se z Kostnice:

Dne 6. července a dni následující jako každoročně tak i letos přivedly mnohé Čechy do Kostnice. A jako vždycky tak i letos přechotným průvodcím byl jim pan Jeříčka z Gottliebenu společně se svým českým sousedem a druhem, p. Stanisl. Kodymem z Tegernweilenu, starým, ale vždy ještě v ideách r. 1848 se kochajícím nadšencem, jenž i Havlíčkovým žurnalistickým spolupracovníkem býval. Tito dva švýcarští Češi provázeli dílem do Gottliebenu, kde Hus byl vězněn, a hlavně v Kostnici 7. a 8. čce kroužek hostí. — Jeden z účastníků nám sděluje:

Na těchto procházkách jedna věc nás divně dojala a k studu pohnula. Viděli jsme nejdřív, že pamětní deska Mistra Jeronyma na domě v Obere Laube potřebuje rychlé opravy. Zeď, na níž je připevněna, hrozí sesutím. Stane-li se to, vezme deska za své. Viděli jsme po chvíli, že i deska Husova v Kostnici je sešlá a vyžaduje opravy. (Nad mříží smíloval se již starosta kostnický p. Leiner.) Největší nebezpečí hrozí desce Jeronymově; majitel domu ponechal dům svůj osudu.

Pan Jeříčka, bdělý strážce nad českými památkami v Kostnici a Gottliebenu, tázal se znalce stavitele a ten potvrdil, že skutečně zeď hrozí sesutím. Na přátelskou výčitku jednoho z členů našeho kroužku, proč to do Čech nepsal, náklad na úpravu desek a zdí nevyšetřil, pan Jeříčka odpověděl, že to všecko již učinil. Všecky ty opravy vyžadují pouhých 300 marek (asi 150 zl.) nákladu.

**R e d a k c e D e n . N o v .** Když jsme s krajany clevelandskými Václavem Zoulém a Františkem Hrubeckým o návštěvě vlasti české zavítali do Husince, abychom ušli domek, v němž veliký mučedník český se narodil, zhrozili jsme se sešlého vzezření onoho stavení, jež má aspoň vzdělanějším českým býti posvátné. Na průčelí byla omítka na mnoha místech otlučena, na jiných popukána a na sesutí, kamenné schůdky z ulice vzhůru vedoucí byly polozbořeny a celý domek nejen zevně, nýbrž i uvnitř vyhlížel tak spustle, jako by vlastníci jeho zúmyslně zkáze jej byli obětvovali. A i deska na tom domku byla zašlá. Nestarají-li se Čechové ani o rodný domek Husův v Husinci, jakž možno od nich očekávati, že budou vynakládati na udržování pamětních desek ve vzdálené Konstanci!

Když Husův domek byl od vlastníků koupen pro český národ, svěřena péče o něj Sokolstvu českému. Kdyby pražský Sokol podnikl jednou za čas výlet také do Husince, musel by se do duše hanbit, že nekoná svou svatou povinnost. Aby se snad hanbit nemusel, „lítá“ raději do Francie, do Haliče, do Lublaně a bůh ví kam, neb příjemnější je nechat se obdivovat a hostit a přijímat kytice a dary na památku, než konat pouť na nejposvátnější místo v české vlasti a stydět se tam za své h u m b u g á ř s t v í .

Mimo to leží Husinec jen asi malou hodinku od německých Prachatic. Nalezá se tedy téměř na rozhraní národnostním. Mělo by tedy obyvatelstvo husinecké v národním vědomí svém býti

moeně probuzeno, aby přiválu německému od Prachatic hloub do země se deroucímu dovedlo snáze čeliti. Tedy již jen z této příčiny měli by Sokolové čeští, hlavně bohatí bratři pražské župy sokolské podnikati čas od času veliké pouť do Husince.

A snad by podnikali, jen kdyby rodiště Husovo nebylo tak chudické a kdyby tam čepovali lepší pivo. Chudí punčocháři nemohou však nikoho vítat slávobranami a častovat nákladnými hostinami a plzeňským. A husinecké krásné pohlaví není ani krásné ani nobl, proto naše „čacké“ Sokolstvo netáhne.

Takoví jsou ti naši patentovaní národovci.

Podali jsme tuto článek Den. Nov. nadepsaný „Jak Čechové ctí Husa“.

Psali jsme v Sok. Am. čís. 6. roč. 12. proti oslavě Husa tancem a pitím, když jsme se tehdy dočetli v Den. Nov. následující oznámky: „Na památku upálení Jana Husa uspořádá T. J. S. Čech velkolepý pic-nic dne 6. července 1890, v Halhornově zahradě. Četové cvičení a jiné zábavné šprýmy, provede Sokol Čech pod vedením náčelníka J. Štíbra“.

Od té doby trváme, že sbory naše takovým nehodným způsobem Husa neslavili.

Víme, že red. Den. Nov. jest upřímným ctitelem Husovým i četli jsme s nemalým zájmem stesky jeho, jež uveřejnil po svém návratu z návštěvy Čech v Den. Nov. (v čís. 51. roku 1894) v článku „Známost a vážnost Husa v Čechách“, jenž měl každý z nás čísti a v němž mimo jiné napsal: „Majetníkem domku Husova jest Svatobor a opatrovníkem Pražské Sokolstvo, jež se pokládá za nejnárodnější, nejsvobodomyšlnější a nejhusitštější sbor český. Podle toho co jsme viděli, konají špatně svou povinnost i Svatobor i Sokolstvo. A žádný svobodomyšlný časopis na tu, abychom tak řekli „bezbožnou nešetřnost“ k Husově památce neukáže. Píšuou je také takovi tluchubové husitští, jako Sokol a jiní.“

O tom proč asi hlavně bohatí bratři pražské župy sokolské čas od času veliké pouť do Husince nepodnikají, podá snad vysvětlení následujících několik slov, vyňatých ze zprávy „župy Husovy“ uveřejněné v „Sokolu“ ze dne 15. srpna t. r.:

„Vzato na vědomí potvrzení zákazu výletu do Husince a Prachatic“.

### O působení tělocviku na tělo lidské.

Úvaha Dra. Preiningra.

Zdá se skorem zbytečno, promlouvatí o celkové důležitosti tělocviku: vždyť tolik jednot sokolských i zavádění tělocviku svědčí že se uznává důležitost ta všeobecně. A přece není tomu tak: mnoho a mnoho nalézáme lidí, kterým tělocvik není nic více než zbytečné moření těla aneb novodobý výmysl pro trápení dětí ve škole.

Tuto námitku o novodobosti tělocviku lze dosti snadno vyvrátiti poukázáním na historii: vždyť není jednoho národa i v dobách nejstarších, jenž by nevěšimal si cvičení tělesných. A pohleďme na př. na nejpokročilejší národ starověku, na Řeky a seznáme, že u nich byl tělocvik téměř prvním předmětem vyučování. Ze pak cvičení tělesná nebyla u nich nějakým „komediantstvím“, dosvědčují hry olympické, kde vedle ducha i síla a hbitost těla zápasily o palmu vítězství!

Ovšem měl tehdejší výcvik tělesný jiný ráz: šlof přece v prvé řadě o vychování dobrých vojinů, kteří by vlast nejen chránili, nýbrž i slávu její dále šířili a hlavně panství rozmnožovali. Ale taková cvičení tělesná byla skutečně dobrá, neboť činila národ onen téměř nepřemožitelným. Vizme jen Římany, národ, který původně obýval malý koutek země kol Říma a jenž rozšířil panství své téměř na celý tehdejší známý svět. Než jakmile opustil dobré své zásady, jakmile bezstarostně jeho duch i tělo lenošily a se místo uměním rozmařilostem oslabujícím oddaly — klesla síla celého národa a Řím padl. . . .

Zánikem starověku poklesly i ušlechtilé těla výcviky a místo jich zaujaly různé hry rytířské, sloužící více kratochvili a pobavení než nějakému vzpružení těla a ducha. Teprve době nejnovější zůstaveno vzkřísiti tělocvik a učiniti jej — řekl bych — samostatnou praktickou naukou.

Než měl-li se jí státi, musil míti jistý věcný podklad — musily tu býti důvody, které by se mohly pro tělocvik uvéstí a jež by do-

kázaly, že jest nám tělocvik potřebný, že jest skutečně důležitý. Jedním pak z prvních, ba hlavním jest význam tělocviku pro naše zdraví.

Abychom si mohli vysvětliti vliv tělocviku na tělo, jest ovšem nezbytně nutno, abychom znali své tělo! Snad jest to divné, pochybuji-li o tom, že všichni ctění čtenáři též je znají — tvrdím-li že jest mnoho lidí, kteří svůj nejvlastnější majetek neznají, že to, co jest jim nejbližším a s čím denně se obírá a co stále vidí — jest jim takofka španělskou vesnicí! Ba ze své vlastní zkušenosti vím, že aspoň tři čtvrtiny lidí nezná sebe, nezná složení těla ani výkony jeho! A poněvadž právem se domnívám, že i mezi vámi jest mnoho takových, musím se stručně o všem naznačeném zmíniti, neboť jen správným pojmem a názorem o těle můžeme si učiniti i správný názor o působení tělocviku.

Tělo lidské skládá se ze dvou hlavních částí a sice tvrdých i měkkých. Tvrdou část tvoří k o s t r a, soubor kostí, které tvoří pevný podklad těla. Kostí jen v mládí rostou, v dospělém těle zůstávají již stejné a teprve ve stáří poněkud ubývají, atrofují. Ale po celý čas života musí býti též živeny, jako každá částka jiná.

M ě k k é součástky třídí se obyčejně v ústroje a tyto v soustavy. Jedna z nich slouží výživě, druhá citění a třetí pohybu. K vyživovací soustavě čítají se ústroje dýchací, krevní a zaživací, citění zprostředkují nervstvo a čidla, pohybu slouží kostra, svalstvo.

Tyto různé ústroje žijí v souladu: je-li jeden z nich porušen, bývá více méně nemocným i celek! Udržovati soulad ten jest hlavním naším úkolem; jim jesti podmíněno zdraví.

Za zdravého stavu jest soulad — a ten jeví se úměrnou prací těla. Základem této pak jest výživa. Proč musíme se živiti?

Tělo se neustále opotřebuje: jeho nejmenší částičky — buňky — mizí a musí se novými nahrazovati, což se právě děje výživou, nápojem i potravou a dýcháním. Mohl by tu někdo namítnouti: kdyby člověk nepracoval, neměl by potřebi náhrady a nemusil by tolik jísti, čímž by ušetřil. Nehledě ani k tomu, že činiti takový závěr jest nesprávné se stránky národohospodářské, jest lenošeni i jinak škodlivé. Byť by jim se ušetřilo zdánlivě na výživě — škodí se jim tělu co do síly. Tělo lenošící slabne, totiž co do skutečné síly. Často lidé slovem „silný“ rozumí „tlustý“, což jest dvoji: vždyť tlustí lidé bývají právě nejslabší. Jeť jich zdánlivá „síla“ tělesná podmíněna tukem, jenž se usazuje v těle na úkor svalstva a ostatních orgánů. Ať tuk je zásobárnou jakousi tepla a potravy pro léta „hubena“ — přece má ho býti v těle jen množství přiměřené. Každé větší usazování tuku jest nepravdivé — ono ruší zmíněný soulad mezi ústroji. Nejlépe jeví se to na ústroji svalstva, jež sice zdánlivě co do objemu je mohutné, ale co do síly chabé, zmalátnělé.

Člověk pracovati musí — nepracuje-li, dostaví se vždy porušení souladu ve výživě a nastane nepravdivost. Ostatně byť člověk zjevně nepracoval, přece ústroji pracují stále. Pěkným příkladem jest t u s r d c e, stroj, jenž nezastaví se ani na několik sekund — jenž „jde“ po celý život. V normálním stavu, u dospělého člověka tepe srdce za minutu 70krát, čili stáhne a roztáhne se tolikrát — tedy učiní za minutu 140, za hodinu 8400, za den 20160 pohybů! Každým stahem vhná do těla jisté množství krve, jež reprezentuje jistou váhu. Tím koná srdce práci, kterou lze měřiti, a sice měřivá se práce t. zv. „kilogramometry“. Značí nám 1 kg. sílu, která zvedne 1 kg. do výše 1 m. Srdce pak za den vykoná práci rovnající se 86000 kilogramometrům — to jest síla, jež by zvedla 86 tisíc kilogramů do výše 1 m. aneb naopak 1 kg. do výše 86 tisíc metrů! Práce zajisté úžasná!

A práci takovou koná srdce každého člověka — a k ní poji se práce plic, mozku a nohou. Neboť dýchati a choditi (aspoň trochu) musí každý a též není osoby, která by ani trochu mozek svůj nena-máhala. A poněvadž práce taková koná se v těle i za lenošeni, opotřebují se buňky tělesné a musí se nahrazovati, což se děje výživou.

(Dokončení.)

### Ústřední Výpomocný Spolek Sokolský.

V čísle 6. Sokola Amerického nalézám mnoho oprávněných stesků na drobení sil sokolských, zakládáním nových sborů, a to vše k vůli buď prospěchu některého salonníka aneb také ze slávo-mamu některých, kteří cení svou osobnost nad Sokolstvo.

Jest jisto, že upřímní a obětaví Sokolové želi toho velmi, neb tím se síly tříští i prostředky ztenčují. — V nynější době, kdy Plzeňský Sokol dostavil důstojnou, centrálně položenou šiš, vyhovující všem požadavkům, měl by zřetel upřímných Sokolů obrácen být ne na tříštění, ale na spojení! Proto podávám zde návrh, aby v Chicagu učiněno bylo spojení mezi Sokoly, utvořením ústřední jednoty Sokolů chicagských, jejichž úkolem by bylo, starat se o to, by se Sokolstvo dle možnosti soustředilo ve 2 neb 3 okresy, a spojenými silami se postaralo, by každý okres, jeden po druhém měl svou důstojnou budovu.

Ale peníze? pomysli si čtenář. Ano, to jest právě otázka, kterou chce prozkoumat. Každý ze stávajících sborů má větší neb menší část peněz, — které bez úroků, aneb třeba pod úrokem leží — k postavení své budovy až tomu poměry dovoli. Ale žádný není s to bez uvalení těžkého břemena na sebe postavit důstojný stánek bez obavy, by těžce nabytý majetek neztratil, ale všichni mohou jednomu pomoci a tento navzájem opět druhému.

Není jenom velkým břemenem placení dluhu, ale v nepříznivých okolnostech jest těžko aspoň úroky sehnat, ačkoliv břemeno kapitálu ostává totéž.

Sokolstvo chicagské může s pýchou pohlížet na sbor Plzeňského Sokola, který v tomto nepříznivém čase se odhodlal k důstojnému dostavení sokolny, ačkoliv v těchto poměrech uvalil těžké břemeno na sebe.

Jak velikou úlevou by bylo, kdyby úrok z peněz buď docela odpadl, neb pouze na minimum nutných výloh zmenšen byl.

A věc ta jest při dobré vůli a důvěře lehce k docílení.

A jak? budete se ptát.

Jednoduše takto:

Sokolské sbory utvoří „Ústřední Sokolský Výpomocný Spolek“, do kterého si všechny sbory své peníze uloží a které se půjčí jak brzo se sejdou, tomu sboru, který toho nejvíce potřebuje, by se svého dluhu a užívajících úroků co nejdříve zbavit mohl.

Po něm následuje druhý atd. až všechny sbory, jichž více dohromady se spojilo, sobě k důstojným stánkům pomohly.

Krátký náčrt k podobnému spolku jest tento:

Na dílec \$100dollarový by se platilo vstupné 20c.

Týdenní poplatek 20c, neb 80c každé 4 neděle.

Platilo by se na určitou dobu 10 roků. Což by činilo za 10 r. Kč \$104 na dílec; což by činilo úsporu \$56 na dílec.

Myslím, že by vstupné a ony přebývající \$4 skorem kryly výlohy, které by byly nutny, když by byli úředníci bezplatní vyjma tajemníka.

Plán tento jest docela lehký k provedení a výhoda jest očividná, neb by tím též byly položeny meze vyděračství kapitalismu, an by i mimo Sokolstva našel následník, neb by později i členové mohli své úspory podobně ukládat a v případě potřeby těch samých výhod účastni být.

Nuže od slova k činu! — Na zdar!

Ferd. Svoboda, člen Plz Sok.

### Sokol Americký.

—V Chicagu budou pořádat výstavu T. J. S. Tyrš v dnech od 27. t. m. do 3. října t. r., Sokol Slovanská Lípa v dnech od 25. do 31. t. r.; také T. J. S. Čechie chystá se k výstavě.

— Dne 22. m. m. otevřena byla v Chicagu veřejná plovárna v Douglas parku slavností, které účastnilo se také Sokolstvo chicagské a to počtem velmi slušným. Doufáme, že dočkáme se v Chicagu brzy více podobných ústav. Jest to hanbou věru pro Chicago, že ležie na břehu jezerním a čítajíc přes půldruhého milionu obyvatel nemělo dosud místa, kde by se mohl člověk vykoupati, aniž by za to drazě zaplatil. Dosud jen malá příležitost byla dopřána mládeži k vykoupání se v jezeru při břehu Lincoln parku, kdež dospělým koupati se není dovoleno. Každý ví, jak nakládá se s penězi, jež občanstvo odvádí k účelům obecným i jest divem, že několik málo tisíc věnováno bylo na postavení plovárny zmíněné, při které bude také veřejná tělocvična, jež má býti otevřena dne 19. t. m. Cvičitelem v téže mimo dva jiné, ustanoven Sok. Florian Holec, člen Sok. Sl. Lípa.

— Dovídáme se, že v Algonquin, Ill., jež známo jest co oblíbené sídlo letní Chicagčanů, založen byl sokolský sbor hlavně přičiněním

Sok. Sedláčka, člena Sok. Klatovského v Chicagu. Sbor ten, jenž přijal jméno Sokol Rolník, hodlá se připojit k N. J. S. Těšíme se z mladého toho sboru, věduce, že poměry v Algonquinu jsou příznivé tak, že zaručují trvání a úspěch jeho v budoucnosti.

— Některé sbory naše žetří, kdy mají pomocí poskytnouti T. Jed. Sok. v St. Louisu k novému zbudování tělocvičny, jež byla cyklonem zbořena. Tu šetrnost nemůže zvát se šetrností. Necht vezmou si sbory takové příklad z některých sborů, jež nejsou bohaty, ba samy potřebujíce, přece slušnými obnosy bratřím st.-louisským přispěly.

— Dne 25. m. m. odejel z New Yorku do Čech Sokol J. Mendík, dokončiv zde svou dvouletou působnost co společný cvičitel N. J. S. Přejeme milému druhu, by dobře se mu dařilo ve vlasti. Zatouží-li však někdy zpět do svobodné Ameriky a vrátí se mezi nás, přijmeme jej s radostí, co bratra pilného a zasloužilého.

— V Slovanu Americkém čteme: (Sokolský sbor ve Wilson, Kan.) — Naši Sokolové mohou býti hrdí nejen na svou činnost, nýbrž i na mladý sbor bratrský, jenž dne 7. září 1895 byl založen a dnes již honosí se vlastní síní, rozličným náčiním a \$70.00 čistých peněz v pokladně. Ve Wilson jest jenom malá česká osada, ale biji zde srdce národní. Před rokem se pan Hubálek zaujal myšlenkou sokolskou, již přes mnohé překážky podnikl v cestu kladené s přispěním jiných národovců šťastně uskutečnil. Sbor se nazývá „Palacký“, a ačkoli čítá jen 14 členů, nalézá se v plně životní síle; cvičící členové pilně se cvičí na koni, bradlech, hrazdách atd. a bude brzy žádat za svazek s Nár. Jednotou Sokolskou. Dosavadní členové jeho jsou: V. Hubálek, Fr. Švehla, Matěj Somer, Jindř. Tobiáš, Václav Somer, Fr. a Bedřich Michalíček, Anton Pokorný, Josef F. Tampier, Anton F. Somer, Alois Kňákal, Roman Švehla, Josef F. Tobiáš, Jakub Somer, Emil Gregor, Fred. Sekavec. Úředníci jsou: Starosta Fr. Michalíček, náměstek Mat. Somer, pokladník Jindřich W. Tobiáš, náčelník Vincenc Hubálek, cvičitel Václav Somer. — V neděli, 16. srpna odbývali velmi pěkný výlet, při němž osm členů s velmi dobrým úspěchem cvičilo. — Na zdar! J. W. Pichner.

## Sokol Slávský.

\* V srpnovém čísle Sokola čteme následující zprávu z Hořených Pasek pod Ještědem: „Dne 2. srpna doprovodili jsme nejstaršího člena naší jednoty br. Josefa Bartoně k věčnému odpočinku. Zhasnul u věku 76 let. Zesnulý těšil se velké oblibě. Ač sám jsa chudým pouze cestářem, pamatoval při poslední vůli též naši jednoty a odkázal jí 5 zl. Částka ta vyváží více než jiná mnohem větší suma, neboť byla darována z lásky. Věčná Ti budiž paměť!“

\* Dne 25. července skončil v Plzni br. Hynek Palla, jenž stál kdysi v nejhorlivějších řadách sokolských pracovníků. Nabyv prvních základů v ústavě Malypetrové vstoupil do pražského Sokola a byl tu r. 1862—1864 cvičitelem, načež převzal úkol zařízení Sokola v Plzni, kdež po dlouhou dobu jako náčelník a cvičitel s velikým zdarem působil. Hynek Palla byl povahy ideální, pro vše krásné a dobré nadšený, a prokázal věci naší vzácné, platné služby, pro něž budiž jemu vděčná paměť v Sokolstvu zachována.

## Pisemnictví.

„B a h a s t á t,“ jest název spisku, jež tvoří čís. 4. dělnické knihovny, kteráž vydávána jest Dělnickými Listy v New Yorku. Spisek onen jest z pera Michaela Bakunina i jest zčeštěn Sokolem V. Kudlatou. Rádi bychom viděli, aby Sokolové a zvláště ovšem ti, kteří dosud se sebe otrocká pouta náboženství nesetřáslí spisek ten pilně si pročetli. Najdou v něm mnoho poučného, mnoho co otevře jim zrak, aby viděli.

Stůjž zde kratičký výňatek:

„Veškerá náboženství jsou ukrutná, založená na krvi, neb veškerá spočívají — dle jich podstatnosti — na idej obětě, t. j. na neustalém, trvajícím se obětování lidstva nenasytnému chtíči božstva. V tomto krvavém tajemství jest člověk vždy obětí ovečkou, kněz (taktéž člověk, ale z boží milosti privilegovaný člověk) božstva vykonávatel. To objasňuje, proč kněží všech náboženství i ti nejlepší, nejlidštější, nejtišší, téměř vždy v hloubi svého srdce a když ne ve svém srdci, tož přec ve svém duchu a myslí něco krvežíznivého a ukrutného chovali.“

„Veškerá náboženství s jich bohem, jich půbohem, jich pro-roky, mesiaši a svatými atd. jsou zbudována na základě pověrčivých představ lidí, kteří plného vývinu ještě nedořadili, a v celkovém vlastenectví jich intelektuelních schopností nenabýli. Z té příčiny není také náboženské nebe ničím jiným, nežli vzdušným přeludem, v němž rozčilený, slepý člověk své vlastní zvětšené vypodobnění spatřuje.“

Jmenovaný spisek jest obsažen na 73 stranách i tvoří pěknou knížku, jejíž cena 10 ctů. jest velmi mírná.

Objednejte si ji pod adrese „Dělnické Listy“ 266 Ave. B., New York, N. Y.

## Zpráva

o cvičení cvičitelského sboru T. J. S. v New Yorku.

Bratři! Na žádost cvičitelského sboru a po Vašem schválení opakoval jsem cvičení a pojednání o české soustavě s Vašimi cvičiteli a též několika druhými členy v čase od 26. července do 23. srpna. Cvičení odbýváno 14krát, zapsaných 22. Úhrnná návštěva 265, průměrně na jedno cvičení 19 členů.

Jednotliví členové súčastnili se počtu cvičení:

14krát Zborník Frant.	13krát Voříšek Ant.
14 Martyny Ferd.	12 Tesař August
14 Jicha Frant.	12 Knedlhanc Josef
14 Křížek Vác.	12 Pavlík Jan
14 Oktavec Josef	12 Heida Ant.
14 Hampl Vác.	11 Holub Bedřich
14 Řehoř Karel	11 Lucek Karel
14 Bartuněk Fr.	10 Kolman Ant.
14 Sýkora Stan.	9 Sekyra Hugo
14 Levý Josef	6 Kosík Rudolf
13 Jahoda Ant.	4 Šimůnek Karel

Našich cvičení se súčastňovaly též Sokolky a sice následovně:

12krát Lierova Jiřinka,
7 Hlaváčková Růžena,
5 Svobodova Kamila,
3 Winschova Karolina,
3 Šimůnkova Marie

Cvičení tak pilně navštěvované, jako toto působí mi vždy mnoho radosti a jsem Vám věru povděčen, poněvadž té radosti se mi nedostalo pokaždé na svých cestách, když jsem pracoval co společný cvičitel pro Národní Jednotu Sokolskou.

Přijměte, bratři, po přečtení této zprávy můj sokolský pozdrav a blahopřání k tak pilnému a svědomitému cvičitelstvu.

Na zdar! Jan Mendík.

Aby nepovstalo nedorozumění nějaké, že bratr Jan Mendík u T. J. Sokol v New Yorku po dvakráte přednášel, upozorňuji, že po druhé jednota naše na svůj náklad o totéž br. J. M. požádala, a on ochotně a levně totéž učinil, za což jemu vzdávám náš bratrský dík. — Na zdar! Franta Zborník, náč.

## DOPISY.

V Omaze, dne 22. srpna 1896. — Smutná příčina vtiskla mě péro do ruky; totiž úmrtí br. Vác. Švestky. Mladý neúplných 20 roků, nadějný Sokol sklácen neúprosnou smrtí v předčasný hrob, po nemoci as 14 dní trvající. Málo bylo cvičení, kterých on se ne-súčastnil, málo práce vykonáno, aby on nebyl měl na ní podílu a přec nás musel opustit. Věru, ztráta nenahraditelná potkala jeho rodinu, kteréž platí naše nelíčená soustrast. Pohřeb jeho odbýván dne 17. t. m. za skorem úplného se súčastnění všech členů. Důkaz to, v jaké oblibě se nacházel zemřelý bratr, neb málokdy nebo nikdy nebylo takové procento členstva na pohřbu a to vzdor dešti-vému počasí. Budiž mu čest a stálá památka.

A teď něco o našem životě. Ten jest teď v letě u nás jedno-tvárný. Výlet, který jsme letos pořádali, se nevydařil. Příčiny toho jsou různé. Předně, přišlo v noci i z rána a zamračeno bylo celý den. Za druhé (a to asi ponejvíce) nejsou peníze na luxusy, neb ani členstvo se nesúčastnilo tohoto výletu tak, jak výbor vším právem očekával. O tom, že by spolek ztrácel na přízni obecnstva nemůže být ani řeči, neb byly pořádány výlety jiných sborů, u

kterých se obecenstvo nemusí bát o peníze a prodělalo se. Pravda jest, že by měl sbor, plnicí tak správně své povinnosti jako sbor náš, mít více příznivců, ale při konkurenci, jakou sbor náš má, to není jinak možno.

Škola, která za dozoru naší jednoty tak zdárně pokračovala, ocitla se poznovu v nesnázích. Učitel, Sokol J. Mašek, se poděkoval se svého místa a věru bude těžko k nahrazení. Myslím, že musí spočívat nějaká kletba na té naší školce. Kdykoliv prospívá počne, vždy nějaká nesnáz musí rozkvět zarazit. Po čas prázdnin vyučovalo se každý den dopoledne, a žáci, jichž bylo as 200, byli rozdělení na 3 oddělení. Úspěch, jakého se škola za řízení Sokola Maška dodělala, jest znamenitý. Doufejme, že se podaří výboru školnímu Sok. Maška nahradit a bude-li možno, třeba jím samým.

Divadelní odbor jaksi odpočívá. Zvolil však úředníky, řiditele a režisera, kteří již dříve se osvědčili a proto myslím, že činnost odboru bude jako po několika posledních roků úspěšná.

Abych, jakožto poctivý zpravodaj psal o všem, zbývá tedy ještě cvičení. Tam jsem už asi 2 měsíce nebyl. Ale ze zpráv čtených ve schůzích vysvítá, že vzdor panujícím vedrům jsou návštěvy uspokojivé.

A ještě něco Sokolu J. Hrbkovi ze Cedar Rapids. Tobě jest divno, že jednota naše odhlasovala proti návrhu T. J. Sokol v N.Y. a že byla samojediná? Vidiš, mně zase ne. Nebraska musí mít vždy něco nového a jiného nežli jiné státy, to můžeš pozorovat dle nynější politiky. Proto ale není nikdy tak špatně, aby nebylo líp. Sbor náš povolil dalších padesát dol. jednot v St. Louisu a nebyť nesnáze, v jaké byl sbor náš poslední dobou, bylo by se dalo více.

V referátu Sokola M. z New Yorku jsem hlédal telegram naší jednoty, ale kde nic, tu nic, ptal jsem se na to starosty, který měl tento odeslat a ten? „Samou starostí jsem na to zapomněl.“ Tak jsme přišli zase o slávu.

S.

V Chicagu, 30. srpna 1896. — (Z e S o k o l a C h i c a g o.) — Od konce roku 94. shledal jsem v našem orgánu dosud jeden jediný dopis od našich jednatelů, již se vystřídali tři. Nevím skutečně čemu přičítati onu liknavost v naší jednotě, kde náš jednatel má dosti látky, o které by pojednati mohl.

Tak předem záhodno zastaviti se u členů cvičících. Tam není to jak mělo by býti. Schází svornost a sokolské nadšení, což viděti z toho, že ani jeden z činovníků nedodrží úřad na se vzatý. Cvičitel poděkoval se tento měsíc a náčelník vůbec cvičení poslední čas nenavštěvoval. Arciť, na neštěstí, v ten den co cvičení se odbývá, hraje hudba koncertní v Douglas parku, nám blížším, a tu cvičící členstvo nesmí chyběti. Výmluva jest hned pohotově. Velké horko! Pohleďte k Sokolkám, a vemte sobě příklad. Ty návštěvní četně cvičení, a vidět jest u nich láska ve vykonávání jejich povinností. Neslyšel jsem dosud, že by některou slunce píchlo tím horkem, jako jednoho mladého Sokola, kterému by zajisté velmi prospěšnější bylo cvičení navštěvovat, místo někde v ústraní paintíčkovat.

Naše stará garda pracuje neúnavně, a to pro Vás, byste jednou svůj vlastní stánek vlastnili a v něm sobě veškeré dosud tížící vás svízele při cvičení vynahrádili. Protož, uchopte se opět pro Vás tak prospěšné věci, navštěvujte pilně cvičení a poslouchajíc svého nově zvoleného náčelníka, Sok. Fr. Novotného, v nějž skládám důvěru, že úřad svůj tak čestný přísně, však spravedlivě a se sokolskou láskou spravovat bude, doděláte se v brzku kýženého cíle.

Nemohu opomenouti i nám starším jakési ochabnutí vyčítati. Dokud jest tak zvaná sezona, jsme samý výbor a skutečně hořečnů pracujeme, jakmile nastane doba letní, tak jako by vše usnulo. Zprávy ze zimních zábav, nebyly-li hned v zápětí vyřizeny, dočkají se 3—4 měsíců, nežli jsou vyhotoveny, jednotlivé výbory a to velmi důležitě, spí. Schůze se nenavštěvují, sotva že se sejdě 15 členů, a těch polovina uprostřed jednání a to většinou důležitého, an dle stanov položeny jsou články:

a) nedokončené záležitosti a b) nové záležitosti naposled, před ukončením schůze, odchází a napotom slyševše ustanovení nějaké, jež zbylí členové přijali, proti tomu bruchí, čímž povstává jen rozbroj a nedorozumění. — Tak bratři, budeme-li kráčet, ještě mnoho vody uplyne, nežli vyplní se touha naše, ačkoli okolnosti jsou nám

dosti příznivé, že bychom počítí mohli, an stojíme si finančně mnohem lépe než jiné sbory, které však nelekaly se namáhání a práce, nýbrž uchopily se díla a myslím, že toho dnes nelitují. My pak povinni jsme toho i obětavému obecenstvu v naší české Kalifornii, od kterého jsme obětí přijímali a dosud přijímáme a kteréž i na dále bude-li viděti činnost naši nás neopustí ale naopak, hojněji nás podporovati bude.

Vzchopte se bratři, svorně ku práci společné a výsledek dobrý nás nemine.

Začátkem srpna pořádalo cvičící členstvo se Sokolkami soukromý výlet, který se zdařil. Však chei upozorniti naše mladé síly, že není to sokolské pro vás, krčiti svá těla v tak zvaných expresech, kde byste velmi snadno 2 hodiny kráčet i tím zároveň v pořadovém cvičení se cvičiti mohli. Jsem přesvědčen, že i mnoho starších členů by se k vám připojilo a tak ukázali byste obecenstvu odvalu sokolskou a sami byste velmi získali.

Bratři, zkuste to jednou a pořádejte podobný výlet pochodový a zajisté že se vám to zalíbí, až seznáte prospěšnost toho.

Naše Sokolky pracují zdárně a zajisté že můžeme si blahopřáti k takovému sboru, který hledí jen v prospěch náš. Tak darovaly nám \$43 na naši výstavu. — Upozorňuji Vás bratři, byste i vy stejné stejným spláceli a dostavili se všichni do jejich první zábavy, dne 19. září a tak oplatili jim obětavost jejich a nenechali žádnou sedět, neb víte zajisté, že tanec jest slabá stránka ženského pokolení, neb která málo tančí hodně bruchí.

Náš dramatický odbor jeví letos zdárnou činnost; tak pracuje již na kuse „Tkalcovský tovaryš“, který se bude hráti dne 27. října a chce letos před naše obecenstvo vícekrát vystoupiti.

Konče svůj dopis, opakuji: Jen bratři více svornosti, lásky bratrské a více vřelosti pro práci naši společnou, a výsledek dobrý nás zajisté nemine. — Na zdar!

L. K o e h l e r, t. č. taj.

V Morrisanii, dne 30. srpna 1896. — Slibil jsem v čísle 7. časopise našem, že podám zprávu o výletu pěším, který byl odbýván na místě pořadového cvičení v místnosti uzavřené do přírody, čímž zajisté náčelník myslil, by se bratři občerstvili i aby prohlédli náš stejnokroj, což dle usnesení jednotou se děje vždy za čtvrt roku. Výlet onen byl odbýván dne 2. srpna i účastnilo se ho z 18 členů 11 dohromady pěšky i jízdo, poněvadž teď už se na to nekonká, ať se účastní jak chtějí, jen když někdo přijde. A kdo nepřijde, ten má omluvu, a my musíme s tím být spokojeni. O pokutě ve stanovách domácích, kterou všichni schválili, se nemůže mluvit, sic bychom ztratili takového člena. Takových případů se děje moc u více snad jednot, což by se jedenkrát přetrhlo jen tím snad, kdyby byla u Národní Jednoty Sokolské úmrtní podpora. Tím myslím, že by se jiná přísnost držela a tím také by slabší jednoty se zmáhaly, neb teď je každý navyklý jen podporovat spolky v nemoci a úmrtí podporující, a který nemůže vydržovat spolky dva, jest nucen by odstoupil od Sokola, poněvadž má výčitky, že z toho nic nemá. Třeba patřil hezkou řadu let k jednotě a dobrým Sokolem byl, jest nucen by si zaopatřil spolek podporující, aby někdy jeho pozůstalí jej měli zač v chladnou zem vložiti. Mnoho a mnoho příkladů bych dal, jak by byla úmrtní podpora dobrá, ale nechávám to starším Sokolům a ve věci té obezřelejším, neboť by se třeba myslilo, že jen já na to naléhám a že snad jsem již starý a proto že chei podporu úmrtní. Ne; jsem mlád a když úmrtní podpora nebude, také budu Sokolem jakým jsem až dosud, ale myslím jen ve prospěch Sokolstva a zároveň jako bratr ve prospěch bratrstva.

A teď o cvičení. Žáci měli prázdniny hned v červenci a členské prázdniny započaly v srpnu. V září se máme zase sejít a cvičiti dále. Bratři: Žádám vás, abyste jakmile náčelník určí čas ku cvičení, náležitě se scházeli, bychom také jednou zase mohli roztkřidit družstva, neboť cvičení při družstvech nerozdělených je bezúčelné, poněvadž žádný pokrok se neučiní. Protož, i vy bratři starší, hleďte, byste také přišli do cvičení a bude pak mezi námi veselo, a jiná mysl, a jiné bratrství. — Na zdar!

F r a n t. C h r a s t i l, jed.

V Chicagu, dne 1. září 1896. — (Z T ě l. J e d. S o k o l Č e c h i e.) — Jaký to div, doba výletní se již chýlí ku konci a my se teprv na výlet připravujeme! Měl sice býti odbýván dříve, ale

špatné počasí rozhodlo jinak, a jelikož Sokol Sainer, majitel zahrady výletní v Irving parku měl ostatní neděle zadané, museli jsme spokojiti se první nedělí v září. Zkázali-li nám Petr i tento den, pak bude míti u nás o vroubek více a u naší tancechtivé mladeže hřích neodpustitelný! Proto ale nemusíme se zlobit, snad se výlet zdaří a pakli ne, — nu? Nebude škoda; neb v měsíci říjnu budeme pořádati výstavu a ta doufám, nám vše vynahradí. Jen se každý číš, praenij a jakýmkoliv způsobem hleď přispěti tak, by zdar byl úplný a my mohli zas nějakým tím grošem odstraniti alespoň částku toho, co nás tíží. Výstava bude trvati od 22. do 25. října 1896. Též musím připomenouti cvičicím členům, že jako vždy i při této výstavě se bude cvičiti. Na to nechť se připraví, a ti, již do cvičení již delší čas nechlodí, nechť znovu začnou. Horké počasí, na které se vždy odvolávali, se již zmírnilo, nestává tedy příčin, proč by do cvičení choditi nemohli, majíce k tomu čas. Bratři, nemyslete si, cvičili-li 8—10 členů, že je to dosti, aniž se nechte unésti tou myšlenkou, že bratři oni cvičí jen proto, by věc se udržela v proudu, nikoliv! Oni cvičí, jelikož v tom vidí jich vlastní prospěch a dobro. Nemíním tímto říci, že snad cvičení neuznáváme, právě naopak; ale jedině co tu vadí jest, že se oddáváme až přílišné pohodlnosti. Tak vlastně to vypadá. Přichází nám to za těžké, — představujeme si to jako zbytečné namáhání. Jsme však na omylu, neb kde si můžeme popřáti lepšího pohodlí, než právě ve cvičení, tam jsme volní. Podívejme se tam v den cvičení. Od sedmé do osmé hodiny je cvičení žactva, mezitím se dostaví členové, odloží těžké šatstvo a vezmou na sebe oblek cvičební. A k tomu třeba podotknouti, když je vedro největší, v naší cvičirně je příjemný chládek, tu možno přecvičiti troje střídání, aniž bychom při tom pot s čela stírali. Po cvičení pak se může každý vykoupati, což naši hoši často činí.

Koupelna naše je malá místnost s obyčejnou koupací vanou, a se sprchou, jež je na stropu upevněna. V celku vzato, koupelna naše je dosti vhodná pro cvičirnu.

Vše to co jsem načrtl zde, naše členstvo dobře ví, ale přece se nechce k tomu znáti a mnohý v domněni, že jest lépe hověti si doma, nežli se potit ve cvičirně, do cvičení nechodí a tak zanedbává pohovu lepší a užitečnější. Jiný zas se zamiluje příliš do byciklu a nemůže potom věnovat dva dny v týdnu cvičení, aby mu nezlenošil bycikel.

Doufám, že se bratři přičiní tak, abych již nemusel o tom více psáti, nýbrž bych mohl psáti o pokroku, což je milejší a též i více povzbuzující.

Než dokončím zmíním se též o jiném, a sice co se sboru týče. Sbor náš čítá asi 100 členů, a kolik z těchto navštěvuje schůze? Velmi málo. A kolik se jich dostaví, když je nějaká vycházka? Málo, vyjma průvodu při pohřbu. Věru, nevím co bych zde měl říci a proto to raději ponechám bratrům, by sami učinili si o tom úsudek.

F. H. Hrdlička, dop.

V New Yorku, 1. září 1896. — Náš milý bratr a býv. společný cvičitel N. J. S., Sokol Mendík, rozloučil se s jednotou naší, a dnes je tomu právě týden, co opouštěl břeh new-yorský, nalezaje se na cestě do staré vlasti. Byl on apoštolem nové doby, hlásaje a uče nauky všemu lidu nanejvýš potřebné, tělocviku, jedinému to pravému léku lidstva veškerého. Jeho práce byla úspěšná a símě, které on u cvičitelů našich zanechal, zajisté zdárně vzroste a dobré ovoce sklízeti budeme. Dokončiv práci záslužnou u N. J. S. setrval ve středu našem ještě asi tři týdny, by se zotavil po práci namáhavé, však ani zde nedal si pokoje a oddechu a uspořádal pro naše členy 14 cvičení, kterých súčastnilo se průměrně 19 členů a tuším, že i čtyry sestry Sokolky každodenně. A jak skromný byl ve všech potřebách jeho, tak i skromný byl odchod jeho do Čech. Jen užší kroužek několika cvičitelů a členů zvědělo o jeho odchodu, ostatní o úmyslu jeho ničeho nevěděli. Byli bychom rádi všichni se s ním rozloučili, jemu snad naposledy ruky své podali, on však v skromnosti své toho si nezádal. Dobrá pověš Tvoje i památka Tvá bude dlouho žiti v srdcích našich a když nemohli jsme všichni s Tebou se rozloučiti, přijmi od nás srdečný dík za práce pro jednotu naší vykonané.

Dne 30. minulého měsíce dostavili jsme se sborově na výlet T. S. Dívek a Paní v počtu u nás málokdy tak četném. Překrásný den srpnový vábil nás do volné přírody a tím se stalo, že asi dvě

stě Sokolů v kroji i bez kroje výletu našich sester se súčastnilo. Na výletu tomto cvičení prostrná provádělo 130 děvčátek, velice úhledné a přesně, několik her pěkných provedeno bylo a každá z těchto cvičenek obdařena byla stříbrným špendlíkem na památku. Jaké oblíby dochází sbor Sokolek našich, bylo viděti na velmi četné návštěvě výletu tohoto. Pěvecký odbor Sokola jakož i Sokolek přednesly různé písně sborové, za ohlušující pochvaly. Bratři Bartuněk, Holub a Tesař obdařeni byli zlatými špendlíky, dárky to děti jich svědomitým cvičitelům.

Dnes opět začíná se cvičiti na nářadí po čtyřnedělních prázdninách. Jest to obvyklá zkouška, jež se provádí ku rozdělení družstev. Kolik cvičících se sejde? Nejděle za 7 neděl budeme pod vlastními krovem, v tělocvičně úhledné a rozsáhlé, a proto jest si přáti, by všichni bratři se přihlásili do cvičení, neboť místa bude dost pro nás všechny.

Když zavádil jsem již o vlastní naši budovu, musím opět a opět bratrům připomenout, by neopomenuli platiti si kolky co půjčku, dále, ti bratři, kteří nějaký ten pakatel uspořený u sebe chovají, nechť nám jej zapůjčí na pět procent. Vždyť na vlastní oč přesvědčiti se mohou již nyní, že podnik jest obezřele a poctivě spravován, a zajisté až hotová budova bude, kontrola přes vše bude dokonala, takže žádný se o svůj vklad báti nemusí. Ovšem, my chudí bychom rádi dali třeba sta i tisíce, bohatí však se vyhnou a nedají.

Okolo 25 tisíc se budeme muset vypůjčiti na dohotovení Sokolny naší. Tím však není řečeno, že peněz více potřebovati nebudeme. Právě naopak. Mimo všechny nynější i vypůjčené peníze, budeme potřebovati nejméně 4 neb 5 tisíc na vnitřní zařízení, mimo to asi 2 tisíce za úplné zavedení světla elektrického atd. a protož bratři, pilně ukládejte svůj malý týdňní poplatek, který Vám vzroste v sumu, která Vám v každý nešťastný případ velmi vhodná býti může. Sta Sokolů každý den před stavenišťem hubují na zdoluhavou práci našeho stavitele, však těch sta Sokolů měli by nejdříve hubovati sami na sebe, že tak zdoluhavě se mají k placení svého vkladu, ba mnohý aniž by centem na Sokolovnu přispěl, hubuje na ty neb ony domnělé nedostatky Sokolny naší. Nežádáme nemožností, však být všech dobrá vůle tak, jako moje a více jiných jest, ani jediného dollaru by nebylo třeba od jinonárodovce se vypůjčovati, mohli jsme procenta do českých sokolských kapes dávat a mohli jsme se chlubit tím, že Sokol za „své“ peníze pro „sebe a pro Čechy“ svůj pantheon si vystavěl.

Nemilá, mrzutá záležitost vleče se mezi jistým členem našim a mezi jednotou Fuegner z L. I. C. Náš člen, bývalý mnohokrátě závodník, bydlící v L. I. C., má prý být cvičitelem školy katolické, která dělá, neb dělati má konkurenci tělocvičně škole jednoty Fuegner. Poněvadž Jednota Fuegner jest téměř po new-yorské jednotě „první“, která svobodomyšlnost a neodvislost pěstuje, a poněvadž i zmíněný cvičitel katolické školy členem našim i členem Fuegnera, zdržím se úsudku a vyčkám ještě měsíc, jak se věci utváří. Doufám, že velebné boty nezvítězí dollarem nad mužem, který v Sokolství vyrostl.

Jakožto dozvuk k slavnosti základního kamene pro naši tělocvičnu došel nás blahopřejný dopis od et. T. J. Sokol v Českých Budějovicích, který s nadšením a radostí přijat byl. Dík za blahopřání Vaše. Bylo mě nepřímě řečeno, bych veškeré telegramy a dopisy blahopřejné uveřejnil v Sok. Am., mě však jest to nemožno učiniti a to proto, že já je přímo nedostával, ba o některých jsem ani nevěděl, neb přišly do schůze, v které jsem přítomen býti nemohl a mě doručeny nebyly úplně žádné, mimo dopis poslední z Č. B.

V poslední schůzi usneseno bylo, súčastniti se sborově výstavy pořádané Dob. Vzd. Společnosti pro Národní Dům a sice v den, který Sokolům určen bude. Bratři! Každý z Vás má zajisté radost, že Národní Dům, chlouba Čechů new-yorských jest uskutečněna, každý z nás zajisté přejeme národu svému, k budově této důstojné, každý z Vás půjde se podívat na stavbu a zařízení domu všem Čechům společného, nuž dokažte, že jsme vlastenci, taktéž v místě prvním, a na zavolání dostavte se jedenkaždý v kroji, bychom čestně povinnost svou vůči Domu Národnímu i vůči veřejnosti české zadost učinili. — Na zdar!

M. K a f k a .

**V St. Louisu, dne 2. září 1896.** — V posledním dopise jsem s zminil, že bude naše jednota pořádáti výlet do jižní části města. Výlet ten se pořádá, ale ne s takovým úspěchem, jak se očekávali dalo. Tu noc před výletem strhla se velká bouře nad naším městem, která trvala do třech hodin ráno a liják byl tak prudký, že se myslelo opětně na nehodu v měsíci květnu. Obecenstva sešlo se dosti, by bralo podílu při výletě, bylo však přec znáti, že rána nešťastí se nezhojila i ta zábava byla jaksi dělaná. Vždy při výletu se cvičilo, zpívalo, ale tento výlet naše odbory se neokázaly a kdyby i chtěly, neměly místa ku cvičení a tak se vše odbylo dosti všedně.

Nyní se oprava tělocvičny blíží ku svému dokončení. Střecha kryje místnost úplně, takže do 20. t. m. bude úplně hotova a odevzdána svému účelu, tělocvičce. Na ten den uspořádá sbor koncert otevření místnosti a zajisté nebude jednoho Sokola, který by se nedostavil a bral podílu na uspokojení, že opětně budeme mít svůj vlastní domov, že nezaniknem jak nám někteří přítelíčkové předpovídali, že našemu sboru je odzvoněno.

Sokolové, dokažme, že jsme byli vždy vytrvalými, a že opětně budem činnými, jako vždy před tím. Ano, ještě více bychom mohli činiti, kdyby každý seznal nesnáze těch členů, kterým na tom záleželo žít dále.

Na počátku příštího měsíce veškeré odbory začnou činnost svoji t. j. pěvecký odbor Hlahol, jakož i damský Vlasta, divadelní i čtenářský a hlavně čilým by měl býti náš tělocvič, který je hlavním našim účelem, proto nechť všichni cvičící členové se dostaví v určité dny do tělocvičny, v úterý a v pátek.

Denní škola žáků bude opětně jako dříve, v pondělí a ve středu od půlpáté hodiny odp. děvčata, v úterý a pátek v týž čas hoši, ve středu o půlosmé hodině večer větší dívky.

Tedy Sokolové, hleďte se dle toho řídit a přihlaste se v čas u cvičitele Sok. T. Ulricha po dobu cvičení, bychom se mohli řádně připravit k veřejnému vystoupení. Cvičírna bude úplně tak zřízena, že bude vyhovovati všemu, čeho třeba k tužení sil.

Na zdar! V á c . K . T ř í s k a .

**V Clevelandu, dne 2. září 1896.** — Ačkoliv jednota naše, Sokol Cleveland, jest teprve dne 11. srpna t. r. jeden rok stará, přece již můžeme se pochlubit naší vlastní tělocvičnou, na které jen nepatrný dloužek vázne. Není to žádná nádherná budova, nádherně zařízená, vyhovuje však našim požadavkům a uspokojuje všechny Sokoliky naší jednoty. Však jsme již měli tělocvičny také zapotřebí. V místnosti 20x24 stopách, cvičilo nás 23 členů a 45 žáků. Uvažuje jak málo místa a nezdravo v místnosti té bylo, není se co diviti, že cvičící členové i žáci přestávali cvičení navštěvovati. Veřejného cvičení odbývaného dne 19. dubna, v síni p. F. J. Wachalce, se nás účastnilo již jen dvanáct členů a 32 žáků. Krátce potom byli jsme z místa toho vypovězeni, k vůli „biznisu“ a jelikož žádného místa v okolí našem nebylo, museli jsme s cvičením na dobro přestat. Nyní, kdy máme prostornou tělocvičnu, doufám, že se řady nás cvičících značně rozmnoží.

Dne 16. srpna byla prvně odbývána schůze v tělocvičně a jakkoliv nebyla ještě dostavena úplně, přece se zde každý cítil jako doma. Hlavně pak ti, kteří bezplatně pomáhali při stavbě, jichž jest hezký počet. A což teprve při cvičeních! Však se již na to těší všichni. Jen abychom za krátko v naší horlivosti neochabli.

Cvičení počneme dne 2. září, dvakrát týdně, ve středu a v sobotu. Cvičení bude sestávat ze: cvičení prostných, zápasu, šplhání, skoků, činkami a tyčemi. Více nářadí nemáme. Koně a bradla, jež jsme měli vypůjčené, požádal Sokol Čech zpět, ačkoliv, dle výpovědi několika členů řečené jednoty, by se mohli bez toho lehce obejít. To nám však nevadí, alespoň budeme si hledět co možná nejdříve zaopatřiti naše vlastní, a také doufám, že nám to dlouhý čas nevezme, zůstaneme-li na dále svorní.

Podruhé z naší jednoty více. — Na zdar!

R u d . P e c h , dop.

**V Newarku, dne 2. září 1896.** — Rád bych také nějakou dobrou a potěšitelnou zprávu do Sokola uveřejnil, ale není mně možno.

Jak naše hesla krásně zní, kterých velmi mnoho máme k našemu účelu na př. svornost, rovnost a bratrství, ale kdyby se jich jen užívalo a sice s rozumem. Rád bych také pravdu zde vylíčil o činnosti a pokračování naší jednoty, ale obávám se, abych také nezapomněl o makovou hlavičku neb by se mák rozsypal a pak je ho těžko sbírat, a přece není možno každému vyhověti a všem pánům sloužiti. Ale jen s pravdou ven! Domníval jsem se, že chová naše T. J. Sokol v sobě více Sokolů, než skutečně má, kteří ví na jakém poli jsou a jakou roli vzdělávati mají, ale trochu jsem se zmýlil. Dnes nahližím, že pořáde hlouběji klesáme a půjde-li to tak dále, je po nás veta. Nemůže bratr bratru promluvit pravdu do očí dle patřičné povinnosti naší, aby se druhý nerozhněval, aneb hned ze sboru nevystoupil a ještě jiné k tomu nepobádal. Takový myslí si, že Sokol bez něj nebude, to se ale velice mýlí. Naopak jest to smutné, že jeho rozum více rozvinut není. Takovýchto urážlivostí je u nás velmi mnoho. Mnohý v jeho nezkušenosti jest uražen ve cvičení a neb ve schůzi, pak již to ani ono nenavštěvuje, i je mu milejší jiná zábava, která k ničemu nevede než v jeho záhubu.

Cos podobného bylo než jsme si ustanovili podporu v nemoci, kterou jsme založili, bychom se lépe udrželi, neb bylo pořáde vytýkáno, že do sboru všichni platí a nic z toho nemají. Teď opět se to mnohému zdá, že mnoho platí na málo podpory i že má aneb dostane u jiného spolku pojištění na život a větší podporu a pak se pánem. Dle těchto náhledů a skutků mají pak pokračovati sbory sokolské, které jen samy hledí českou národnost zde za mořem udržeti, jí zvelebovati, mládež zde vychováti, jazyku českému a cviku vyučovati.

Který pak sbor o to zde pečuje? Docela žádný! Zdali by nebylo možné aby každý Čech trochu lépe si uvážil a sborům sokolským přispíval, by sílily a více se zmáhaly. Sbor náš byl hezky silný, ale teď trochu slábne a tím je vinna jen samá urážlivost. Každý člen, když se dá na pole sokolské, vi jakým podmínkám podrobiti se má! Ty také přesně držeti má. Jeden s druhým bratrsky se má snažeti, se srovnávati a povolným býti a pracovat v prospěch národnosti naší, nikoli ve svůj vlastní. Pročež vás vyzývám bratři, bychom jeden s druhým ruku v ruce šli, všecky liché rozbroje a mrzutosti z hlavy vypudili, a statně po Sokolsku ku předu proudili, pak zajisté že užitek náš bude hojný. — Na zdar!

V á c l a v P t á č n í k .

### Zpráva náčelnická.

Těl. Jed. Sokol v Newarku, N. J. za I. a II. čtvrtletí 1896. Členové cvičili v lednu 9krát, v únoru 8krát a v březnu 9krát. Úhrnem odbýváno cvičení za I. čtvrtletí 26, a sice vždy v neděli od 8 do 11 hodin dopoledne, ve čtvrtek od 8 do 10 hodin večer. Úhrnná návštěva v lednu 79, průměrně v 1 cvičení 9 cvičenců. V únoru 63, průměrně 8 cvičenců. V březnu 75, průměrně 8 cvičenců. Cvičeno v jednom družstvu. Nejpilnější Sokolové byli: J. Procházka, Fr. Holeček, A. Chalupa, V. Krásný, J. Vojtěch.

Za duben cvičeno 9krát; v květnu 9krát a v červnu 8krát. Odbýváno za II. čtvrtletí 26 cvičení, úhrnná návštěva za duben 89, průměrně v jednom cvičení 10 cvičenců, v květnu 81, průměrně 9 cvičenců; v červnu 73, průměrně 9 cvičenců v jednom družstvu. Nejpilnější členové byli: J. Procházka, J. Vojtěch, V. Richetský, V. Krásný, Fr. Holeček, A. Chalupa, A. Peřina.

Na zdar! V . P t á č n í k , náč.

### Schůze výkonného výboru N. J. S.

New York, dne 17. srpna 1896. — Za nepřítomnosti starosty, br. Al. Wokala, zahájil schůzi náměstek, br. Jos. Kadlec. — Dopis a zpráva ze St. Paulu přijaty. — Stížnost br. Jana Jyrauta čtena a usneseno vyčkati rozhodnutí stížního výboru a jednoty. — Výbor ku prohlédnutí stanov jednoty „Vlast“ dosud svou práci nedokončil. — Jednatel sděluje, že na opětný svůj dopis starostovi jednoty westonské dosud odpovědi neobdržel. — Jednatel požádán, by dluhující jednoty dle stanov upomenul. — Uzavřeno, by příští schůze k vůli dělnickému svátku, jež připadne na první pondělek v září, odbývána byla o týden dříve, dne 31. srpna, a dále by byly

schůze odbývány pouze jednou měsíčně, vždy první pondělek. V případech nalahavých má však jednatel svolati schůzi mimořádnou. — Na to schůze skončena. F. Lier, zapisovatel.

Příjem a vydání N. J. S. za měsíc srpen 1896.

Příjem :

3. srpna	T. J. S. Čechie v Chicagu za I. 1896	\$22.30
	T. J. S. Svornost v Morrisani za II. '96	3.40
	přeplatila	.60
	T. J. Sokol v New Yorku dopl. na II. '96	3.50
	Předplatné na 4 výt. Sok. Am. a za 1 číslo	3.93
5.	T. J. Sokol ve Westfieldu za II. 1896	5.40
	T. J. S. Budivoj v Detroitu taktéž	8.40
6.	T. J. S. Jiří z Poděbrad v Clarkson taktéž	2.60
7.	Čes. Am. Jed. Sokol v St. Paulu taktéž	7.80
10.	Jed. Tyrš C. B. Sokol v Cedar Rapids taktéž (beze zprávy)	24.70
15.	T. J. S. Komenský v Humboldt taktéž	4.20
17.	Těl. Jed. Sokol v Milwaukee taktéž	25.90
19.	Crete taktéž	8.00
25.	Milliganu dopl. na I. 1896	.60
	na II. 1896	3.80

Úhrnem ..... \$125.13  
Hotovost z min. účtu ..... 732.31

Úhrnem ..... \$857.44

V y d á n í .

3. srpna	Společnému cvičiteli za červenec	\$75.00
	Témuž za cestu z Westfieldu do New Yorku	2.85
15.	Pofadatel Sok. Am. za číslo srpnové	20.00
31.	Fr. Lierovi za srpnové číslo Sok. Am. s výpravou a známkami	98.80

Úhrnem ..... \$196.65

Příjem ..... \$857.44  
Vydání ..... 196.65

Hotovost na měsíc září ..... \$660 79 a sice  
\$565.00 v bondu na \$500 a  
95.79 na bance a u pokladníka.

Josef Říha, jed.

V ý k a z p ř í s p ě v k ů n a o p r a v u t ě l o c v i e n y

T. J. S. v St. Louis, Mo., zaslané do 31. srpna 1896.

Těl. Jed. Sokol v Newarku, N. J.	\$ 5.00
T. J. S. Tábora v Chicagu, Ill.	5.00
Týž sbor na sběrací listinu	2.75
Těl. Jed. Sokol Jiří Poděbradský v Clarkson, Neb.	2.00
Čes. Am. Sokol v St. Paul, Minn.	5.00
Týž sbor na sběrací listinu	17.50
Těl. Jed. Sokol v Alleghany, Penn.	15.00
Těl. Jed. Sokol Omaha, Neb.	50.00
U výboru složili: Sokol Ant. Hájek	3.00
Sokol Vác. K. Tříska	3.00
Sokol Ant. Tříska	1.00
Pan Ant. Raušer	10.00
Sokol Fr. Burian	5.00

Úhrnem ..... \$124.25  
Dříve oznámeno v Sok. Am. 699.74

Úhrnem zasláno ..... \$823.99

Prosíme o další příspěvky za Těl. Jed. Sok.

J. Kučera, před. výb. Vác. K. Tříska, úč.,  
1911 Geyer Ave.

ADRESÁŘ NÁRODNÍ JEDNOTY SOKOLSKÉ VE SPOJ. STÁTECH.

VÝKONNÝ VYBOR NÁRODNÍ JEDNOTY SOKOL 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. Brodíl, Jan Pavlík, Ant. Jahoda, Fr. Chrástil. Náč. A. Tesař, 1376 First Ave., New York, podnác. 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. J. Toman, 625 Bushwick Av. T. J. S. FUEGNER, L. I. City, N. Y., taj. Ant. Majer, 236 Crescent St. S. J. SVORNOST, Morrisania, N. Y.; F. Chrástil, 3551—3rd Ave. T. J. SOK. Newark, Franta Holeček, 280—15. Av. T. J. SOKOL, New York; taj. Jos. Základník, 360 E. 72nd St. T. J. SOKOL Westfield, Mass. Fr. Náhlovský, 43 Parker Ave.

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., podnáčelník Franta Filip, Boh. Ninger. T. J. SOKOL ŽÍŽKA, Bruno, Neb.; taj. Frank Zelený. TYRŠ C. B. SOKOL, Cedar Rapids, Ia.; A. M. Zahorík, 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 LEV, Oxford Junction, Ia.; taj. Jos. Milota. T. J. S. Plattsmouth, Neb., J. C. Pták, tajemník. T. J. S. Milligan, Neb., Frant. Hrdý, jed. T. J. SOKOL, Schuyler, Neb., taj. Josef Otrádovský, 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. JIRÍ 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. Zahorík, taj. a jed. H. Vrba 621 Chestnut St.; pokl. Vác. Straka; další členové výboru Fr. Kaplan a V. Simandl, Jos. Štůbr, náčelník, cor. Broadway & Smith Ave., Cleveland, O.; podnáčelník J. Zahorík a A. Jedlička. SOKOL ČECH, Cleveland, O.; taj. Fr. Sluka, 112 Anderson St. T. J. S. NOVÁ VLAST, Cleveland, O., V. Celerin, 85 Milford 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 Bldg 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. Hešik, R. Hurt. KLATOVSKÝ SOKOL, Chicago; taj. P. Straka, 967 Van Horn St. PLZENSKÝ 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, 35 Emma 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.



Celý obrat — half turn  
celý obrat (v porádově) — about facing  
cukem — by jerk  
cval — gallop  
cvičební odděl — departments of exercises

## C

Běh — dash run  
bočná zmeňa — flank pass  
bočné — sideways, lateral  
bočný útvar — column  
bod (bodná rama) — stab  
bok — hip  
brada — chin  
bradla — parallel bars  
bremena — burdens

## B

Deska k zabodávání tyče — pole vaulting board

## D

6

dlani — palm  
dlani — palm  
dochmat — later grip  
dole — below  
dola — down  
domáci řád — order of the house  
domáci správe — steward  
dopomoc — assistance  
doprovodné pohyby — additions  
dosazny — reachable, within reach  
doskočisté — place to be jumped to  
doskočny — height to be jumped  
doskok — leap to  
downitr — inward  
dozorny — rear file  
druhý cvičební — sorts of exercises  
druhý člen — rear rank  
druhý spolník — rear rank man  
druztvo — range  
dřep — squat  
duka — outside contract over leap  
dvojtěny — of double rank

7

dvojenec — right or (l) man  
dvojchmat — double grip  
dvojice — file  
dvojice v pravo (l) v bok! — twos right (l) face!  
dvojice v pravo (l) čelem! — twos right (l) face!  
dvojný obrat — whole turn  
dvojsek — double cut  
dvojstup — column of files

## H

Házení oštěpem — throwing the spear  
hlava — head  
hmat — grip  
hmítati — brandish  
holeň — shin  
houpati — swing  
hra — game  
hrazda — horizontal bar  
hrazda visutá — single trapeze  
hřbet — back  
hřbet koně — croup  
hřbetní — back  
hůl — stick  
hup — swing

**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**  
**Nelepší Prápor**  
 a nádherné Odznaky za 75 centů.  
**J. W. ZERZAN**  
 1322 FARNAM ST. OMAHA, NEB.

**Nezapomínejme na četbu!**

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

TYRŠ: Základové tělovníku	\$1.00
KOŽIŠEK: Cvič. več. na koni na šif	.10
HRON: O cvič. soustavě	.20
MENDÍK: Povelky ku podrobnému procvičení pořadových cvičení	.05
KLENKA: Cvičení s kuželi	.20
Těl. hry II. (8 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. epistolky 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.

**Všem členům jednot sokolských**

oznamuji, že v brzku vydám vlastenecké epistolky s názvem:



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.

**Chicagský oznamovatel.**

**F. H. Hrdlička,**  
**hostinský**

v síni T. J. Sokol ČECHIE  
 32 - 34 EMMA ULICE,

blíže Milwaukee Ave., Chicago, Ill.

Příhodná místnost k obývání schází, 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 Fivék**

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

Úřadovna: 81 Clark ul. p. č. 20

Obydlí 674 May ulice.

**Fr. Pavliček,**

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 zvláště s pozorností.

Jest veřejným tajemstvím, že

**VAC. 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.**

574-576 BLUE ISLAND AVE.,

686-690 LOOMIS ULICE.

Nejoblíbenější a největší

**obchod střižní.**



**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 být bez zlosti; vím, že je to „pánský pán“. A ještě prý dá z každé stavby, kterou na tuto oznámku dostane, příspěvek na dobrý účel.

Dr. Karel Štulík  
LÉKAŘ

~ RANHOJIČ, ~

525 SO. LINCOLN ST.

Může být zavolán z kterékoliv 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!

JOS. L. VOBORSKY,  
VEŘEJNÝ NOTÁŘ,  
pojišťující, pozemkový jednatel.

Obstarávání půjček na majetky na nízké úroky.

Ve svém domě, čís. 582 W. 18 St.

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 řízné 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

zda-li 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.