

SOKOL AMERICKÝ.

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

Ročník XX.

NEW YORK, 15. ŘÍJNA 1898.

Číslo 10.

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.
Tiskař a výpravě: F. Lier, 410 East 71st Street,
New York, N. Y.

Listárna redakce. — Příspěvky a dopisy do Sok. Am. musí být v rukou pořadatele do 5. dne měsíce, v němž mají být uveřejněny. Rukopisy uschovají se na dobu 3 měsíců, pak se zničí.

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

OBSAH.

Po sjezdu. — Basket-Ball. — Sokol Americký. — O tělocviku dospělých s hledišť lékařského. — O jízdě na bruslích. — Khibovna. — O hygienickém významu tělocviku. — K práci! — Zpráva o závodech župy Západní. — Dopisy. — Zápisy o schůzích výkonného výboru Nár. Jed. Sok. — Účetní zpráva jednatele výk. výb. N. J. S. — Různá oznámení.

Po sjezdu.

Vše, co od sjezdu N. J. S. mohlo se očekávat, že vykoná, bylo splněno, neboť práce jeho byla zajisté výbornou i jest nyní na sborech, aby činností horlivou snažily se, by ustanovení sjezdová přinesla co nejvíce užitku.

Přehlédlí jsme řady své, porokovali o svých potřebách i jest nutno, abychom se v budoucnosti vyvarovali, co bylo by nám škodlivě.

Číselný úbytek členstva N. J. S. od sjezdu předminulého, přes to, že N. J. S. mnohými novými sbory byla rozmnožena, nutí nás k přemýšlení, proč některé sbory tak značný počet ztratily.

Pokud víme, nevede se správa sborová všude s náležitou přesností, a to tušíme jistě zavinilo v případech takových značnou ztrátu členstva.

Nedbalé placení příspěvků dalo by se odstraniti, kdyby sbory zbytečně dlouhou dobu na placení nečekaly, upomínavše v čas dlužníky, dříve než obnos dlužný vzroste tak, že mnohému pak jest nemožno najednou jej zapraviti. Víme o případech, kde členové dlužili až 10, 12 i více dolarů. Hospodářství takové může býti sboru jen ku škodě.

A často mezi neplaty nejsou ti, kteří by nemohli neb snad nechtěli zaplatiti, nýbrž takoví, kteří se stanou dlužníky ze zapomnětlivosti, poněvač nebyla jim dána vhodná příležitost zaplatiti.

Po našem náhledu byly by příspěvky pravidelněji odváděny, kdyby každý člen byl opatřen lístkem členským, jenž by zároveň sloužil co stvrzenka za zaplacení

příspěvky. Tu mohli by členové platiti příspěvky své i do předu, i odpadlo by vypisování a rozesílání účtů, což jest zařízení, vyžadující značné práce i vydání.

Do schůzí mnozí členové nechodí, a mnohé tam nikdy nedostaneme. Od takových nelze očekávati, že by jen k vůli zaplacení příspěvků dostavili se v určitý den a v určitou hodinu do místnosti, kde schůze jest odvívána.

Pravda, že členové takoví nejeví ten zájem o svůj sbor, jaký jeviti jest jejich povinností, však toho nikdy nedosáhneme, aby všichni členové bez rozdílu povinnosti své náležitě vykonávali.

Proto nutno jest dáti příležitost těm méně dbalým, aby aspoň příspěvky své rádně odváděli, a toho snadno docíliti se dá skorem všude.

Mnohé sbory mají vlastní své síně a v nich jednatele, kteří by mohli býti oprávněni příspěvky přijímati a jich příjem na členských lístcích potvrzovati.

Nepochybujeme o tom, že by mnohý Sokol zaplatil raději příspěvky své napřed, aby zbaven byl starosti, že mohl by na zaplacení zapomenouti. Tím by sbory jen získaly.

Každý by také na svém členském lístku v kterýkoli čas se mohl přesvědčiti, že sboru dluží, či nikoli.

Nechceme ovšem tvrditi, že by podobným zařízením vůbec zmizely všechny nepořádky v odvádění příspěvků, ale jsme jisti, že by se valně zmenšily.

Měly by však také sbory na to pomýšleti, aby členstvu svému poskytovaly výhod před nečleny, a to jak při veřejných cvičeních tak i při zábavách, pořádaných divadelních představeních a pod.

Děje se tak u spolků jiných s výhodou a bylo by tak i u sborů našich.

Nemůžeme si, žel, naříkati, že by naše síně byly přeplněny při cvičeních veřejných a při zábavách i víme, že nebylo by nám na škodu, kdyby návštěvy ty byly četnější.

Člen, který není dosti obětavým Sokolem, jenž není dosti přesvědčen, že příspěvkem svým podporuje věc dobrou, nabaží se placení příspěvků, když neposkytne se mu za ně také výhod.

Však jsou členové poměrně obětavější a i z těch mnohé ztratíme, když nehospoďari se ve sboru svědomitě, kdy činí se výdaje často značné, jež prospěchu žádného věci naší nepřinesou.

V té věci leckde mělo by dojíti již k nápravě náležitě.

Lehkomyslným vydáváním peněz sborových, často pořádaním nákladných zábav, které přinéstí mohou

užitek jen jednotlivcům, však již předem ukazují, že setkájí se s nezdařem, žádný sbor nemůže si posloužiti, i ztrácí jen přízeň vlastního členstva.

Kdybychom vypočítali, co marně leckde bylo peněz přímo vyhozeno, jistě bychom užasli.

Tam, kde sbor řádně jest řízen, kde především hledí se jen k tomu, aby náležitá byla opravdová činnost sokolská, tam neubývá členů ani v dobách špatných, na které tolik viny v posledních letech bylo svalováno.

Však máme o tom příkladů, kterých každý si snadno vynajde, kdo činnost sborů N. J. S. sleduje.

Leč nesmí nám záležeti jen na tom, aby sbory naše členů neztrácely, nám nutno nových členů získávati, by rady naše sílily. A v té věci koná se málo u všech snad sborů.

Víme o mnohých dobrých pracovnících sokolských, kteří by v radách našich nestáli, kdyby je tam jiní byli nepřivedli. Těch, kteří sami z vlastního popudu k nám se přidávají, mnoho není, jsou to většinou oni, které sami jsme si byli odchovali ze zactva.

Jest však nesčíslný počet mladých mužů, které bychom mohli pro věc sokolskou získati, kdyby jen řádně se agitovalo.

A tou nejlepší agitací jest agitace osobní. Kdyby každý Sokol umínil si, že musí sboru svému získati aspoň jednoho člena, záhy by naše rady značně zmohutněly.

Není to věc tak nesnadná, získati někoho za člena pro sbor sokolský. Však málokdo vzpomene, že povinností jeho jest, aby věc sokolskou šířil získáváním jí nových stoupců.

Jiné spolky, hlavně podpůrné, pořádají v získávání nových členů hotové závody, u nás neděje se v ohledu tom skoro ničeho, ač v ohledu tom máme pole široké a jak jsme jisti i pole vděčné, kdybychom jen chtěli si ho hleděti.

Radíme proto, by ve všech sborech pilně se k tomu hledělo, jak dalo by se docíliti, by členů neztrácely, i by postaraly se o to, aby co možno počet největší členů nových získaly.

Nepochybujeme, že výsledek všude bude žádoucí, kde práce té opravdu a horlivě se uchopí.

Přiznejme se, že nebyli jsme v době minulé v ohledu zmíněném dostatečně činnými i vynasnažme se, abychom vynahradili plně, co jsme zanedbali. Vina nespočívá tu na jednotlivcích, nýbrž na nás všech a náprava žádoucí záviseti bude také od přičinění nás všech.

Dočkáme se řádného cvičitelského běhu, kterého již dávno bylo třeba a který nyní usnesením sjezdu omažského stane se skutkem v příštím roce. Jsou sic sbory, které zaměstnávají cvičitele dobré a zkušené, však mnoho také takových, jimž cvičitelů se nedostává. A bez dobrého cvičitele nelze si ani představiti, že by mohl sbor sokolský prospívati.

Byly sic doby, kde cvičovalo se s chutí, ať pod jakým-koli cvičitelem, však doby ty minuly. Dnes požaduje se od cvičitele více a to hlavně od cvičitele, jemuž jest svěřena mládež.

V příštím cvičitelském běhu poskytnuta bude každému sboru stejná příležitost, ať již jest to sbor silný,

nebo sbor málo členstva čítající. Výlohy za jednoho posluchače cvičitelského běhu z každého sboru budou placeny z pokladny N. J. S. Tím poskytnuta hlavně sborům slabším výhoda výborná.

Bude na sborech, aby vhodné příležitosti, kdy mohou cvičitelské vzdělání pro některého ze svých členů získati, také náležitě využítokovaly.

Víme ze zkušenosti, jak to se všim u nás bývá. Odkládá se obyčejně každá věc až na okamžik poslední. Obávajíc se, aby tak nestalo se také s obesláním cvičitelského běhu, zmiňujeme se o záležitosti této ihned po sjezdu, i žádáme sbory, aby již nyní uvažovaly pilně o tom, koho ze svého středu měly by do cvičitelského běhu vyslati.

Trváme na tom, že všude rozumí se tomu, čeho se od dobrého cvičitele žádá, i že jest již překonaným stanoviskem, že ten, kdo nejlépe cvičí, jest také nejlepším cvičitelem.

Ti, kdo do kursu vysláni budou, musí býti ovšem cvičenci aspoň dobrými, ale především musí býti dobrými Sokoly.

Jak dobrého Sokola si představujeme, o tom nesčíslněkrátě jsme se zmínili, a proto netřeba tu podrobně známé opakovati, tolik však uvádíme, že Sokolem dobrým jest jen ten, kdo i v životě soukromém, tedy i mimo svůj sbor a tělocvičnu, jest mužem řádným a zachovalým.

Musíme na zřeteli míti, že cvičitel má nejen jiné cvičiti, ale že má také vychovávat, a dle toho musí býti výběr kandidátů příštího běhu velmi bedlivý.

Také ovšem musí se přihlédnouti k tomu, aby ti, kteří do kursu vysláni budou, sami připravili se aspoň poněkud, by byli úspěšnými posluchači.

Kdo chce seznati se s vědomostmi, jež má cvičitel míti, nemůže se jich v době několika týdnů zmocniti, tak aby ovládal je jak nutno.

Jestliže však přijde do příští školy cvičitelské již připraven, tedy s vědomostmi, které potřebují jen jakéhos doplnění a prohloubení, tu opustí ji se značným prospěchem.

Tam, kde bylo by ve sboru více Sokolů, kteří by mohli býti do kursu vysláni, ať vybere se z nich ten, jehož povaha a nadání nejlépe se k úřadu cvičitele hodí. Všude zároveň ať snaží se vybrati toho, o němž jsou přesvědčeni, že k sokolské věci přilnul a že zároveň sbor svůj neopustí.

Nepochybujeme o tom, že provedení příštího cvičitelského běhu bude takovým, aby nejnaléhavějším aspoň potřebám vyhovělo, i že bude v něm pracováno se vši možnou pilí.

Věříme, že náklad, který podnik ten si vyžádá, v brzku se vynahradí, i že počet cvičících Sokolů, hlavně však rady cvičící mládeže se zmnoží.

Pečujme proto již teď, by příští kurs cvičitelský N. J. S. byl řádně proveden a obeslán.

Nelze o tom pochybovati, že závody vždy byly znamenitou vzpruhou činnosti tělocvičné, o čemž dlouholetá zkušenost nás přesvědčila. Jedině, co někdy žádoucí výsledek závodů porušovalo, byly stesky na nedostatečné souzení. Příčina toho ležela v tom, že někdy zastávali

úřad soudců Sokolové, kteří náležitě povinnost tu zastati nemohli. Aby nedostatku tomu bylo odpomoženo, učinil sjezd omažský velmi dobré usnesení, dle kterého budeme míti stálé sbory soudcovské župní a stálý soudcovský sbor N. J. S.

Dá se očekávati, že do sboru toho zvoleni budou jistě jen ti Sokolové, o nichž se ví, že úřad soudců náležitě a svědomitě plniti budou.

Že tím závody naše jak župní, tak i příští závody N. J. S. mnoho získají, o tom jistě přesvědčen jest každý, kdo ví, jak bývalo kdys do nedostatečnosti toho neb onoho soudce stěžováno.

Budou-li borci naši jisti, že výkony jejich budou posuzovány povolánymi znalci až dostaví se na závodistiště, tu zajisté budou k závodům s mnohem větší ochotou a pilí se připravovati, věduce, že dojdou spravedlivého posouzení. A poněvač přípravou k závodům rozumíme nikoli nějaké zvlášť pilné cvičení po krátkou dobu před závody, nýbrž cvičení stálé a pravidelné, očekáváme, že bude míti zmíněné usnesení sjezdu o soudcích vliv na pravidelnou návštěvu cvičení, jež rozmnoží se o mnohé, v nichž závodivost neutuchla.

K obesýlání sjezdu N. J. S. dosud nebylo nikdy žádného opatření učiněno; sjezd omažský byl prvním, který o to se postaral, by v příštím sjezdu zastoupeny mohly býti sbory i nejslabší. Mírný poplatek, 10c za členu ročně, jenž odváděn bude od roku 1900, zajistí zastoupení všech sborů, neboť bude z pokladny Nár. Jed. Sokolské kryto cestovné zástupců, jednoho z každého sboru, který čítá méně než 200 členů, a dvou zástupců sborů, na počet členů silnějších.

Pokládáme toto usnesení sjezdu za velmi vhodné, byť i domnívali se snad někteří bratři, že sjezdy vůbec jsou příliš nákladné, i že mohli bychom se snad bez nich obejítí.

Však proti tomu mluví zkušenosti dosud získané, a to nejen u našich sborů, ale i spolků jiných, jichž zdárný vývoj rozhodně toho vyžaduje, by zástupci jejich se sešli a v společném rokování o potřebných opravách pojednali.

Z účastníků sjezdu omažského jistě každý jest přesvědčen, že společná ta schůze sokolská velmi přispěla, nejen k žádoucímu přijetí oprav v našem zřízení, z nichž vyplyne nám v budoucnosti mnoho dobra, ale že posílila a utvrdila bratrství veškerých našich sborů, jasně dokázavši, že není mezi jednotlivými sbory žádné žárlivosti, tím méně pak nevraživosti, na niž často snad tu a tam poukazováno bylo, a která dnes právě jen vlivem sjezdu omažského náleží minulosti.

Zástupci, kteří vrátili se z Omahy do svých sborů, učinili tak s myslí povznesenou a se srdcem rozradostněným, i povzbudili bratry sborů svých k větší lásce ku věci sokolské, když líčili jim, jak svorně a horlivě pracováno bylo všemi zástupci sjezdovými, kteří jednáním svým dokázali, že veškeré sbory, sdružené v N. J. S., tvoří jedinou svornou rodinu.

Sjezdy takové budou nám vždy slavnostmi, jichž účastní se každý rád, a na kteréž vzpomene rád i po

letech, a vzpomínaje jich, bude čerpatí ze vzpomínek těch novou posilu k další práci vlastní; i nadšení k popudu jiných ku práci sokolské.

Dobře píše Sokol Hubálek, náčelník T. J. S. Karel Jonáš ve Wilson, Kans.:

“Zůstane mi blažou vzpomínkou pro celý můj věk, že jsem byl prvním, abych zastupoval na sjezdu zájmy věci sokolské ze státu Kansas, kde, bohužel, Sokol jest ještě v plénkách.”

Jsme toho jisti, že důležitost, které sjezdům našim přikládáme, jest značná, i že proto sjezd minulý velmi moudře jednal, postarav se o to, aby v sjezdu příštím zastoupeny byly sbory veškeré.

Úrazů v tělocvičně mnoho se nepřihází, však stalo se již, že poranili se Sokolové, i že byli buď po nějaký čas práce neschopni, i také že pro vždy se zmrzačili.

Dosud nebylo žádného opatření, jak o podobně postižené se postarati. Sjezd omažský usnesl, by členu, jenž by se při cvičení tak poranil, že by se mrzákem a k práci neschopným stal, obdrží podporu, k níž přispěje každý člen N. J. S. 25c. Kdyby zraněný cvičenec v následek svého poranění zemřel, bude podpora zmíněná vyplacena jeho nejbližším příbuzným.

Opatření zmíněné jest chvalyhodné, i jest litovati, že již dříve zavedeno nebylo.

Při počtu 3000 členů v N. J. S. obnášela by podpora zmíněná 750 doll.

Zavedl tedy sjezd omažský přece také podporu, třeba ne tu, které tak nepatrná menšina Sokolů si byla přála.

Basket-Ball.

V posledním čísle Sok. Am. je otištěn popis oblíbené hry zvané Basket Ball, přeložený dle dra. Sargenta br. Jos. Klenkou, leč ve hře té, jako v každé jiné, prováděny jsou každého roku různé změny a tudíž nebude od místa, upozorním-li, která pravidla v popisu zmíněném uvedena se různí od pravidel stávajících, tak aby Sokolové, kteří hru tu pěstovati míní a závodili někdy se spolky jinonárodními, byli s hrou důkladně obeznámeni.

Hraje-li se pouze pro zábavu, může se účastniti hráčů počet jakýkoli — závodní hra však jest jen o pěti členech s každé strany a sice: dva předáci, (forwards) (kteří obyčejně hází do koše), jeden střední, (centre) a dva obranci domova, (guards).

Cvičí-li se družstvo hře, jest výhodné rozdělení pole, však u vycvičeného družstva toho není třeba, jelikož by to obmezovalo strategii, jaké různé strany při hře používají.

Hráč může vzíti míč z rukou protivníkových, neb mu jej vyraziti (nikoliv však pěstí.)

Hráč může s míčem běžeti, když jej vyhodí do výše a běže za ním opět jej chytí, aneb když jej žene před sebou, odražením otevřenou rukou od podlahy.

Vhození do koše během hry počítá se 2 body, do pustí-li se protivná strana chyby (foul) a druhá svobodným hodem “dobude košíku”, 1 bod.

2 body se čítají, ať jest míč do koše hozen z místa kteréhokoliv.

Tak jako při foot-ballu, tak i při hře této jest výhodné míti nacvičené určité hry a tyto provést dle znamení (signálů), hlášených kapitánem. Tento vydává signály dle toho, jak si protivná strana při hře počíná a řídí hry tak, aby protivníci byli co nejvíce mateni a bezúčelnou houbou za míčem unavováni, čímž v příhodné chvíli snadněji se míč do koše vhodí. Hráči, jakmile signál uslyší, již vědí jaká místa zaujmouti, aby míč jejich rukama prošel dříve, nežli protivníci mají čas jej zachytit.

Mnozí výborní hráči často zkazí si naději na vítězství četnými chybami (fouls) a proto hlavní pravidlo, jehož každý hráč dbáti musí, jest: hleď se vždy dostati před protivníka — nikdy za něho. Neb stojíš-li za ním a v rychlosti chceš jej zbaviti míče, buď vyražením neb vytrhnutím, dopustíš se chyby tím, že musíš hráče částečně pažema obejmout, což je počítáno za chybu.

Očekává se, že i pro letošní zimní období budou provedeny některé změny (neb se hra ta stále zdokonaluje) a Sokolové dobře učiní, když se s nejnovějšími pravidly dobře obeznámí. Na zdar!

Jos. Č.

Sokol Americký.

— Závody župy Západní v Omaze pořádané potkaly se se zdarem úplným v každém ohledu. I výtěžek peněžný byl z nich znamenitý, obnášel skorem celých 400 doll. Ovšem, že doba, kdy závody ty byly konány, byla zvláště příznivou, byly v den následující Českému dnu na výstavě zamississippijské, a proto těšily se přehojné návštěvě krajanů našich z různých končin do Omahy se sjedších. I přes tuto příznivou okolnost dlužno však doznati, že závody těmi ukázalo se, že lid náš na západě o věc sokolskou se zajímá. Jestliže pravili jsme lid náš "na západě", míníme tím, lid sídlící západně od Chicaga, neboť Chicago jest pověstno již tím, že o takové malichernosti, jako jsou sokolské závody docela nedbá, jak ukázalo se o závodech župy Chicagské, kde diváků téměř nebylo.

— Kdo sledoval výkony náčelníka župy Západní, V. K. Trisky, při omažských závodech župních i zřel, jak celé ty závody správně řídil, jistě že přál si, abychom Sokolů, tak pilně a horlivě pracujících měli celé řady. Škoda, že i dobré příklady u nás tak málo táhnou!

— Plzeňský Sokol a bicyklistický klub Plzeň v Chicagu jednají o sloučení. Jaký bude výsledek tohoto jednání, dosud se neví. Máme za to, že při náležité rozvaze na obou stranách mohlo by sloučení zmíněných dvou sborů přinésti dobrého výsledku. O nějakém jednání ke sloučení se několika zbytečných sokolských sborů chicagských nedovídáme se odnikud ničeho, bezpochyby že děje se vyjednávání to tajně, aby je nikdo nepokazil. Nu, těšíme se již na to překvapení.

— Výbor jmenovaný na sjezdu omažském, aby vypracoval rozvrh pro příští cvičitelský běh v Chicagu se-

šel se ke dvěma úradám a práce jeho bude v brzku zaslána v. v.

— Závody mimořádné, jež pořádala župa Chicagská dne 16. m. m. v letní tělocvičně v Douglas Parku, zdarily se velmi při příznivé krásné povětrnosti. Očekáváme, že závody podobné budou v příštím roce opět pořádány, i že bude v nich účastenství ještě hojnější.

O tělocviku dospělých s hlediště lékařského.

(L'exercice chez les adultes.)

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

(Přeložil Dr. Hovorka.)

(Pokračování.)

Kapitola šestá.

Lékařský tělocvik švédský.

Nedorozumění, jež vládne ve Francii o zdravotním tělocviku. — Úplná neškodnost švédského tělocviku u nejsesláblejších nemocných. — Postup v odměřování cvičení ve Švédsku. — Tělocvik o dvou. Postup místního soustředování svalové práce. — Zmírňování a potlačení svalového úsilí. — Trpný tělocvik a masáže. — Tělocvik se stroji Zanderovými. — Užívání tělocviku lékařského. — Tělocvik starců.

Hledíme-li uvést do Francie ne-li praxi, alespoň přesnou znalost lékařského tělocviku, musíme se předně učiniti pochopitelnými. V naší zemi lékařského tělocviku není mimo některé velmi zvláštní a řídké případy. Máme sice ideu, že lze pomocí svalových cvičení napravit některá zkrivení těla, opravit některá vadná držení těla, nebo též anchylovanému kloubu znova opatřiti výkonost, vrátiti skupině svalové v úbytku její objem a sílu. Chápeme jedním slovem, že se mohou pohybem léčiti určité lokalizované nemoci v hybných ústrojích samých, v kostech, svalech a kloubech. Jsou tyto nejpevnější a nejhrubší ústrojí tělesného stroje a my se u nich příliš nebojíme tohoto násilného prostředku, jenž se zove tělocvikem.

Ale naše důvěra nesahá dále a francouzští lékaři nevidí žádné příležitosti ke cvičení, jedná-li se o nemoci medicínské v užším smyslu a o nemoci ústrojů vnitřních. Oni myslí, že v tomto oboru jest cvičení prostředkem, jehož pomocí se lze vyvarovati jistým poruchám zdraví, nikoliv však užitečný prostředek při vyřčených nemocích. Jest příliš pozdě, říkají všichni praktikové, bráti útočiště ke cvičení, když jest nemoc přesně vyznačena a především, když se vyvinulo nějaké porušení v některém ústrojí.

Toto neúplné pochopení užitečnosti cvičení pochází z pojmu, jaký máme o jeho účincích a úzce se poji k směru naší vychovávací soustavy fysické, jejíž povahu podstatně atletickou jsme vytkli. Náš tělocvik jest příliš surový, než aby se dal přispůsobit k jemnému užití, jakého požadují chorá ústrojí. Lpí na rozmnožení svalové síly a zdatnosti těla. A cvičení v tomto duchu

užívaná jsou těžší a namáhavější, než pohyby obyčejného života. Jak tedy možno jich užití u chorých, jichž ústrojí umdlévají a podléhají těžkému vzrušení při nejobyčejnějších výkonech životních ?

Lékařský tělocvik švédský právě umožňuje skytati nemocným výhody cvičení, aniž je vystavuje povšechnému vzrušení. On zná prostředky, kterých náš tělocvik nezná. Podává totiž cvičení v malých dávkách a umožňuje též jeho užití u nemocných k chůzi neschopných, ježto má ve svém seznamu hojnost cvičení snažších, než chůze.

Jest zajímavo zaznamenati, že švédský tělocvik se prohlašuje bezmocným tam, kde my máme výsledky, kdežto my odpíráme užití prostředků právě v případech, kde oni dosahují lepších úspěchů. Povšechná porušení výživy, jako cukrová úplavice, otylost a dna jsou nemoci, se kterými zápasíme výhodně cvičením, a jich léčení není právě z oboru zdravotního tělocviku švédského. Jest to proto, že se duch lékařského tělocviku švédského zakládá na tom, že vyhledává především mechanické účinky cvičení, kdežto u nás lékař vyhledává spíše jich účinky lučební. Proto tedy, kde my v léčebném cvičení připisujeme více důležitosti kvantitě vykonané práce, připisují jí Švédové více podobě pohybu.

I.

Francouzský lékař, který jde, jako my jsme to učinili, do Štockholmu studovat lékařský tělocvik, octne se před věcmi sobě tak novými, že jest mu z počátku obtížno se vyznati v prostředí pohybů tak mnohonásobných, jež vidí prováděti ve veřejných anebo privátních ústavech. Ale znenáhla v jeho mysli svítá; on počíná tříditi tyto důmyslné postupy a nazírati, že směřují celkem k dvěma snahám: podávati cvičení v dávkách a místně soustřeďovati.

Cvičení podávati v dávkách znamená vyměřiti jeho intenzitu s takovou přesností, aby nepřesahovalo potřebného účinku, a místně soustřeďovati značí obraničovati účinek jeho na určitou krajinu tím způsobem, aby se zabránilo jeho ozvě v ústrojích, jichž šetření jest důležité.

Při dávkování cvičení užívají Švédové postupu, jenž se úplně různí od veškerého postupování na našich cvičištech a ježž můžeme nazvati cvičení o dvou. Představme si dva cvičící, z nichž jeden se snaží natáhnouti paži, kdežto druhý mu v tom pohybu brání a opírá se s menší nebo větší zdatností, aniž kazí úplně jeho úsilí. Pohyb prvním vykonaný bude požadovati tím více síly, čím znečňější bude odpor druhého. Druhý cvičící, umí-li dobře vypočítati svůj odpor, bude moci libovolně zvětšovati nebo zmenšovati námahu prvního. Taková jest zásada. Její užívání se může do nekonečna měniti. Co činí opírač při paži, učiní též při nohou, kyčlích, hlavě atd. Jest pochopitelno, že každá svalová skupina bude moci býti uvedena v pohyb žádoucího stupně dle léčebných potřeb.

Úkol pomocníka při vykonávání lékařského tělocviku jest velice důležitý. Jeho rozvaze, dokonalé znalosti pohybů a jich účinků jest podřízen úspěch léčení. Švédští autorové jmenují tohoto pomocníka "gymna-

stem", kteréžto jméno poněkud mate francouzského čtenáře; neboť u nás se kvalifikace gymnasta užívá o těch, kteří vykonávají gymnastické pohyby spíše, než o těch, kteří bdí a řídí tyto pohyby.

Gymnast má po ruce četné pomůcky, aby se stupňovalo svalové úsilí na chorém požadované. Nejelementárnější záleží v tom, že mu odporuje rostoucí intenzitou. Ale tato metoda by mohla selhati, kdyby šlo o svalové massy velmi mocné, jimž by síla jedné, neb i obou paží, odporujícího gymnasta nemohla dodržeti rovnováhu. Připusťme na př., že se jedná o cvičení svalů, jež vzpřimují páteř a dejme tomu, že chorý sedí s trupem ku předu ohnutým a chce se vzpřimiti, co zatím vzdorující gymnast úsilí tomu odporuje. Děje-li se odpor prostým přiložením ruky na záda a jejím tlakem ku předu, proti úsilí, jež přivádí tělo do zadu, tu bude odporovatelný tlak nutně příliš slabý, ježto síla paže velmi silného člověka jest menší, než síla beder prostředně silného člověka. Bude tedy při tomto způsobu veškerá výhoda na straně člověka, jenž pohyb vykonává, aniž mu bude zapotřebí vzbuditi veškerou sílu svalů, v činnost uvedeny: pohyb bude slabý.

Chtějí-li gymnasté vynutiti na těchže svalech značné úsilí, změni držení. Jeden z nich, ježž k vůli jasnosti výkladu nazýváti budeme gymnastem jednajícím, stojí vzpřimen za dřevěným zábradlím, umístěným ve výši kyčlí, kdežto odporující gymnast sedne s druhé strany zábradlí, o které se opírá nohou. Když oba gymnasté se uchopí za ruce a odporující gymnast, jenž se napřed dal přitáhnouti až k ohnutí trupu do úhlu pravého, hledí potom se vzpřimiti pohybem těla do zadu, pochopí se, jak se budou lišiti tyto podmínky, za kterých se odpor vykonává, od způsobu odporu tlakem ruky na záda. Odporující gymnast, pevně opřený nohou o zábradlí, jedná za podmínek mnohem příznivějších, než jeho antagonist a může s ním výhodně zápasiti, i kdyby byl značně slabší. On mu může ukládat úsilí, pokládá-li to za užitečné, až do kraje síly činné skupiny svalové dosahující: pohyb bude velmi silný.

Žádá-li se pohyb ještě silnější, při němž svalová skupina, již předpokládáme za činnou, musí učiniti značnou práci, aby přemohla odpor nejslabší, položí se nemocný na lavici v takové poloze, že konec lavice dosahuje jen k hřebenům kyčelním a trup jest volný, nepodopřený. Pomocník drží nohy tak, aby zabránily pádu ku předu a trup poddávaje se tíží shýbá se k zemi. Vstoupí-li hřbetní svaly důrazně v činnost, tělo se vzpřimí a dosáhne polohy vodorovné. Než pochopí se, za jak velkou cenu úsilí se tak stane, ježto třeba zápasiti v držení velmi nepříznivém s tíží, která se snaží ohnouti trup k zemi. Stačí při tomto držení nejmenší odpor činěný na hlavu nebo na bedra, aby zvedající se nemocný musil užití úsilí v pravdě atletického.

Švédští gymnasté vymysleli celou řadu postupů právě tak prostých, jako důmyslných a v témže duchu pojatých. Mají pro každé cvičení více vykonávacích prostředků, více "variantů", při kterých svalové úsilí roste, neb klesá postupně v intenzitě. Celek jejich pohybů jaksi představuje velmi rozsáhlou škálu, v které

vždy jest možno naléztí notu, jež jest přesně v souladu s odporem nemocného.

V jistých případech švédský tělocvik tak přehání zmírnění cvičení, že úplně potlačuje úsilí, osoba nevykonává více cvičení, nýbrž podléhá mu. Gymnast není tu pak proto, aby se zamýšleným pohybům opíral, nýbrž pouze proto, aby vtiskoval tělu neb údům změny místa v různých směrech, při kterých nemocný ani nenapomáhá, ani neodporuje.

Trpné pohyby působí na klouby, jichž pohyblivost udržují, na svaly, jichž hebkost zvětšují a výživu povzbuzují. Mají velký účinek na krevní oběh, jež usnadňují stejně, jako činné pohyby, a na výkonnost čivní soustavy, kde se zdají vytvořovati umírňující a uklidňující účinek.

Trpné pohyby nejsou ještě posledním stupněm zjemnění mechanického léčení. Švédští gymnasté mají ve svém souboru ještě mírnější postupy. Neměnice místa údů nebo těla provozují tu na kůži, tu na svaly, tu na hluboká ústrojí různé účinky, jako tření, hnětení a polepávání. Jest to masáž.

Massáž není oddělena při vyučování lékařského tělocviku ve Stockholmě, nýbrž považuje se za zjemnělou obdobu jeho. Ve všech poradách lékařů gymnastů vidíme ji předpisovanou vedle různých pohybů, jimiž léčení se vykonává.

Viděli jsme, s jakou jistotou umějí švédští lékaři vyměřovati cvičení. Povíme ještě krátce, jak si počínají, aby soustředili cvičení v obmyslené krajině.

Soustředění práce se dociluje pomocí různých držení a rozdílných prostředků k upevnění těla, k čemuž zvláštní přístroje jsou potřebny. Jest známo, že žádný přirozený pohyb v ohraničené části těla se nevykonává bez nepřímého přidružení se jedné nebo více vzdálených svalových skupin k svalům přímo v činnost uvedeným. Toto sdružení rozličných svalových skupin se může nepozorovaně přehlédnouti při slabém úsilí, stane se však velice zjevným, vymáhá-li výkon větší síly. Sdruženým pohybům nelze se vyhnouti při obyčejných výkonech, než nejsubtilnější pozorností, neb někdy zdoluhavým přivykáním. Ale švédská gymnastika má postupy potlačení sdružených pohybů, čili, jak říkají fyziologové, synergii.

Švédský tělocvik užívá rozdílných přístrojů, jež soustřeďují pohyb v žádoucí krajině a potlačují jisté synergie, jež se pohybu účastniti nemají. Jest to na př. příčné měkce obalené bradlo ze dřeva, dosti rozsáhlé, libovolně vysoko nebo nízko posuvné, o které vzpřímený nemocný podpírá kyčle, bedra neb údy; lavice, na níž nemocný buď lehá nebo se posazuje obkročmo; sedadla s pohyblivým lenochem, který umožňuje libovolné naklonění trupu; několik hrazdových bradel k zavěšení pažema a konečně špalíř (l'espalier) již popsany při paedagogickém tělocviku.

Takové jsou přístroje ručního lékařského tělocviku. Tyto velmi prosté přístroje se nesmí zaměňiti s mnohem složitějšími stroji mechanického tělocviku, o němž nám zbývá promluvití.

(Pokračování.)

O jízdě na bruslích.

K nejpríjemnějším zimním zábavám pro tělo člověka zdravým a užitečným náleží bez odporu jízda na bruslích. Kniha "Rozkoše Hollandska" z r. 1697 vypravuje o otci, který více než 24 něm. mil denně ujel, aby svého syna navštívil, který by byl bez jeho pomoci zahynul. Jiný se založil o sázku se svými přáteli, že spíše přejede na bruslích 3 míle než jiný 3 míle na nejlepší koni. "Hollandané", praví spisovatel knihy, "jsou jako ptáci ve vzduchu, oni více letí než jedou". V XVIII. stol. vykonal dobrý jezdec na bruslích cestu z Leydenu do Amsterdamu, 6 hodin cesty za hodinu a čtvrt, ano i za 1 hodinu.

Při mezinárodních bruslařských závodech v Leuwardenu 1885 zvítězil Pieter Bruinsmor, který ujel 1609 m. za 3 min. 37 a tři pětiny vteřiny, r. 1886 však Alex Paulsen v Hamburku překonal jej, ujev tuto vzdálenost za 3 min. 5 a 2 pětiny vteřin, avšak i ten překonán roku 1891 v Hamar G. A. Fjaestadem, který ujel dráhu za 2 min. 51½ vteř. Také tento výkon byl překonán Holanďanem Jaap Edenem, který ujel tuto dráhu za 2 min. 35 vteř. Při světových závodech r. 1890 ujel Joe Donoghue 4414 m. za 4 min. 46 vt., na 8045 m. ujel tuto vzdálenost za 16 min 28½ vt., téhož roku a A. Norseng 16.090 m. za 32 min 38¼ vt., r. 1895 Oskar Grunden 2827 m. za 9 min. 3¼ vt. Při národních světových závodech v bruslení o mistrovství Spojených Států Severní Ameriky 30. led. 1897 ujel vítěz E. H. Thomas z Newburgu, N. Y., 10 ang. mil (16 090) metrů na špatném ledu za 39 minut 10¼ vt. a 100 yardů (91,4 m.) za 11 vteřin. Závody bruslařů a rychloběžců vykazují nám tato čísla:

dráha	bruslaři	rychloběžci
1 ang. míle (1609 m.)	2 min 51½ vt.	4 min. 16½ vt.
1½ (2413½ m.)	4 46	5 30
3 (4827 m.)	9 3¼	14 36
5 (8045 m.)	16 28¼	24 40
10 (16090 m.)	32 38¼	51 26

Při světových závodech bruslařských o mistrovství Evropy 1897 v Amsterdamě zvítězil Seyler z Mnichova. Projel dráhu 500 m. v 48¼ vt., 1500 m. ve 2 min. 39¼ vt., 5000 m. v 9 min. 39¾ vt., 10.000 m. v 19 min. 43½ vt., Jaap Eden 5000 m. v 8 m. 37¾ vt., J. Lawson 80 000 m. za 3 hod. 12 vt. (nejlepší běžec tuto dráhu vykonal za 6 hod. 8 min.). Srovnáme-li čas, v jakém 1 angl. míle (1609 m.) byla proběhnuta, neb prolétnuta, dostaneme tuto stupnici:

plavec.....	26 m. 52 vt.,
jízda na sněžnicích...	5 29¾
běžec.....	4 16½
cyklista.....	2 15
závodní kůň.....	1 35½
chodec.....	6 23
veslař.....	5 1
bruslař.....	2 51½
kůň klusák.....	2 8¼
železnice.....	0 50¼
pták.....	0 40

Knihovna.

Píše L. A. Fischel z Filadelfie.

Sbory sokolské zasazují se o duševní a tělesný vývin mládeže i mužů.

Zásady sokolské udávají nám co prostředek k dosažení vývinu tělesného pěstování tělocviku a k dosažení vývinu duševního mezi jiným též zakládání knihoven.

Nahlédněme znovu do zásad Národní Jednoty Sokolské!

O prvnějším praví: Pravidelné pěstování všestranného tělocviku dle české soustavy. Tedy česká soustava jest uznána za nejvýhodnější pro vývin tělesný; víme, dle čeho se řídit a máme k tomu knihy sepsané od mužů, kteří celý svůj život věci té obětvali a z vymoženosti jádro své práce nám odkázali.

O druhém stojí pouze psáno: Zakládání knihoven. Vždyť i pro naše zábavy máme jakési odporučené jakosti, které mají být uslechtilé a proč ne pro knihovnu?

A právě v té věci mohli bychom chybně a na naši vlastní škodu jednat.

Nemyslím, že stanovy Národní Jednoty Sokolské nám mají předpisovat, jak knihovnu řídit, vzdor tomu se však divím, proč tak málo pozornosti vývinu duševnímu pomoci četby se věnuje. Možná, že jest to příčinou přísloví: „Ve zdravém těle jest zdravý duch.“

Nechme však pravidelně cvičícího mladíka, dobře tělesně vyvinutého, též pravidelně číst knihy biblických dějin aneb novely americké pěticentové a přísloví ztrácí cenu. Některé z novel vypravují o zkušenostech a dobrodružství od rodičů uprchlého syna, jak byl pro krádež neb jakýkoliv zločin stíhán tajným, jak tomuto se dovedl vždy vyhnouti, až jej konečně zastřelil co pasák na západě a po překonání všech těch dobrodružství, kde jedno druhé stíhá, stane se ke konci takové povídky mladík uprchlík jakýmsi velkým pánem. Konec takových povídek jest velmi lákavý a když nás cvičící mladík bude pravidelně podobně číst, nalezneme v nich zálibu a my se přesvědčíme, jak dlouho ten zdravý duch v něm zůstane. Že náruživý čtenář takový neopustí cvičiště, se divit nemůžeme, neb právě otužení těla vyniká při každém dobrodružném životě.

Máme též dosti příkladů, jak nábožní fanatikové, tělesně zdraví, dostali se do blázince, k čemuž jim částečně též četba pomohla.

A konečně ve školách kostelních pěstují též tělocvik pravidelně a přece ten 18letý cvičící mladík zpovídá se ze svých hříchů sobě rovnému smrtelníku, věří, že mu hříchy budou odpuštěny a činí ještě pokání, třeba tím, že své zdravé tělo týrá hladem, postěním, místo aby — jestli hřích jeho sestává z jisté příčiny — odprosil aneb napravil, čím se na osobě jiné provinil. V tělocvičném spolku židovském se po dlouhém dnu pro slabost cvičenců ani necvičí.

Mohl bych podati celou řadu knih i časopisů, které jsou pravý opak našich zásad a vzdor tomu ve vážnosti některých Sokolů, od nich i odporučené a obsah jich hájen, to však můj úmysl není a kdybych tak učinil, byl by to pouze důkaz, že sám jsem knihy neb časopisy ty četl, jinak bych jakost jich znáti nemohl. Muž starší, dospělý, který se hlásí ke spolkům svobodomyšlným, posuzuje poněkud nejvíce četbu s rozumem a čerpá poučení i z knih nejruznějších a takový svobodomyšlný, jenž tak nečiní, vůbec o četbu nestojí, neb jest u sboru sokolského ze zásady prospěchářské.

Jedná se zde tedy pouze o tu mládež a když ta má být naší nadějí, polem dobrým, jest nám třeba ji vzdělávati směrem pravým, tak jako musíme vzdělávat pole a její dobrým semenem zaplatit. Dobře zorané pole, opatřené mrvou nejlepšího druhu, nedá nám žádnou výživnou látku, když nasejeme do něho semeno metlice. A právě tak málo nám prospěje tělocvik, když připustíme, by duch v zdravém těle byl nezdravým semenem ovládan.

Co nám prospěje knihovna naplněná těmi nejlepšími knihami poučnými, když je čte starší člen, který se vskutku z obsahu jich poněčí, když jeho děti čtou doma zmíněné již americké novely hokynářského vydání aneb dokonce se dluží knihy z kostelních knihoven?

Sbory sokolské jsou svobodomyšlné a tím směrem musíme mládež naši, naši nadějí vést, aby alespoň se stali z nich lidé tací, jakými my chceme být, avšak dosud nejsme.

Národní Jednota Sokolská odměňuje sbory, které tělocvičnou školu pro dívky udržují; sbory zakládají, udržují neb podporují české svobodomyšlné školy a protož má-li vše to míti pravé ceny a dobrého výsledku, musí rodiče hledět dítčím svým vychování stejného směru dáti a sbory by se měly postarat dříve o knihovnu dětskou a pak spolkovou aneb když možno oboje.

Dosud lid náš, ač chce svobodomyšlným být a rád se tím chlubí, reptaje při každé příležitosti proti víře a kněžstvu, zapomíná na svoji povinnost k dorostu své rodiny a myslí, že činí dobrý skutek, když jemu, pro lepší vzdělání prý, přístup do školy kněžské vymůže. Jak málo otázece té porozuměno jest, máme dosti dobrých důkaz, že dosud jediný dětský časopis svobodomyšlný, jako jest „Svobodná škola“, o svou existenci bojovat musí a snad sotva se udrží, vzdor nízkému předplatnému.

Nechť však rodiče činí se svými dítčím, jak jim se zlíbí, ale o ty, jež sborům sokolským jsou k výchově odevzdány, mají se sbory dle svých zásad postarat, neb to se od nich očekává, a tu jest knihovna dětská zrovna tak nutná jako tělocvik a svobod. škola, která tak hmotně od sborů sokolských podporována a částečně úplně vydržována jest.

Podíváme se mezi členy některých sborů a uvidíme tam katolíky, protestanty, židy a jiné podobné sekty náboženské a také shledáme, jak časem jeden druhému původ předhazuje. Dejme však dítčím úplné svobodomyšlnou výchovu a příští pokolení rozdílu toho znáti nebude.

Mohl bych ze své zkušenosti podati důkaz, jak jeden Sokol napadnul druhého sprostými nadávkami biblickými, ač oba za svobodomyšlné se vydávají.

Takovým výstupům zabráníme, když větší pozornost dítčím věnujeme, ty pak budou znáti, že má každý osvobozenec stejné ceny, nechť původu třeba mahomedánského a k docílení toho budiž nám dětská knihovna spolková nápomočna.

O hygienickém významu tělocviku.

(Třetí přednášky Dra. H. Guttmanna, lékaře nemocí plic v Berlíně.)

Ve všech dobách pokládány cviky svalů za prostředek, jímž tělo sileno a zdravým bylo udržováno.

Že skutečně organismus těla ku svému zdárnému vývoji činnosti potřebí má, nečinností pak zakrňuje, vysvitá jasně z toho, že svalstvo a orgány pohybu 82 procent těla zaujímají. V pracujícím svalstvu rozšiřují se cévy krevní a přijímají velké množství krve. Tento přibytěk krve ve svalstvu při činnosti, jakož i po vykonané práci jest tak velký, že objem dotyčné části těla se dosti značně zvětší.

Tak na příklad shledal Ranke při měření svého svalstva lýtčového následující: Ráno v 6 hodin 20 minut v pravo 36.9, v levo 38 cm.; po tříhodinném lehkém pohybu svalů: v pravo 37.5, v levo 38.6 cm.; o 12. hodině polední po silném pohybu svalů: v pravo 38, v levo 39.2 cm. Každý ví, že pravidelně cvičenému svalstvu, co se týče massy, síly a schopnosti a vytrvalosti přibývá a tím také sval vždy větší výkonů schopným se stává. Vycvičený, byť i slabší dělník zvedá velká břemena bez obtíží, kdežto dobře živý ale necvičený muž, se svalstvem málo vyvinutým, již při vzpírání poměrně malých břemen, obtíže pocítuje.

Zde vyzaduje každé namáhání, které cvičenému muži žádných obtíží nepřináší, na necvičeném mnohem značnějšího výkonu.

Činnost svalů působí zároveň blahodárně na vývin kostí, které silí a pevnějšími se stávají.

Zároveň s nimi sesilují se i šlachy.

Jest dokázáno, že pohyby končetin na urychlení oběhu krve a lymfy působí, čímž opět končetinám a jich okolí výhodných poměrů výživných se dostává. Že pohyb má velký význam, vysvitá jasně, představíme-li si následky dlouhé nečinnosti údů, kterak potom svalů ubývá a ony zakrňují, kterak vazivo se sevřká, vesměs to tedy zjevy, které konečně úplnou nehybnost údů přivodí. Práce svalová jest však zároveň důležitým prostředkem ku sesílení orgánů dýchacích a oběhu krevního. Denně zříme, kterak mnoho lidí tráví svůj život prací v posici, při níž dýchání je tak nedostatečné, e do hrotů plic téměř žádný vzduch se nedostane. Právě všude

jako každý jiný v nečinnosti se nacházející orgán atrophuje t. j. zakrňuje, rovněž tak musí nepoužívané části plic zakrňovati a jsou tím pro veledůležitý process dýchací ztraceny. V takovém případě nedýchá se plnými plicemi, nýbrž jen ve dvou dolních třetinách prsou, kdežto se plice v hoření třetině — kde se právě hroty plieni nacházejí — nerozšiřují. Aby vzduch i do hrotů plicních vnikl, je zapotřebí hlubokého výdechu, jemuž však vadí jednak zatížení kosti klíční, lopatkami a hořennými končetinami s celou massou svých vaziv a svalů, jednak pak šatstvo (šle, převlečníky, pláště a t. d.) i spotřebuje se tedy při hlubokém výdechu více síly, než při dýchání t. zv. břišním, kde stahování bránice takové síly nevyžaduje. Tělovík zaměstnává svaly hořejších paží, prsou a beder, tyto nemají pouze za účel zvedání paže, nýbrž i rozšiřování a stahování hrudního koše. Rozšiřováním hoření třetiny prsou dostává se plicím v ní uloženým více volnosti a může tím pak více vzduchu do hrotů plicních vnikati. Čím úplněji se pak plice mohou rozšiřovati a čím více vzduchu pojmu, tím více vzduchu jimi probíhá.

Následkem toho a pak svalovou prací zvýšenou činností srdce, vhání se do hrotů plic větší množství krve, tedy tekutiny pro plice výživné.

Jelikož dle Brehmera původ souchotin hledati dlužno v nedostatečné výživě hrotů plicních, mají cvičení tělocvičná při této nezhoubnější všech nemoci důležitý význam ochranný.

Jak jsme viděli, mohutní soustavným cvičením svaly a v první řadě svalstvo hrudní.

Nerušeným a správným postupem výkonu dýchacího podmíněno jest osvěžování krve kyslíkem, jež jest pro zachování života nezbytné. Děje-li se toto nedostatečně, zmenšuje se výměna látek, což pak se chudokrevností, slabostí čivů, zhubnutím atd. jeví.

Jelikož se vlivem práce svalové cévy rozšiřují a větší množství krve svalstvem proudí, musí tedy tento nadbytek krve přirozeně jiným orgánům dočasně vzat býti. Cvičení svalů působí tedy též odváděním způsobem, což má velký význam tam, kde jisté orgány trvale krví přetíženy jsou, jako ku příkladu dutina břišní u lidí, kteří mnoho sedí, nebo mozek těch, kdo duševně velmi se namáhají. Sesílení svalů břišních podporuje pak trávení. Vidíme, že žaludek žádá si zvětšeného množství potravy a požitá potrava se rychle a důkladně zpracuje.

Cvičení tělesná působí blahodárně a hojivě i na soustavu nervovou. Známé jest přísloví: V zdravém těle zdravý duch. Práce svalová a nervová jsou nerozlučně spojeny, cvik svalstva jest zároveň cvikem nervstva mozku a míchy.

Blahodárný vliv práce svalové na soustavu nervovou jeví se mnohonásobně tím, že soustava nervová stává se většího namáhání schopnou a stávající snad nezdravý stav, který se jeví chorobným ochabnutím, zasmušilostí mysli, hypochondrii atd. více a více ustupuje a opět zdravý, silící spánek, pocit volnosti a síly se dostaví.

Jest tedy jasno, že cvičení tělesná bezprostředně podporují zdraví a vzniku nemocí zabráňují, ony mají ještě tu výhodu, že pocit svalový a zrak, tedy dva smysly, jimiž naše tělo v rovnováze udržujeme, cvičí a nám, hledě k častým nebezpečím, jimž v životě vystaveni jsme, velice prospívají.

Opětovaným cvikem vůle při provádění různých tělesných namáhání a úplným ovládnutím těla i v polohách nezvyklých, mohutní odvaha, síla vůle a sebedůvěra. Nezáleží na tom, je-li nám některé cvičení pro praktický život potřebno, nýbrž na tom, že toto cvičení tělo silí, vzpružuje a odvahu utvrzuje.

Vždyť je známo, že Angličané jich nezdolnou tuhou vytrvalost ve všech ponebích z větší části výcviku svých svalů vděčí.

Značný vliv mají cvičení tělesná i na krátkozrakost. Cvičení tato jsou však i znamenitým prostředkem ku utužení těla, jelikož se jimi dráždivost kůže snižuje, citlivost pro vnější škodlivé vlivy zmenšuje a tím také vytrvalost celého organismu sesiluje.

Pro starší lidi jsou cvičení tělesná, mimo již uvedené příčiny, i z toho důvodu otázkou životní, jelikož se ve věku pozdějším lehce v orgánech ložiska tuků tvoří a hlavně proto, že počátek této nebezpečné nemoci ihned nevynikne a v tomto stadiu zřídka kdy předmětem péče lékařské se stává.

U tučných lidí jest svalstvo často slabě vyvinuto. Zde vyžaduje každé namáhání, jež zdravý, statný muž lehce překonává, značnější spotřeby sil.

Orgán, jemuž tuk jest nejnebezpečnějším, jest srdce. Srdce jest jakýmsi strojem čerpacím, jehož činnost musí takovým způsobem býti uspořádána, aby odtok krve z něho odpovídal přítoku. Tuk, který v normálním stavu na srdci se nachází, se u člověka tučného nejen zvětšuje, nýbrž on bují a proniká svalstvo srdeční, jehož tkáň roztahuje až její zanikání přivodí. Takový tukem zarostlý a prostoupený orgán není schopen trvale stejně silně stahování vykonávati a může pouze menší množství krve v pohyb uváděti, až konečně nastane doba, kdy srdce dále pracovati nemůže.

Jak pronikavý vliv cvičení tělesná v pokročilém věku na zdraví mají, můžeme pozorovati na lidech, jichž zaměstnání je nejen ku duševní ale i tělesné činnosti nutí. Kdežto takovíto lidé si svoji svěžest a zdatnost často neobyčejně dlouho zachovávají, ztrácejí ti, kteří tělo své necvičili, svěžest tuto velmi záhy.

Tělesná cvičení mají ale i pro ženské tělo značný význam, jelikož nepodporují pouze sesílení zdraví, ale i rozvoj tělesné krásy a půvabu.

(Sok. Věst.)

K práci !

(Průprava k přednášce. — Napsal Jaroslav Zyka-Borotinský.)

Veškerý život v přírodě jeví se jen pohybem; úplný klid, dokonalá nehybnost jest známkou smrti. Pohyb je první a poslední příčinou veškerých zjevů, v pohybu spočívá projev síly životní jakéhokoliv živočicha.

Z velikosti a uvědomělého jeho ovládnání pak soudíme o tělesné, po případě i o duševní zdatnosti, o stupni vývoje všech sil živočišných.

U každého normálně vyvinutého člověka jeví se vždy jakýs přebytek životní síly, jehož organismus zbavit se hledí pohybem. Jak jinak vysvětlili bychom bezúčelné pohyby pažemi i nohama u nemluvněte, proč shledáváme přirozeným, poskakuje-li dítě samo, mnohdy ani bujnějšího pohybu nejsouc vědomo?

Kde jinde byl by původ touhy u jinochův, změřiti se spolu v prudkém úprku k vytknutému cíli, nebo u zdravého muže dospělého udělati denně několik tisíc kroků na procházce? Jen stařec, jehož chátrající organismus staří jen tolik síly vyvinouti, kolik jest jí třeba na udržení života, a člověk, jehož zdraví podryvá nějaká choroba, nejeví touhy po přiměřeném pohybu.

Z přirozené této potřeby pohybu vznikly hry a z těch pak tělesná cvičení.

Tvrdí-li se právem, že cvičení tělesná jsou tak stará jako lidstvo samo, tvrzení toto má stejnou platnost i o hrách.

Cvičení tělesná vznikla z potřeby lidstva, znenáhla, postupně, dle povahy a zaměstnání národů, buď rychleji nebo pomaleji, v míře větší či skrovnější. Nebyla ani vynálezem, ani opatřením některého vůdce prastarých dřevních národů, nýbrž vyvíjela se z denních potřeb lidstva. Ku vývoji jejich vedla především honba a válka.

Prvotní člověk velmi záhy seznal, že obratnost a síla jeho nestačí vždy k ulovení kořisti nebo přemožení nepřítele a že je potřeba, aby i v době klidu se cvičil a obratnost svou vyvíjel. To vedlo jej k tomu, že i ve volných chvílích údy svoje na prázdno cvičil v pohybech, kteréž mu na honbě nebo v zápasu mohly prospěti. Avšak i ve chvílích radostných, za příležitosti různých významných aktů člověk snažil se příjemnou náladu projevit rovněž pohybem. Vzhledem pak k radostnému významu aktu pozbývala cvičení ta znenáhla vážného rázu svého, odvrženy především zbraně a pohyby konané dále měly sloužiti hlavně ku projevu vnitřní nálady.

Tak znenáhla vyvíjel se tanec a vlastní hry.

Čím lépe bylo by možno charakterisovati Řeka, než hrami olympickými, Řimana krvavými zápasy v cirku, Španěla zápasy s býky, Ameríkána 'Yankee' boxováním, Angličana míčovými hrami "cricket", "lawn tennis" a "football", Švéda jízdu na bruslích a sněžnicích a Čecha hudbou a tancem? Vlastní úkol a účel cvičení leží hlouběji a jest daleko vzácnější a cennější; jest to sesílení zdraví, povznesení celkové hbitosti, ohebnosti a obratnosti a utužení charakteru.

Karakter muže nejeví se ani netečností a otupělostí ke všemu krásnému, vyššímu, ideálnímu, jakou často jinoší s přidržlou oká-

zalostí na odív stává, ani řeči a frázemi, nad nimiž i dospělému bývá stydno, ani blátivou lenivostí a ochablostí tělesnou, s kterou vidáváme vláčet se po velkoměstských ulicích podobné výtěčnický a zosobněné průj karaktery.

Naopak!

Tělesná a duševní pružnost, vzlet myšlenek, bujná a produktivní obrazotvornost, energie, pravé pochopení a ocenění povinností a práce, toť jsou vlastnosti, jež zdobiti mají muže v květu života.

Ale kterak mohou dokonalými muži státi se jinoši, kteří již ve vývoji svém starcům se podobají.

Není-li tomu tak jako s ovocem stromu, jehož vývoj předčasně byl ukončen a jež jako padávka se stromu odpaďává?

Jaký rozdíl však mezi mužem, jenž i do pokročilejšího věku dovedl si zachovati jasu mysl, křepké údy a bystré smysly proti onomu, jenž přiměřeným životem k tomu to přivedl, že v době, kdy jindy muž teprve začínal nejlepší dobu svého života, jest neschopen každého intenzivnějšího pohybu, že i vyrazení, s nímž jakýkoli ráznější pohyb jest spojen, stávají se mu obtížní?

Není-liž to také "padávka" lidské společnosti?

"Život mládeže", praví Dr. Eitner, "jest odleskem života v ráji, ve kterém nebylo starosti, zármutku a bídy. I měl by tedy býti co možno nejdéle nerušeně zachován. Vždy ještě příliš časně dostaví se život vážný, jenž drsnou rukou zničí nejkrásnější květy v zahradě života jinocha a probudí mladého poutníka z růžových snů k trpké, chladné, neúprosné skutečnosti. A právě nejčistší poskytuje hra, poněvadž ji mládež sama tvoří, radosti, jež všechny ostatní předčí.

Toť právě jsou také nejdůležitější vlastnosti, kterých jest třeba k vývoji charakteru muže, jenž nechce utonouti v moři všednosti, život skutečný ze všech stran obklopujícím, jenž nechce pozbyti smyslu pro vše vznešené a krásné, ať vlast, ať lidskost vůbec.

"Sokol" vznikl z nutné potřeby národa.

Nebýti "Sokola", musili bychom se o jeho probuzení k životu zasaditi.

Národ, jenž chce se samosprávně vyvinovati a v ohledu hmotném a kulturním se sousedy krok držeti, neobejde se za našich dnů bez orgánů, jehož jest úkolem tělesnou a mravní sílu národa tužiti, jeho pokroku vykazovati pravý směr a bdíti nad tím, aby jeho národnost zachovala se svěží a neporušená pro budoucnost tak, jak ji předkové vypěstovali.

A tu ihned poznamenáváme, že slovem "národnost" nevyrozumíváme jen řeč, nýbrž souhrn všech příznaků a vlastností, jimiž se kmen od kmenu různí a které národ jako takový charakterisují.

Tuto vznešenou a velevážnou úlohu přikázali Fügner a Tyrš "Sokolu" českoslovanskému, tohoto vzorného a velečestného poslání podjal se "Sokol" před čtyřiceti téměř již lety.

Neměli ani Fügner ani Tyrš, což přirozeno, celé zkušenosti a znalosti poměrů příštích, proto program "Sokola" byl z počátku dosti nejasný; ale týž bral během času na sebe určitější tvary a nejistota tato v původním zařízení "Sokola" nebyla na újmu zásluh jeho zakladatelů, neboť nebylo zkušenosti a vzoru domácího, podle něhož byli by se mohli řídit.

Tyrš sám upřímně a poctivě doznal, že "vše sokolská prozatím znamená tolik, co tělesné a mravní vychování a šlechtění národa českoslovanského."

Nebylo, nemohlo býti tehdy podkladu národního, na němž mělo spočívat celé ústrojí "Sokola", nebylo otevřených pramenů, z nichž by čerpal oživující a osvěžující sílu, která by se mu kloko-tem krve drala do žil.

Tyrš dal "Sokolu", jak za tehdejších časů ani jinak býti nemohlo, vzhledem na tělesné cvičení, ráz všelidský.

Dnes však třeba tělocvik náš uvéstí v soustavu českou, aby Sokolstvo bylo osobitě vskutku českým.

Slovem o to se jedná, jak praveno již dříve bylo, "abychom dali posavadní sokolské výchově náležitý a dle všech posavadních zkušeností ve výchově docela správný a rozumný podklad cvičení tělesného na základě národní individuality naší položený.

Co platno však všechno působení naše, když cvičení naše omezuji se na pranepatrné procento národa?

Sokolstvo nemůže zůstatí obmezeno na pranepatrný snad hlouček borců, ono, má-li svému poslání v pravdě vyhověti, musí

zabrati v okruh svůj lid a naše snaha po rozvoji za dovršenou pokládati se nemůže, pokud každý, kdo Čech, též Sokolem se nestal.

Zde nemůže ohromná část pouhým obecněním zůstat; my nejsme jen k tomu, aby jiní se na nás dívali a snahám našim přizvukovali; zde musí časem veškeru obecnost nezmizet, ale z obvodu střídavě na závodistič vstoupit a po jistá léta na něm se tužit.

Musí nám tedy jedině z té příčiny záležeti na tom největším rozšíření snahy tělocvičné, na všeobecném jejím pěstování a proto sáhnouti musíme k prostředkům pro všeobecnost, pro nejširší kruhy se hodícím.

Milovati vlast citem pravým a vznešeným jest povinností každého řádného vlasti syna. Dobrý vlastenec zná své povinnosti k rodné zemi a vynasazuje se jich též následovati. On nikdy neprodá svého přesvědčení za nějaký prospěch, nebo zisk — toť u něho peníz jidášský.

"České Sokolstvo má býti důrazem snah národa českého, jich zosobněním, jich fysickým představitelem."

A jako tehdy smýšlení lidu našeho netoliko odráželo se, ale i v pravdě žilo v řadách sokolských, tak i nyní a vždy smýšlení jeho má žiti v českém Sokolstvu a oživovati jeho čety.

"Sokolstvo vědomé cílů svých, své národní moci a síly, stojící na zásadách zde vytknutých, bude pak zajisté vždy mocným důrazem každého slova českých delegátů, které vysíláme k hájení svých národních zájmů a práv, své národní cti, důstojnosti a hodnoty. Tyto cíle, tyto snahy vytknuty byly českému Sokolstvu již tvůrcem jeho Drem. Mir. Tyršem."

Zcela správně napsal "Lumír" r. 1884 v nekrologu svého spolupracovníka Tyrše:

"Miroslav Tyrš byl z těch vzácných mužů, kteří, majíce pevný cíl před očima, žijou mu cele. Vycvičení a soustředění junácké síly v českém lidu tanulo mu na mysli, jakožto prostředek k dosažení všech ostatních cílů národních.

Jemu byly družiny sokolské více než pouhé spolky tělocvičné: on viděl v nich brannou moc českého lidu, přední jeho voje v zápase národním a kulturním. Pouhému prostocvikování byl by muž, jako Miroslav Tyrš, život svůj neobětoval."

Representantem snah českého Sokolstva jsou tělocvičné jednoty sokolské. Jich účelem je podporovati myšlenku sokolskou a získati v kruh svůj veškerý lid českoslovanský, buditi jej a živiti v něm snahy ku posvátným povinnostem každého člověka, šifiti v něm vědomí vlastní ceny a hodnoty, důležitosti, významu a síly, moci a práva každého jednotlivce, co člověka vůbec a člena pak národa zvláště, utužovati jeho sílu fysickou, aby probuzená síla mravní spočinula bezpečně na žulovém, nezvratném jejím základě, silou fysickou postaviti pevný, nezdojný, nedobytný chrám mravní hodnoty a síly vůbec, uvědoměni a nadšení vlasteneckého zvláště.

Bylo řečeno, že Tyrš viděl v tělocvičných jednotách sokolských brannou moc lidu českého. Známá jsou i slova Tyršova: "Zbroj v každé pěsti. Zřízení válečné. Stokrát, tisíckrát to bude řečeno. Avšak k nástroji a ústrojí především též mužstvo a junstvo zdatné a vhodné. Kdo v dobách války ubrániti hodlá národ svůj, ten po čas míru již proti vši vloudivé zkáze životní musí na stráž státi, ten mečem plamenným upíry a netopýry na každém poli drf a rozprašuj.

Meč plamenný je vždy symbolem vzdělanosti, uvědoměni, energie, intellectu, kdežto upír a netopýr, zvířata to noční, jsou nám vezdy obrazem temna, duševní slepoty a zanedbnosti, nevědomosti, slaboty, úskočnosti, a vůbec všelikých špatných vlastností, které touží po noční tmě, která by zakryla hávem svým nahotu jejich."

Slovy těmi zajisté minil Tyrš, že jednoty sokolské mají vysoko nad hlavou svou třímati pochodeň osvěty, vzdělanosti a uvědoměni, že mají býti posly moderních zásad a v širokých vrstvách lidu českého po široším venkově vlasti naší českoslovanské, že hlásati mají evangelium osvěty a pokroku, že mají buditi náš lid, probouzeti v něm city vlastenecké, upevňovati je, vésti je k pravdě, získati jej této pravdě, upevniti ji v něm, vésti jej k vědomí vlastního práva našeho, k poznání všech těch slavných "postulátů moci naší, vzbuditi v něm poznání vlastní naší hodnoty a ceny, naší individuality, otevřiti mu před očima obraz toho všeho, co bylo naše, čím jsme byli a opět jsme, jaká jsou naše práva zděděná, i vlastní naše práva krvavých mozolů našich.

Toto sebevědomí lidu českého má spočinouti v těle zdravém a jarém, které neodolá žádné nákaze vnější, ono má oživovati ocelová paže junů, žen i mužů a tvořiti v nich neprodajné, nepozvolné, pevně bohatýry duševní i tělesné.

Síla duševní a tělesná, to jsou ty zbraně, jimiž máme ozbrojiti národ svůj.

Tak píše jeden z předních pracovníků našich.

Sokolstvo české stalo vždy na půdě národní a proto naše tělocvičny byly a jsou dosud školou pravého českého ducha a života.

A zejména v těchto i v příštích těžkých dobách českého národa v Sokolstvu musí žiti jeden duch a jedno smýšlení:

“Žiti a umíratí za samostatnost a svobodu vlasti.”

K otčině a vlasti, o níž Tyrš r. 1866 byl hotov s bratry svými na hranicích s mečem v ruce svobody její hájiti, ohnivě prohlásoval:

“Nám zdělali, nám uhájili, nám jako svaté dědictví práce a slávy zůstavili zemi tuto naši předkové, bychom i my ji zanechali potomstvu proslavenou a neporušenou. Ale zahanbenou zajisté a zprzněnou na vždy zanechali bychom ji věkům budoucím, kdyby v čas nebezpečnosti a bouří válečných jiná myšlenka ovládala národ český, než třeba li statky i hrdla nasaditi k obhájení celistvosti a neporušenosti vlasti tolikrát krví rekovnou vykoupené a zbrocené, že každý kámen, každá hrouda nás pobádá, vypravujíc o jejich dějinách.

I my zdědili jsme tuto úlohu a povinnost, z níž nikdo z nás se nesmí vymýkati.

Svoboda byla tu cílem a úsilovná práce pod praporem rovnosti a bratrství účinným prostředkem.”

Tyrš cítil dobře, že národ náš má nárok i právo na samostatné, neodvislé postavení na kolbišti světovém, a že jen práce, pevná a úsilovná, vnitřní síla a dokonalost dovedou národ český tam, kam jej pudilo a hnalo jeho životní vědomí a veliká minulost dějinná.

Tyrš to byl, jenž se sokolským zákonem a sokolskou ústavou, jež se obracela ke všem stranám a vrstvám národa, a volala po mravním a tělesném vychování a šlechtění jeho jako celku, pro odchovávání k síle, statečnosti, ušlechtilosti a zvýšené brannosti. Jemu na očích tanul obraz velikého, samostatného kulturního národa, ideál, k němuž možno dospěti jen všestranným a úsilovným vnitřním rozvojením.

Tyrš si byl vědom dobře toho těžkého postavení, boje, v němž prozatím není odpočinku a oddechu a jenž má jen dvojnásobný a nezměnitelný výsledek: buď klesnout aneb dospět k metě.

Bratrství sokolské nezná nikdy rozdílů stavů, zaměstnání a stáří, ono sdružuje veškeré členstvo v jedinou mohutnou rodinu, proniknutou vesměs neličenou, upřímnou a vzájemnou láskou.

Fügner uváděl, že Sokolstvo musí býti spolkem bratří svorných, nerozdvojených ni náhledy politickými, ni vášní náboženskou, v němž bohatý a duševně vyspělý je bratrem toho, jehož ruce zdobí mozole práce poctivé.

Tyrš v bádání svém dospěl k tomu, že “prozatím úkol sokolský znamená tolik, co tělesné a z části i mravní vychování a šlechtění všeho národa československého” a dodává: “Síla a statečnost, činnost a vytrvalost, mravnost a kázeň, láska k vlasti, láska k svobodě.”

V těch slovech právě spočívá veliký úkol Sokolstva a v slovech těch zobrazeno vše, jakým způsobem má dospěti Sokolstvo k svému cíli. —

V řeči své o veřejném cvičení Sokola pražského dne 2. května r. 1869 pravil Tyrš:

“Daleky nechť zůstanou nás předsudky z dob temnoty minulé. Zde ůně se rovnosti, této jediné záruce svobody pravé a trvalé, vždyť jsme bratři a synové jedné matky, předrahé vlasti české.

Ctěmež toho, kdo zámožností svou v její prospěch vynakládá, avšak rovněž ctěmež mozoly práce poctivé, vždyť všichni jsme pracovníky “na národa roli dědičné” a práce sokolská jest práce tuhá, práce, která ni ůnem, ni rokem neukončí.”

Tak hlásal Tyrš a vedle něho doznal sám Fügner:

“Mé záměry v jednotě jsou poctivé, nezištné a bez cizí zájlosti: nechci ničeho více dosíci, než přesvědčení o mé nejlepší vůli a všeobecnou lásku. Pro jednotu bych ohněm šel a pro národ dělán vatřic se postavil.”

Má-li míti naše bratrství cenu vůbec, musí míti předně cenu mravní, musí býti prosyceno láskou.

Tu lásku bratrskou vdechl do Sokola Fügner, tu bratrskou lásku odkázal nám, a naší povinností je pěstovati ji jako květ růže, již musíme chrániti před mrazem sobectví, vášně a kastovnictví.

Proto právem volal Fügner: “Rovnost, a tato sokolská rovnost je základním kamenem našeho bratrství, který musíme přísně šetřit a všude o to dbát, aby nebyl nikde nikým porušen.”

A právě ta sokolská rovnost musí nás provázeti celým životem.

A důsledně všude tam, kde je rovnost a bratrství, tam jest i volnost a svoboda.

A to jsou ty vznešené cíle a ideály našeho národa, to je meta naší práce, naší svaté povinnosti.

Tyrš věděl, že láska bratrská to byla, jež činila vojsko tábořské vzorem vojenské mravnosti, že tato láska bratrská ubíjející sobeckost to byla, která nečinila je smečkou lupičů a žhářů, jakou bylo vojsko křižácké.

Jen ty zásady staroslovanské, jak je dosud zříme v ruských a jihoslovanských zemích, vedly Tyrše k tomu, aby na základech demokratických vystavěl nové zřízení junstva a mužstva českého i žen našich, neboť v lásce bratrské spočívá jen mohutná síla mravní, která sílu fysickou nejednou již velkolepě uplatnila.

Demokratické stanovisko jednot sokolských káže, že veškeré vrstvy lidu českého mají se soustřediti na sokolském poli, ku sílení fysickému i morálnímu, ku vzpružení své lásky vlastenecké a jejího nadšení.

“Naše věc není pro strany, nýbrž pro veškerý národ, nepodléhá změně jako náhledy politické a náboženské, nýbrž je věčně pravdivá a důležitá a stojí v tom smyslu povzneseně nad spory dočasnými”, volal Tyrš v r. 1871.

Demokratismus nám káže, abychom pracovali ku prospěchu svaté věci národa a vlasti, smýšlení osobní je třeba podříditi celku, avšak naše demokratičnost byla by smyšlenou, kdyby byla zbudována jen toliko na základech rovnosti, s pominutím volnosti a svobody.

Demokratismus nás velí nám, abychom všemu lidu českému ochotně otevřeli dveře jednot svých a s radostí zde vítali každého, komu záleží na tom, aby práva naše došla uplatnění svého. Proto v jednotách našich hledí se k tomu, aby cvičení tělesná odpovídala přirozeným potřebám lidu, aby byla přístupna všemu lidu českému.

Dokud mužstvo i junstvo staré Hellady, občanskými ctnostmi krášené, spěchalo v závody olympské, aby tu v ušlechtilém zápasu dobylo odměny prostého věnce olivového, dotud sláva a moc Hellady jako píť maličké, širým vévodila krajům, rozmařilost, ochablost tělesná i porušená mravnost přivodily její zkázu.

A tak každý národ zhynul jen vlastní vinou svojí, — ni jeden národ, co jich na světě bylo, četný nebo nečetný, nezahynul ve své jarosti a síle, každý sklesl sešlý, netečný a povrhly.

A tato neúprosná pravda, pověděná slovy velikého bratra našeho, ukládá nám s nezměrným důrazem povinnost, abychom my, jako národ malý počtem, dvojnásob tužili své síly k boji proti zkáze na nás se deroucí. Této pak výchovy, vedoucí národ náš ku pokroku ve zdatnosti tělesné i mravní, věc sokolská podporou je nejlepší.

Ve sdružení sokolském snahy tyto, vedoucí ku stálému postupu, podporovanému a podmíněnému obětavou prací každého jednotlivce ve prospěch společné dobré věci, uskutečňeny býti mají měrou největší. A proto tento vznešený cíl, tento vznešený podklad vtěluje nám odchovati národu mužstvo silné, nepoddajné, nezodlné v lásce, k drahé domovině, mravné, ku práci zdatné, dechem bratrství a svorné lásky prodechnuté.

Jen národu tímto směrem vychovanému, jen národu, jehož mužstvo ku zdatnosti tělesné připojuje duchovní mravnost a ušlechtilost a neúmornou lásku ku svobodě a volnosti, jen takovému národu ve světovém zápoležení dána jest bezpečná budoucnost.

Dobře řečeno bylo:

“Ono nadšení, kterým vital nás náš lid, ona upřímná radost, jež zářila mu z očí, když tiskl nám v pozdravu pravici, onen divný, vzpružený tlukot srdce a blahé naděje, jež se mu ozývaly v prsou, když hřměl nám v ústrety “sláva, na zdar!” všude, kde objevily se čety naše, onen hrđý titul “národní garda”, to vše volá dnes na

nás, abychom ty naděje lidu, které v nás jsou skládány, skutečně plnili, bychom uskutečnili to, co v nás lid náš spatřoval, co v nás hledal, co mu při nás tak sympatisovalo, co nás udělalo milým a upřímně s nadšením vítaným hostem jeho na širém venkově celé naší drahé vlasti."

Naši povinnosti je nyní, abychom junáctvo své na širokých základech demokratických připoutali k práci národní v našich tělocvičnách, abychom je naučili vyznávatí pravé přesvědčení vlastenecké, založené na vědomé síle, mohutnosti a významu národa českého.

K uskutečnění toho všeho musí sloužiti Sokolstvo.

Jemu uložil Tyrš obroditi se a uvolniti národ z poroby dosud ne úplně zotavený, jím toužil dodati národu mužné, svěží síly jako základ neohroženosti a neoblomnosti v hájení svobod a práv v odvěkém boji se svedepými sousedy.

Mějme se rádi a síla naše šťastně překoná všechny ty nástrahy cizích živlů a nepřátel.

Vstupte všichni v řady naše, láskou k vlasti prodchnuté a jděte s námi ku předu k pokroku v boji za svá práva k velikému cíli, na němž se stkví:

"volnost, rovnost, bratrství".

A v tomto postupu jednotném, ovládaném jedinou velikou myšlenkou nezdolné lásky k domovině, k rodnému jazyku a k celé rodině naší národní, rovní a nezmorní budeme, ku závisti a zlobě nepřátel, však k našemu štěstí a naší spokojenosti, bohda zas slavné jak v minulosti, budoucnosti, "neboť žádná moc zevní, žádná síla hmotná a surová o sobě nezničí národy."

Život národů, pokud na výsluní pravdy, dobra a pokroku obecného se vyvinuje, je ve srovnání tomto neranitelný jako paprsek sluneční — jej nepřemohou a nezahubí žádné moci temnosti, lež neb násili.

Obemkněmež kruhem sokolským celý náš národ český a spějme všichni tam, kam vede nás snažení naše a kde je naše meta.

Naše snaha po rozvoji za dovršenou se pokládati nemůže, pokud každý, kdo Čech, též Sokolem se nestal.

A dle příkazu Tyršova budiž povinností naši: abychom zemi, kterou předkové naši pustou naleznouce, zdělali, v ráj proměnili a proměňivše plamenným mečem hájili a ubájili proti fícičimu se davu nepřátel, tu, kterou nám zdělali, nám ubájili, nám co drahé dědictví práce a slávy zůstavili, my zanechali potomstvu proslavenou a neporušenou.

Tuhá jest práce naše, ale posvátný je náš cíl. Předobře víme, jak daleká, jak obtížná je dráha, na jejíž konci věnec přebornický nám kyne. Však ovšem nutno, by každý jednotlivec, každý spolek v oboru svém se všemi silami se činil, by každý v oboru zvoleném za cílem nejvyšším se ubíral. Nevléci se, než vzletně brát se dál.

Klesnout, nebo dospět! Všechno, aneb nic!

To ovšem musí býti heslem snahy. Pravdu tu pochopit, jí neohroženě pohlížet v tvář a dle ní jednat, jen to nás zachrání a zvelebí. Je neúctojno sebe podceňovat, avšak nebezpečno a nemůžeme sobě lichotit a sebe klamat a samozrádno s málem se spokojit, kde jenom skutek svrchovaný spasí a činnost k vrcholům nejvyšším se nesoucí.

Vždyť jen ten je ztracen u zápolu světovém, kdo sám za ztracen se pokládá.

Nuže, pracujme všichni v pravdě po sokolsku.

Tužme paže, zbrojme umy své a pro lepší budoucnost se hotovmě!

Velký, krásný, vznešený jest ideální úkol Sokolstva v životě národním.

Chovejmež jej v srdci nadšeném, tužme se a jednejmež každým dnem jak on nám velí a hlasme se k němu uvědoměle, směle a braňmež dobrou, mužnou, vznešenou svou věc, chráníme a bráníme tím čest a prospěch svůj vlastní, prospěch, nezdolnost rozvoje, budoucnost a vítěznou obnovu slávy národa svého a proto

"Ku předu, zpátky ni krok!"

Zpráva o závodech župy Západní.

V Omaze, dne 3. října 1898.

Otčenému výkonnému výboru Nár. Jed. Sokolské a Sokolům župy Západní Sokolové!

Výkonný výbor župy Západní tuto předkládá vám svou zprávu, týkající se výsledku posledních župních závodů.

Především ale nemůžeme pominouti toho, by neprojevíli jsme svého uznání všem, jimž po právu uznání to náleží, a oni si uznání toho zaslouží.

Poslední závody župy Západní zajisté směle mohou býti vřaděny v ony z nejzdařilejších závodů, jaké ještě kdy pořádané byly jednotlivými sokolskými spojeními v Nár. Jed. Sokolské.

Pohlížeje, předně, na závody tyto ze stránky morální a discipliny, můžeme s hrdostí poukázati, že všichni bratři závodníci byli sobě vědomi svých povinností jakož i též účelu, za jakým mezi námi tělocvik pěstován býti má. S hrdostí můžeme poukázati na tu ochotu, s jakou každý z nich vykonával výkony soudci pro ně určené. Nedbajíce žádný z nich úpalu slunečního, sledoval každý z nich povely a úkazy Sokola náčelníka. Vzorová tato svornost, ladné ty výkony a veselá a čilá mysl závodníků zjednala Sokolstvu našemu mezi tím četným množstvím našichů zajisté mnohého příznivce, což na jevo dávano bylo vždy hřimavými potlesky a pochvalami obecenstva přítomného.

Za ladné, rychlé a bratrské provedení závodů těchto zajisté na prvním místě patří zásluha Sokolu náčelníkovi V. K. Třískovi, Protož také na důkaz uznání toho, župní výbor si tímto dovoluje ve jménu Sokolů župy Západní, vzdáti dík Sokolu náčelníkovi V. K. Třískovi za jeho snahu a přičinění.

Tak jako ze stránky morální závody tyto se setkaly s úspěchem, taktéž i ze stránky finanční závody ty byly zdařilými. Výsledek tento může býti uspokojivým jak výk. výb. Nár. Jed. Sokolské, taktéž i místní jednotě, která závody ty pořádala. Zásluha za výsledek tento zajisté na prvním místě náleží tomu četnému českému obecenstvu, které z blízka i z dále přišlo, by spatřilo ty čilé juny při práci spasné, Tyršem a Fügnerem jim naznačené.

Další zásluha u velké míře náleží místní jednotě: předně za šťastnou volbu doby, kdy závody se měly odbývati; za druhé: za velmi vhodné místo, jež vybráno bylo pro závody tyto, a za třetí: za pili a namáhání, by závody tyto setkaly se s úspěchem všestranným a uspokojivým.

Výsledek finanční jest jak následuje:

Za vstupné do parku	\$335.95
Za nálevnou	498.45
Za zákusky a mražené	62.06
	\$896.46

V y d á n í :

Za používání parku	\$75.00
Za rozbité sklenice	4.35
Za hlídání věcí v parku v noci po závodech 2 hlídačům	4.00
Za pověšení provazu na šplhání a za sejmutí	2.00
Za roznášení piva v parku, celkem	3.50
Za práci pěti lidem za nálevnou	18.50
Paní Čermákové za bárem pro zákusky a mražené	3.50
Za chleba a zemle	3.65
Za pivo Krug's Brewing Company	45.00
Za pivo Metz Bro. Brewing Company	47.25
Omaha Brewing Association	47.25
Za sodovku a minerální vodu	43.50
Za šunky, uzenky a křen	8.84
Za mléko Hrabíkovi	1.25
Za utěráky a pokrývku olejovou	1.10
Za mražené a rozbité nádoby	18.00
Za grocerie Bartošovi	6.30
Za dovoz kuchyňského náčiní, stolů, židlic, registru a jiných věcí do parku	3.00
Za dovoz náčiní sokolského do parku	1.00
Za odvezení zbylých věcí po závodech a sok. náčiní	2.75

Převádí se.....	339.74
Za doutníky Laitnerovi.....	10.00
„ „ Třískovi.....	7.50
„ „ Fialovi.....	12.50
Za škopy a jiné drobnosti Bártovi na Vinton ul.....	3.25
Pokroku Západu za tisk plakátů anglických a českých, za tisk odznaků pro závodníky, soudce, zástupce, oznámku v listu a pivní listky.....	30.00
Za roznášení českých letáků.....	2.50
Za lepení a roznášení anglických letáků.....	6.00
Za tisk lístků do parku a oznámku u Osvěty.....	7.75
Za vypůjčení želez. sloupů na ohradu cvičiště židovi..	3.00
Jos. Kalčíkovi za práci za barem.....	3.75
Zerzanovi za hesla a české praporec.....	5.75
Za praporec anglické, péra, inkoust a stužky pro park, M. E. Smith & Co.....	2.90
Ed. Havlíčkovi za hudbu při závodech.....	57.00
Pelantovi za bambusové tyče.....	.50
Za míru na skoky.....	1.50
Za špendlíky a další odznaky do parku M. E. Smith and Co.....	2.76
Šebkovi za vypůjčení registru.....	1.00
Což činí celkové vydání.....	\$497.40

Celkový příjem..... \$896.46
Celkové vydání..... 497.40

Čistý výtěžek..... \$399.06

Dle stanov má tato rozdělena má být na stejné díly mezi výk. výbor N. J. S. a místní sokolskou jednotu. Tedy by připadalo výk. výb. N. J. S. \$199.53 a Těl. Jed. Sokol v Omaha též \$199.53. Jest si přát, by budoucí závody a naše práce sokolská byla tak odměněna jako tentokrát, to arci že bude asi záležití na nás všech a naší činností.

Protož tuto provoláváme Sokolstvu našemu hřimavé: "Na zdar!"

Za výbor župy Západní

Ant. Kment,
předseda.

Vác. Šebek,
tajemník.

DO P I S Y .

Newark, N. J., dne 30. září 1898. — Měsíc za měsícem ubíhá a pořád žádná zpráva o činnosti naší jednoty uveřejněna není. Co je toho vlastně příčinou? Snad velká činnost? Půjde-li to tak dále, tak se zde uspíme. Dopisovatele máme, ale jak se mně zdá, je mnoho zaměstnán jinou prací, aneb trochu lenivý několik řádek za ten uherský měsíc uveřejnit. Jest to zajímavé do orgánů častěji psát a členstvo k činnosti pobádati, abychom nadarmo Sokoly se nenazývali. Pročž jsem nucen sám, abych trochu té pravdy na světlo uvedl, ačkoliv to mnohému vhod nebude. Ale mně je to lhostejné; všem se nelze zachovati nikdy, nehybujícím není žádný, ale ponaučiti se může každý, na př. já, z výletu do Little Ferry.

Teď abych již začal, neb bych zašel příliš daleko. Řádný Sokol se pro pravdu neurazí. Usnesli jsme se, bychom pořádali první pěší výlet spojený s veřejným cvičením žakyň, žáků a členů na den 5. září ve prospěch nářadí pro naši mládež, které máme zde hezkou silu. Měl jsem radost, jak se před časem vše těšilo a přípravy konaly a jak se společně výletu súčastníme, ale selhalo to, jak to obyčejně bývá, když každý dělá jak a co chce. Průvod určen byl na 9. hod. ranní. V čase tom žactvo bylo již na místě v plném počtu. Jelikož členové nechali dlouho na sebe čekatí, jako obyčejně, tak vyšel průvod až v 10 hodin. Hudba v čele, vedená br. A. Peřinou a F. Klánem, za nimi následovali žáci v kroji cvičebním v počtu 18, pak žakyň v počtu 20, též v kroji. Dále pak následoval náš sbor, zastoupen br. v kroji 3, a sice br. V. Krásný a br. Ant. Kukul, po zději se připojil starosta zábavního výboru Jos. Krásný. Hezký to počet, co? Kdyby nebylo zdejší obecnostvo průvod doplnilo, bylo by to vyhlíželo smutně. Naši bratři buď se za tu naši českou mládež styděli jít přes město, aneb jim to bylo hloupé, nebo jim snad bylo za obtíž vykonat těch několik kroků do tělocvičny, tak "vzali" káru aneb nohy na ramena a "máčoval" kdo jak chtěl.

Hezký to pořádek. To na to budete koukat a výmluvy hledat! To má každý vědět dle stanov, když se něco pořádá, kam patří a nemusí se mu to pořád opakovat. To máme hezké články do památné knihy naší. Výmluvy "já tam musel být napřed od výboru" aneb cos podobného, známe. Teď ale již dost. Mám toho ještě mnoho a zabral bych se příliš daleko.

Cvičení na místě určeno bylo na hod. 4 odp., ale zdrželo se pro nepatřičnou příčinu do 5 hod. Nastoupeno k cvičení žáků s tyčemi při hudbě. Osnova: Polohy tyče čelné rovné a kolmé, postoje kročné s obraty. Časomíra na 16 dob, jen v pravo, dvakrát. Cvičení to řídil br. A. Peřina i bylo hladce provedeno.

Pak následovalo cvičení žakyň s činkami. Soustava byla trochu těžká na ponejprv. Osnova: Různostranné pohyby paží napjatých a skrčených, postoje kročné, sehnuté a úpolnické s obraty. Časomíra na 16 dob v pravo a na 16 v levo. Cvičení bylo trochu těžké, vzdor tomu velmi dobře provedeno, řídil je br. Josef Procházka.

Pak měl program doplněn být cvičením členů, na které se obecnostvo též těšilo. Jelikož se členové vymlouvali, že se málo cvičí, tak s toho sešlo. Druhý to dobrý příklad. Za ochotu a práci cvičitelům žactva našeho vzdávám jmenem Jednoty naší vřelé díky a doufám, že na dále pracovatí budou na poli tom. Upomenouti musím, že se žactvu dostalo bouřlivého potlesku od přítomného obecnostva, neb to zde ponejprv spatřili. Obzvláště rodičům dítek okřálo srdce, když spatřili, jak ta malá jejich drobota se tuží a hodlá překonatí jeden druhého ve svých výkonech. Byl to velmi pěkný pohled na ně po dobu cvičení, jak statně si při tom počínali, že si mohl mnohý starý Sokol vzítí z toho příklad.

Doufám, že jednotě naší dodá se časem rázu jiného a že každý přiloží své ruky, by nápomocen byl ve prospěch její, obzvláště by poslal dítky své do škol tělocvičných, by nabyly silného a stálého zdraví a ne by pamatoval jen sám na sebe, aby byl pořádným kapitálem od mnoha spolků pojištěn. Co jest mu to platné, když nezná jak svoje i dítek svých zdraví získati a o to se vůbec nestará, že jsou zde sbory sokolské, které o blaho toto pracují, by národu svému zadost učinily a statné syny a dcery mu vychovaly, třeba že jsou slabě od našich rodáků podporovány a uznávány. Snad teď to vezme obrat jiný po sjezdu v Omaze, že se též řádné opravy vykonají, obzvláště stran založení cvičitelského kursu a pak že jednoty lépe pečovatí a své úřady správně zastávatí budou, neb jest záhodno, by při volbách na zřetel ten lépe pamatováno bylo.

Dovolují si též oznámiti, že zde naše jazyková (P. r. česká?) škola pomalu ku předu pokračuje, neb máme slabé finanční poměry. Výbor školní pracuje dle své možnosti, ale přece se nedostává. Jsem též členem onoho výboru a nahližím, že zdejší obecnostvo na dobré skutky nemá látky aneb času. Mnozí pracují a podporují vše a ostatní ještě stavi se na odpor.

Učitelkou našeho žactva je sl. B. Krásná, která se obětuje zdarma vyučování naší mládeže. Zasluhové vřelé díky od nás všech. Jak usneseno, hodlá výbor školní pořádati divadelní zábavu na den 26. listopadu. Ochotníci naši již se přihlásili a vybrali si kus "Furiant"; je trochu těžký, ale jak jsem spatřil, jsou volné a dobré síly, tak doufám, že ho provedou. Když se přihlásí každý dobrovolně, pak zajisté práce ubíhá hladce v před.

Ještě jednu milou zprávu podati musím. Matička naše Těl. Jed. Sokol New York hodlala pořádati k nám výlet na den 2. října, našli jsme si místo vhodné a očekávali jsme sousední bratry dle jejich udání v neděli časné ráno se všemi přípravami v tělocvičně a v parku. A čekáme, a čekáme — a když pořad nepřicházeli, tak jsme byli nuceni dozvědětí se po drátu, co se s nimi stalo. V 11 hodin dopoledne jsme se dozvěděli, že nepřijedou. Podrube vás bratři budeme očekávat zas. Tedy nám to můžete vynahradiť, co jsme pro vás ztratili a z našeho obecnostva dobrý den si učinili.

Na zdar!

V. Ptáčník.

V Clevelandu, 2. října 1898. — (Sokol Americký!) Přikročuji ku svoji povinnosti co dopisovatel sboru Čech s pocity divnými, neb nemám doposud látky ku psaní.

Na upomínání mnohých bratří, by nějaká zpráva v našem mlém časopisu i o nás byla, musím chtěj nechtěj něco napsati — ale co? a jak?

Činnost naše se obmezuje na schůze a pak na výbory, kteří ještě svoje povinnosti plní, ač od členů málo uznání na ně čeká, ale přece jen si přejí, by za svoji práci aspoň sbor nějaký úspěch měl, t. j. co se týče Sokolů.

Úspěchu mravního i hmotného jest docíleno při našich besedách, které jsou pořádány každou druhou neděli, jsou tak přesně vedeny, že pořádek jest vzorný a potrvají jen do 12 hod. večerní. Navštěvovány jsou mladým inteligentním lidem, mezi těmito najdete pět až deset Sokolů mladých a pořádající t. j. zábavní výbor. Sokolové mají k těmto zábavám vstup volný, a cizinci, kteří vstupné platit musí, ti si pokládají za čest, když přimlouvou některého Sokola přístup je jim dovolen.

Proč Sokolové vyhýbáte se těmto zábavám?

Neměl jsem látky ku psaní při počátku mimo stížnost a již nemohu dále, chci-li podati zprávu o uvítání Sokolů a českých vojínů z tábora válečného, než-li stěžovati znova na netečnost starších Sokolů.

Tak krásných a laciných zábav jako byla tato a zároveň užitečných, doposud jsme neměli. Toto je úsudek všech přítomných.

Bylo tam promluveno panem Valáškem, redaktorem Dennice Novověku, v delší řeči o statečnosti a vlastenectví Čechů za dob minulých, a bez lichocení i v době přítomné byli Češi jedni z prvních, kteří byli ochotni pro svou novou vlast vše obětovati. Zároveň jediný Sokol, který přestoupil 35. rok svého věku, t. j. přítomný při této zábavě Sok. Sluka uvítal vojiny a dějepis českého národa trochu probral.

Večeře velmi bohatá byla připravena panem Žahourem.

Uspořádání tento sokolský večírek, co úplně soukromý, usnesl se sbor a to sbor čítající 165 členů a bylo jich přítomno 33 i se zábavním výborem.

Veliká čest, Sokolové, pořádání zábavy, ale ty pocity, které dovedete připravit výboru, který vše připraví a dočká se tak velkého zklamání!

A nyní přikročím ku důležitější věci, t. j. cvičení. Po jednoměsíčních prázdninách přikročeno zase ku práci a s potěšením poznávám, že práce našeho náčelníka snad bude lepší uznána a účastenství v Sokolovně mnohem větší než minulého roku. Počátek je o mnoho lepší a příště doufám, že podám seznam členů, kteří pilně cvičí a že to bude slušná číslice pro sbor tak velký jako jest náš, a který vlastní jednu z nejprostornějších a nejlepších cvičišť ve Spoj. Státech.

Též byl u našeho sboru zvolen výbor, který má na starosti, by se žactvo cvičilo za dne, první krok učiněn a pak-li druhé dva sbory zde se nalezající přiloží k dílu tomu pravici, doufám, že myšlenka ta se uskuteční, což by velmi prospělo naší mládeži.

Končím tento dopis s myšlenkou, že nebude stížnosti mé ve zlé vykládáno, a že dle našeho programu v klubovně se počneme již jednou scházeti a v Sokolovně náš druhý domov si upravíme a vady naše budeme se snažit napravit. Na zdar!

F. J. Truneček, dop.

V Detroit, dne 3. října 1898. (Ze Sokola Podlipného). Cvičící sbor náš pořádal závody dne 11. září se Social Turn-Vereinem. Závodilo se o stříbrný pohár. Cvičeno bylo prostné s tyčemi, na hrazdě, na koni na šíř, na dél, bradlech a skoku vysokém. Hlavní cenu a všechny jednotlivé ceny odnesl sbor poslední jmenovaný, ač jsme za ním byli jen o něco málo bodů pozadu. Jak jsem též viděl soudcovské listiny, — správně souzeno nebylo. Naši soudcové dejme tomu dali zasloužilé body oběma stranám, kdežto jejich soudcové měli na jednotlivém nářadí o 13 bodů více nežli my — a to přibývá. Též jeden z našich cvičenců měl zaznamenáno 6 a půl bodu na třech výkonech na hrazdě, které dosti uhlazeně provedl. Nu, ať už tak neb onak, oni pohár ještě nevlastní, neb máme s nimi uděláno 3krát o něj závodit. Proto se už na to připravujeme, aby podruhé byl náš. Br. Fryš už na něj udělal místo. Čekali jsme též bratry z Clevelandu, které jsme též pozvali, ale jaké překvapení, když v určitý den jsme jeli naproti a po přistání lodě ku břehu ani jeden z útroh její nevyšel. Ale přece jsme sami domů jet nemuseli, neb jako měsíček v úplňku usmíval se na nás poslední z lodě vycházející Sokol Charvát, který musel všechno za nepřijevší na svá bedra vzít — dobré i zlé. Nevěděl co na něho všechno čeká. Jak ulekl se, když jsme dorazili do našeho "hálu", kde 12

kuchařek mělo připraveno pro tři sta osob — které jsme jistě čekali — na stole snídani, a to nyní měl všechno náš Sokol snísti. Nedivím se, jestli mu ještě dneska jisti nechutná, neb nerad dává košíčkem svým pohostitelkám a tak se stalo, když od každé přijal kousek, že měl dost. Nezávidíme mu to pranic.

Proč bratři clevelandští nepřijeli, nemůžeme si vysvětlit. Že by připraveni nebyli, o tom ani řeč, postaráno o ně zde již bylo a cesta též není tak drabá — a loňský rok není ještě tak daleko! Nu, podruhé budem vědět podle čeho se máme řídit.

Až dc nedávna zde působil již po dlouhou řadu let spolek, který se staral o vyučování české mládeže, a členové jeho přispívali kdo jak mohl — prací i penězi. Jako každá dobrá věc potkává své zlo, i ti laskaví rodáci museli snášeti mnoho, mnoho svizelů a přežít hodně škůdečů věci dobré. Proto usnesli se požadati všechny spolky na západní straně o vyslání zástupců a utvoření patronátu, což se též v té nejlepší shodě stalo. Tedy záleží bratři na vás, byste všichni své ditky pilně do školy posílali, by naše mládež přivýkla trochu té řeči mateřské. Na zdar! Ant. Šusterka.

Wilson, Kansas, dne 4. října 1898. — Jest po sjezdu, a máti naše N. J. S. oživena novou nadějí, novou energií pro budoucnost. Ano, Nar. Jed. Sokolská jest to, která svolává mladou generaci, aby se shromáždila pod praporek sokolský a poznávala ty krásné ideály našeho miláčka Mir. Tyrše, který nikdy po jednom nezdaru neochaboval ve své činnosti, nýbrž volal na své bratry: Za mnou, bratři, za mnou vždy výše až k dokonalosti. Jak mnoho jest těch, kteří stojí mimo řady naše a hledí nečinně na nás! Jak velkým činitelem byla by N. J. S. v Česťtu americkém, kdyby byla náležitě uznávána ode všech tříd lidu našeho. Leč doufejme, že k cíli dospějeme.

Bylo to v půlletní schůzi červnové, když se měl sbor náš rozhodnouti, má-li vyslat zástupce do sjezdu N. J. S. Po uvážení věci rozhodnuto, že jako mladému sboru jest zapotřebu posilnění a osvětlení k práci sokolské, i přijato usnešení, že zástupce do sjezdu vyšleme, a mně se dostalo té cti, sbor náš na sjezdu zastupovati.

Jako starostlivá matka, která očekává svého zdárného syna z dalekých krajín, tak i bratři s dychtivostí čekali příjezdu mého, bych jim vypravoval vše, jak bylo na sjezdu, a br. starosta přišel na nádraží, by mne uvítal z této první naší sokolské výpravy.

Ano bratři, jest nám mnoho pracovati, neboť v práci spočívá zdar, — tedy ku předu, zpět ni krok!

V poslední schůzi jsme se rozhodli pro dobrovolný dramatický odbor. Zkušenost nás poučila, že jest to nutné, neboť jsme měli vždy samé nesnáze s divadlem, nevědouce nikdy, na kolik sil můžeme počítat. Doufám, že takto půjde věc rychleji ku předu, když bude jen drobet dobré vůle a vytrvalosti, neboť obecenstvo až na malé výjimky nám přeje, tudíž jest na nás, abychom se činili.

Cvičení začíná zase oživovati, ze závodů jsem přivezl celkem 9 nových výkonů, které mimo jiné také pilně cvičíme, též prostná cvičení jsem pochopil v pravé podstatě, a pevně doufám, že na příštích závodech Západní župy náš sbor bude četněji zastoupen a lépe vyvíčen než jsem byl já.

Zůstane mi blahou vzpomínkou pro celý můj věk, že jsem byl první, abych zastupoval na sjezdu zájmy věci sokolské ze státu Kansas, kde bohužel Sokolství jest ještě v plénkách.

Na zdar!

Hubálek.

V Chicagu, dne 5. října 1898. — (Ct. Sok. Am.) Nejsem sic pověřeným dopisovatelem do Tvých sloupců, ale přece bych několik slov rád v Tobě pověděl.

Jsem členem Sokola Slov. Lípy i pozoruji s lítostí, jak sbor ten dříve tolik nadějí vzbuzující, rychle upadá. Členů již dávno nepřibývá, ba naopak, počet jich klesl již až na polovici téměř počtu členstva před málo roky a jmění, sboru kdys nejbohatšího ve Sp. Státech ze všech sborů sokolských, úzasně mizí.

Za takových poměrů nelze očekávati zvláště dobrou náladu členů, kterým jest jen popřáno, aby se dívali na to, jak vše upadá.

A ke všemu ještě podniká se lecos, o čem se napřed ví, že vyžádá si velkého nákladu peněžního, a co k prospěchu sokolské věci ničeho přičiniti nemůže.

Tak ku př. vypravování drahých operet mohl by si sbor sokolský ušetřiti, a ušetřil by při tom hodně peněz, a — atd.

Našich pět lotů, na nichž měla stát kdys síň divadelní a tělocvična as za 130 tisíc dollarů, jsou posud opuštěny, posud našim majetkem — poněvadž jich nikdo dosud neodkoupil — a posud velikým břemenem, jež nás mačká a ve spojení s moudrým hospodářstvím také bezpochyby umačká.

Ze bychom přišli v čas k rozumu, toho sotva lze očekávati.

Mohli jsme míti slušnou tělocvičnu na 12. a Lincoln, však ti, co tak vysoko létali, to překazili. Teď sedíme všichni za to pěkně nízko na starém místě mezi těmi nejspínavějšími ruskými a polskými židy a nečistými Taliany.

Takový jest výsledek spojení před lety mezi T. J. S. a Č. A. S. provedeného.

Kdo byl by takový konec očekával?

Češi, kteří bydlí v sousedství našich prázdných lotů nemají, kam by ditky své do tělocvičny české posílali.

Do Sokola Plzeňského obávají se je poslati, že musily by přebázeti nebezpečné koleje železniční a do tělocvičny na De Koven St. jest daleko, a pak, kdo posílal by do pěkné té končiny dítek svých, by tam plíce si plnily příliš voňavým vzduchem.

Výsledek toho jest, že musí ditky ze zmíněného okolí býti posílány do tělocvičny turnerského spolku "Vorwaerts" na 12. ul. a Western Ave.

A kdokoli z našich krajanů, odváděje ditky své do tělocvičny německé, v tuto vkročí, odsuzuje přísně Sokoly, kteří nemohli, nekteří nechtěli vystavěti tělocvičnu, na kterou peněz měli, ale chtěli hned stavět paláce! Celá síň Vorwaerts stála as 23.000 doll.

Marný ovšem veškerý nářek, kdy není v nás dosti energie, abychom se k činům spasným vzbudili!

Snad hrýze svědomí ty bratry, co nynější mizerii zavinili, ale to také ničeho na celé smutné situaci nemění.

Máme to vyhlídky smutné!

A. B.

Schůze výkonného výboru N. J. S.

New York, dne 19. září 1898. — Schůzi zahájil starosta br. Al. Wokal. — Nepřítomni bratři Vozáb a Chrastil. Br. Vozáb omluven nemocí v rodině. — Suspendovaná jednota z Racine, Wis., oznamuje, že trvá na svém odstoupení. Jednatel oznámí též jednotě, že odstoupení její nelze uznati po tak dlouho, dokud se nevyrovná a neučiní li tak do šesti měsíců, že podle znění stanov bude musit býti vyloučena. — Dopis jednoty z Crete jednající o zaslání listin přijímacích přijat a jednatel žádané listiny zašle. — Knihkupec Šimáček z Prahy oznamuje, že objednané tělocvičné spisy zaslal dne 26. srpna a zároveň přikládá za tytéž účet, znějící na 62 zl. 78 kr. Firma Brodský a spol. přikládá rovněž účet za dopravu, pojištění, vymození atd. těchž knih z celnice na \$7.05. Usneseno oba účty vyplatiti, až zboží dodáno bude. — Přijaty a k vyplacení přikázány účty: br. J. J. Hrbka ze Cedar Rapids, jako soudce při závodech župy Západní, na \$20.25. Br. K. Štulíka co pořadatele "Sok. Am." za cesty a čas k závodům a ku sjezdu, na \$45.00. Br. J. Řihy co jednatele, za poštovné, express a jiné drobnosti od 7. června do 19. září na \$6.43. — Br. J. R. Jičínskýho co zapisovatele sjezdu na \$10.00 a br. Fr. Holuba co druhého zapisovatele též na \$10.00. — Expressní společnosti za dopravu knih a listin ku sjezdu a zpět na \$8.40. — Br. F. Liera co zapisovatele za telegram výk. výboru ku sjezdu \$1.13 a za soudcovské a počtařské listiny k závodům župy Západní na \$20.00. — Br. J. Řihovi co jednateli za cestu a čas ku sjezdu na \$116.00. — Br. Al. Wokalovi, co starostovi, za cestu a čas ku sjezdu na \$121.00. — Poněvadž zápisy sjezdové dosud nalezají se v tisku, prohlášeno, že nelze dle nich se ještě řídit a schůze skončena. F. Lier, zapisovatel.

New York, dne 3. října 1898. — Starosta, br. Al. Wokal, zahájil schůzi. — Nepřítomen br. Jahoda. — Zápis o minulé schůzi po přečtení přijat. — Br. Chrastil sděluje, že do minulé schůze dosta-

viti se nemohl, poněvadž pozvání ku schůzi obdržel příliš pozdě. — Br. Janisch ze St. Louisu sdělil poštovním listkem, že jízdní listek soudce Ant. Pešouta k závodům a zpět stál \$10; k dotazu jednatele, za kolik dní žádá br. Pešout náhradu, dosud nedošla. — Přijaty a k vyplacení přikázány účty soudců za jízdné a čas: Fr. Zelený z Bruna na \$12.80; B. Ninger z Humboldt na \$12.00 a J. B. Jeništa z Crete na \$11.25. — Br. Ant. Šusterka z Detroit žádá o duplikát diplomu závodního, jenž mu k poškození přišel a nabízí se nahraditi výlohy tím vzešlé; jednatel žádaný diplom zašle. — Výbor jmenovaný k vyšetření záležitosti Julia Veverky z Filadelfie sděluje, že všechny zaslání dopisy i výstřižky z novin záležitosti té se týkající přečetl a navrhuje výkonnému výboru, aby sporem tím se nezabýval. Návrh svůj podporuje míněním, že snadno by se mohlo státi, že nespokojenci v jednotách, povzbuzeni tímto příkladem, k výkonnému výboru stále hustěji o urovnání sporů by se obraceli, čímž harmonie mezi výkonným výborem a jednotami by se rušila. Každý člen nechť vyřídí si záležitost svou doma, ve své jednotě. Dále poukazuje výbor k tomu, že stanovy N. J. S. dávají výkonnému výboru právo k zakročení teprve tehdy, když podá protest člen již vyloučený, čehož v tomto případě není. Zpráva výboru se přijímá a záležitost považuje se za ukončenou. — Jednatel, podávaje svou zprávu, sděluje, že učinil rozpočet cen na knihy, jež od knihkupce Šimáčka z Prahy dodány byly a cenník uveřejněn bude mezi oznámkami v Sok. Am. Dle toho cenníku budou si moci Sokolové knihy objednávat. Za knihy vyplaceno bylo knihkupci Šimáčkovi \$25.80 a za dopravu, vymození z celnice atd. firmě F. Brodský a spol. \$7.05. — Plzeňskému Sokolu v Chicagu jednatel oznamuje, že dle usnesení sjezdu byla musměnka na dlouhou částku na dva roky prodloužena a žádá o směnku jinou, dle toho vystavenou. — Do Duchcova tamnímu Sokolu oznamuje, aby přihlásil se o 24 zl. 47 kr. u knihkupce Šimáčka v Praze. Částku tu u výkonného výboru ve prospěch jednoty duchcovské složila jednota baltimorská a k vůli usnesení sjezdu byla musměnka na dlouhou částku na dva roky prodloužena a žádá o směnku jinou, dle toho vystavenou. — Do Duchcova tamnímu Sokolu oznamuje, aby přihlásil se o 24 zl. 47 kr. u knihkupce Šimáčka v Praze. Částku tu u výkonného výboru ve prospěch jednoty duchcovské složila jednota baltimorská a k vůli usnesení sjezdu byla musměnka na dlouhou částku na dva roky prodloužena a žádá o směnku jinou, dle toho vystavenou. — Jednatel předčítá vyhlášku na zhotovení 5000 stanov N. J. S. S malou změnou vyhláška přijata a má býti uveřejněna v Sok. Am. Dále předčítá vyhlášku na tisk Sok. Am. I tato s malým dodatkem přijata a má býti uveřejněna v říjnu a v listopadu v Sok. Am. — Dle usnesení sjezdu má se výk. výbor starati o získání nesdužených jednot. Jednatel předčítá svolání k tomu cíli směřující, jež přijato a které v Sok. Am. uveřejněno bude. — Jedná se o oblekové komisi, jež z nařízení sjezdu má býti zřízena. Starosta jmenuje do komise bratry Brodila, Pavlika a Řihu, kteří ve schůzi přišli zprávu podají. — Sjezd provedl nové rozdělení žup a upravení majetkových poměrů ponechal výk. výboru. K tomu cíli dopíše jednatel všem župním výborům, aby co nejdříve možno podaly výkonnému výboru výkazy svého jmění hotového i co mají na dlužích. — Jednatel upozorní všechny jednoty, že dle usnesení sjezdu všichni členové, tedy i přispívající, musí náležeti k N. J. S. — Vzato k vědomí usnesení sjezdu, že výkonný výbor má být rozšířen z 9 na 11 členů a usneseno, by jednota newyorská vyslala do výkonného výboru 7 členů, jednota morrisanská 1, long-islandská 2 a brooklynská 1. Poněvadž úřad jednatele pro N. J. S. u všech jednot byl zrušen, upozorní jednatel všechny jednoty, by jednatele nevolily, alebrž oznámily výkonnému výboru jméno a adresu činovníka, kterého k vyřizování záležitostí mezi svou jednotou a výkonným výborem ustanovily. — Ve smyslu usnesení sjezdového mají být upozorněny též všechny sbory, by staraly se o zakládání sborů Sokolek. — Poněvadž volba pořadatele listu usnesením sjezdu opět svěřena výkonnému výboru, otáče se jednatel br. K. Štulíka, zdali by místo pořadatele opět přijal. — Všem jednotám má být dopřáno o nové úplné adresáře všech členů, jež mají být výk. výb. zaslány do Nového roku, a o udání času schůzí; čas schůzí každé jednoty má být uveřejňován v Sok. Am. — K návrhu jednatele jmenování bratři Lier a Wokal do výboru, jenž má porovnáti rukopis stanov se zápisy sjezdovými, aby nevloudila se do stanov nějaká nesrovnalost. — A. Tesař, co bývalý náčelník N. J. S., podává účet na \$1.04 za poštovné za dobu do sjezdu. Účet přijat a přikázán k výplatě. — Po usnesení, aby náčelník N. J. S. byl vyzván, by dostavoval se do schůzí výkonného výboru, schůze skončena.

F. Lier,
zapisovatel.

Příjem a vydání N. J. S. v měs. srpnu a září 1898.

Příjem.

Srpen 1.	T. J. S. Fugner v L. I. City za II. '98.....	\$14.00
	T. J. S. v Brooklynu za I. '98	3.00
4.	T. J. S. v Milwanke za II. '98	23.30
	T. J. S. Budivoj v Detroitu za II. '98	12.10
8.	Sok. Slov. Lípa v Chicagu, dopl. za I. '97	6.00
	za II. '97.....	41.00
	za III. '97.....	40.30
	spl. na IV. '97.	35.20
	T. J. Sokol v East Islipu za II. '98.....	3.20
	přepł. na III. '98.....	40
9.	V. Kasalický v Chicagu za 9 Výprav do Paříže..	90
13.	T. J. Sokol v Little Ferry dopl. na II. '98.....	1.40
15.	„ „ v St. Louisu dopl. za I. '98	27.70
	spl. na II. '98	22.30
	„ „ v New Yorku spl. na III. '98	50.00
	Plzeňský Sokol v Chicagu dopl. na IV. '96	19.70
	spl. na I. '97.....	30.30
	Dr. K. Štulík v Chicagu za ohlášky.....	20.25
	T. J. Sokol v Prague dopl. na II. '98.....	3.50
	přepł. na III. '98	3.00
17.	Sokol Čech v Clevelandu za I. '98.....	35.30
19.	T. J. Sokol v So. Omaze dopl. na I. '98	8.30
	spl. na II. '98	1.30
	„ „ v St. Louisu dopl. na II. '98.....	9.70
22.	Dr. K. Štulík v Chicagu za ohlášky	43.50
24.	Josef Hudrlík, Hazen, Ark., na Sok. Am.50
	Dva předplatitelé z Čech	1.20
	Sokol Tyrš ve Verdigre, Neb., taktéž50
Září 2.	T. J. S. Český Lev v Oxford Junction,	
	dopl. na IV. '9778
	za I. '98.....	3.00
	za II. '98.....	3.00
22.	Dva předplatitelé z Čech na Sok. Am.	1.28
	T. J. S. Karel Jonáš v Abie, dopl. na II. '9860
	za III. '98.....	9.00
	„ ve Wilson za III. '98.....	4.60
25.	Gust. Příbramský ve Filad. za Klenka, Hry II.25
	Úhrnem.....	\$480.36
	Hotovost z měsíce července....	1,516.10
	Úhrnem.....	1,996.46

Vydání:

Srpena 15.	Příspěvky na denní žákovskou školu tělocv.	
	Těl. Jed. Sokol v St. Louisu	\$50.00
	„ „ v New Yorku.....	50.00
	Plzeňskému Sokolu v Chicagu.....	50.00
	Pořadatel Sok. Am. za srpen.....	20.00
	Ústř. výb. župy Východní popl. z Westfieldu.....	2.90
Srpena 17.	Tiskaři Sok. Am. za srpen	98.95
Září 8.—Br. Fr. Holubovi v Chicagu, 2. zapis sjezdovému		10.00
„ 20.	Br. J. J. Hrbkovi v Cedar Rapids, soudci o závo-	
	dech v Omaze za cestu \$8.25 a 4 dny \$12	20.25
	Pořadatel Sok. Am. za září	20.00
	Témuž výlohy cesty k závodům a sjezdu v Omaze....	45.00
	Jednateli náhradou hotových výloh za poštovné, ex-	
	pres a pod.....	6.43
	Dru. Rudiš-Jičínskému, 1. zapisovateli sjezdovému....	10.00
	Jednateli náhrada expresného z knih atd. z New Yorku	
	do Omahy a zpět	8.40
	Témuž za lístek jízdní do Omahy a zpět a na útraty	
	dle usnesení sjezdu.....	116.00
	Starostovi N. J. S. taktéž	121.00
„ 27.	Těl. Jed. Sokol v Duchcově příspěvek od Sok.	
	Jed. Blesk v Baltimore	10.00
	Knihotiskárně F. Šimáčka v Praze za knihy dle účtu	
	na zl. 62.78	25.80

664.73

	Převádí se.....	664.73
	Firmě F. Brodský & Co. za výlohy s dopravou knih z	
	Brém atd. dle účtu	7.05
„ 28.	Fr. Lierovi za 3400 výt. Sok. Am. pro září, se 16	
	stránkovou přílohou, výpravou a znamkami.....	173.90
	Témuž za soudcovské a poštářské listiny pro závody v	
	Omaze.....	20.00
	Témuž za telegram ku sjezdu do Omahy	1.13
	Úhrnem	\$866.81

Příjem.....	\$1,996.46
Vydání.....	866.81
Hotovost.....	\$1,129.65
a sice.....	339.00 v bondech
	790.65 u banky a u pokladníka.
	\$1,129.65

* Obyčejný konec "slávy". Čteme v omažském Pokroku Západu: "Výbor pro pořádání českého dne v Omaze měl po zaplacení všech výloh přebytek přes \$100 a proto dal se fotografovati ve skupině za peníze složené na uspořádání českého dne a jestli něco zbyde, obdrží prý to hřbitovní spolek. Pochybujem, že toto jednání výbornu dojde schválení. Peníze, jimiž výbor vládl, byly určeny na krytí výloh českého dne a jestli co zbylo, bylo by patřičným, rozdělití to mezi spolky, jež vypravily velikým nákladem alegorické vozy a tak jim část vydání nahraditi. Jestli se chtěl slavný výbor dát slavně fotografovati, měl si za tu slávu také sám zaplatiti.

* Jest tomu málo přes rok, kdy budovaly omažské časopisy na tu bídu, s jakou zápasí česká svobodomyslná škola v Omaze. Chuděrka zkomírala nedostatkem a volala zoufale o pomoc — ale ani deset jich nebylo, těch, kteří by ji byli slyšeli — nu a ovšem — jaký také z takové zebračky zisk, ani hladový učitel se při ní nenají. — Ale na slávu, okázalosti, pozlátka, planý vlastenecký tlach, fánglíčky, na to měli macešští krajánci v Omaze peněz dost a dost a vynaložili jich co mohli, mnohý až na ten poslední cent, aby nahrnuli tisícovky do kapes boháčů, kteří rozebírali akcie výstavy. Český den v Omaze byl především reklamou výstavě, potom k osobnímu zveličení několika českých politikářů a na konec k ztučnění zisku železnic a sládků. Ani ta prchavá sláva, ten miziví lesk nebyl takový, jak časopisy vypisují, neboť vychvalují, aby sebe i jiným lichotili, aby se zavděčili, aby nečím tu marnivost bezpodstatnou odůvodnily a omluvily. Nežli se posledněmu tu omamující sláva z hlavy vykouří, bude už zase slyšet zoufalý nářek na ubohou českou svobodomyslnou školu. Svit.

* Po nedávné smrti dra. Vašatého v Praze psal chicagský "Denní Hlasatel": "Marnost nad marností," napadne člověka, když čte o smrti dra. Vašatého v Praze. Vašatý byl vynikajícím politikem a tudíž osobnost jeho poutá více pozornosti. Po celý život šetřil, správněji řečeno skrblil a lakotil, až se stal po celých Čechách pověstným. Od r. 1870 do 1891 provozoval právnickou praksi a za tu dobu nahromadil 500,000 zl. jmění. Ale jakým způsobem! Písařům platil po 75 krejařích denně a strhoval jim krejcar za každý zkažený arch papíru. Byl znám jako "řízný" advokát a mezi klienty jeho hlásili se mnozí draví lichváři pražští. "Hlas Národa" vypočítal mnoho případů, co sedláků se statků vyhnal anebo vyhnati pomáhal. Měl několik disciplinárních vyšetřování pro vydírání. Takovým způsobem nahromadil statistice, jež mu nikdy k žádnému užítku nebyly. Byl svoboden a pečlivě se uzavíral před celým světem. Krejcaru neutratil a ani na svou libůstku, národní účele, nikdy za živa slušnější částky nedal. Měl tisíce výmluv pro to. Svým chudým příbuzným se vyhýbal a i na smrtelné posteli se bál, že jej přichází okrást. Ještě před samou smrtí těsouci se rukou odstřihával kupy z bonďů a lékaři mu před očima museli všechny cenné papíry přepočítat, aby měl jistotu, že se žádný neztratil. A přece svému osudu neušel, jmění jeho přece přijde jeho příbuzným, které jen proto nenáviděl, že tak šetřil jako on neuměl. Na omluvu Vašatého dá se uvést jen snad to, že nebyl vyděračem o nic horším nežli Herold a jiní advokáti — lichváři pražští, bohužel vůdcové národa. Ubohý národ český! — Škoda, že Vašatých všelijakého druhu má český národ mnoho, a škoda, že i v Sokolstvu hrají vynikající někdy role ti, kteří nejméně v životě dle sokolských zásad se řídí, osoby, které jsou více než tyrané a vysavatelé jiných. Ten kdo má moc neb peníze, hlavně peníze, bývá někdy i v Sokolstvu stavěn jako zlaté tele před jině, aby se mu klaněli.

Konkurs.

Výkonný výbor Nár. Jed. Sokolské žádá

tisk Sokola Amerického na r. 1899,

ve formátě čtvrtkovém o 16 stránkách, velikosti 9x12 palcích, v obálce, na níž tištěny jsou různé oznámky. Papír dobrý, 76liberní (36x48); na obálku papír 32liberní (18x24) téže barvy a jakosti jako nyní. Písmo budíž ne širší než nyní, aniž větší; z většího, 10bodového (long primer) nesmí býti sázeno více než průměrem šest stránek do čísla, (čili 72 str. za rok), ostatní sázeno budíž z osmi bodového (breviern). Korrektura vyžaduje se dobrá, dvoji, druhá čtená dle rukopisů. V ceně nabídnuté zahrnuta budíž i výprava, t. j. každý měsíc psaní adres a provedení oznámených změn, balení, jakož i doprava na poštu a poštovné z váhy. Výlohy za poštovní známky na výtisky pro odběratele místní a evropské nahradí výk. výbor. Do 1. každého měsíce obdrží tiskař třetinu rukopisů, do 4. druhou třetinu, do 6. pátou šestinu a do 8. poslední část. Celá expedice musí být odbyta nejdříve do 15. každého měsíce a tiskař jest povinen na požádání předložiti výk. výboru expediční stvizenku poštovní. V případě nedodržení smlouvy vyhrazuje si výk. výbor právo vyhledati tiskáře jiného. Dle usnešení sjezdu má tiskárna uniová přednost. Nabídky na 3000 výt. zvlášť a na každé další sto rovněž zvlášť opatřené nadpisem "Nabídka na tisk Sok. Am. pro 1899" přijímá do 5. prosince t. r. jednatel výk. výb.

Josef Říha, 434 E. 58th St.,
New York City.

Konkurs.

Výk. výbor N. J. S. žádá

dobávku 5000 výtisků stanov,

v obálce z hladkého, bar. papíru 32liberního (20x25), na papíru dobrém, 38liberním, (24x36). Formát knížky 4x5 a půl pal. Písmo

10bodové (long primer). Korrektura dobrá, dle rukopisu čtená. Nabídky znějící na stránku dle nynější úpravy (vzorek na požádání se zašle). Tiskař povinen jest zaslati čtenou již korekturu s rukopisy výkonnému výboru a sečkati s tiskem, až bude mu zase vrácena. Dále povinen jest rozeslati stanovy sborům v počtu, jaký v. v. určí, zbytek pak dodati bez výloh výkonnému výboru. Náhradu poštovního nebo výloh expresních, rozesláním na sbory vzniklých zapraví v. v. zvlášť dle doloženého účtu. Stanovy musí do 14 dnů po vrácení korektur býti hotovy. Nabídky s označením "Nabídka na tisk stanov" přijímá do 5. listopadu jednatel výkonného výboru Josef Říha 434 E. 58th St., New York.

Čtenářům Sokola Amerického v Americe!

Žádáme slušně všechny zdejší čtenáře Sokola Amerického, by laskavě sdělili jednateli výk. výboru na adresu: Josef Říha, 434 E. 58th St., New York City, sídla tělocvičných spolků slovanských, a možno-li i místo, kde schůze konají, — pokud nejsou obsaženy v adresáři N. J. S. v Sok. Am. uveřejňovaném. Za jakoukoli zprávu ve smyslu tohoto provolání vzdáváme hned tímto povinný srdečný dík.

Výkonný výbor Nár. Jed. Sok. v New Yorku.

A. Wokal, starosta.

Josef Říha, jednatel.

Členové novi a vyloučení.

— Do Sokola "Slov. Lipa" přijati: Rud. Slavík, Jos. Kotzum, Otto Rothbauer; br. Ant. Lahoda zapravil své povinnosti a jest opět členem. Na zdar! Jindř. Hájek, taj.

— Ze sboru Sokol "Cleveland" vyloučení pro neplacení příspěvků: Jareš Fr., Tišler Jan, Hubený Josef a Týla Jan. — Po vyrovnání se odstoupili: Plevka Vojtěch, Hříbal Bedřich, Šrek Ant. a Friauf Frank. — Přijat: Ant. Ungr. Navrženi jsou: Jos. Dvořák a Jan Novotný. Na zdar! Fr. Skala, jedn.

ADRESÁŘ NÁRODNÍ JEDNOTY SOKOLSKÉ VE SPOJ. STÁTECH.

VÝKONNÝ VÝBOR NÁRODNÍ JEDNOTY SOK. V NEW YORKU:
Al. Wokal, starosta, 1 Skillman Ave., L. I. City, N. Y.; F. Vozáb, nám., 374 Rowson St., L. I. City; Jos. Říha jed., 434 E. 58th St. Fr. Lier tajemník, 410 E. 71st St.; Jos. Brodíl, pokladník, 336 E. 78th St.; Jan Pavlík, Ant. Jahoda, Fr. Chrástil, F. Kačerovský. Náč. A. Tesař, 1312 First Ave., New York, podnáč. J. Pavlík.

Župa Východní, sídlo v New Yorku.

Ústř. výb.: st. J. Beníšek, nám. A. Tesař, jed. Ant. W. Švarc, 258 Graham Av. B'klyn., pok. V. Hampl, náč. F. Martyny, 1457 Av. A, podn. V. Hampl a K. Řehoř, fin. výb. V. Křížek, K. Řehoř a F. Vančura. SOK. JED. BLESK Baltimore; jed. F. Štětka, ml., 809 N. Castle St. T. J. SOKOL Brooklyn, N. Y., taj. Ant. W. Švarc, 258 Graham Av. T. J. S. FUEGNER, L. I. City, N. Y., taj. V. Utratil, 392 Honeywell St. S. J. Svornost, Morrisania N. Y. F. Chrástil, 3320—3rd Ave. T. J. SOK. Newark, Al. Vlasak, 280 Hundrton St. T. J. SOKOL, New York; jed. Jos. Kuchař, 414 E. 71st St. T. J. SOKOL Westfield, Mass. Vinca Březina, 38 Cross St. SOK. JED. SLOVAN, Philadelphia Pa., L. A. Fischel, 1721 Alder St. T. J. S. BOHEMIA, Bohemia, L. I., N. Y., Fr. Weigel, jed. T. J. SOKOL, East Islip, L. I., N. Y., Fr. Tůma, taj. T. J. SOKOL, Little Ferry, N. J., Vác. Tůma, P. O. Box 11

Župa Západní, sídlo v Omaze, Neb.

Ústř. výb.: před. A. Kment, 1245 So. 15th St., taj. V. Šebek, 1407 So. 4th St., pokl. John Mather, další čl. výboru Rud. Havelka a Vác. Raba, Omaha. náčelník V. K. Tříska, 1911 Geyer Ave., St. Louis, podnáčelníci Franta Filip, Boh. Ninger. T. J. SOKOL ŽÍŽKA, Bruno, Neb.; taj. Vác. Proškovec. TYRŠ C. R. SOK., Cedar Rapids, Ia.; J. J. Hrbeč 1306 S. 2nd St. T. J. SOKOL, Crete Neb. taj. V. A. Souhrada T. J. SOKOL, Lincoln, Neb., taj. Mat. M. Štava. 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., Kar. Kratochvíl, taj. T. J. S. Milligan, Neb., A. A. Hamous, jed. T. J. SOKOL, Schuyler, Neb., taj. Josef Otradovský, P. O. B. 247.

T. J. SOKOL, So. Omaha, Neb. jed. J. Hofman. 373—21st St. So. T. J. SOKOL St. Louis, Mo.; jed. W. J. Janisch, 1802 Dolman St. T. J. SOKOL, Wilber, Neb.; taj. Jan H. Brt T. J. S. JIRÍ PODEBRAD, Clarkson, Neb., taj. Jan D. Wolf T. J. S. KOMENSKÝ, Humboldt, Neb., F. Kotouč, jr. T. J. SOKOL, Weston, Neb., taj. Alois Bilan. T. J. SOKOL, Prague, Neb., Tom. Vlasák, zap. T. J. S. KAREL JONÁŠ, Abie, Neb., J. D. Hasík. T. J. S. KAREL JONÁŠ, Wilson, Kansas; jed. J. W. Somer.

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. Šimandl, P. Straka, náčelník, 1317 Lloyd St., Milwaukee; podnáčelníci J. Zahorík, Milwaukee; O. Fryš, Detroit.

SOKOL ČECH, Cleveland, O.; taj. V. J. Štíbr, 2177 Wilson Av. SOKOL ČESKÝ ZÁBAVNÍ, Cleve., O., R. R. Hacha 28 Lapier Ave. SOKOL CLEVELAND, taj. Frank Skala, 158 Croton St. T. J. S. BUDIVOJ, Detroit Mich. J. C. Tobias 71 Home B'k Bldg T. J. S. PODLIPNÝ, Detroit, Mich.; P. Maršik, 499 Clark Av. ČES. AM. SOKOL Manitowoc, Wis.; taj. J. Hejduk, 708 Chicago St. T. J. SOKOL, Milwaukee, Wis.; H. Vrba, 621 Chestnut St. Č. A. JED. SOK., St. Paul, Minn., Ant. Jurka, 16 Douglas St.

Župa Chicagská, sídlo v Chicagu, Ill.

Noví úředníci župní na 1898: Náč. Ant. Haller 703 Allport St., podnáč. Fr. Hešik 135 Bunker St. a Vác. Lukeš 963 W. 18th St., pok. Fr. Sklenář 2907 Union Av. a taj. J. F. Holas 1108 Albany Av. KLATOVSKY SOKOL, Chicago; taj. Ant. L. Stejskal 928 W. 19th St. PLZ. SOK. Chic.; V. Leiner, 1119 Kedzie Av. Schůze 2. a 4. čtvrtěk SOKOL CHICAGO, Chic. jed. Jos. Plazek, 1044 Troy St. SOKOL SLOVANSKA LÍPA Chicago, Jind. Hájek, 133 W. Taylor St. T. J. S. ČECHIE Chicago; taj. Ant. Havlík, 525 Evergreen Ave. T. J. S. TYRŠ, Chicago, Ill. A. Tittl, 625 Laflin St. T. J. S. TABOR, Chicago, Ill., jed. Jan Vrástl, 1534 So. 41 Ave. T. J. S. VLASŤ, Chicago, Ill., Mat. Pešek, 183—28th Pl.

„Sokol Americký“, časopis Sokolstva čes.-amer. 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., 434 E. 58th St., New York.

Veškeré dopisy pro „SOKOLA AMERICKÉHO“ buďtež zasílány pořadateli.