

SOKOL AMERICKÝ.

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

Ročník XIX.

NEW YORK, 15. ČERVENCE 1897.

Číslo 7.

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

ORGÁN NÁR. JED. SOKOLSKÉ.

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

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

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

OBSAH.

O tak zvaných dělnických Sokolech.— Volný vstup k veřejným pro členy. — O šněrovačkách. — Děti a lihoviny. — O potřebě, důležitosti a vlastnostech tělocviku lidového. — O tělocviku dospělých s hledištěm lékařského. — Sokolstvo v Chicagu. — Naším děvám. — Co dělají župy? — Župa Chicagská. — Sokol Americký. — Stanovy župy Chicagské. — Ze župy Východní a Západní. — Dopisy: z Bruna, z Filadelfie, z New Yorku, z Chicaga a ze St. Louisu. — Schůze výk. výb. Nar. Jed. Sok. — Účetní zpráva jednatele a různá oznámení.

O tak zvaných dělnických Sokolech.

Zmínili jsme se několikrát o tak zvaných „dělnických“ sborech sokolských, které tu a tam zakládají lidé, jejichž zásadou jest „bořit“ a při tom pro sebe kořistit. Poukázali jsme také k tomu, že jim to v těch dělnických sborech nejde, aby mohli spravovati se dle toho, co hlásají.

Bylo nám za to slíbeno v „Dělnických Listech“, jež vychází v New Yorku, vysvětlení, proč musí se zde zakládati zvláštní sokolské sbory dělnické. V několika čís. zmíněného časopisu, jakýs „K“ v článku „Moderní Sokol“ snesl dost značné množství slov, z nichž nemohli jsme sobě ničeho vybrati a z nichž také nikdo jiný žádného smyslu nevyčte.

Uvádíme tuto konec onoho pojednání, žádající bratry čtenáře, aby odpustili, že je takového druhu stravou v nynějším horuku častujeme. Slibujeme, že příště nikdy nechceme se s tak zvanými dělnickými Sokoly zabývati, neboť dle všeho nejsou oni žádnými Sokoly.

Nuž čtete, proč musí být zvláštních dělnických Sokolů:

„Stávající společenské zlořády odchovaly vlastní jich odporce. Všestranné nedostatky a makavá nevázanost „lepšíh šosáků“ roznítily v jedinecích duševní vzrušení, které v minulosti ponejvíce šlapáno, zjednáva sobě v době přítomné slušný respekt. V jedincích — pravím a to vším právem, nabylo sociální hnutí našeho století své zřídlo. A opět v jedincích přítomnosti odehrává se ukončující boj mezi autoritou — nadvládnou mocí a individualismem — volným sebeurčením. K těmto jedincům patří i — Dělnické sokolské sbory.

Reakcionářský proces, který přední bratři advokáti po plných téměř 15 roků v temnotách vedli, chýlí se ku konci a musí se za krátko měřiti s novým, volným žitím a působením bratrů dělníků. Ne více na bradlech ni koni, nýbrž v rozpoznávání základních životních podmínek bude se doba trvání a bytí každého sokolského sboru odměřovati. Nejen tužení těla, nýbrž veškeré životní pomůcky musí sobě každý člověk osvojiti. Nejen ve svalnatém těle, nýbrž i povznesu celého tvorstva lidského musí každý jedinec svůj ideal hledati.

Díky mezinárodní solidaritě dělnictva — přenáší se nyní rozpoznání to ve veškeré národní vrstvy lidí. Dělník z místa na místo hnán — všude vidí bratry utiskované, vydírané, všude slyší stejné stesky proletářů, vystihne úmysly a snahy pro osvobození a tak přijaté názory na místě jediném roznáší od města k městu, od dědiny k dědině, povždy stopu neustálé nespokojenosti zanechávaje. Běh života přivádí jej i ve hnutí sebevědomé — dělnické, kde teprve naučí se jádrně znáti pospolný život — co pravím — rozkořený, nepřátelský život dnešních společností, zde naučí se znáti svá práva a lepší idealy. Jeho prvý krok směřuje k BOŘENÍ. Neústupná nespokojenost reptá proti starým, špatným zařízením a hledí proraziti půdu názorům jasnějším, dokonalejším. — Však jaké to překážky? — Dav lidí ano vlastních bratrů postaví se v cestu, opře se novotě a je-li dosti zpátečnickým — zamezí celkovitě přístup každé novotě. Jedinec ukáže však reakci paty a snaží se, by názorům svým protlačil cestu poznovu — ovšem v jiných kruzích.

Prohlédneme nyní dělnické sbory sokolské a my se přesvědčíme, že jich základ jedině a samotně v třídním rozpoznání spočívá. Ne více lesklými, vyfintěnými frázemi, avšak dovozeným, zřetelně prohlášeným stanoviskem zásadním počínají jich boj o bytí. Jich určitým výstupem kladou prvou překážku každé reakci. Jich pak postupující činností připravují hrob porobě lidstva a odchovávají, alespoň počátky ustavují — lepší, dokonalejší naši generace. Z jich středu nevyjdou zbožňovatelé zákona a státu, nýbrž lidí předsudku a víry v pánovitost a všemohoucnost mecenáše, pracídajce zbavení, kteří po volnosti a blahobytu všech touží. Není jim kus masa vycvičeného, otužilého, jedinou estetikou, za to však jasný rozhled, zdravý, neustálým ruchem oživovaný mozek považují za hlavní zřídlo, za základní pomůcku lepšího života.

Zajisté, že každý mohl již postihnouti, že sebevědomý člověk dovede své žití dle nejlepších tvarů a okolností ustaviti, své potřeby regulovati a tak při zdraví se udržeti. Avšak jeho duševní rozpoznání umožňuje mu tento způsob existence. Beze tohoto byl by pouhou živoucí hmotou beze vši dokonalosti. Kdo chtěl by tudíž zanedbávati hlavní schránku našeho vezdejšího žití? Kdo chtěl by ještě přikládati cviku těla větší důležitosti, než-li cviku ducha? Kdo chtěl by tvrditi, že sokolské sbory jsou především tělocvičné a při tom emancipační sbory? Budiž! Buď budou Sokolové základní pákou pokroku a přičiní se o rozkvět osvěty a spůsobilého života člověka — buď započnou boj vůči dnešní všebarevné tyranii nemravnosti — aneb zůstanou cvičícími sbory, které ku reorganizaci dnešních poměrů a tím ku blahobytnějšímu žití nijak nepřispěly.

V prvém případě započnou s duchem a nezbytně skončí se životem, v druhém pak případě zůstanou u živé hmoty — masa a skončí zakrněním, nezpůsobilostí k životu, vzdor tomu, že to samé maso každotýdně 2-3krátě po cvičícím nářadí honily.

Toť dvoji způsob činnosti v sokolských sborech.

Pokročili dělníci pochopili tento nedostatek velmi dobře. Zakládají-li tudíž nové sokolské sbory, tož mají na mysli především duševní vyspělost všech členů, neb poznali, že dnešní hospodářství kapitálu odnímá i otužilému tělu životní prostředky a tak proklíná je ku degeneraci, zpitvoření atd. Proto počínají s objasňováním postavení, v jakém lid žije, ukazují cesty a prostředky ku žití lepšímu, zdraví prospěšnějšímu, a dovolují si i tvrdit, že **p r a v i d e l n é** — **n i c n e p o s t r á d a j í c í** žití daleko více k estetice těla a ozbrojení ducha přispěje, nežli celý soustavný tělocvik. Dnes však, kdy dělnictvo všestranně je utiskováno, kdy život svízely a nedostatky v jeho rozvoji je ukován, nepostačuje pouhé tužení těla. — Přemýšletí — a mnoho přemýšletí má každý Sokol co pokročilý muž, jak by sve zdraví upevnil, své žití zpříjemnil a svým náklonnostem nechal v oboru jakémkoliv — oddati se mohl.

Proto dobře činí sokolské dělnické sbory, když s tužením ducha, když s prohlášením práva na veškeré životní prostředky, na požitky přírody i práce lidské — jich boj o bytí počínají. Z této školy musí vzejít odchovaní ucelení, kteří lidstvo milují, pro blaho všech žijí. Od vstupu ku dělnickému sboru ku pospolitosti bratrsky nabádání, budou dělníci Sokolové v dalším pak životě tytéž ideje pospolitosti hlásati a lid ku jich osvojení pobízeti. Od počátku ve vlastním sboru každou utiskující autoritu potrajíce, každé permanentní stanovené, zákony potvrzené právo zatracující, budou v budoucnu dělníci Sokolové ideje bezvládní hlásati, práva pro všechny stejná požadovati. V tomto směru pracující — dovrší názory — jež kdysi Tyrš Sokolstvu třeba i v neplné důslednosti vtiskl. Toť pane Štulíku — rozdíl mezi **DĚLNICKÝMI** Sokoly a **BORŽOÁCKO-ZPANŠTĚLE-DĚLNICKÝMI** Sokoly!

I dělník má právo na sokolování, pokud jeho prospěšnost uznává — neb nijaký buržoa nemá patent na názory Tyršovy. A že dělnická třída j e d i n a má právo na budoucnost — o tom vzdělaný (?) pane mohl by jste věděti. Organizují-li se dělnické sokolské sbory dle zásad bezvládních, tož je to dosvědčením, že dosti mají na vládních ústavách minulosti i přítomnosti, že poznali bezúčelnost a škodlivost vládních despotů a že snaží se přivoditi jednání svých členů v soulad s přirozenými požadavky a zákony. Více činiti nemohou. Nechť jen pracují ve směru vytknutém a jich úspěch skončí se sebeuspokojením.

Každý vzdělaný muž musí jich působnost podporovati, jinam přenašeti, zevšeobecňovati, stydět se však musí každý zpátečník, který ve vlastním táboře pokroku cestu nerazí, staré šlendriany udržuje a schvaluje a přec pokročilejším sborům klacky v cestu hází.

K.

„Jeho prvý krok směřuje k boření“ praví „K“ o dělnickém Sokolu. Však to „K“ jenom praví, skutečnost ukazuje jiné. On pokládá dělnické sokolské sbory za pokročilejší našich, a naše za zpátečnické.

My soudíme právě naopak a krátce můžeme to dokázati.

Všechny zmíněné dělnické sokolské sbory ať založeny kdekoli, kde již jiného sboru stávalo, byly založeny jen pro ukojení zášti některých jednotlivců a při tom ze sprostého prospěchářství. Připouštíme ovšem, že mezi ty sprosté prospěcháře dal se strhnouti tu a tam suad jednotlivec, jenž zasloužil by si lepší společnosti, který však dal se omámiti všelijakým mluvkou.

Dělnické sokolské sbory dlouhého žití ještě nemají, i dalo by se z toho souditi, že jsouce zakládány po delší, jak 30leté zkušenosti, v sokolských sborech budou lepšími a pokročilejšími. Na místě toho však vidíme u nich jen zpátečnictví.

Parády, stejnokroj, drahý prapor, hodně mluvení a psaní prázdných frází, to jest ta pokročilost oněch sborů.

Dělnický Sokol v New Yorku vydal několik set dollarů na svůj prapor a slavnost, při které ho rozvinul.

Byla s takovými ceremonii spojena, že ač začala brzy z večera, byla v půlnoci přerušena (bezpochyby, aby mohlo se tancovat) pro příliš pokročilý čas, a to ještě byla vypuštěna slavnostní řeč a skupiny a živé obrazy.

Takového modlářství bychom přece u „pokročilejších bořitelů“ nečekali.

To jsou nám divní bořitelé stávajícího nepořádku, kteří dovedou kolem kusu vyšíváního hedvábí prováděti všelijaké ceremonie, jako nějaký páter u oltáře, neb nějaký divoch u jeho modly.

Nyní již i „šosáčti“ Sokolové v Čechách nahlíží, že prapor jest u sokolského sboru věcí náramně zbytečnou a byli zástupci Sokola v Slaném, (které má dost šosáků) kteří podali asi před 2 roky návrh v schůzi Č. O. S., aby prapory byly odstraněny. Patrně, aby vyhovělo se těm, kteří vždy lpí na starých zvycích, třeba byly k ničemu, usneseno v Č. O. S., aby zavedeny byly prapory laciné.

Laciné, asi za 30 zl. tušíme.

O stejnokroji naše náhledy po celé desetiletí a déle jsou, že stejnokroje nám netřeba.

Sokolská činnost musí býti v něčem jiném, než v pořizování drahých praporů a stejnokrojů.

Není to hříchem vyhoditi na drahý prapor peníze lidi, kteří musili se na ně do úpadu dítí?

Není to totéž, jako když kněz vymámí z lidí nevědomých a zaslepených vírou poslední groš na nějakou novou sukni pro Pannu Marii? Kupovaly i naše sbory drahé prapory. Pravda; ale tomu již jest dávno. Za ta leta činnosti sokolské konečně se prohlédlo, co jest jádrem a co slupkou.

A tou slupkou právě zabývají se dělnické sbory sokolské a chtějí mluvit o pokroku.

Členové jejich většinou jsou jen kořisti v ruce několika prokoukaných a mazaných, kteří by byli nemožnými u starších sokolských sborů, u nichž v každém jest vždy dosti členů moudrých a rozvážných, aby takové pány prokoukli.

Poněvač jsme plně přesvědčeni, že jen špinavá ziskuchtivost, nezřízená závist neb bezuzdná ctižádostivost vedla k zakládání dělnických sokolských spolků, a poněvač jsme přesvědčeni z jejich konání, že věci naší jsou jen na závalu i že přivádí ji k zpátečnictví, nemíníme více jimi se zabývati, litujíce jen toho, že jméno jejich, „Sokol“, svede mnohého do věci nezasevěného, aby spatřoval v nich sbory našim podobné.

Volný vstup k veřejným pro členy.

V špatných časech nynějších zábavy pořádané sokolskými sbory spíše potkají se s peněžní ztrátou, nežli s výdělkem a jestli přece se něco vydělá, bývá to velmi málo. Týž osud stíhá i veřejná cvičení, z nichž mnohé jest sboru jen peněžní obětí. Návštěvy o veřejných cvičeních jsou právě tak méně četnými, jako o jiných zábavných podnikcích sborů. Nejčastěji ani členové sborů na veřejné se nedostaví, vyjma cvičící a výbory.

Mnohým nelze prominouti, proč takto svůj sbor zanedbávají, nejevíce žádného účastenství s jeho prací, však mnohým nelze se diviti, jestli nepřijdou se na

veřejné svého sboru podivati. Tito třeba by se rádi dostavili, kdyby jen mohli. Nemajíce však centu zbytečného na útratu, zůstanou doma.

Proto dobře činí sbory, které svým členům dávají volné vstupenky k veřejnému cvičení, neboť tím umožní každému, aby k vážné té události sborové se dostavil.

Nevíme, proč neděje se podobně ve více sborech.

Proč nemá dostati člen někdy aspoň něco od svého sboru zdarma, jemuž příspěvky ochotně odvádí?

O veřejných cvičeních nemělo by se tolik k tomu hleděti, co se na nich vydělá, jako spíše k tomu, aby se jimi na obecenstvo co nejčtetnější dobrý dojem učinil. K čemu jest veřejné cvičení před několika nečetnými jednotlivci, kteří mohli si zaplatiti vstupné? Co jim získáme? Dostavivši se jsou obyčejně ti, kteří před tím již několik veřejných cvičení téhož sboru viděli a kteří tvoří jaksi stálé obecenstvo sboru toho při každé příležitosti.

Takové sotva již většími a lepšími svými přáteli uděláme. Nám nutno získávati mezi těmi, kteří tolik zájmu o věc sokolskou nejeví. A ty získáme spíše, když je budeme zváti k veřejným cvičením a zároveň jim zašleme volné vstupenky. Jsme přesvědčeni, že mnohý Sokol patří k některému sboru po několik roků a veřejného cvičení ještě neviděl. Oznámek v časopisech třeba nechte a jiným způsobem o veřejném svého sboru se nedoví.

Jinak by bylo, když by se každý sbor o to postaral v čas, by členové všichni byli uvědoměni, kdy veřejné se pořádá a kdyby k těmž je co milé hosty pozval.

Ukázalo by se tím aspoň, že nestará se sbor o ně jen tenkrát, když mají platit své příspěvky, ale že se o ně a o jejich účastenství zajímá také o jiných příležitostech.

Doufáme, že si výše uvedeného všimnou zvláště ony sbory, kterým se veřejná finančně nezdarila, však rádi bychom viděli, aby ve všech sborech k tomu došlo, by členové měli k veřejným cvičením vstup volný, a aby vždy byli k nim sborem zváni.

O šněrovačkách.

Již několikrát jsem čtla v Sokole Americkém články proti nosení šněrovaček psané naší redakcí, s kterou v tom ohledu úplně souhlasím.

Často slýchávám, že naše sestry Sokolky neví, jak mohu vydržeti bez šněrovačky celý čas. Já zase nevím, jak mohu vydržeti býti zašněrovány od rána do večera. Přece se ale těším z toho, že se mně již podařilo několik děvčat přiměti k tomu, aby šněrovačku odhodily. Doufám, že i ostatní budou nás následovati.

Nejsou spokojeny se svým „shapem“, kterým je matička příroda obdařila, proto musí jej zlepšovati.

Žádná dívka neb žena nemůže býti zdráva, která nosí šněrovačku. Její vnitřnosti nemohou jak se patří pracovati, poněvadž jsou stlačeny, a tak jest zcela přirozeno, že musí býti nezdráva.

Jděte mezi nejvzdělanější dámy a uhlídate, jak říkají jest šněrovačka nosena. Za krátký čas bude jen ta nejnižší třída dívek a žen ji nositi.

Velkou vinu na tom nesou muži. Jednou jsem slyšela jednoho vzdělaného pána, jak pravil: „Ta má „shape“, tu bych nechtěl.“ — To bylo velice nemoudré.

Mnohá dívka, chce-li se zalíbiti muži, hodně se stahuje, aby měla pěkný „shape“. Já býti na místě muže, jednala bych docela jinak: Která dívka by měla pěkný „shape“ a nosila by šněrovačku, té bych si ani nevšíml.

Mohla bych zde uvéstí dosti skutků, k čemu dohnala šněrovačka ženu, ale pro nedostatek místa nebudu se o tom zbytečně rozepisovati. Ta, která bude šněrovačku nositi, sama pozná, co bude míti za následky.

Byla bych toho náhledu, aby dívka neb žena, která by se chtěla státi Sokolkou, nesměla nositi šněrovačku. Když nemůžeme toho dosáhnouti, aby všechny české ženy a dívky byly zdravé, ať alespoň máme v řadách sokolských zdravé a silné ženy!

Na zdar! Newyorská Sokolka.

P. r. Škoda, věčná škoda, že stejného smýšlení o škodlivosti šněrovačky nejsou všechny ženy a dívky. Co ušetřily by tím trampot sobě, svým manželům a jak prospěly by potomstvu!

Děti a lihoviny.

Děti jsou majetkem velmi vzácným a cenným. Mnohý, velmi mnohý, nemá mimo děti své jiného majetku a přece nedal by žádné z nich za poklady celého světa.

Z toho dalo by se souditi, že všichni rodičové, milující své děti, tyto co nejpečlivěji opatrují i stříhou je všeho, co jest jim škodlivé. Dělo by se tak, kdyby všichni rodičové byli dosti vzdělaní, aby věděli, co dětem jest prospěšným a škodlivým, a kdyby všichni, kteří vědomost onu mají, dle ní se spravovali.

Však často i rodičové, jinak inteligentní, prohřešují se proti svým dětem i tenkrát, kdy jsou si toho vědomi, že hříchu se na nich dopouští. Jsou to oni, kteří děti své milují láskou nerozumnou, která je k tomu navádí, aby dítěti všechno dali, by v ničem nebylo odstrčeno.

Tato opičí láska a vedle ní nevědomost, jsou toho příčinou, že dětem podávány jsou v četných rodinách lihoviny, že dává se jim pítí piva i vína, někde i likérů, ač stále jest hlásáno, že nápoje ony jsou dětem nebezpečnými škodlivinami.

My starší a hlavně ti, kteří odchováni byli na venkově, nebyli jsme vydáni zlým následkům, jež povstávají z pítí lihovin v dětském věku. Když byli jsme deseti, dvanáctileté a bylo nám podáno pivo jednou neb dvakrát do roka, abychom je okusili, otráslí jsme se po něm a nechtěli jsme je, že je hořké.

Nyní lijou matky a otcové pivo již do kojenců a poněvadž činí to denně, dítě ovšem na ně navykne a samo pak ručky po něm natahuje.

Trest následuje žel jistě, tak jistě, jako po dni přichází noc.

Nařikává se často, že děti zde vychované nejsou tak zdárné a poslušné, jako děti vychované v Čechách. Pítí piva v dětském věku má s tímto úkazem mnoho co činiti, porušujíc a poškozujíc nervovou soustavu, jež v době dětství jest oproti účinkám líhu mnohem citlivější, než v době dospělosti.

My, Sokolové, snažíme se o povznesení tělesných i duševních vlastností mládeže, starajíc se o její náležitou výchovu. Skutky svými však často ukazujeme, že co jednotlivci povinností svých sokolských naprosto nedbáme. Kolik jest mezi námi Sokolů, kteří se z toho radují, když děti jejich si rádně přihnou piva? Kolik jest těch, kteří se z toho těší, když klouček jejich umí „táhnout“? A kolik jest mezi námi těch, kteří tomu věří, že pivo sílí staré i mladé, dospělé i nedospělé?

Pro takové podáváme tuto ze „Ženských Listů“ následující:

„Známý profesor a slovní lékař vídeňský, odborník nemocí nervových, doktor Nothnagel, předvedl posluchačům svým pacienta, jenž lihovinami porušil všechno své ústrojí, srdce, slezinu, játra, plíce a čivy. Při příležitosti té promluvil ku přítomným:

„Jest věru těžkým hříchem, dávají-li rodiče dětem pít pivo, víno neb pálenku. Do 14 roků nemá žádné dítě dostati piva, vína, kořalky, čaje ani kávy.

„Všechny tyto nápoje rozčilují, čehož dítě nijak nepotřebuje.

„Jest zločinem, tvrdí-li lékař některý, že víno živí a jest to přímo dětinské, dodá-li ještě lékař, že červené víno více sílí, než bílé. Doufám, pánové, až z vás budou lékaři, že s předsudkem o lihovinách důkladně zatočíte. Opakuji ještě jednou, že děti pro svou výživu nepotřebují lihovin, protože lihoviny velice jim škodí. Prosím vás, abyste ve své praxi lékařské přísně k tomu hleděli, aby dětem nebyly podávány lihové nápoje, neboť hrozná nervosita za našich dnů mívá skoro výhradně příčinu v tom, že se zneužívá lihovin. Nelze popřít, že lihoviny lahodně se pijí a dobře chutnají, ale jsou jedem přece, a pravdu mají ti, jež učí, že člověk lihovin nepotřebuje. Alkohol (lih) na chvíli rozčiluje, ale později způsobuje zemdlenost, což lze pozorovati, když energicky pracujeme duševně. Sklenice piva, dopoledne pánové, jest nebezpečným zvykem.“ —

Tak soudí a veřejně se vyslovil jeden z předních lékařských autorit.

Věda i parlament slyší stálé křiky a alkohol co den šířeji provádí zhoubné své dílo mezi maličkými i dospělými.

Na londýnském sjezdu zdravotním roku 1891 bylo zjištěno, že ve Velké Británii a Irsku zmírá ročně 40.000 lidí nestřídmostí. Podle Dr. Krohna velká většina trestných činů způsobena pijáctvím. Rakouská říše spotřebovala roku 1886 za 57 millionů zlatých kořalky. Ve Francii umírá dle zpráv Dr. Grandmaisona z 1000 osob 70 proc. mužů a 31 proc. žen alkoholismem.

Kdyby peníze, které dnes stojí soudy a kriminály, kde se ocitují alkoholisté před soudem, byly na školy, vzdělání a poučení lidu obráceny, počet trestných činů by se zmenšil a potřeba věznic a žalářů by zmizela.

V letech 1860—1870 ve Spojených Státech amerických přivedly lihoviny 150.000 lidí do donucovacích pracoven.

A proto nelze říkati v době nynější, že pít a nepít lihovin jest věci soukromou, nýbrž věcí týkající se obecného blaha.

Jak velice škodí rodiče dětem, když v útlém věku zvykají je lihovinám. Chlapec má ještě v ústech cumlíček, a již dostává pít pivo; a rodiče z toho mají radost, když dítě hodně „táhne“. Nejedna matka dává dítěti kořalky, aby v noci spalo.

Učitelé nejlépe poznají, když sobě vezmou tu práci, že alkoholism u dětí vyvolává lhostejnost a tupost k učení, mysl těkavou, tupou a přemnohé nemoce. Dobře by bylo, aby i tu zavedla se statistika dětí alkoholističkých, zajisté že by vykazovala procento překvapující.

Proto varujeme vážným slovem rodiče a vychovatele, aby chránili děti svých od lihových nápojů, chtějí-li mítí zdravé a mravné pokolení, neboť alkohol je dětem tělesným i mravním jedem.“ —

Ruský lékař Gorjačkin, jenž zabýval se studiem alkoholismu (otrava lihem) u dětí, přišel k následujícím závěrkům:

1. Nemůže býti popřeno, že vyskytuje se u dětí alkoholism a to prudký i vléklý.

2. Lihové nápoje různého druhu jsou často podávány dětem po dlouhou dobu a často v značném množství.

3. Dětem se podává alkohol pro lepší výživu, neb co lék posilující lékaři při léčbě krivice, tuberkulosy a j. Děti jsou často opity vínem, pivem neb kořalkou v opilých společnostech a to i v inteligentních rodinách.

4. Lékaři někdy předpisují, podávati dětem lihoviny po celou řadu let, domnívajíc se mylně, že léčebné účinky alkoholu jsou dobré.

5. V mnohých případech náklonnost k pítí byla vzbuzena podáváním lihovin za léčebným účelem.

6. Bylo dokázáno, že užitek z podávání lihovin (alkoholu) při porušené výživě tělesné a ve vléklých nemocech nedocílí se žádný, i že může vzniknouti mnoho zla z jich delšího podávání.“

V lidu ovšem jednou zakořeněn jest předsudek, že lihoviny sílí, a tu ovšem náhledy lékařů mnoho nespomohou.

My však od Sokolů, kteří výše uvedené si přečtou, očekáváme, že nestrpí, aby dětem jejich lihoviny byly podávány, i že tak zabráni zlu, které by jinak miláčky jejich stihlo.

O potřebě, důležitosti a vlastnostech tělocviku lidového.

Napsal Jos. Klenka.

(Pokračování a dokončení.)

Úkolem tělocviku jest vypěstovati krásné tělo, jež má býti důstojným sídlem a nástrojem ducha. Má-li býti tělo nástrojem ducha, jest třeba, aby duchem náležitě bylo ovládáno, a to se státi může jen cvičením pilným a všestranným v každém ohledu: nestačí cvičiti pouze některý úd těla, ale všechny údy a všechna ústrojí tělesná; cvičením svalstva cvičíme nervy, kterými svaly ovládáme, a čím dokonaleji svalstvo ovládáme, tím větší moc máme nad svým tělem. Cvičením učíme se znáti svoji sílu a užívati jí vhodně a věcně, s pravou měrou — nabýváme obratnosti; výkony při cvičení řídí se vůlí, a jest tedy každý cvik svalstva a nervstva také cvikem.

vůle, kterýž při některých druzích cvičebních, zejména při cvičeních ve vytrvalosti vystupuje úplně zjevně do popředí, poněvadž čím déle cvik takový provádíme, tím větší úsilí vůle potřebujeme k jeho konání. Vůli svoji působiti můžeme i na ústrojí tělesná, jež bezprostředně jí nepodléhají, tím, že nepřímo na ně působíme: tak na př. během působiti můžeme na zrychlení pohybu srdce a rychlost i vydatnost dýchání.

Jako při cvičeních ve vytrvalosti, tak i při cvičeních, jež konáme velikou rychlostí, neb při cvičeních siláckých jest potřebí namáhání vůle a tedy mozku, nervstva a to hlavně části té, jež slouží k pohybování.

5. Cviky lidové mají býti jednoduché, t. j. snadno pochopitelné, by každý snadno mohl posouditi provádění jich a k vůli tomu, aby každý mohl cviky ty vésti a řídit bez dlouhých příprav a dlouhého výcviku odborného. Nejlepším dokladem jednoduchosti cvičení jest tělocvik starých Řeků. — Pro cvičení lidová hodí se takové cviky, jež možno zcela přesně měřiti buď časově nebo prostorně; na př. běh rozmanitým způsobem nebo různé druhy skoků a p. Cviky tyto a podobné snadno můžeme stupňovati od nejjednoduchých k nejtěžším, paměti cvičitele neukládá se mnoho a on snadno dovede řídití beze všech příprav cviky takové.

K jednoduchosti přispívá průhlednost a pochopitelnost celé soustavy cvičební, jakož i užívání lidových názvů a jmen pro jednotlivé pohyby. Požadavek jednoduchosti obsahuje v sobě užívání co možná nejjednoduššího místa a náradí a ostatních příprav, jakož i užívání jednoduchého cvičebního kroje, co možná nejlevnějšího.

6. Cviky lidové obsahují výkony snadné ku pochopení a lehké ku provádění, kteréž jen častým opakováním se stíží. Výkony, při nichž jest veliká námaha okamžitá, tedy výkony těžké, působí vždy jakousi ochablost nebo zemdlenost po provedení, jež jest nepříjemná a mnohdy až bolestná, kdežto výkony s malým vynaložením síly a vícekrát opakované působí rozjaření a veselou náladu, ano i radost u toho, kdo je provádí; také následkem svého snadného provedení působí příjemnou náladu u diváka, který se též pouhým díváním na výkony ty rozjaří, kdežto výkony namáhavé působí i u diváka náladu bolestnou, když vidí „dřítí se“ někoho. — Opakuje-li se výkon několikrát, možno docíliti jím téže námahy, jako při výkonu těžkém, jednou provedeném; jest to asi tak, jako když má někdo odnésti hromadu kamení, a odnášeli je po troškách nebo chce-li ji odnésti najednou. Ovšem, namítne mnohý, že jest rozdíl v čase, v jakém se provede výkon stejné velikosti. Na to odpovídáme, že jest zase rozdíl ve výsledku a že každý k vůli svému zdraví má věnovati tolik času pro zotavení, kolik nutně potřebuje, aby jeho tělo i duch se osvěžily a k dalšímu plnění povinností byly schopnými, čehož nelze ovšem docíliti cviky těžkými, nepříjemnými, nýbrž cviky lehkými, působícími radost a osvěžení těla i ducha, jež považuje cvičící více za zábavu nežli za práci: zábavě se spíše věnuje nežli práci, s níž spojeno je namáhání duševní i tělesné.

Jako doklad uvádím následující příklady: zdvihání břemene lehkého a těžkého, házení a vrhání břemenem

těžkým a lehkým, házení oštěpem těžkým a lehkým, skoky veliké a malé a j.; každého zajisté více bude těšiti cvičení s lehkým náradím, které může vícekrát provést, aniž by se unavil, nežli cviky s náradím příliš těžkým; každý bude míti větší z toho radost, doletí-li náradí jím hozené, vrhané nebo jinak v pohyb uvedené hodně daleko nebo vysoko, nežli doletí-li na nepatrnou vzdálenost. Čím větší je pohyblivost náradí, tím těší se ono větší oblibě: nejpádnějším toho dokladem jest míč dutý veliký při hře kopané, která v několika letech rozšířila se po celém světě.

Co jsme tuto pověděli o pohybech s náradím, platí také o ostatních odvětvích cvičebních. Tak na příklad docházejí větší obliby rozmanité druhy skoků, počne-li se malými a zvětšuje-li se znenáhla jejich velikost, dále komihání, houpání, ano i snadné toče*) pro svoji pohyblivost nežli cviky klidné, tahem prováděné.

Snadnost i lehkost cviku určiti se dá v tomto smyslu námahou vůle, jíž jest potřebí k tomu neb onomu cviku. Aby se někdo odhodlal a provedl některé cviky na náradí, jest k tomu zajisté zapotřebí většího působení vůle nežli k tomu, aby cvičil s náradím, na př. aby házel lehkým oštěpem do terče nebo kopal do dutého míče; volme však jiný příklad: každý dříve odhodlá se k vyšplhání do jisté výše, nežli dostati se na hrazdě výmyskem do téže výše.

Velmi důležitým činitelem jest způsob provádění lehkých a jednoduchých cviků.

Cviky hromadné buďtež prováděny rytmicky a v taktu, aby tímto provedením staly se zábavnými. Provedením v taktu stávají se pohyby více automatickými a konají se bez napínání vůle asi tak, jako se děje chůze nebo tanec. Jak mnohdy se někdo při tanci naskáče po celou noc a necítí při tom nijaké námahy, protože na výkony ty nemyslí a koná je v taktu, namáhaje jaksi automaticky vůli svoji jen při započetí pohybu, při dalším výkonu jako by ani nevěděl, že tančí. Podobně jest při chůzi a běhu, při nichž, provádíme-li je v taktu a ve společnosti jiných i stejným s nimi krokem, také se vůle nenamáhá a necítíme únavy, jen tehdy, jestliže jdeme s někým, s nímž stejný krok udržeti nemůžeme, anebo tehdy, jestliže máme úkol, projíti určitou vzdálenost v určité době, jinými slovy, jestliže máme vykonati odměřenou práci. A jako tuto při chůzi, tak tomu jest i při tanci: uložte někomu nebo nařičte, že má tancovati po jistý čas, uvidíte, jak úkolem tímto ze zábavy stane se práce, poněvadž jest zde každý pohyb na vědomí a že jest prováděn nátlakem, silou vědomou.

Pohyby v taktu a rytmicky prováděnými rozčílí a rozjaří se každý, jimi se hybnost zvětšuje a tato hybnost působí opět na svalstvo i nervstvo zpět, stupňujíc tím více rozjaření, krev se rozproudí, pohyby přecházejí v bujnost a někdy až divokost i rozpustilost. Nejpádnějším toho dokladem je tanec prostých lidí a divochů. Prostého člověka tanec rozjaří, že ani neví, jak by bujnost svoji projevil — a divoch se roztancuje tak, až vyčerpává síly a padá vysílen zemdlením.

*) O točích viz v našem pojednání v loňském Sborníku.

Dle těchto zkušeností jest nám se řídit při zavádění a provádění cviků hromadných pro lid. Těmto pohybům podobné jsou pohyby při hrách, které též jaksí automaticky provádíme a rychle je za sebou střídáme vždy v rozličném pořádku. Pohyby při hrách jsou jen prostředkem a nikoliv účelem, který jest obyčejně vytčen základní myšlenkou hry, a proto je jaksí konáme mimovolně, nejsou nám obtížnými a neunavují nás následkem malého napínání vůle. Za to však rozjařují člověka následkem činnosti svalstva a střídavé nálady duševní, a tím zvyšují hybnost i výkony všech ústrojí celého těla, tím působí občerstvení a rozjaření. Rozjaření a nálada při takových cvičeních přechází i na diváka jako nějakou nákazu; divák mimovolně dělá tytéž pohyby a dává radost i sklamaní své na jevo rozmanitými způsoby: pohyby, tleskáním, výkřiky a p.—náladu diváka se mění a on se příjemně baví pohledem na cvičení, vzbuzuje se v něm touha po cvičení a cviky taktó přispůsobenými a provedenými získáme každého ke vstupování do našich řad.

Tělocvik nesmí se státi prací, aby příliš unavoval, ano snad vyčerpával síly cvičence, nýbrž má se státi zábavou, aby zotavoval, povzbuzoval a občerstvoval a rozhovňoval síly jeho.

To státi se může jen takovými cviky, které nespůsobují únavu jen některé části těla (na př. jen paží), a tím jaksí ruší rovnováhu v celém těle, jež pak se na jevo dává umdleností, skleslostí ano i bolestí, nýbrž cviky, které unavují celé tělo stejnoměrně, udržující stejnou náladu tělesnou, a touto povšechnou činností rozjařují ducha i tělo k další činnosti. Po provádění cviků takových jest pocit únavy všeobecný, stejnoměrný po celém těle, ale nikoliv bolestný a odpočinek i občerstvení spánku je vydatnější.

Má-li se tělocviků súčastnit dělník, který po celý den namáhá se prací, při níž též ducha namáhá, neboť jen úsilím vůle své udržuje vědomí své jasné a napjatou pozornost ku své práci, má-li se tělocviků účastniti úředník, který opět po celý den ducha namáhá, nemůžeme lepších cviků pro ně voliti, nežli takých, které konají se více méně samovolně a tedy snadny jsou k pochopení a lehký v provádění.

7. Cvičení konej se v čistém, zdravém vzduchu, co možná za světla i tepla slunečního a veřejně. Požadavku tomuto lze jedině vyhověti, budou-li se zaváděti cvičení též v neděli odpoledne kromě cvičení ve dnech všedních. Tím nabudeme mimo užitek, jež v ohledu tělesném cviky ty přímo každému přinášejí, ještě prostředku vydatného k morální výchově členstva: po celé odpoledne nedělní užitečně a příjemně je zaměstnáme a odvádíme od návštěvy hospod a mnohého zaměstnání neužitečného a mnohdy škodlivého (hraní karet a p.). Mládež městská a v místech průmyslových obzvláště toho potřebuje větší měrou, poněvadž záhy počne vydělávati si v továrnách a rozličných závodech peníze, stává se neodvislejší od svých rodičů a obyčejně peníze promarňuje všelijakým způsobem nepěkným, mrhajíce při tom nejen výdělkem těžce vydobytým, ale i zdravím, poněvadž nezná pravou cenu jeho.

Jak velikých zásluh bychom si získali tímto způsobem o zdravotní stav těchto lidí, o jejich výrobní sílu i o jejich umravnění, jest nucen mi stvrditi každý, kdo jen poněkud bude přemýšleti a rozjímati o věci této. Představte si většinu mládeže v neděli z města se hrnoucí na společná cvičiště, pod širým nebem se bavící hrami a rozličnými jinými cvičeními; jaký následek bude to míti na ostatní obecenstvo? — Obecenstvo přijde s mládeží ven a bude se těšiti zároveň s ní z jejich her a zábav tělocvičných a cviků, prováděných rozmanitými způsoby, ovšem takovými, jež nevzbuzují obavu před možnými úrazy.

Vylákáním obecenstva na zdravý, čistý vzduch a pobavením jeho podívanou na cvičení, vykonáme též mnoho pro toto obecenstvo, neboť každá hodina strávená na čistém, zdravém vzduchu, jest dobrodiním a prospěchem pro zdraví každého; kromě toho poskytujeme zadarmo divákům těmto krásnou podívanou a příjemnou zábavu a cvičení samému jest to nejlepším doporučením k jeho rozšíření. Tím způsobem docílíme toho, že nejenom mládež účastna bude cviků těch, ale také mužové dospělí rádi se pobaví přiměřenými pro ně cviky. Tato veřejnost jest nejlepším dozorcem v ohledu mravním nad cvičícími, neboť cvičící jsou nuceni nátlakem veřejného mínění pěstovati mrav i mravnost.

Tím nejen že prospějeme členstvu v ohledu zdravotním, ale také v ohledu hospodářském, odvádějíce ho od návštěvy hospod a vedouce ho k zaměstnání příjemnému, užitečnému a prospěšnému. V ohledu společenském vyrovnávati budeme mnohem více protivy v kruzích společenských, nežli nyní, poněvadž více členstva v kruh svůj získáme, a větším množstvím a na veřejnosti setrou se dříve všelijaké rozdíly společenské jednotlivých stavů.

Budeme-li taktó lákati mládež ku cvičení na volném vzduchu, můžeme býti jisti, že mnohem více členstva získáme pro naše jednoty, kteréž pak členstvo v období zimním bude plniti naše tělocvičny, v nichž ovšem také přiměřené cvičení upravit jest nám třeba, zejména pro jednoty venkovské, způsobem takovým, jak vyžadují toho předešlé vlastnosti kladené na tělocvik lidový: jednoduchá tělocvična — jednoduché náraří — snadný a pochopitelný postup cvičební.

Vždy však buďme pamětlivi toho, že cvičiti máme na zdravém vzduchu ve volné přírodě a jen z nouze v místnosti uzavřené. Obtíže jsou mnohé, znám je ze zkušenosti, však mohou se přemoci dobrou, pevnou vůlí.

Cvičení pod širým nebem jest potřebno pro dělníky a obchodníky, kteří celý den jsou nuceni seděti v uzavřené místnosti. Odkážete-li je, aby cvičili v uzavřené, mnohdy zaprášené místnosti, čím jim prospějete, zejména v létě? — Však to dokazuje nejlépe návštěva cvičení v letních měsících v jednotách pražských. Za to vidíme naproti tomu od jara až pozdě do podzimu k večeru denně celá hejna mladých lidí vyjížděti na kolech za město, aby se tam nadýchali čerstvého vzduchu.

Vím, že to mnohý nedělá úmyslně jen z této příčiny, nýbrž proto, že se mu to lépe zamlouvá, nežli cvičení v

dušné tělocvičně, jež mu připadá jako nějaké dření, ač na kole mnohdy nadře se více a to jednostranně. Jest to jaksi nevědomé konání toho, co mu jde k duhu a čeho v první radě jest mu zapotřebí, to jest pohyb ve volném, čistém, zdravém vzduchu.

Provádějme svá cvičení v přírodě, kdež se každý bude cítiti volnějším, poněvadž duch jeho okřeje a se zotaví, získáme co možná největší počet mladých lidí — a bude-li možno — všechen mladý lid ku cvičením takovým, a potom můžeme býti jisti, že jsme vynášeli nejlepší lék proti souchotinám, jimž padá za oběť většina nyní předčasně umírajících. Pohyb na čerstvém vzduchu jest lázni vzduchovou jako plavání ve vodě jest lázni vodní — jako znečišťuje se tělo nemyté a podléhá nemocem, — tak znečišťují se i plíce, jimž se nedostane často zdravého, čistého vzduchu, a potom ochuraví.

Zřizujme proto všude veliká letní cvičišť a vylákejme na ně všechen lid náš, aby se uskutečnilo jednou heslo: Co Čech, to Sokol.

Jos. Klenka.

O tělocviku dospělých s hledišť lékařského.

(L'exercice chez les adultes.)

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

(Přeložil Dr. Hovorka.)

(Pokračování z čísla dubnového.)

II.

Náchylnost k dušnosti jest jednou z nejběžších závad u člověka, který se má zabývatí tělesným cvičením. Jestli dýchání vždy těsně sloučeno s výkonem svalů, a pracují-li silně svaly, jsou i plíce nuceny svou činností poměrně zvýšiti. Nemůže-li tedy u někoho dýchací ústrojí snést zvýšenou činnost, bude nutno u něho nezanéhati sice cvičení vůbec, ale zvoliti druh cvičení, při němž jest dýchání klidné.

Jest dvojí obdoba cvičení, při níž dýchání zůstane klidno: buď jsou to základní cvičení, na př. chůze, nebo místní cvičení omezená, při nichž pracuje najednou jen několik svalů, k tomu pak ještě třeba, by místní cvičení byla dost mírná, by nespůsobila námahy, neboť tato zhojně na plíce působí.

Musí tedy dušní vykonávati cvičení umírněné, a aby dosáhli míry cvičení, jaké jim jest třeba, musí trvání cvičení prodlužovati. Jim bude nemožno v krátkém čase mnoho práce vykonati, ježto namáhavá a rychlá cvičení jsou jim zapověděna. Tato podmínka podobá se skoro naprostému zákazu cvičiti, poněvadž mnozí mohou cvičení věnovati pouze velmi krátký čas.

Tím opatrnost, již vyžaduje značná náchylnost k dušnosti, často se protiví zdravotním potřebám člověka.

A právě těm, u nichž se obáváme dušnosti, jest třeba povzbuzení činnosti dýchací, aby si zlepšili výkonnost svých plic. Byla-li část plic zrušena nemocí, vzniká náchylnost k dušnosti, poněvadž dýchací prostor jest zmenšen, a přece bylo by záhodno povzbuditi dýchání, poněvadž by se tím využívala část plic, která

zůstala neporušenou. Jestliž známo, že při klidném dýchání jest mnoho sklípků nečinných, které nesúčastní se výkonu dýchacího. Chceme-li, aby i tyto sklípky přivykly práci, musíme je k tomu přiměti cvičením tak namáhavým, že všechny dýchací schopnosti plic se rozvinou.

V jiných případech jest záhodno cvičiti proto, aby plíce přijímaly hojně vzduchu a přiváděly zároveň hojně kyslíku do krve. Takový silný tah plicní byl by potřebným na př. u otlých, aby byl u nich spálen nadbytek tuku. Než otlí ze všech lidí nejvíce se bojí dušnosti.

Bázeň před dušností překáží tedy velice zdravotním účinkům cvičení, a jest důležité zkoumati, pokud tato překážka se dá přemoci.

Jest mnoho lidí, u nichž tato překážka jest spíše zdánlivá než skutečná. Cvičení na př. u všech začátečníků působí rychlou dušnost, a vidíme, že vytrvalostí v práci tato pomíjející překážka mizí. Proto zákaz cvičení, jež přivodí dušnost, nesmí se opíratí o první pokus, nýbrž, jeví-li osoba nezvyklý vzruch dýchání po dvou nebo třech soustavně vedených cvičeních, pak teprve okolnost tu nelze zůstaviti nepovšimnutou, a bude třeba, prve než dále se pokročí, lékařského vyšetření.

Při vykonávání cvičení jsou určitá pravidla, jimiž, jsou-li zachovávána, může se dýchací únava značně zmenšiti; jimi se řídí všichni, kteří uvyklí cvičení, ale začátečníci jich opomíjejí. Bude užitečno vyložiti zde nejdůležitější věci vzhledem k fyziologickým důvodům.

Provozuje-li se cvičení hned z počátku se vším možným úsilím, dostaví se brzo dušnost. Běhoun anebo veslař, který chce dostihnouti vzdálený cíl, musí se na začátku šetřiti, nemá-li již v prvních vteřinách pocítiti úzkost v dýchání, která ochromí i jeho pohyby. Než přece se přihází, nebyla-li počáteční dušnost tak veliká, aby přerušila cvičení, že dýchací obtíž v začátku se ztrácí a plíce počínají pravidelně dýchat. Angličané jmenují toto sesílení v dýchání „druhým dechem“; jeho fyziologické vysvětlení jest snadné.

Známo, že všechny plicní sklípky nesúčastní se dýchání, dokud toto jest klidné. Velká část plic jest v klidu tak dlouho, dokud nenastane námaha, jež vyžaduje doplnění výkonné činnosti. V případě, kde jsou vyzvány k činnosti sklípky obvykle nečinné, jest třeba určitého času, by se ozvaly a probudily jaksi ze své nečinnosti.

Položíme-li ucho na hrudník člověka v klidu jsoucího, a posloucháme-li jeho dýchání, slyšíme šelest, jenž povstává vnikáním vzduchu do plicních sklípků; žádáme-li však na vyšetřovaném, by dýchal mocněji, asi tak, jakoby běžel, zjistíme, že k dýchacímu šelestu se přimísí jakési jemné třaskání. Toto třaskání povstává rozšířením plicních sklípků. Malé blánité váčky, jakými tyto sklípky jsou, byly smáčknuty, stěny jich k sobě přilepeny, tak že při obyčejném dýchání v klidu nepřijímaly vzduchu. Ony staly se výkonnými teprve namáhavým dýcháním, jež bylo vyvoláno, a posloucháme-li ještě několik okamžiků, zjistíme, že třaskání po několika hlubokých vdeších mizí a na jeho místo nastupuje pravidelný šelest sklípkový. To proto, že v této době

sklípky staly se pro vdechovaný vzduch snadno přístupnými. Jest tedy nutný určitý počet dechů, má-li zmizeti třaskání, jež jest předchůdcem výkonnosti plicních sklípků.

Chce-li člověk přejíti z klidu ve velkou činnost, jak se to děje z počátku u běžců nebo veslařů, jest nutno, aby jeho plíce přešly z dýchání klidného k úsilnému, ale přechod ten nesmí býti okamžitý. Záložním sklípkům musí býti dán čas, aby se probudily z obvyklé nečinnosti a poněmhu se otevřely a tak se staly schopnými výkonnosti. Běžící člověk z počátku dýchá jen částí plic a nepoužívá své veškeré dýhací mohutnosti, dokud nedovede otevřítí všech sklípků plicních. Jest to zahájená výkonnost záložních sklípků po několika okamžicích práce, která působí sesílené dýchání jmenované „druhým dechem“.

Proto jest nutno čekati a nevyvinouti všechnu možnou sílu svalovou, dokud plíce nenabudou veškeré své dýhací mohutnosti. Má-li kdo dýhací mohutnost slabou, musí počítí s cvičením pozvolným anebo ještě lépe uvéstí se v ně předběžnými pohyby, které způsobují, že všechny plicní sklípky dýchají. A to právě se jmenuje „úplným dýcháním“.

Těchto předpisů šetříce můžeme mnohým lidem, jichž snadné udýchání jest způsobeno jediné nedostatečnou methodou, dovoliti i taková cvičení, jež obyčejně dušnost mají v zápětí. A konečně výchova dýchání neomezuje se pouze na toto učení, jež jsme poněkud šíře vložili. Vykonáváním cvičení učíme se dýhati volněji a hlouběji; tím nabýváme v téže době, kdy plíce mohutní a stávají se dokonalejším ústrojím, větší schopnosti, bychom ho využítkovali.

Některými spisovateli o cvičení písíci jest doporučován návod k dýchání, který však my nemáme za spůsobilý k tomu, by usnadňoval dýchání při cvičeních dech stěžujících; návod ten zní: vdechovati nosem a vydychovati ústy.

Předně jest to methoda, k níž nás pud nevede, tak že jest třeba stálé pozornosti, bychom ji zachovali. A úsilí pozornosti děje se vždy na útraty čivového vlivu, jímž se má při cvičení šetřiti. Za druhé jest tato methoda chybná vzhledem k dýchání samotnému, ježto vnikání vzduchu do plic malým otvorem jest na závalu ukojení dýhací potřeby. Čím větší jest otvor, jímž se vdechuje vzduch, tím dříve se vyhoví dýhací potřebě. Každý udýcháný člověk, jakož i každý nemocný, dušností stížený, otevírá z pudu ústa a rozširuje nozdry, aby co nejvíce usnadnil přístup vzduchu, jehož se mu nedostává. Nozdry jsou nepoměrně menšími než ústa: „Zkuste“, pravil Trousseau na své klinice, „dýhati husím brkem ve rtech a uvidíte, že za několik vteřin octnete se v pravých úzkostech dýhacích, poněvadž plíce nedostanou dostatek vzduchu.“ Z toho uzavíral, že u dítěte pro mázdřivku operovaného, jest třeba užití trubice pokud možno široké, aby se dýchání usnadnilo. Týž předpis platí pro člověka mdlobou z dušnosti ohroženého; pro vdechovaný vzduch nutno voliti otvor co možná největší, aby žízeň po vzduchu velmi rychle byla ukojena. Člověk bojící se dušnosti nevyhne se tomu, upotřebí-li onoho návodu k dýchání, z něhož ho ostatně pud zrazuje.

Ale proč se má dýhati nosem? Řeklo se, že proto třeba tak dýhati, aby vdechovaný vzduch se oteplil a tak aby plíce nepocitily chladu. Než, od které doby jest teplý vzduch úlevou pro udýchané osoby? Není známo, že právě naopak čerstvý vzduch jest účinným dráždilem dýchání?

Rada dýhati nosem má přece svou platnost, ale záleží na její dosahu přesně vymezeném. Dýhati nosem na počátku rychlého cvičení jest uměním, jež ukládá na počátku umírněnost ve cvičení. Běhoun na př. následkem znesnadnělého přístupu vzduchu do plic, kterým jest tento způsob dýchání vinen, musí zmenšiti rychlost, nemá-li se brzo udýhati. Upraví-li svůj běh dle omezené schopnosti dýhací, vyplývající z vyličeného postupu, bude ve výhodě té, že bude moci mnohem déle běžeti, poněvadž poběhne v tempu méně ukvapeném.

III.

Každý člověk bez poruchy srdce a plic a beze změny v krvi methodou a stupňováním cvičení může přemoci náchylnost k dušnosti, poněvadž účinky cvičení odstraňují příčiny, kterými se stal k této době únavy náchylným.

Bude-li tomu tak i u člověka nemocí stíženého? Tu třeba činiti rozdíl mezi ústrojnými poruchami, a dle našeho náhledu poruchy, týkající se přímo plic, nezakazují cvičení, spůsobilá k povzbuzení dýchání. Vyjmeme-li všechna prudká onemocnění a vyloučíme-li při vlekých chorobách období, v nichž prudká vzplanutí mohou nastati, nemáme plicní nemoci za překážku pro cvičení po určitý stupeň namáhavá. V těchto chorobách jest užitečno vzbuditi dýchání hlubší a rychlejší, než jest pravidlem, a pohled na nemoci dýhacího ústrojí nás o tom přesvědčí.

Když plíce při zánětech pohrudnice po vstřebání výpotku jsou pokryty pamázdrami, jež je pojí ku hrudním stěnám, jest jen jediná vyhlídka, že se jim vrátí jich objem, roztrhnou-li se tyto pablány. Cvičení, které silně povzbuzuje dýchání, jest nejspůsobilejší k dosažení tohoto výsledku, neboť vyvozuje rozsáhlé a mocné pohyby dýhací, při nichž žebra se musí zvedati, a tím se ony svazy, plíce tísnící, přetřívají. Ale jest nutno užití cvičení dosti záhy, dokud pablány nedosáhly ještě úplné pevnosti, neboť pak jich svažovací síla jest větší, než síla vdechovacích svalů. Znetvoření hrudníku následkem zánětu pohrudnice jest z této příčiny na venkově mnohem řídkší, než ve městě, ač jsou výpotky pohrudniční u rolníků častý. Rolník po uzdravení netrvá dlouho v klidu, nýbrž pracuje ihned, jakmile jen může. Namáhavé pohyby dýhací, svalovou prací vzbuzené, roztahují pablány ještě dříve, než se stanou nepodajnými.

Při tuberkulose plic ubylo dýhací schopnosti. Zachvácením plic cizopasnými výrobky zmenšil se dýhací prostor a snadné udýchání jest prvním z příznaků, jež mohou nás vésti k rozpoznání nemoci. Nejlepším zdravotním prostředkem k zabránění tuberkulose jest svalové cvičení, neboť mezi příčiny, jež tuto nemoc spůsobují, náleží nedostatečná činnost plic, z níž vyplývá jich malá síla životní a nedostatečná vytrvalost jich tkane.

Statistika dokazuje častý vznik tuberkulosy u hluchoněmých následkem nuceného klidu plic. U tuberkulosních netřeba se obávat zvýšené činnosti plic, poněvadž touto sklípky plicní vstupují pokud možno v nejlepší podmínky výživné.

Přece však dvě věci u tuberkulosních zapovídají cvičení, která dušnost způsobují; ale ty jsou obyčejně dočasnými příhodami v průběhu nemoci. Jest to chrlení krve a horečka. Známo, že namáhavé cvičení zvyšuje horečku, ať jest příčina její jakákoli. V druhém případě cvičení zrychlením oběhu krevního zvětšilo by chrlení krve. Mimo tyto dvě příhody nebude tuberkulosa překážkou pro cvičení způsobila povzbuditi dýchací činnost do určitého stupně při dostatečné opatrnosti, aby užitečný stupeň nebyl přestoupen. Výhody z povzbuzené činnosti dýchací jsou tak důležité, že potlačí bázeň před pomíjející nehodou, která by zneužíváním mohla vzniknouti.

(Pokračování.)

Sokolstvo v Chicagu.

Jest to trudný úkol psáti o Sokolstvu v Chicagu.

V žádném snad městě není taková příležitost pro výdatnou činnost sokolskou jako v Chicagu, v němž žije se přes 75000 českých obyvatelů.

Však snad právě proto, že mohli by Čechové v městě tom síly svoje spojití a svorně, výdatně pracovati, třístí se na malé hloučky a dle toho pak vypadá ta jejich sokolská činnost.

Žalno viděti, jak krajané naši si vedou.

Jest to snad přece kletba nějaká na nás, že nemůžeme se sněsti, že musíme jeden druhému záviděti, mezi sebou se nenáviděti a sebe navzájem se straniti.

Připouštíme, že nejsou Češi v Chicagu usedlí tak v jediné končině města, aby snad mohl jediný sbor sokolský potřebám jejich vyhověti, však to roztržštění sil, jaké shledáváme, musí zaboliti každého uvědomělého a upřímného našince.

Jdeme jen do samého středu českého živlu v Chicagu!

Co tam shledáme?

V síni Č.S.P.S., v těch nepříhodných a tísnivých místnostech, v nichž mohlo se po leta cvičící členstvo a žactvo Plzeňského Sokola, dusí se cvičící členové Sokola Slávského a jeho četné žactvo.

Jaký to skličující pohled na žactvo sboru toho v dusné cvičírny síně Č. S. P. S., když člověk ví, že jinde cvičírna příhodná a ve všem vyhovující, bez obtíží by pojala malé ty tužící se Sokolčata, i že by v ní nebrali na zdraví svém zkázu, ale měli by ze cvičení žádoucí užitek.

Ani ne na blok od zmíněné síně jest síň p. Tauchmana, v které cvičí dva sokolské sbory a sice T. J. Sokol Tyrš, Česko Dělnický Sokol. Ovšem že členové každého toho sboru cvičí v jiné večery a každý platí zvlášť nájemné.

Členové Česko Děln. Sokola jsou anarchisti, úhlavní nepřátelé kapitálu a proto platí ochotně nájemné do kapsy bohatého žida, jemuž síň patří.

O spojení se dvou těch sborů žádnému se ani nesmí sníti. Jak by také mohli se spojití vyznavači anarchie se členy sokolského sboru, kterýž má ve svých stanovách, že nepřijme za člena nikoho, kdo nemá aspoň million a kdo se neprokáže, že odře každého dne nejméně 50 ubohých dělníků.

Kdož by mohl chtít, aby anarchista, plný ideálů o rovnosti lidstva, ztrávil dvě hodiny týdně ve cvičení společně se zarytými kapitalisty, s peněžními žoky, nepřáteli všeho lidstva?

Nedaleko od zmíněných dvou sborů jest sídlo Plzeňského Sokola. Tělocvična prostorná, pěkná, ale Sokolů cvičících v ní hodně schází; ještě že mladež, ta drobnější, užije jí v hojnějším počtu.

Z Plzeňského Sokola do Sokola Klatovského také není daleko. Tělocvična jeho v síni Ladimír Klácel není zrovna hodna závidění. Kdyby nám dal někdo na vybranou, zda cvičiti v ní, když bychom bydleli v její blízkosti, neb zajíti si do cvičírny Plzeňského Sokola, tu rozhodli bychom se jistě pro poslední.

Na severozápadní straně Chicaga po dlouhá leta T. J. Sokol Čechie byla jediným sborem sokolským a to sborem činným a horlivým. Několik nespokojenců z její řad založili si v nejbližším její sousedství spolek nový, Sokol Žižkův Dub. Co dříve bylo nedostatečným pro Čechii, s tím se spokojili odštěpenci, jen když provedli svou, jen když se pomstili!

Ovšem, že pomstili se na sobě!

V chicagské čtvrti, zvané Town of Lake není lépe.

Tam také vedle starého sboru Sokol Praha založen nový sbor Sokol Pokrok, k vůli vysokým botám a červené košili; ve skutečnosti k vůli ziskuchtivosti několika dobrých našinců.

Sokol Slovanská Lípa se svoji síni uvízla mezi židy a Italiany a poněvadž na stavbu síně nové a příhodnější nejsou peníze, a pro spojení se není mezi členy žádného zájmu, snad ve špinavém živlu zmíněném neslavně zajde.

Takový jest as stav Sokolstva chicagského, vyjma sbory, které jsou v místech, kde jich jest třeba a kde činnost jejich není tlumena žádným sborem konkurenčním.

Kdo uváží poměry Sokolstva chicagského a vzpomene sobě, že Sokolstvo hlásá „rovnost, svornost a bratrství“, ten ovšem marně se bude sháněti, kde ta rovnost, svornost a bratrství zůstávají, když tak se rozdělujeme a třídíme, že v jedné a téže místnosti dva sokolské sbory se schází a cvičí.

Byli jsme kdysi toho mínění, že by při dobré vůli se dalo mnoho dobrého docílit, že by mnozí se dali přesvědčiti, že spojenými silami bychom mnohé dokázali, že dosáhli bychom spojení toho, po čem rozdělení marně se snažíme, však skutečnost poučuje nás o jiném.

Moderní člověk jest tak zkaženým, že pohlíží na vše, jako na obchod, že stará se jen o to, z čeho může těžiti a o jiné nedá ničeho.

Ač hlásá se stále, že jen spojenými silami lze mnoho dokázati, zůstávají lidé u svém nitru pamětliví jen svého vlastního prospěchu a o celek nedají ničeho.

Lid není ještě dost pokročilý, dost vzdělaný a uvědomělý, aby mohl pracovati společně ve větších massách.

On se chce tříditi, on se chce rozdělovat na malé hloučky. On také nechce jednat sám, nýbrž chce, aby za něho jednali jiní. On chce býti veden, on chce míti vůdce, chce míti kaprály. On deklamuje o tom, že nechce býti vykořisťován, však přináší se v oběť sám těm, kteří z něho kořistiti chtějí.

Jak mohlo by prospívati Sokolstvo v Chicagu!

Co vše mohlo by dokázati, kdyby pracovalo svorně, kdyby lid náš pochopil náležitě sokolské zásady a nedal se sváděti těmi, kteří je vykládají falešně a jen ve svůj prospěch. Jakým středem silným bylo by Sokolstvu Chicago, kdyby dbáno bylo prospěchu obecného a nikoli jednotlivců!

Však to jsou marné illuse!

Jsme takovými, jakými jsme bývali a sotva budeme lepšími.

Marné as nářky, marné as snažení po lepším.

My jsme nezvykli sobě na něco řádného, na něco ve větších rozměrech.

My musíme se dělití na malé hloučky, abychom ničeho nedokázali, poněvadž to jest již v naší krvi, jest to naše druhá přirozenost.

Kdybychom věřili v nějakého boha, zvolali bychom: „Bůh nás naprav“.

Jsouce nevěrci, nemáme ke komu se obrátiti, aby učinil nás lepšími.

Naším děvám.

Těší nás, že jednou také z péra Sokolky vytryskla varovná slova před nosením šněrovačky.

My již o zdravím ubíjejícím zvyku tom několikráte jsme se zmínili, však tu bezpochyby že naše Sokolky si myslily, že jim té

jejich okrasu „šněrovačky“ závidíme, a proto že proti její nosení píšeme.

Nyní v t. č. Sok. Am. družka jejich pozvedá svého varovného hlasu. Kéž by byl jen uslyšen.

Nejsme žádnými zaslepenými nepřáteli šněrovačky a proto nechceme tvrdit, že všechno zlo na světě pochází jen z nosení šněrovaček. Jsme bedlivými pozorovateli, i jsme přesvědčeni o tom, že šněrovačka zavinuje mnohem více zla, než za to má kterýkoliv odpovědný její odpůrce, který náhodou není lékařem a nemá příležitost, aby denně byl svědkem hrozných těch následků šněrování.

Nám mužským bylo by velmi nevolno, kdybychom měli na sobě těsný šat, jenž škrtil by nás v krajině žaludeční. Každý z nás rozpiná se po obědě, neb jídle jen poněkud hojnějším než obyčejně, aby tlak šatu nespůsobil mu obtíže.

My bychom pokládali jistě za trýzeň, kdyby nás někdo sešněroval do takové škrtivé klícky, jakou jest šněrovačka. Nedovolili bychom také jistě, aby někdo sešněroval podobně buď koně běžného neb tažného, psa neb kočku, neb kterékoli jiné domácí zvíře, poněvač bychom to jistě pokládali za kruté týrání; a přece často nečinně přihlíží k tomu manžel, když žena jeho škrtí se do šněrovačky a lhostejně přihlíží k tomu otec, když dcera neb dcery jeho utáhnou se do šněrovačky, že nemohou ani dechu popadnouti.

Praví se, že „lidská hloupost nikdy nepomine“, i že marno jest proti ní bojovati.

Nejčastěji bývá, že ti, co jsou hloupí, dají se velmi snadno přesvědčiti o opaku a mají za hloupé ty, kteří chtějí je z jejich hlouposti vybavit.

Ty pobloudilé, které propadly zvyku nositi šněrovačku, velmi snadno přesvědčí prohnaný továrník na šněrovačky oznámkou v novinách, že jim vyrobené šněrovačky zdraví neškodí, ale naopak, že přispívají k lehčímu zažívání a tím sílí a činí zdravějšími ty, které je nosí.

Hloupost lidská jest nevyčerpatelná, a to co zdálo by se býti nemožným a neuvěřitelným mezi lidmi rozumnými, opakuje se denně pomocí hlupců a pošetilců.

Ubohé ženské pokolení.

Příroda byla k němu skoupější než k mužům, a ono přece ještě olupuje se o ten svůj zmenšený kapitál vlastní pošetilství. Kolik jest mezi ženami mrzáků a to mrzáků pro celý život jen následkem nosení šněrovačky?

Statná žena s nesouženým šněrovačkou životem jest pravou vzácností. Jak taková prospěšně vyniká nad její šněrovačkou znetvořenými a churavými družkami!

Každému jistě že padla někdy do oka taková výměnečná matka, statná a zdravá, která jest radostí a pýchou svému manželovi a zároveň schopnou obstarati své děti, jimž pro dobré zdraví své a z něho plynoucí dobrou povahou jest mnohem lepší matkou a ošetřovatelkou, než jiná sešněrovaná a následkem toho churavá žena.

Jaké to hotové peklo pro manžela zdravého, statného, kypícího zdravím, jenž v nerozvázném věku mladém spojil osud svůj s dívkou, kterou pro celý příští život manželský byla šněrovačka učinila churavcem.

Tolik snad jest mnohemu známo, že jest veliké procento žen, které jsou skoro stále churavy, jež nemají téměř dne, v němž ušetřeny by byly různého druhu bolesti a nevolnosti.

A příčinou bídného toho stavu bývá nejčastěji šněrovačka.

Však jsou lidé, kteří chtějí provést svou a kdyby mělo je to s'áti život. Mnozí zkusí velmi mnoho a musí se hodně všelijak namáhati, než podryjou si své zdraví a než připraví se do hrobu.

Dívky nejsou o nic lepší.

Mnohá to ví, že šněrovačku nosit nemá, že se nemá stahovat.

Mnohá ví, že bude jí zle, až se šněrovačkou utáhne, že zakusí hotovou trýzeň. Ale ona se sešněruje přece.

Lidé sami čini se otroky mnohého zla.

Tak jest také se šněrovačkou.

A ty co se šněrují, vymlouvají se pak, že jsou již šněrovačce zvyklé, že jí musí nositi.

Inu ovšem, starý kořala, který si zvykl býti každého dne ožralým a vyválet se někde v louži, také musí se ožirati dále, poněvač tomu zvykl.

Podobně jest s kuřákem neb s těmi, kteří užívají morfinu neb jiných jedů.

Oni to konečně nahlíží, že se jedy těmi ubíjí, ale nemohou se již přemoci, říti se do propasti zkázy.

Jako pomáhají málo zákony proti opilcům, tak také málo by as pomohly zákony proti nosení šněrovačky.

Zde může pomoci pouze jediná věc, a to jest zvýšené vzdělání ženy. Však musilo by to býti vzdělání opravdové, ne jen nějaká povrchní emancipace, která ženě spíše jest na škodu.

Co dělají župy?

Pochybujeme, že činnost žup našich jest takovou, abychom s ní mohli býti spokojeni.

Jediná župa Východní koná svoje povinnosti řádně, a také o ní nejvíce se dovídáme.

Župa Chicagská, jak známo, byla mrtvou skoro celá dvě leta. Teprve koncem minulého měsíce vzkřísila se k novému životu. Jak probuzená si povede, ještě nelze s jistotou tvrdit, ale očekáváme pevně, že bude se tužiti dobře, neboť má k tomu výbornou příležitost.

O činnosti župy Střední mnoho se nedovídáme; také v Západní župě zdá se, že bylo dříve trochu více života.

Tam, kde mají sbory v župě k sobě blízko, měli by členové jejich občas se navštívit a při té příležitosti ovšem uspořádati buď veřejné cvičení neb závody.

V župě Východní děje se tak již dávno a spůsob ten dobře se osvědčuje.

Ovšem, kde jednotlivé sbory jsou od sebe v župě vzdáleny, nelze pomýšlet na společné nějaké vystupování mimo župní závody.

O těchto však má býti účastenství co nejznamenější.

Očekáváme, že jak závody župy Východní tak i závody župy Chicagské, jež oboje v měsíci září budou pořádány, předčí závody předešlé obou žup, které oboje před dvěma roky se zdarem se potkaly.

V Chicagu zvláště neměli by zůstatí pozadu, v jeho osmi sborech, jež tvoří župu Chicagskou, mělo by se najíti nejméně na 200 závodníků.

Župa Chicagská.

Konečně jest nám sděliti potěšitelnou zprávu, že činnost župy Chicagské byla znova zahájena.

Po dlouhých a marných pokusech znova zorganizovati župu Chicagskou, sešli se dne 23. m. m. v dostatečném počtu členové zvolení sbory chicagskými do župního cvičitelského sboru v místnosti Plzeňského Sokola, i zahájili svoji činnost.

Župním náčelníkem zvolen byl Sok. A. Haller, člen Plzeňského Sokola, jehož jméno a činnost dostatečně jest známou a nejlepším doporučením pro důležitý úřad, jenž mu byl svěřen. Jsme přesvědčeni, že Sok. Haller co župní náčelník vykoná svoji povinnost právě tak přesně a poctivě, jako vždy činil. Ovšem že očekáváme, že všichni členové župního cvičitelského sboru budou mu ve všem ochotně nápomocni, i budou s ním pracovati ve prospěch celku. — Jak Sokol A. Haller při své nástupní řeči pravil, „nemůže jednatelce mnoho dokázati, jestli není podporován těmi, kteří za povinnost mají s ním pracovati.“

Tajemníkem cvičitelského sboru župy Chicagské zvolen byl Sok. V. Vinický, jehož horlivost a pilnost dosavadní ručí za to, že povinností svým dostojí co nejlépe.

Očekáváme s jistotou, že všichni zástupci chicagských sborů v župním cvičitelském sboru budou pracovati vydatně a poctivě, aby vynabradili, co bylo posud zameškáno.

O příštích závodech župních, jež mají letos býti pořádány, bylo usneseno novým župním cvičitelským sborem, aby konány byly v druhé polovici měsíce září t. r. a sice v síni Plzeňského Sokola.

Závody ty mají býti zároveň spojeny s veřejným cvičením, kterého má se účastniti také cvičící mládež a Sokolky.

Velice nás potěšilo usnesení, dle něhož má se dbáti k tomu při vypracování programu, aby cvičení mládeže odbylo se ve dne. Konečně snad zvítězí mezi námi náhled, že pro mládež není večer v našich zábavách a vystoupeních místa za žádných okolností.

Na starší cvičence nebylo také zapomenuto, i bude přihlíženo při pracování závodních pravidel, by byla jim dána příležitost co nejlepší, by mohli síly své změřiti.

Čas k přípravám k závodům zmíněným jest poměrně krátkým, však přece postačitelem k řádné přípravě pro ty sbory, kde s ochotou chtějí pracovati.

Očekáváme, že tyto druhé závody župy Chicagské budou prováděny všim žádoucím úspěchem, jenž přispěje mnoho k další její zdárné činnosti.

Sokol Americký.

— Kdo rád cvičí a cvičí pravidelně, ten ví, že cvičení ho osvěží v zimě v tom největším mrazu i v létě v tom největším parnu. Však jsou mnozí, kteří v zimě nechtějí cvičiti proto, že jest zima, a v létě proto, že jest horko. Takových jest u všech sborů dosti. Z té příčiny bývá cvičení, zvláště v letních parných měsících, mnohem méně navštěvováno, než v jinou dobu roční. Konečně se některým těm pohodlným Sokolům ani mnoho nevidíme, že se jim v úmerném letním parnu do cvičení nechce. Patří k tomu hodná porce dobré vůle a odhodlanosti, aby se člověk, jsa ztrácen a sklíčen po denním parnu, vybral večer do cvičení. To dokáže jen ten, který jest o tom již přesvědčen, že ho rozumné cvičení osvěží. Uvažujíc uvedené okolnosti, odhodlala se Těl. Jed. Sokol Tyrš v Chicagu dáti letos na nejparnější měsíc, červenec, svým členům a žactvu svému prázdniny od cvičení. Doufáme, že nové toto zavedení se osvědčí, i že příštím měsícem po uplynulých prázdninách dostaví se opět ku cvičení členové i žactvo v počtu zmnoženém.

— Často jest nám slyšeti stížností na sbory sokolské, které skládají se většinou z lidu dělnického, že nedbají zásad dělnických, podporující známé a za nepřátele dělníků všeobecně uznané odírače. Nechceme tuto uváděti žádný určitý případ, však každý ví, že hřích podobný páše se až příliš často u mnohého sboru. Jest to ovšem velice smutným úkazem, když nemohou dělníci hájiti svoje zájmy u sboru sokolského aspoň tolik, aby z jejich peněz, z jejich příspěvků, na které se namozolili a nadřeli, nebyl podporován jejich úhlavní nepřítel, který při každé příležitosti jimi opovrhne a jenž dává jim znáti, že jsou otroci a on že jest pašou. Nemůžeme si smutný ten úkaz jinak vysvětliti, jen tím, že mnohý dělník dbá své dělnickosti jen právě tolik, jako mnohý Sokol dbá o sokolství; nepřeloží pro ni za celý rok stýbla křížem, ale hubou toho napovídá dost. Kořistitelové a odírači dělníků ovšem nebudou nikdy o zájmy jejich se starati, ale o své, těm budou vždy unie dělnické a veškerá dělnická sdružení solí v očích, neboť vědí dobře, že proti slabým jednotlivcům mnohem lépe se to „bossuje“ než proti silám sdruženým. — Cupařství ovšem nemá býti v žádném sokolském sboru, a proto je to tím smutnějším úkazem, když některý sokolský sbor penězi od členů svých, většinou z dělníků sestávajících, podporuje nepřátele jejich nejhoršího. Zdá se, že mnohé ty naše sbory jsou pokročilými jen „hubou“ některých svých členů, ale ve skutečnosti bují v nich zpátečnictví, karabáčnictví a zatemnělost druhu nejhoršího. Pak se divíme, že upřímní dělníci pohlížejí na sbory sokolské s nedůvěrou.

— Výlety letošní sokolských sborů v Chicagu vydařují se neobyčejně. Se zvláštním úspěchem setkal se výlet Plzeňského Sokola, pořádaný dne 27. m. m. do North Judson, Ind., jehož účastnilo se na čtyři tisíce osob z Chicaga. Také výlet Sokola Slovanské Lípy, pořádaný dne 20. m. m. do Carry, Ill., setkal se s plným zdarem.

— Zmínili jsme se v m. č., že bychom rádi věděli, kolik as našich Sokolů starších 40 roků účastňují se cvičení, i žádali jsme, aby dotyční oznámili nám svá jmena. Nedostalo se nám na vyzvání ono více než jediného ohlášení. Sokol V. E. Hirshauer, cvičitel Sokolské Jednoty Blesk v Baltimore píše nám: „Jsem cvičitelem Sok. Jed. Blesk zde v Baltimore. Jsem již 44 roků stár, však chci, vystačí-li k tomu mé síly, třeba ještě jednou 44 roků cvičit, aniž bych se při tom na někoho ohlížel, jestli cvičí neb ne.“ Těšíme se z upřímných slov br. Hirshauera, jehož známe

co velmi pilného Sokola, i viděli bychom rádi, aby jemu podobných bylo více.

— Těšíme se z každého nového sboru sokolského, jenž založen jest v místě, v kterém ještě sboru sokolského nestává a v němž je lo třeba. V poslední době založeno několik takových sborů a zároveň rozmnožena jimi řada sborů N. J. S. Jsou to T. J. Sokol Bohemia, v Bohemia, L. I., N. Y., T. J. Sokol v East Islip, L. I., N. Y. a T. J. Sokol v Little Ferry, N. J. Těmito třemi sbory sesílila značně župa Východní, ku které byly přiděleny. Jsme přesvědčeni, že každý Sokol raduje se upřímně s námi z tohoto vzrůstu věci sokolské, i nepochybujeme o tom, že členstvo nových sborů přičiní se ze všech sil, aby úkolu sokolskému co nejlépe dostálo. — Na zdar!

— Očekáváme jistě, že cvičení sokolských sborů v Chicagu budou teď mnohem četněji navštěvována, když se ví, že závody župy Chicagské budou letos v druhé polovici měsíce září. Také starší cvičenci měli by vrátiti se do tělocvičen, aby mohli se účastniti čestně závodů župních. Doufáme, že nikdo nedá se pobízeti, aby konal svou povinnost, i že toto malé upozornění stačí.

Stanovy župy Chicagské.

Účel.

Účelem župy jest: Pěstování a zvelebování věci sokolské, sblížení a vzájemná podpora sborů v župě sdružených.

Prostředky.

Účelu svého domáhá se župa:

1. Pěči o pěstování tělesných i duševních cvičení, jakož i zaváděním jednotné soustavy tělocvičné a způsobu cvičebního.
2. Pořádáním sjezdů, veřejných cvičení, závodů, slavností a výletů župních.
3. Vysláním cvičitelů po sborech svazku župního; povinností těchto (cvičitelů) budiž: pořádati přednášky, opravovat v sborech nedostatky, rozšiřovat věci a spisy tělocvičné v sborech pokud možno.
4. Působením k rozšiřování župy, zakládáním nových sborů v osadách Čechy obydlených.

Správa župy.

1. Záležitosti župní řídí: výbor župní, složený ze zástupců sborů města Chicaga, jež jest sídlem župy.
2. V tomto župním výboru jest zastoupen každý sbor sídla župy dvěma členy, z nichž jeden jest náčelníkem dotyčného sboru. Tito dva zástupci do výboru župního jsou voleni ve výroční (prosincové) schůzi sboru na dobu jednoho roku.
3. Výbor župní volí si své činovníky na dobu jednoho roku ve schůzi lednové a sice: starostu, místostarostu, náčelníka, dva místonáčelníky, zapisovatele a pokladníka.
4. Výbor župní řídí vnitřní i vnější záležitosti župy, provádí všechna nařízení N. J. S. a bdí nad správným plněním povinností jednotlivých sborů župy.
5. Má na starosti přípravy k župním závodům a župním veřejným cvičením.
6. Zaznamenává župní příjmy a vydání, kteréž čtvrtletně v Sokolu Americkém oznámí, prozkoumá všechny výkazy příjmů a vydání při závodech a veřejných cvičeních povstalých a stvrzené výk. výb. N. J. S. odevzdá.
7. Vyzve sbory v župě k volbě místa, k župním závodům neb veřejným cvičením a 6 měsíců napřed sborům výsledek oznámí.
8. Stará se o to, aby pořádané byly přednášky neb schůze zábavně poučné u sborů, kdekoli za nutno uzná.
9. Župní výbor jest povinen obydřevati nejméně jednou za měsíc řádnou schůzi. Den budiž výk. výb. N. J. S. oznámen.

Župní sbor cvičitelský.

Župní cvičitelský sbor se skládá:

1. Ze župního náčelníka a dvou místonáčelníků župních.
2. Z náčelníků sborů v sídle župy.
3. Sbor ten pečuje o řádné pěstování tělocvičnicku ve sborech župy.
4. Doporučuje cvičitele sborům na požádání.

5. Sboru předsedá župní náčelník.

6. Sbor stará se o dozor župní v tělocvičných sborů, tak aby aspoň jednou za tři měsíce za dozorce ustanovený člen cvičení sboru udaného navštívil.

7. Cvičitelství sbor župní spravuje se řádem, jež sám si spravuje.

Povinnosti župního náčelníka.

1. Stará se o činnost žup. cvič. sboru i o činnost sboru župy, i podává o ní zprávy ve schůzích župního výboru.

2. Řídí technicky závody župní N. J. S. stanovené.

3. Šest měsíců před závody župními vyzve náčelníky a cvičitele sborů v župě, by každý sestavil a napsal a jemu zaslal společná cvičení k župním závodům.

4. Tři měsíce před závody zašle veškerým sborům své župy k nacvičení společná cvičení, která byla cvič. sborem župním za nejlepší uznána.

5. Vyžaduje od náčelníků sborů zprávy každého čtvrt roku dle dotazníků, jež od vrchního náčelníka N. J. S. obdrží.

6. Zasílá každého čtvrt roku vrchnímu náčelníku N. J. S. zprávy o činnosti župy dle obdržených zpráv od náčelníků.

Povinnosti činovníků župního výboru.

1. Župní starosta předsedá ve schůzích župního výboru, i pečuje o správné řízení župy.

Jeho, kdy toho třeba, zastupuje místostarosta župní.

2. Zapisovatel župní zaznamenává příjmy a vydání mezi výborem župním a sbory v župě, odpovídá na veškeré dopisy došlé, ohlašuje každého čtvrt roku v Sokolu Americkém příjmy a vydání ve schůzích župního výboru. Za práci svou obdrží odměnu ustanovenou župním výborem.

3. Pokladník přijímá peníze od zapisovatele a vyplácí poklady starostou a zapisovatelem stvrzené. Jest povinen v kterýkoli čas, jsa o to požádán výborem župním, předložit veškeré peníze jemu co pokladník svěšené. Pokladník též zastává úřad hospodářského správce.

Různá ustanovení.

1. Cestovní výlohy cvičitelů vyslaných župním cvičitelským sborem, hradí se z župní pokladny, kdežto o ubytování a stravování stará se sbor, u něhož cvičí.

2. Veškeré výlohy župní vyplácí se z pokladny župní.

3. Župní výbor vypíše každým rokem sborům v župě poplatek nepřesahující 10 centů za každého člena sboru, ve prospěch župní pokladny.

Ze župy Východní.

Schůze župního výboru v 2. čtvrtletí '97.

Schůze dubnová. — Schůzi předsedal starosta, bratr J. Beníšek; přítomni všichni členové výboru. Zápisky z poslední schůze po čtení přijaty. Jednatel upozorněn dopsati vzdálenějším jednotám o závodních dnech.

Usneseno, oznámiti župnímu náčelníku o pořádání pravidelných závodů družstev ve cvičeních společných. Volba cviků má býti ponechána místním sborům cvičitelským. Mimořádné závody usneseno rozšířiti na závody v běhu, vrhání a vzpírání břemen, šplhání, zápas, šerm a kroužení kužely. Tyto závody pořádány budou jen tehdy, když se k jednotlivému zápasu nejméně šest (6) boreů přihlásí. Župní náčelník má býti vyzván, by o tomto usnesení jednotlivé sbory v čas uvědomil a požádal o jmena přihlásivších se závodníků.

Jednatel a br. V. Hampl zvoleni co výbor, který má navštívit krajan v nedaleké osadě Little Ferry, New Jersey, v případě, že jednatel na dotaz svůj k tamním Čechům příznivé zprávy obdrží. Vydání v této schůzi 50c.

Schůze květnová. — Starosta, br. J. Beníšek zahájil schůzi. Nepřítomnost br. Ant. Heidy omluvena. Zápisky čteny a přijaty. Čten dopis T. J. S. Fugner, L. I. C. a přijat. Sokol Fugner oznamuje obstarání místa pro župní závody na dny 5. a 6. září 1897 v Tvrđíkově Ravenswood Parku, L. I. C.

Na žádost výkonného výboru N. J. Sokolské o cvičitele pro T. J. Sokol v Bohemia, L. I., usneseno bezodkladně dopsat nedaleko meškajícím br. F. Zborníkovi.

Výkonný výbor N. J. S. oznamuje přijetí do Nár. Jed. Sok. jednot: T. J. S. v Bohemia, L. I. a T. J. Sokol v East Islip, L. I. a přidělení jich k župě Východní.

Oznámené zamítnutí návrhu župního výboru výk. výb. nepřijato, a uloženo jednání v záležitosti té výk. výboru dopsati.

Stížnost Sokolské Jednoty Blesk, Baltimore, odmítnuta. Usneseno zaslat vysvětlení. Pozvání baltimorské Sokolské Jednoty Blesk k účasti se slavnosti 25letého trvání přijato, a jednatel zvolen, by — co dozorce k baltimorské a filadelfické jednotě — slavnosti té se účastnil.

Zpráva jednatele, který s několika bratry krajan v Little Ferry navštívil a o založení sokolské jednoty se pokusil, byla přijata a požádán výk. výb. N. J. S. o zaslání 1 výtisku Sokola Amerického do Little Ferry po tak dlouho, než tamní jednota bude k N. J. S. přijata.

Schůze červnová. — Zahájení schůze br. Beníškem. Nepřítomni br. Ant. Heida. Čteny a přijaty zápisky z minulé schůze. Dopisy od jednot Blesk, Baltimore a T. J. Sokol ve Philadelphii čteny a přijaty. Br. Zborník dosud neodpověděl. Br. Ferd. Martyny uvoluje se, vyjednati s br. Zborníkem a Sokolem v Bohemia, L. I., osobně při výletu Sokola new-yorského do East Islip, L. I.

Oznámeno přijetí T. J. Sokol v Little Ferry do Nár. Jed. Sok. a přidělení této k župě Východní.

Až přípravy k župním závodům konaji se téměř ve všech jednotách župy této, výbor župní vyzývá bratry, by v činnosti neochabovali a závodů v počtu co největším se účastníce, důstojným vystoupením tyto velkou slavností sokolskou učinili.

Sokol Svornost, N. Y. odvádí poplatky za 26 členů na rok 1896 \$2.50 a 10c oznamuje, že přeplatil v roce 1895, což činí \$2.60.

Antonín Voříšek, jed.

Ze župy Západní.

Zápis o schůzi župního výboru ze dne 13. června 1897.

Schůzi zahájil a vedl starosta br. Ant. Kment.

Nepřítomni br. Rud. Havelka.

Čteny dopisy a přijaty od br. Jos. Pecivala, který dává písemný návrh, by odbývána byla v župě Západní veřejná cvičení s výletem aneb v kterékoliv místní jednotě k tomu ustanovené a příhodné.

Jednoty, které jsou si výhodným spojením sblíženy, jsou rozvrženy br. Jos. Pecivalem, náč. župy. Cvičení mají býti za tím účelem, by udržena byla mládež sokolská v tělocvičně po dobu letní, což by prospívalo ku lepšímu působení a udržení se tělocviku Sokolstva v župě Západní. Dán návrh, by všechny jednoty v župě Západní zastoupené byly o tom zpraveny úst. výb. a pak vyjednání a ustanovení všechno bylo řízeno prostřednictvím žup. náč. s dohledem úst. výb.

Dopis Těl. Jed. Sokol Tyrš čten a přijat zároveň s poplatkem župním, též dopis jednoty Komenský čten a přijat.

Příjem od jednoty Tyrš, poplatky župní - - - \$24.—

" " " Komenský „ „ - - - 3.30

Tím skončeno.

V. J. Šebek, zapis.

DOPISY.

V Bruno, dne 28. června 1897. — Bratři Sokolové! Již tomu hezky dávno, co jsem nepsal do Sokola Amerického. Mám toho mnoho na srdci, co bych měl psát, ale nevím, jak bych začal. Co se týče našeho sboru, tož my zde na dalekém západě postupujeme dosti dobře na členstvo, ale málo na cvičení. Jest mi velice líto, že tak musím psát o našich členech, ale jsem nucen tak učinit. Teď v letě si nařikají mnozí, že jest příliš teplo a v zimě že jest zima. Tak jest pro takové jen nějaký krátký čas na zimu ku cvičení. Z jara také nechodí a letního času přijdou do cvičení jednou za uherský měsíc. Co se týče žáků, ti navštěvují cvičení pravidelně.

delně dvakrát týdně. Těch navštěvuje cvičení od 8 do 20. Za poslední čtvrtletí přijati noví členové: Josef Kudláček, Eduard Texel, Jan Pošvar, Václ. Lorenc, Frank Otoupal, Václ. Proškovec, Antonín Stejskal a Josef Hlaváč. Odstupní listinu obdržel Robert Šolata.

Na začátku tohoto měsíce náš sbor se usnesl jíti do Abie a tam zorganizovati sbor sokolský. Přihlásilo se k němu 18 členů a zároveň vyhotovena žádost o přijetí do Národní Jednoty Sokolské. Mají krásný začátek. Přál bych jim toho ze srdce, by tak pokračovali dále. Též budou pořádat výlet na den 4. července. V Abie sbor složen jest většinou z činných členů.

Linwoodská jednota odbývala výlet v neděli, dne 20. června, který se jim vydařil výtečně.

Myslím, že toho bude pro dnešek již dosti. Až podruhé více. Prozatím se sokolským pozdravem Na zdar!

V á c. B l a t n ý, n áč.

Ve Filadelfii, 30. června 1897. — Dne 28. t. m. odbývala Sokolská Jednota Slovan druhý výroční výlet do Washington Park Grove na břehu řeky Delaware. Východnějšího místa ku odbývání výletu vůkol Filadelfie vůbec ani není. Park měří 65 akrů a poloha jeho jest zrovna tak, jak si ji měšťáci přejí, když trochu čistějšího vzduchu nalokati se chtějí. Na severní a západní straně jest záliv řeky, dosti hluboký pro ložky a malé parníky, na jižní a východní straně jest ohrazen vysokou hradbou, takže cizinci se dovnitř mimo hlavním vchodem, kde vstupné zaplatit musí, dostat nemohou. K samému břehu řeky jest pouze as 60 kroků a k přístavišti, které jest skorem až ve středu řeky, asi stejně daleko. Kdo jest pohodlný na chůzi, může se svézt po elektrické káře od přístaviště k samému vchodu Grove bezplatně. Pro tanečnické jest postaráno sálem otevřeným ze stran, jehož rozměr stačí pro 400 párů. O stinné místo pod stromy není zle, neb stromy jsou od samého břehu zálivu ze severní strany směrem ku středu kolem tanečního sálu a od východní strany a jižní taktéž. Zbývá as 10—15 akrů bez stromů, které místo se upotřebí hlavně pro dojížděky bicyklistů, na doběhy a podobné, a jest kolem zvýšených sedadel pro nejméně 2000 diváků. As dvacet kroků od vchodu jest Washington Park, kde jsou rozličné přípravy pro zábavu, jako koničky, jízda na vozíku atd. Nejlepší ze všeho jest fontána vodní, znamenité velikosti, v jejíž středu večer okolo desáté čtyry dívky balet tančí a jelikož se stran z budov světla rozličné barvy tento nával vody do výše tlačené osvětluje, jest pohled okouzlující. Vstup jest do tohoto oddělení volný a přístupný každému z oddělení výletního.

Mým popisováním parku nemyslím jej doporučit chicagskému Sokolstvu neb jiným na odbývání výletu, chei tím pouze poukázat, proč Sokol pronajmul park tento, kde jest jemu snad menší výnos nežli v jiných místech zajištěn. Vstupenky byly pouze 25centové a tím byl zapraven dovoz po lodi (asi 25 minut jízdy) na řece Delaware k parku a zpět a dovoz po káře od přístavu k samému vchodu. Za toto pohodlí dopravy platí Sokol sám. Kdyby se odbýval na některém menším místě blíže města, byl by výnos větší, neb obnos za vstupenky by zůstal čistým výnosem, však návštěva by byla zas pouze v městě aneb nedaleko a nemohla by tak čistý vzduch jako tam jest, užítí. A že jest chladnější blíže vody, to ví přece každý.

Že se v tak krásném místě nezapomnělo na cvičení, jest jisto. Náčiní bylo povelom dodáno tam i zpět.

Myslím, že bude každého z tohoto dopisu zajímat nejvíce, když podám zprávu o cvičení.

Celý program byl tento :

1. Ovíčení s tyčemi dětí z české sv. školy.
2. Sokolky, kroužení kužely.
3. Pořadová (súčastnilo se pouze 14).
4. Hrazda.
5. Bradla.

H r a z d a .

1. Výmyk do podporu a odbočka.
2. Komihání, výmyk závěsem v podkolení a toč ku předu.
3. Výmyk do podporu a toč na zad.

B r a d l a .

1. Z náskoku do podporu a přednožka.
2. Z náskoku do podporu a zánožka.

3. Vzepření do podporu a přednožka s obratem dovnitř.
4. Stoj o pravém rameni.

V o l n é v ý k o n y .

Abeles Emil (Hr.) Výmyk do podporu v zadu a toč v kliku. (Br.) Vzklopka do stoje o ramenou, překot, kotoul na zad, vzklopka a zánožka.

Belza Karel (Hr.) Toč snožmo v podkolení na zad a podmet. (Br.) Z náskoku kotoul na zad, vzklopka a přednožka s obratem dovnitř.

Heise Joe (Hr.) Výmyk do podporu, v podkolení toč na zad, obrat, toč na zad, toč snožmo a podmet. (Br.) Stoj o pažích.

Heise Petr (Hr.) Výmyk zadem do sedu a toč v loktech. (Br.) Stoj o prsou a překot.

Jelínek Josef (Br.) Komihání z podporu do výsedu a na konci žerdi přemet.

Pinčík (Br.) Prámyk. (Hr.) Hnízdo.

Příbramský Gusta (Br.) Z náskoku do podporu, stoj o ramenou, překot, kotoul na zad, vzklopka a zánožka. (Hr.) Z komihání v podkolení v podpor do kliku s obratem do váhy, výmyk předem a podmet.

Švábek Pavel (Br.) Únožka pobok. (Hr.) Právlek do váhy, výmyk a podmet.

Pavlik Leopold, žák, (Br.) Váha pokos do stoje o rameni, zánožka. (Hr.) Výmyk do podporu a toč jízmo pokos, přešvih únožmo v pravo a odbočka.

Neubert Luis, žák, (Br.) Kolo únožmo pokos jednož a sounož. (Hr.) Výmyk, toč roznožmo na zad a seskok.

Kohout Josef (Hr.) Právlek ve visu, zpět a seskok. (Br.) Společně se žákem Matoušem Hynkem : Komihání roznožmo a snožmo v podporu.

Baštíř Jan (Hr.) Veletoč, toč snožmo, přešvih únožmo do výsedu, obrat, vzklopka a podmet. (Br.) Stoj o předloktí, překot, vzpor do podporu, kotoul na zad, vzklopka, stoj o pažích na konci žerdi a překot.

Hrabák Emil, žák, (Br.) Ručkování, na konci překot.

6. Hoď do dálky pro dámy o cenu (cenu obdržela paní Truhanová, členkyně sboru paní a dívek).

7. Skok do výšky (cenu obdržel Heise Josef, 5 stop výšky).

8. Skok do dálky (cenu obdržel Belza Karel).

9. Doběh pánů (cenu obdržel tentýž).

Večer při osvětlení bengálským ohněm seřizeny na bradlech dvě skupiny a jedna na žiněnce. V každé skupině bylo 24 mužů a 6—8 hochů. Výdrž skupiny 5 minut, čas z jedné do sestavení druhé 8 minut s krátkým pochodem.

Za volné výkony byl každý odměněn potleskem pochvaly, hlavně od účastníků jiných národů, kteří byli pak skupinami tak dojatí (hlavně dámy), že se pak poptávali, co vlastně jest to za spolek a jakého národu. Ti, již se s nimi mohli domluvit, měli pak co dělat, by jim veškeré otázky zodpověděli.

Cvičení a tělocvičné hry řídil cvičitel Sedloň Vincenc.

Dle odevzdaných vstupenek bylo přítomno 419 osob dospělých, děti neplatily. Výnos dle toho bude uspokojivý.

Zdají-li se výkony při cvičení Sokolům jiných sborů lehké neb jednoduché, nechť nahlédnou do předešlých čísel, kde uvidí, že máme náčiní teprve krátký čas, a to, co dovedou, dlužno připsati jen zálibě hochů pro cvičení.

Celé cvičení veřejné vypisují hlavně z té příčiny, by sbory a výbor župy Východní zvěděly, jak zde pokračujeme. Ostatní podá Sokol Voříšek, který nás příští měsíc navštívit miní.

Přes celé leto máme pronajmutý hájek na farmě, pro každou neděli, kde se bude dále ve cvičení pokračovat. Že tam budou vždy všichni členové s rodinami i s přáteli, jest jisté, neb jízda po elektrické pouliční dráze (40 minut) stojí pouze 5c. V hájku tom jsou sedadla a i malý krytý sál pro tanec; pro pořadové jest vedle hájku krásná rovná louka, kterou nám majitel upotřebit dovolí, a to bude pro naši „starou gardu“ velmi prospěšné, ovšem že se nesmí zapomenout na tyče neb kužely.

Právě mi člen výboru na hledání místnosti oznamuje, že ví o jedné, která by našemu sboru stačila. (Místnost naše nynější není dost vysoká.)

Též doslýchám, že spolek, o kterém jsem se v posledním dopise zmínil, chce k nám přistoupit, pročez upozorňují členy, již k obě-

ma spolkům patří, by jim dali na srozuměnou, v případě že tak vskutku myslí, by to hleděli v čas uskutečnit, nežli jiná místnost vzata bude, která by pak zase nestačila, když by se to spojení teprve tenkrát stalo.

Stěhování je s velkými výlohami spojeno.

Díky těm, kteří o sjednocení zdejších spolků pracují. Spojené síly více zmohou. Ale pozor! — aby ta síla nebyla potom zase tuze silná a neporazila, co jest zbudováno. — Na zdar!

L. A. F i s c h e l, jednatel.

V New Yorku, dne 1. července 1897. — Na otázku, proč jsem do časopisu našeho minulý měsíc nepsal, odpovídám všem bratrům i milým nam příznivkyním, že obyčejně dopis můj pišu první den v měsíci a tu jako naschvál velké a dlouhotrvající loupání v údech mi nedovolovalo, bych as na čtvrt hodinku se k psání posadití mohl. Ještě dnes s tíží si sedám, však napišu jen několik málo udalostí z jednoty naší.

Výlet pořádaný jednotou naší se vydařil skvěle, výlet našich družek Sokolek byl taktéž velmi čestně vybranou společností navštíven a tak i finanční výsledky oba sbory tyto zajisté v míře velké uspokojily.

Starosta náš, br. L. C. Frank, jest zvolen co vyslanec za jednotu naší k 25letému jubileu Sokola Blesk v Baltimore a on zajisté donese bratrům našim pozdrav od celé jednoty naší, on řekne jim, že my ctíme a obdivujeme Sokolskou Jednotu Blesk, že celé čtvrtstoletí, jako pevná hradba Čechů tamnějších, dovedla překonatí příkoří i veškeré svízele do cesty se jí stavějící, on řekne jim, že srdce naše plesá s nimi v radostné chvíli jejich, on řekne zajisté jim, že slavnost baltimorská jest i slavností naší. Kéž draží bratří dočkáte se v plné bujaré síle jubilea 50letého, kéž pokrok a zdar provází jednotu Vaší v letech následujících, a přikročí-li na Vás časy těžké, hodiny utrpení neb cokoliv by jiného zlého v cestu se Vám stavělo, tu, bratří draží, tím úžeji k sobě lněte, páska sokolská nechť pevně pospolu Vás víže a všem zlobám i utrpením vzdorujete heslem: „Hrom a peklo, marné vaše proti nám jsou vzteky“. A věřte, bratří draží, že teprve pak pocítíte tím větší lásku jeden k druhému, k radosti nás všech i k radosti celé Nár. Jed. Sokolské!

Poslední měsíc zemřel člen náš, Sokol Klečák, a poněvadž jeho rodina, sestávající as z 5 malých dítek, byla ve veliké nouzi, tu manželka jeho pohřbila jej beze všech velikých, u Sokola obvyklých útrat. Z tohoto důvodu veškeré vydání, které by nevyhnutelně muselo být zapláceno, jako: hudba, kočáry, věnec a p. bylo darováno vdově ve prospěch nebohých sirotků. Chvályhodný to čin. Do měsíční schůze však došel žalostný dopis, prosba ubohých sirotků i vdovy o nějaký malý příspěvek na ulevení bídy na ně se hrnoucí. Co dělat? Naše jednotu odjakživa byla štědrá tam, kde nouze dosahovala nejkrutěji a proto povolila \$25 co okamžitou pomoc vdově i dítkám.

Díky, díky bratří Vám vzdávám, za šlechetný Váš čin lidumilný. Příklad br. Klečáka nechť je nám všem výstrahou. Kdo není u žádného podpůrného spolku pojištěn, neměl by se vyhýbat sokolskému našemu úmrtnímu fondu. Jaká by tu byla pomoc výdatná, kdyby nyní rodina Klečáková dvě stě dollarů byla dostala? A konečně máme u nás zařízený spořitelní výbor, u něhož lze si po 25e týdně ukládati malý kapitálek, který nejméně ve 4 letech obsahovati měl \$50, které by každý Sokol měl půjčiti na naší Sokolovnu bez úroků. I tento malý kapitálek v čas nouze největší je pomůcka výborná, neboť si to může v čas potřeby každý ihned vyzvednouti! A pak každý tím malým kapitálkem umořuje dluh na naší Sokolovně vážnoucí. Ti všichni bratří, kteří slíbili ty peníze po \$50 zapůjčiti, nechť vědí, že ještě do dnes maličká suma a sice „14 tisíc dollarů“ to činí, co složený nejsou. Víte, Sokolové, co by těch 14 tisíc nám pomohlo? O vždyč Vy víte, co ještě v naší Sokolovně nám schází. Cvičící členové nevyhnutelně potřebují buď plovárnu, koupelny vanové neb sprchy, což v Sokolovně jest nezbytné.

Čítárnu a knihovnu také ještě úplně zařízenou nemáme a tak se stane, že mnohý odbor, ať tělocvičný, dramatický neb pěvecký o něco žádají, musí být přání jejich odloženo na dobu, až nějaká hotovost po ruce je. Stane se pak, že některý odbor na jiný žárli,

jiný neuznává, neb i proti němu pracovati se snaží na úkor celku.

Každý odbor má práce nevděčné, zvláště ale dramatický a pěvecký. Mnohdy i přes pálnoc studovati jim úlohy jest, a přece dost malý prodělek toho neb onoho odboru počítá se za velikou ztrátu, a posměšně „zas dramatika“ neb jiný odbor se nevdědomky uráží. Bude-li po ruce dost však peněz, odpomůže se všem odborům, hlavně ovšem cvičencům, a to mohou dokázati jen ti bratří, když složí jedenkaždý po malinkých částkách \$50 na Sokolovnu.

Dne 1. srpna pořádají „Příznivkyně a ženy Sokolů“ velký výlet, a bude-li každý na místě svém povinnost činit, bude to jeden nejkrásnější výlet zde pořádaný, a čistý výtěžek připadne co dar naší Sokolovně. Čiň každý svou povinnost. Přijď a pobav se ve svěžím vzduchu a važ si upřímné snahy našich dam.

Na zdar!

M i c h . K a f k a .

V Chicagu, dne 5. července 1897. — V dopisu, který v březnovém čísle Sok. Am. byl uveřejněn Sok. Koehlerem, bývalým dopisovatelem sboru mého, Sokol Chicago, bylo o mně psáno tak, jakobych, nerozuměje a nechápaje věci sokolské, poškozoval ji tím, že účastním se prací sborových. Nezmiňoval bych se již o věci té, však nechci, aby ti bratří, kteří mně neznají, měli o mně mylné mínění.

Proto uvádím tuto výsledek vyšetřování o záležitosti oné. Tříčlenný výbor záležitostí ze Sokolů V. Červenky, K. Bareše a Jos. Plačka shledal, že br. Koehler, co dopisovatel sboru do našeho orgánu neměl žádné příčiny, aby o mně psal jak učinil, i byl následkem toho zbaven sborem svého úřadu dopisovatelského.

Mám za to, že časopis náš jest pro poučení všech Sokolů a nikoli k tomu, aby některý Sokol v něm jiného bezprávně snižoval.

Také to neprospívá sboru, má-li dopisovatele, který staví jaksi na pranýř některé členy tvrzením, že jsou při sboru jen k vůli byznysu.

Ono toho byznysu při sboru tolik nikde není, aby mohlo se oň podělití kdo ví kolik obchodníků a řemeslníků.

Ti obyčejně platí své příspěvky řádně, také výbory různé ochotně zastávají a když se jim má za to dostati ještě výžitek, tu není pak divu, když jim chuť k práci odpadne. Nevím jediného příkladu, kde by byl si některý bratr obchodník pomohl ze sokolského sboru, přece však některý nerozvažný rád žehrá na bratry obchodníky, že hledí si Sokolství jen z byznysu.

Kde pak jest ten jejich byznys?

Mají snad Sokolové nakupovati své potřeby u cizinců, jinonárodovců, kteří k Sokolu nepatří, aby nemohlo se vyčítati našinci, že u něho Sokolové kupují?

Ono beztoho jest to velmi často smutnou pravdou, že našinci jdou koupiti za hotové k cizincům a na dluh přijdou pak ke krajanu obchodníku, k bratru Sokolovi.

Nechej býti žádným karatelem ani soudcem, ale nepravdu nerad vidím.

Někdo vidí koukol mezi pšenící, ale jest tím koukolem sám. Každý ví, že u všech sborů záleží mnoho na ochotě členstva, i že toto při mnohých výborech koná obtížnou často práci úplně zdarma.

Naskytne se snad tu a tam člen, který rád by si dal zaplatiti za každý pro sbor učiněný krok, však takový obyčejně nepochodí.

Co času obětne některý člen pro svůj sbor bez nejmenšího nároku na nějakou náhradu.

Kdyby se při tom ještě mělo vyčítati, že mnohý pracuje pro sbor jen z byznysu, pak bychom brzy nenalezli žádného, jenž by jevil ochotu pro sbor něco vykonati. V sboru sokolském mají se všichni co bratří snášeti a tak mají také jeden s druhým jednati.

Zvláště nyní, kde sbor náš chystá se ku postavení vlastní tělocvičny, jest třeba výdatné pomoci každého bratra, i neměl by nikdo býti od práce společně odstrašován. Doufám pevně, že se sboru našemu podaří domoci se vlastního stánku a tento také pro budoucnost udržeti, neboť jeví se jak mezi členstvem, tak i mezi obecenstvem dosti nadšení pro provedení zmíněného podniku.

Z té příčiny dá se souditi, že budoucnost našeho sboru jest zabezpečena, i že zmohutní ještě, až odstěhuje se pod vlastní krov.

Jen pracujme všichni výdatně!

Na zdar!

F r a n k J . B e n e š .

V St. Louisu, dne 5. července 1897. — Jsem takřka donucen chopiti se péra a dokončiti záležitost ohledně našich závodníků a br. Kmenta z Omahy, neboť ze závodníků našich chodíme již jen dva do cvičení. Naši závodníci žádali již před dvěma měsíci br. Kmenta o vysvětlení oné záhadné pro nás poznámky v dopisu jeho a dosud marně na odpověď čekáme. Či snad br. Kment myslí, když nemůže svoje nařknutí odůvodniti, že celá věc přijde k zapomenutí, když nebude odpovídati, a my zůstaneme před Sokoly pohaněni přec? Zdali na něco podobného br. Kment bije, to se hrozně zmýlí, neb my chceme svoji čest hájiti dále a nevyřídili onu záležitost v příštím čísle Sokola, jsme o lhodláni hájiti se až do krajnosti. Kydati na někoho hanu jest věci lehkou, avšak přijde-li to k podání důkazů, tu nutno kousnouti do oříšku poněkud tvrdšího a na ten jak pozorují, má br. Kment trochu špatné zuby. Doufám, že v příštím čísle Sokola se vše objasní, což by bylo nejen mým ale všech členů přáním, neboť se onou záležitostí dosti zajímají.

Byv požádán br. dopisovatelem, bych zastal jej v povinnosti jeho pro tento měsíc, začínám o nočním výletu „Pěšího kroužku“ dne 23. května do Fenton, Mo., k Sok. Jeřábkoví, kteréhož se účastnilo 21 členů. Až počasí bylo při vyjiti nepřiznivé, vyšlo se přec o půltřetí hodině ráno a byvše asi osmkrát skropeni deštěm, dorazili jsme o půlosmé ráno za veselé nálady na místo.

Blíží o tom, jakož i o příštím výletu pěšáků, jenž určen je na den 18. t. m. do blízkého místa (as 7 mil) v Illinoisu, k němuž určen odchod na půlpátou hod. ráno, ponechám br. dopisovateli.

Dále pořádal sbor výlet dne 30. května do pěkně zařízeného Horns Grove, který vzdor chladnému počasí dobře se vydařil.

Hojná návštěva přesvědčila nás, jaké přízně požívá sbor u našich rodáků. Na den 8. srpna určen výlet pro naši tělocvičnou školu opět do Horns Grove, kdež budou prováděna různá evičení zactvem a členové budou skákat o tyči a skok do dálky. Z tělocvičny vyjde se v průvodu s hudbou. (Průvodu účastní se i členové v stejnokroji) a po projiti několika ulicemi Čechy obydlými všedne se do zelených (Carondelet) pouličních kar, které dopraví výletníky až na místo. Průvod vyjde z tělocvičny určitě v 11 hod. 30 m. ráno. Zvláště upozorňují bratry, že výbor postaral se tentokrát, by výletníci za jedno jízdné dostali se až před vchod do parku, tak že společnost kar nebude vybirati jízdné po přesednutí až za parkem. Bylo by záhodno, aby podobné výlety pořádané byly pro mládež každým rokem, neb není možná mnohé evičení prováděti v uzavřené místnosti, jaké se mohou provésti ve volné přírodě.

Jest se mně zmíniti o cvičení členském, které je velmi zanedbáváno. Pamatuji se, když nás chodívalo do cvičení 25 až přes 30 a to do tělocvičny nevyhovující a dnes jich chodí 10—15 a to ještě nepravdělně. Nevím, čím je to, že dokud jsme byli v nájmu, chodívalo nás do cvičení mnohem více, než nás kdy chodilo pod vlastním krovem. Či to ve svém vlastním tak nechutná? Pamatujte si, bratři, že jsme se nemohli dočkati, až budeme ve svém, že často uspořádáme si malou zábavu členskou, ve které bychom se bliže seznali a radili společně o zvelebení sboru atd. A když jsme se dočkali vlastního stánku, nescházíme se ani tak často, jako jsme se scházivali tenkrát, když jsme musili za to hodně platit, a ještě jsme nescházeli k sobě promluvit, z obavy, že jsme někým posloucháni. Ví, že kde jest hostinec v místnosti spolkové, jest vždy na závalu činnosti veškeré, avšak i tomu dalo by se odpomoci, kdyby se jednalo rozumně jak se strany hostinského, tak se strany členů. Přal bych si ze srdce, aby se poměry ony změnily a aby zavládl ve všem lepší činnost u sboru našeho. Docililo by se toho, kdyby všichni neb většina členů účastnili se práce různých odborů a zároveň přemýšleli, jakou cestou by se všeobecná činnost u sboru získala.

S tělocvikem dětským daří se již trochu lépe. Zdá se mi, že náš lid český zde začíná chápati důležitost tělocviku dětského, čehož důkazem je stále rostoucí tělocvičná škola. Doufám, že škola přestoupí ještě tento rok počet 200 evičících, což při dvou sborech sokolských v takové blízkosti sousedících při mnohých překážkách jest počet potěšující. Nebyti toho, že Češi zde v St. Louisu (mezi nimiž mnoho Sokolů) jsou tak rozstrkáni v různých částech města, že jim nemožno pro vzdálenost několika mil posýlati dítek do cvičení, neb aby sami účastnili se při sboru, mohlo by vše choditi

ještě lépe. Úspěch tento přičísti dlužno jenom tomu, že vyučováno tělocvikem v denních hodinách, a kdyby bylo možno cvičiti zactvo u všech jednot sokolských ve dne, tu zajisté by se dodělaly sbory výsledků skvělých. Těl. Jed. Sokol svým mírným ale účinným vystupováním získává si přátel víc a více, a ta doba již jest takřka zde, kdy sbor může poukázati těm národním přemrštěncům, kteří nadávkami a ha rebnými pomluvkami chtěli snížit sbor náš na nejnižší stupeň, že většina našeho lidu českého nehodňuje sprostým výrazům a frázím bezúčelným, ale libuje si v jednání mírném, z čehož vyplývá prospěch lidu samému i sboru. Sbor náš řídě se heslem „Ni zisk, ni slávu!“ věnuje všechny své příjmy ze zábav i z příspěvků na vydržování tělocvičné školy, tak že jest takřka povinností každého Čecha, by jej v jeho snaze podporoval a zároveň jej v míře největší využítkoval. Doufám, že tímto aspoň částečně pověděl jsem v těchto řádkách své mínění, aniž bych br. Burianovi zabral mnoho látky pro jeho příští dopis. — Na zdar!

Tom. Ulrich.

Členové noví a vyloučení.

Sok. Jed. Slovan ve Filadelfii ve schůzi 3. května přijala nové členy: Baštíř Jan činný, Heise Jan přispívající. — Vyloučení: Čejka Gusta a Drndul Jan pro neplacení příspěvků.

L. A. Fischer, jedu.

Od T. J. S. Vlast v Chicagu odstoupili následující členové: Vojtěch Vlažný, Václav Brynda a Ant. Kapal.

K. Soukup, taj.

Do T. J. S. Chicago v Chicagu přijati byli: Fr. Beneš, Adolf Fencel, Karel Bareš, Jan Tykvar, Štěpán Sas, Jos. Kybic a V. T. Vilim. — Odstupní listinu si vyzvedl Ant. Prašil.

Jos. Piaček, taj.

Do St. Louis, Mo.

Hledá se 150 Sokolů, kteří by se účastnili pořadového cvičení T. J. Sokol každý pátek v 8 hodin večer.

Zároveň hledají se veškeri cvičící členové, by se účastnili pravidelného cvičení každé úterý a pátek.

Sbor pořádá výlet našich žáků dne 8. srpna t. r. do Horns Grove, kamž se vyjde průvodem naší těl. školy a sbor též se účastní pochodu. Na výletě se pak uspořádá cvičení s odměnami jak pro žáky tak i členy. Nezapomeňte! Odměna žádného nemine! — Na zdar!

Vác. K. Tříska, náč.

New York, dne 28. června 1897. — Schůzi zahájil starosta, br. Al. Wokal. — Nepřítomni Sokolové Kadlec a Jahoda. — Jednatel sděluje, že schůze tato přeložena o týden ku předu, poněvadž by připadla na den oslavy prohlášení neodvislosti Spoj. Států. — Zápis o minulé schůzi po přečtení přijat. — Br. Chrabstl se omlouvá, že jiný člen výk. výboru mu sdělil, že minulé schůze v den určený odbývati se nebude a proto že do schůze se nedostavil. Omluva přijata. — Nová jednota sokolská z Little Ferry, N. J., hlásí se k Nár. Jed. Sok. a prohlašuje se dnešním dnem za přijatou. Jednota přiděluje se župě Východní, což jednatel na příslušném místě oznámí. — Ku vědomí vzat dopis ústředního výboru župy Vých., jednající o závodech, jednotách z East Islip a Bohemie a o soudcích. — K vyplacení přikázány účty: Pokladníka na \$1.00 za jízdné a poštovné, tiskaře na \$3.00 za tisíc listů s ohlavením na dopisy, jednatele na \$7.38 za poštovné, stěhování věci N. J. S. do Sokolovny atd. — Přijat dopis náčelníka župy Západní, Jos. Pecivala, o náčelnických zprávách. — Jednotě st. Louiské povoleno dle stanov \$50.00 příspěvku na tělocvičnou školu žáků. — Dopis jednoty morrisanské zodpověděl jednatel. — Jednoty long-islandská, morrisanská a baltimorská oznamují závodníky a navrhuji soudece. — Dopisy br. Štulíka přijaty. — Stanovy jednoty z Prague výborem prohlédnuty a s příslušnými poznámkami budou dotyčné jednotě zaslány. — Výbor tělocvičný předkládá pravidla k závodům. Poněvadž ústřední výbor Východní žádá některé závery mimořádné, odkládá se rozeslání pravidel a výbor tělocvičný požádán, aby pravidla vzhledem k závodům mimořádným doplnil. — Na to schůze skončena.

F. Lier, zapisovatel.

**Příjem a vydání N. J. S. v měsíci
červnu 1897.**

Příjem.

4. června. T. J. S. Vlast, Chicago za IV. '96	\$ 9.86
7. na I. '97	7.48
T. J. Sokol v East Islipu zápisné	10.00
Tom Ulrich, St. Louis, za Cvič. s kuž.20
11. Těl. Jed. Sokol v Little Ferry, N. J. zápisné.	10.00
28. T. J. S. Fuegner v L. I. City za II. '97.	16.90
T. J. S. Komenský, Humboldt taktéž.	3.20
30. T. J. S. v Plattsmouth taktéž.	9.60
	<hr/>
	\$ 67.24
Hotovost z před. účtu.	823.62
	<hr/>
	\$890.86

Vydání.

1. června. F. Lierovi za 3400 výt. Sok. Am. pro květen s výp. a známkami.	\$98.75
14. Předplatné na 39 výt. „Sokola“ z Prahy po \$1.05 ..	40.95
Dru. K. Štulíkovi za pořádání S. Am. v červnu.	20.00
17. F. Lierovi za 3400 výt. Sok. Am. pro červen s výpravou a známkami.	98.95
	<hr/>
Úhrnem	\$258.65
Příjem	\$890.86
Vydání	258.65
	<hr/>
Hotovost na příští měsíc.	\$632.21 a sice
v bondech na \$300 za.	\$339.00
na bance a u pokl.	293.21
	<hr/>
	\$632.21
J o s . Ř í h a , jed.	

**Bratři Sokolové, sestry Sokolky
a ctění příznivci naši!**

Zkušenosti poučily nás, že k dosažení cíle Sokolstvu vytknu-
tého, duševnímu vzdělání našemu musí se věnovati více pozornosti!
Sokol musí býti nejen svalů mocných a těla zdravého, ale též
ducha mohutného, nad jiné povzneseného, ano, duch musí právě
tak jako tělo živen býti.

K uskutečnění toho obral si odbor náš za účel zříditi v nově
Sokolovně fádnu knihovnu, která by byla nám všem zdrojem k
zušlechtění a povznesení ducha, občerstvením myslí a příjemným
útlukem četby milovných přátel našich.

Počínajíce s uskutečněním předsevzatého úkolu, žádáme Vás
bratři, Vás milé sestry a ctění příznivci, byste všemožně snahy
naše podpořili a kdo z Vás nějakou užitečnou knihu vlastní, kteráž
pro něj snad další ceny nemá, an ji byl již mnohokrát přečetl a
tak snad někde zapomenuta leží, byste nám ji laskavě věnovali,
čímž bude knihovna naše o jednu knihu bohatší, kterou pak s
oblíbou čísti budou sta jiných přátel našich, kteří podobnou posud
nebyli četli.

Obzvláště pak milé mládeži dostane se pramene poučení,
zušlechtění, četbou dobrých knih, kteréž jim ochotně zapůjčovány
budou.

Těšíce se v hojnou sbírku kněh pro knihovnu naši, žádáme
snažně o přízeň všech přátel pro účel tak dobrý.

Jména dárců a kněh darovaných bude výbor v časopisu našem
uveřejňovati.

Knihy mohou býti zaslány do Sokolovny, 420—424 E. 71st St.
Sběrací výbor pro knihovnu T. J. Sokol v New Yorku:

K a r e l H r b e k , J . O . Z á k l a s n í k .

Laciného koně

koupí Těl. Jed. Sokol v Little Ferry, N. J., je-li po ruce u blízké
některé jednoty. Nabídky na adresu: Jos. Kučera, Little Ferry, N. J.

ADRESÁŘ NÁRODNÍ JEDNOTY SOKOLSKÉ VE SPOJ. STÁTECH.

VÝKONNÝ VÝBOR NÁRODNÍ JEDNOTY SOK. V NEW YORKU:
Al. Wokal, starosta, 1 Skillman Ave., Long Island City, N. Y.; J.
Kadlec, náměstek, 320 E. 71st St.; Jos. Říha jed., 1204—2nd Av.
Fr. Lier tajemník, 410 E. 71st St.; Jos. Wocel pokladník, 346 E.
78th St.; Jos. Brodil, Jan Pavlík, Ant. Jahoda, Fr. Chrástil.
Náč. A. Tesař, 1312 First Ave., New York, podnáč. J. Pavlík.

Župa Východní, sídlo v New Yorku.

Ústřední výbor: starosta J. Beníšek, jed. A. Voříšek, 338 E. 71st St.
pokladníci V. Hampl, Ferd. Martyny, A. Heida, náč. Fr. Zborník
E. Islip, L. I., N. Y., místonáč. F. Martyny N. Y., F. Vančura L. I. City.
SOKOL JED. BLESK Baltimore; jed. J. Hájek, 1106 N. Wolfe St.
T. J. SOKOL Brooklyn, N. Y., taj. Fr. Hroch, 457 Rodney St.
T. J. S. FUEGNER, L. I. City, N. Y., taj. Ant. Majer, 248 Crescent St.
S. J. Svornost, Morrisania N. Y. F. Chrástil 1929 Vanderbilt Av. Tremont
T. J. SOK. Newark, Franta Holeček, 280—15. Av.
T. J. SOKOL, New York; taj. Jos. Kuchař, 414 E. 71st St.
T. J. SOKOL Westfield, Mass. Vinca Březina, 38 Cross St.
SOK. JED. SLOVAN, Philadelphia Pa., L. A. Fischel, 1734 Alder St.
T. J. S. BOHEMIA, Bohemia, L. I., N. Y., Jos. F. Thuma, jed.
T. J. SOKOL, East Islip, L. I., N. Y., Fr. Tůma, taj.

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 Dr. J. Pecival, Prague, Neb., podnáčelníci
Franta Filip, Boh. Ninger.
T. J. SOKOL ŽIŽKA, Bruno, Neb.; taj. Frank Zelený.
TYRŠ O. R. SOKOL, Cedar Rapids, Ia.; A. M. Zahorík, 2nd Ave.
T. J. SOKOL, Crete Neb. taj. V. J. Prucha
T. J. SOKOL, Linwood, Neb., taj. Karel Dočekal.
T. J. SOKOL Omaha; taj. B. W. Bartoš, 1418 Rear, Popleton Ave.
T. J. S. ČESKÝ LEV, Oxford Junction, Ia.; taj. Jos. Milota.
T. J. S. Plattsmouth, Neb., Emil Pták, tajemník.
T. J. S. Milligan, Neb., Frant. Hrdý, jed.
T. J. SOKOL, Schuyler, Neb., taj. Josef Otrádovský, P. O. B. 247.

F. J. SOKOL, So. Omaha, Neb. jed. J. Hofman, 373—21st St. So.
F. J. SOKOL St. Louis, Mo.; jed. Jan Dvořák, 820 Geyer Ave.
T. J. SOKOL, Wilber, Neb.; taj. Jan H. Brt
T. J. S. JIŘÍ PODEBRAD, Clarkson, Neb., taj. Jan D. Wolf
T. J. S. KOMENSKÝ, Humboldt, Neb., F. Kotouč, jr.
T. J. SOKOL, Weston, Neb., taj. Alois Bilan.
T. J. SOKOL, Prague, Neb., Ant. Vašina, zap.

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 F. Moudrý a V. Simandl,
Jos. Štíbr, náčelník, cor. Broadway & Smith Ave., Cleveland, O.;
podnáčelníci J. Zahorík a A. Jedlička.
SOKOL ČECH, Cleveland, O.; taj. Fr. Vondráček, 79 Petrie St.
T. J. S. NOVÁ VLAST, Cleveland, O., V. Celerin, 85 Milford St.
SOKOL CLEVELAND, taj. Rud. Pech Quebec St., Cor. Burt
T. J. S. BUDIVOJ, Detroit Mich. J. C. Tobias r 48—49 Home Bank Bldg
T. J. S. PODLIPNÝ, Detroit, Mich.; E. Novák, 159 Humboldt Av.
ČES. AM. SOKOL Manitowoc, Wis.; taj. A. J. Fanta, 715 N. 7th 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., E. F. Sklenář, 418 Superior St.

Župa Chicagská, sídlo v Chicagu, Ill.

Ústř. výb.: R. Hurt, 593 Blue Island Avenue, T. Vonášek, taj., cor
R. Hurt. 593 Blue Island Ave., F. Holub.
— Náč. K. Štulík, 525 S. Lincoln St., místonáč.: F. Hešík, R. Hurt.
KLATOVSKÝ SOKOL, Chicago; taj. Ant. L. Stejskal 970 W. 19th St.
PLZ. SOK. Chic. B. V. Nejedlý, 1328 W. 20th St. Schůze 2. a 4. pondělí
SOKOL CHICAGO, Chic. jed. Jos. Plaček, 1044 Troy St.
SOKOL SLOVANSKA LÍPACHICAGO, Jind. Hájek, 133W. Taylor St.
TĚL. J. ČECHIE Chicago; taj. Jan Rauš, 1379 W. 22nd St.
T. J. S. TYRŠ, Chicago, Ill. A. J. Švestka 515 W. 21st St.
T. J. S. TABOŘ, Chicago, Ill., jed. Jan Vrástil, 1528 So. 41 Court.
T. J. S. VLAST, Chicago, Ill., Kar. Soukup, 183—28th Pl.

„Sokol Americký“, časopis Sokolstva čes.-americ. 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.

Všecké dopisy pro „SOKOLA AMERICKÉHO“ buďtež zaslány pořadateli.