

SOKOL AMERICKÝ.

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

Ročník XXI.

NEW YORK, 15. DUBNA 1899.

Číslo 4.

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

ORGÁN NÁR. JED. SOKOLSKÉ.

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

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

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

OBSAH.

Nevděčníci. — Sokol Americký. — Důležitost pěstování češtiny u mládeže pro věc sokolskou. — Soustava tělocvičná. — O tělocviku dospělých s hledišť lékařského. — Na čerstvý vzduch. — Nedostatek tělesného výcviku příčinou ztráty mnohého života. — Koza na dél. — Ze župy Východní. — Dopisy: Z Wilson, New Yorku, Chicaga, Clevelandu a St. Louis. — Různé zprávy. — Účetní zpráva jednatele N. J. S. za březen a drobná oznámení.

Nevděčníci.

Člověk jest živočich, nadaný velmi skrovnou zásobou vděčnosti a uznání. Paměť jeho jest obyčejně tak slabou a chatrnou, že zapomíná na dobro, jehož byl účasten a že odvrací se od toho, co dobrem mu sloužilo. I mezi námi jsou takoví, poněvač jsme přece stále jen lidmi jako jiní lidé, třeba bychom se někdy chlubil, že chceme být lepšími.

Není nás sice mnoho, kteří dovedli vytěžit ze sokolského tužení se značný užitek a prospěch, v něm vždy obsažený pro pilného a horlivého cvičence a dobrého Sokola, však i mezi tím skrovným počtem těch šťastných jsou takoví, kteří pohlížejí dnes na věc sokolskou a najmě tělocvičnou velice s patra, pokládajíce ji za věc malichernou, nicotnou.

Litujeme, že jsou mezi námi takoví nevděčníci, leč setkáváme se s nimi i chceme tuto malou zmínku o jednom z nich učiniti.

Nedávno ptal se br. Č., jenž jest učitelem tělocviku na vyšších školách v Chicagu, br. — řekněme X. Y., jak jeho hoch se ve škole drží. Br. Č. začal hochu chváliti, jak vyniká nad jiné ve cvičení, načež br. X. Y. mu odpověděl: "A co, o to já dám houby, co kluk dělá v tělocvičně, já chci vědět, jak drží se nahoře, v učení."

A takovýchto tatíků moudrých jest mnoho, velmi mnoho, jistě skoro 100 procent.

Co dají rodiče o zdraví a výviu tělesný svých dětí? "Houby!"

Pokud děti nestůňou tak, že musí být přivolán lékař, nestarají se mnoho o to, jak tělesně prospívají.

Její celou touhou obyčejně jest, aby jen mohly si děti jejich co nejdříve peněz a to co možná hodně peněz vydělati. Jestli tělesně krní a mravně za mnoho nestojí, o to se páni rodičové nestarají.

Počínají-li si tak rodičové, kteří o tělocviku z vlastní zkušenosti ničeho neví, nutno jim nerozumnost jednání jejich prominouti. Však ti, kteří sami zdraví své v mládí tělocvikem utužili, kteří v sokolském sboru položili základ k úspěšné své existenci, jsou slepci a velikými nevděčníky, když pokládají tělocvik za věc nedůležitou, nevýznamnou.

Jak pošetile takoví si počínají!

Zanedbá-li kdo cokoli v obyčejném školním vzdělání v mládí, má vždy dosti příležitosti ve věku pozdějším vše vynahradiť.

Jinak jest se zdravím, s vývojem tělesným. Zde nelze nahrazovati později, co v mládí, v době příhodné, bylo zanedbáno.

Člověk, jenž ví, jak má se mládež vychovávat, bude jistě větší váhu klásti na to, aby především prospívala tělesně, věda dobře, že to jí zajistí prospívání duševní.

Jest to všeobecná zkušenost, že právě ti žáci, kteří nejradši tráví volné chvíle v tělocvičně, a kteří ve cvičení vynikají, jsou také nejlepšími žáky ve své třídě.

Za našich dob školních nevyučovalo se tělocviku, však dobře se pamatujeme, že ti z našich spolužáků, kteří nejvíce a nejlépe hráli špačka, míč, kteří nejlépe uměli bruslit, nejlépe plovat, nejlépe kamením házet a nejrychleji běhat, bývali ve třídě své vždy mezi prvními. A k tomu dlužno dodati, že právě ti, kteří nejvíce času ztrávili venku na čerstvém vzduchu a při hrách, nejméně potřebovali času k tomu, aby se úkoly své naučili, kdežto ti, kteří nerozumnými rodiči byli drženi doma u knihy, nemohli své úkoly zmoci a byli ve škole mezi posledními.

A kolik takových, kteří tělocviku a tělocvičným hrám nevěnují dosti času a tím zdraví své si neutuží, vstoupí rádně připraveno v život, aby nesli bez pohromy namáhání, jichž při každém skorem zaměstnání bývá více než možno snést člověku slabého těla a slabých nervů.

Kolik takových tělesných slabochů klesá v hrob právě v době, kdy by ze svého přičinění žeň klidili — kolik takových opouští své rodiny právě kdy těmto nejvíce jejich podpory třeba.

Jak bývá jinak u těch, kteří pilně cvičovali v mládí, kteří hleděli si toho, aby vyrostli v silné, zdatné muže.

Mohli bychom tu příkladů uvést dost.

Postačí, poukážeme-li k tomu, že právě ti, kteří bývali nejlepšími cvičenci ve svém sboru, zajímají dnes v životě skorem bez výjimky slušné postavení, k němuž domohli se hlavně proto, že naučili se v tělocvičně vytrvalosti, a že osvojili si v bratrském kruhu sokolském povahu a chování, kterými možno si v životě jen přátel získávají.

A proto ti, kteří v životě domohli se úspěchu jen na základě řádné výchovy tělesné, měli by býti věci sokolské vděčnými, a měli by ji co možno nejvíce fedrovati.

Někteří tak činí, ne však všichni, jak výše uvedený příklad ukazuje.

Co dá některý o tělesnou výchovu svých dětí?

“Houby!”

Takovému doporučujeme, aby přečetl si v Sokolu Americkém (listopadové číslo m. r.) článek “Lékař ve škole.”

Článek ten psán byl vynikajícím, nedávno zemřelým drem. J. B. Hamiltonem v “The Journal of the American Association”, jehož byl redaktorem. Práví se v článku onom: “Kdy bychom byli nuceni a bychom rozhodli mezi školou bez hřiště a hřištěm bez školy, dali bychom přednost tomuto.”

A tak vyjádřil se lékař vynikající, jenž celý život svůj věnoval studiu člověka; nahlížel, že tělocvik jest pro mládež důležitějším než vše ostatní učení.

Ovšem nemůžeme očekávati, že by ten “vděčný Sokol”, který dá “houby” o to, jestli hoch jeho ve škole také cvičí aneb necvičí, vzal někdy Sokol Americký do rukou. Snad hš náhodou někdo na to co jsme tuto napsali, upozorní; kdybychom znali jméno jeho, učinili bychom tak sami.

Sokol Americký.

— Což pak dělá župa Střední?

Milý druh, Sokol Ant. Haller, cvičitel Plz. Sokola a Sokola Chicago, oženil se se Sokolkou Albínou Hulíkovou, členkou damského odboru Plz. Sokola. Gratulujeme.

— Radostných zpráv dovidáme se z T. J. Sokol v St. Louis a ze Sokola Čech v Clevelandu. Oba ty sbory mají tělocvičny své čisté, bez dluhu. Co příznivá okolnost taková znamená, ví každý, a zvláště ten, kdo pracoval neb pracuje u sboru, jenž má na bedrách tíži dluhu.

— Doba pořádání cvičitelského běhu N. J. S. v Chicagu příštího leta se blíží, však dosud skorem v žádném sboru není určen schopný člen, jenž bude posluchačem běhu toho. Jak již jsme se několikrát zmínili, bude běh cvičitelský podnikem pro každý sbor důležitým, i mělo by se tak všude naň pohlížeti a dle toho také jednati. Snad nebudou chtít v některých sborech teprve na poslední chvíli někoho sháněti, koho by do cvičitelského běhu poslali?

— V mnohých sborech, a máme za to, že ve většině platí si členové příspěvky své k Nár. Jed. Sok. zvláště, mimo členský příspěvek sborový. V případě tom jest sbor jen kolektorem a vybrané peníze odvádí pouze do

pokladny N. J. S. Podle toho jak opožděné jsou příspěvky sbory do pokladny NJS. odváděny, jsou buď nepořádnými platiteli členové aneb snad sbory, neboť jak ze zápisu o schůzích v. v. jest zřejmo, dluhují mnohé sbory povinné poplatky. Co nezaplatí se hned, v čas, to později platí se obtížněji, neboť pak dluh vzroste a větší obnos peněz vždy hůře se shání než malý.

— Čím dále tím méně se známe. Příčinou toho jest, že pořádáme většinou zábavy jen na výdělek, při nichž vzájemně se nepoznáváme. V každém sboru měli by k tomu přihlížeti, aby občas pořádány byly zábavy členské, při nichž by se jeden s druhým seznámil a tak by se opět vrátila stará bratrskost, jež nás k sobě tak pevně poutala a tím sbor pevným činila.

Dne 1. t. m. zemřel v Racine, Wis., Gustav B. Reisl, jenž byl po několik roků pořadatelem „Sokola Amerického”. Zemřelý byl po mnohá léta redaktorem „Slavie” i náležel tušíme k T. J. Sokol Mladočech v Racinu. Odešel v mužném věku 44 let, po životě plném práce a málo rozkoše. V Sokolstvu bude jména jeho vždy vděčně vzpomínáno co jednoho z prvých a předních pracovníků a zákopníků.

— Do příštího cvičitelského běhu N. J. S. není již daleko. Aby potkal se s úspěchem žádoucím, dlužno k tomu hleděti, aby posluchači v něm byli Sokolové způsobili, kteří opravdovou lásku k věci sokolské a hlavně k tělocvikovi chovají a kteří pevný úmysl mají řádnými cvičiteli se státi. Dosud neznáme jmen Sokolů, kteří běhu zmíněného účastni budou, ač bylo by na čase, aby v záležitosti té již něco určitého bylo učiněno. Na poslední chvíli věc tak důležitá by se neměla nechávati k rozhodnutí.

— Milý bratr W. J. Šedivec ze St. Louis táže se nás v dopisu svém: “Nuž, brzy-li pak vy chicagští se odhodláte ku kroku se spojení v jeden neb dva silné sbory? Rok od roku utíká a vy tam stále ještě nic.” To nás drahý bratře Šedivče špatně znáš, jestli těšil jsi se, že dozvíš se někdy o uskutečnění vhodného a téměř nutného spojení se některých sborů chicagských. Takhle rozdrobit je ještě na několik dalších sborů, k tomu již by se našli lidé ochotní, ale na spojení zatím jsme nevypěli.

— To zní skorem jako zpráva z jiného, než našeho všedního světa sokolského, co sděluje nám čilý br. Truneček z jeho sboru Sokola “Čech” v Clevelandu. V sboru tom dovedou odbývati zábavy, při nichž se nepije piva a při nichž se nekouří. Kdo nás dobře zná, skorem by tomu ani neuvěřil. A ještě něco pravdě nepodobného sděluje nám milý druh clevelandský, že sbor jeho pomýšlí na to, aby větší zábavy své jako plesy odbýval v jiné síni a nikoli v tělocvičně, aby se jimi cvičení nepřekáželo — a aby dobrých těch věcí bylo do třetice, dodává zmíněný bratr, že sbor jeho zamýšlí neobnoviti výčepnické povolení pro svoji síň na příště. Jak milý jsou nám zprávy takové. Jak těšíme se z toho, vidouce jak sbor sokolský vybavuje se z hospody aby mohl věnovat se lépe práci, jež mu co sboru sokolskému přísluší. Kéž dělo by se tak i jinde. Však doufejme, že dobrý příklad bude brzy a hojně následován.

— V minulém čísle zmínili jsme se o tom, že bylo by výhodno, kdyby dospělejší naši žáci a žačky tvořili kluby jakés, jež sami by si spravovali za přisvěcení svého cvičitele. Ze Sokola Blesk v Baltimore se sděluje, že zřízen při něm "Sbor malých Sokolů", složený ze žáků tělocvičné školy, i že hoši ti zdárně si vedou. Opatření jsou stejnojmenně i podnikají vycházky se svým cvičitelem. I u jiných sborů tušíme, že by se podobné zřízení osvědčilo.

— V programu socialně-demokratické strany americké čteme mimo jiné následující požadavek: „Zřízení obecních ústavů pro opatrování práce; veřejné koupelny a tělocvičny.“ — Nevíme, jestli se splnění požadavku toho dočkáme při známém vykořisťování a otročení lidu zdejšího, jenž až posud nese břímě své příliš trpělivě, tak že pánové, kteří mají v rukou moc, na jeho přání a tužby velmi málo dají. Škoda, že i v řadách Sokolstva nalezneme mnoho těch, kteří stávajícím hnusným poměrům odporu nekladou.

— V Chicagu jest výborná příležitost, aby sbory tamní předstihovaly se navzájem v horlivé činnosti. Příležitosti, a to vhodné, mají k tomu dostatek. Jak snadno mohou se scházeti k společným cvičením. Jak mohou při veřejných cvičeních vzájemně si vypomáhati a jak snadno mohou občas pořádati závody členstva cvičícího. Dosud všechna ta pěkná příležitost zůstávala nevyužitkována, ač jinak bývalo v letech minulých, kdy opravdu snažil se jeden sbor vyniknouti nad druhý. Doufáme, že v brzku dohoní Sokolové chicagští, co zanedbali.

— T. J. Sokol Tyrš v Chicagu těší se ze značného přírostu svého žactva. Má přítomně žáků a žačky mladších 14 let přes 100. Také žáků starších jí přibývá. Zásluhu o to má hlavně její cvičitel, Sokol V. Vinický, jenž povinnost svoji s nevšední svědomitostí a láskou zastává. Kdyby jen přibývalo také tolik cvičenců Sokolů, co přibývá žáků! Či budeme musit u všech sborů čekat, až co z mládeže si vychováme? Dočkáme se teprve z dorostu našeho hojnějšího počtu cvičenců pilných? Což ti dospělí a starší již skutečně jsou tak daleko pokročilí a tak vycvičení a otužilí, že jim žádného cvičení pro celý další jich život netřeba? Sotva!

— Jest asi málo sborů, jimž by peněz přebývalo. Snad nenašli bychom takový ani jediný. Za to však skorem všude peněz se nedostává, i bývá často těžko si jich opatřit. Pořádají se různé zábavy a výstavy a pod., aby peněz se získalo a při podnikcích podobných vydá se obyčejně mnoho a mnoho peněz a přece užitek pro sbor z velikého vydání toho bývá často jen malý. Máme za to, že bylo by mnohem výhodnějším kdyby členské příspěvky u sborů se zvýšily, čímž zvýšil by se značně příjem a to hlavně u sborů silnějších a byl by to větší příjem jistý, kdežto při zábavách na výdělek pořádaných utratí Sokolové peněz značně a přece jest z toho příjem pro sbor nejistý, ano stane se někdy a nikoli zřídka, že i sbor při zábavách takových peněžně ztrácí. Kdyby jen trochu bylo více obětavosti všeobecné, pak by se jistě nikdo proti zvýšení příspěvků nestavěl. Ve mnohých sborech stálo by to za to, aby o záležitosti této přemýšleli.

— Co platno jest cvičiti a tělo své různými cviky tužiti, když to, čeho v tělocvičně získáme, jinde nešetně promrháme. Jak mnoho jest těch, kteří domnívají se, že snad pitím piva, vína a kořalek se posilňují. A jak mnoho jest těch, kteří posilují se nápoji těmi až přes přiliš. Jaký to šeredný obraz, viděti Sokola pitím přemoženého. A vidíme takové, a žel někdy i často. Strídmost má zdobiti každého Sokola, každého bez výjimky.

— Jak činnost sboru sokolského závislou jest na cvičiteli, o tom častých a častých máme příkladů. Tam, kde jest řádný a horlivý cvičitel, tam také tělocvičná činnost u sboru bývá slušná a uspokojivá. Ochabne-li cvičitel, neb není-li dostatečným, obyčejně tělocvik u sboru jeho upadá. Z T. J. Sokol Čechie sděluje se potěšitelná zpráva, že v ní opět tělocvičná činnost se vzpružila a to přičiněním a horlivostí Sokola Fr. Pecivala, jenž se u sboru toho ve cvičení uvázal. Radujeme se z tohoto úspěchu.

— Špatné vysvědčení o horlivosti tajemníků sborových podává v t. č. na jiném místě Sokol Dag. Novák, redaktor časopisu „Svobodná škola.“ Praví, že zaslal časopis ten tajemníkům všech sokolských sborů, aby jej doporučili u sborů svých k odbírání, v případě odmítnutí by časopis zaslali zpět. Dle všeho nekonají naši činovníci své povinnosti, jak na Sokoly se sluší. A nevázne to takto jen někde, stává se to až příliš zhusta, jak příklad uvedený ukazuje. — O časopisu „Svobodná škola“ již jsme se zmínili, i doporučili jsme jej k hojně podpoře Sokolů. Jest to jediný časopis řízený v duchu svobodomyšlném pro naši českou mládež, jímž jedině možno na mysl a srdce našich malých působiti. Na rozšíření časopisu toho mělo by nám mnoho záležeti, neboť i činnost naše nese se k tomu, abychom zde uvědomění české a lásku k české věci budili a tužili.

— Turneři v St. Louisu uspořádali nedávno v tamním Coliseu veřejné cvičení, jemuž přítomno bylo přes 1200 diváků, a jehož výtěžek byl věnován fondu, z něhož mají se zakoupiti vhodné pozemky v hustě zalidněných čtvrtích města a na těchto pak zřízena budou hřiště pro mládež. Ze zpráv časopiseckých, jež nám byly zaslány o cvičení onom br. Šedivcem tuto uvádíme: „Skorem 1000 matek a dcer, oděných v úbor tělocvičný, prováděly ladné cvičení s tyčemi a kroužky.“ My k tomuto nedodáváme ničeho. Dále praví se v zprávě oné: „Činní turneři kroužili kužely, mužové to bělovlasí a statní, vousáci i hladkolící, všichni přes 30 roků starí, kroužili kužely velmi dovedně.“ K tomu my nedodáváme také ničeho. Čtenář domyslí se asi sám, co nám při čtení zprávy té napadlo.

* Příklad následování hodný. Ředitelství jistě lipské továrny postaralo se o to, aby mladíci u ní zaměstnaní mohli každodenně na volné prostoře hodinu odpoledne cvičiti. Nářadí mají s dostatek jak k tělocviku tak k hrám, i panuje na cvičišti každodenně oživlý život. Dozor a vedení obstarává, mimo učitele tělocviku, jeden starší muž tělocviku znalý. Doufá se právem, že z tohoto chvályhodného zařízení budou míti užitek obě strany, jak továrna tak i dělníci.

Důležitost pěstování češtiny u mládeže pro věc Sokolskou.

Chicago, 25. března 1899.

Bratři Sokolové!

Často dolétá mi k uchu stesk, že ten neb onen sbor trpí jakýmsi nedostatkem — ač často to bývá, že nedostatkem mladých sil. Je to vskutku pozoruhodné, že mezi tisíci českých jinochů najde se tak skrovné procento Sokolů. Přemýšlel jsem často, co toho příčinou a došel jsem k úsudku, jež vypisuji.

Vím, že každý bratrský sbor agituje v kruzích známých, vím, že každý bratr Sokol přemlouvá svého kolegu, aby stal se členem — a vše marné! Snad jedině dají se pohnout a jdou na to některé divadlo, neb zábavu a pak opět o Sokolu nevědí! Zdá se mi, že jest to přirozená vada mladého světa našeho, jemuž Sokol neskýtá takých výhod sportovních, jako kluby byciklistů atd. Však hlavní vinu za mezery v Sokolstvu nese netečnost dorostu k naší české řeči.

Slýcháme tak ty naše sloupy mluvit česky v zába-
vách, ve veřejném životě neb v domácnosti? Nikoli! Máme zde v Americe do dvou set českých škol svobodomyšlných a musíme doznati, že mnohé v pravém slova smyslu živoří pro nedostatečnou podporu finanční a pro netečnost rodičů, kteří děti své raději pobíhají nechají po ulicích, nežli by je do české školy — třeba na hodinu — poslali. Kde dítě má se naučiti český jazyk ctiti a znáti, když otec na dítě nedohlédne aneb příležitosti mu k tomu nedá! Hoch vyroste, seznámí se s hochy jinonárodními — a už je Amerikánem — stydí se mluvit česky u přítomnosti jinonárodovců. Těchto případů jest na 80 procent! A pak přiměti tohoto jinocha k vážné myšlence Tyršově a Fuegnerově!

Zhusta se stává, že většina členů sokolských jednot jsou staří čeští osadníci, kteří již ve své vlasti, před lety, byli členy Sokola. Tito členové mají dobrý úsudek o věci, starají se o Sokol, ale mnohdy sklamáni odchází do pozadí, aby nikdy více na pole národní nevstoupili. A co toho příčinou? Staří Sokoláci mnohdy domnívají se v každém případě pravdy mítí, jsou voleni do úradů spolkových, mladí jsou ignorováni — a tu opět mladí chtějí dokázati poctivou snahu svou, brojí proti starým — a následek je na bíledni.

Někdy opět najde se "štěnice" sborová, — vskutku jest tomu tak, bratři — která kope, kope, až buď dobré věci rozkope, aneb sama vykopnuta jest. Též slávo-
mam mnohde zavládne — a při všech těch vadách nelze Sokolu mohu-
tuěti.

Však aspoň jednomu dalo by se odpomoci. To jest případ prvý. Pěstujte při dítkách vám svěřených čes-
skou řeč. Jedině tím můžete zabezpečiti, aby ze Sokola nestal se nějaký zábavní sportovní klub. Pošlete dítky do českých škol svobodomyšlných — třebas na několik hodin. Též je tu jeden český svobodomyšlný list pro mládež naši, podporujte jej a předložte dětem, aby i v četbě jim přiměřené vzdělávati se mohly, časopis ten zasluhuje zmínky a doporučení. Jmenuje se "Svobodná Škola" a vydáván je Sborem Zástupců pro dobro svobo-

domyslných škol v Chicagu. Účel je patrný — ale též pohříchu musíme doznati, jaké netečnosti vůči listu tomu mezi námi se nachází. Vím, že i list na jednoty sokolské byl poslán s vyzváním, aby tajemníci předložili jej sboru, a v pádu, že by jej sbor nechtěl, aby jej opět vrátili. A v řadách celé jednoty sokolské našlo se — deset odběratelů a ani jediný tajemník nezaslal ani dopisu, ani časopisu zpět.

Bratři, chceme-li, aby kruh náš byl zvětšen, jest třeba práce mezi dětmi našimi a to docílíme školou, dobrou četbou a osobním působením na dítky, aby nebyla jim řeč mateřská lhostejnou. A získáme-li pro sebe děti, máme v rukou budoucnost Sokola! A že budoucnost Sokola žádnému upřímnému bratru není lhostejnou, o tom nepochybuji. Na zdar!

Fr. Dag. Novák, Ph.

* Vzdělávací běh České Obce Sokolské. V lednu a v únoru konaly se tři přednášky. Účastenství při všech bylo slabé. V policejním obvodu pražském jest 25 jednot asi se 6,500 členy, nečítaje ženy. Ku přednášce br. Dra. Scheinera dostavilo se jen 85 bratří a 38 žen, ku přednášce br. Dra. Panýrka 42 (!) bratří, ku přednášce br. Čížka 39 (!) bratří. Půjde-li to tak dále, nepozastavíme se nad tím, když při poslední přednášce přítomen bude jenom řečník. Když v kruzích sokolských a k tomu v Praze jest taková netečnost, jak potom máme se diviti, že v ostatních vrstvách národa českého — až na dělnictvo — dopadá to ještě hůře? Potom se starejte o vzdělání členstva!

V. K.

* Zavádění tělocviku jako povinného předmětu na rakouských gymnasiích se šíří. Až dosud zaveden jest tělocvik jako povinný předmět na 27 státních gymnasiích s 10,101 žákem, z nichž osvobozeno 487 žáků a na 6 soukromých gymnasiích s 774 žáky, z nichž osvobozeno 43 žáci. Celkem tedy na 33 gymnasiích s 10,875 žáky z nichž osvobozeno 520 žáků. Počet žáků od tělocviku osvobozených není úplný, poněvadž ho některé ústavy neuvádějí. Na soukromém gymnasiu "Seminarium Vincentinum" v Brixenu cvičí všech 278 žáků. Celkem má Rakousko 192 gymnasia a teprve 17 procent z nich má tělocvik povinný. Poněvadž se však při každé školní budově nově stavěné zřizují též vyhovující místnosti pro tělocvik, možno pevně doufati, že bude časem všude zaveden tělocvik povinný. Lépe se to má s tělocvikem na školách reálných, jichž jest 92 a jen ještě 6, t. j. 6½% nemá povinného tělocviku. Na těchto 6 reálkách cvičí z 1955 žáků jen 962, t. j. 49 procent žáků. Též na odborných školách si tělocvik klesá cestu. Mezi těmito na prvním místě sluší jmenovati "Vyšší státní průmyslovou školu" v Bělici, kde jest tělocvik již od r. 1896 jako předmět povinný zaveden. Dále ze 17 vyšších odborných škol jest na 5 pravidelný tělocvik zaveden. Námořnické školy dostaly počátkem školního roku nová nařízení, dle nichž se má bráti velký zřetel na loďní zdravotědu a tělocvik. Konečně mezi 100 c. k. odborných škol pro jednotlivá průmyslová odvětví stojí na prvním místě odborná škola pro řezbáře a kamenníky v Hořicích u Král. Hradce, kdež z 56 řádných žáků cvičí čtyřicet pět.

Soustava tělocvičná.

Napsal Ferd. K. Schnepf.

Pokračování.

Předvedení těchto dvou soustav německých, mělo za účel jediné to, bych stručně ukázal povšechnou náladu tělocvičnou v Německu, jež zásady Jahnovy přivlastnila si pro tělocvik spolkový, zásady Spiessovy pro tělocvik školský, a ke srovnání s náladou našich snah tělocvičných povzbudil, ježto u nás pro tělocvik ten i onen po většině slouží zásady soustavy naší sokolské — pokud snad nám jedovatý dech školské soustavy německé, což zásluhou „šplhaveců“, neotravuje zdravou naši podstatu tělocvičnou ve školských poměrech. (Pokr.)

Švédská soustava tělocvičná poskytuje docela zvláštní motiv ne-li originelní typ cvičebních soustav; je rázu povšechně lékařského a proto pro chorobné, třeba v míře nejmenší, se hodící, avšak pro tělocvik ostatní naprosto kusou, nevhodnou a nepodstatnou. Původcem jejím jest švédský kapitán Petr Jindřich Ling, jenž seznav prospěch a užitek pohybů vůbec, oddal se cele snahám tělocvičným a vytvořil, opíraje se o podklad a zásady anatomické a fyziologické, soustavu, obsahující ve svém rozdělení tento postup:

- Tělocvik: 1. Paedagogický či vychovávací,
2. vojenský či branný,
3. medicínální či zdravotní (lékařský)
4. aesthetický či krasovědný.

Gymnastika paedagogická je Lingovi prostředkem, aby člověk své tělo, své pohyby a činění vlastní vůli ovládal.

Gymnastika vojenská slouží mu za prostředek získání sebeovládání pomocí zevních věcí t. j. zbraní čili též tělesnou silou, na základě vůle jiného i vůle vlastní.

Gymnastika lékařská slouží člověku pohyby, buď pomocí vlastní, buď cizí ve vhodné poloze prováděnými, mírati nebo docela odstraniti příznaky nemoci nebo chorobu, abnormními okolnostmi povstalou.

Gymnastika aesthetická má býti prostředkem k získání vnějších vlastností tělesných, majících tlumočiti vnitřní bytí, povahu, myšlenky a názory čili k dosažení tělesné a duševní rovnováhy při chování. Povšechná theorie Lingovy soustavy shrnuje se v tělesných cvičích na základě shody zákonů lidského organismu. Cvičení provádějí se vzhledem k chování se těla; rozbor jich jeví se v postupu:

1. Cvičení **aktivná** (subjektivně): cvičenec koná pohyby sám t. j. účinem vlastní síly a jejího působení.
2. Cvičení **dupliková** (objektivně aktivná) cvičenec síle jiného odporuje vlastním úsilím;
3. Cvičení **passivná** (subjektivně): cvičenec nechá si pohyby konati jiným čili cvičitel sám hýbe údy cvičencovými (mechanické pohyby).
4. Cvičení **objektivně-passivná**: cvičenec usiluje pouze vnitřní podstatou vůle proti jinému.

Z těchto vývodů vzniklo svrchu psané rozdělení na čtyry hlavní zrůdy soustavy Lingovy, kterémuž sice dlužno přičísti po jedné stránce důležitosti významné, po stránce druhé však též jisté malichernosti resp. malé účinnosti; neboť tím, že bera ve všem všudy téměř na-

prосто ohled na působení a činnost kloubů, svalů a vůbec částí těla (což dopodrobna stanoviti působí i odborníku potíže) vynechal množství, ovšem dle jeho domněni nepatrné váhy, důležitých cviků zvláště se zřetelem k náradí, které mu slouží pouze za výpomoc pro polohy a pohyby; patrně tedy, že dle našeho smyslu švédská soustava výhradně skoro na cvičení prostá se obrací, tlačíc cviky náradově do pozadí dosti temného.

Soustava tato ujala se však přese vše v Norsku, Rusku a Finsku, ba částečně i v Německu a v Anglii. Zmíniv se stručně o soustavách těchto, přecházím k soustavě české, podotýkaje předem, že tělocviku našemu v zárodku předcházel moderní tělocvik německý jmenovitě na náradí, jež je původu novějšího a před Němci dosud tělocviku užíváno nebylo.

Česká soustava cvičební, již důmyslně vytvořil genialní náš harcovník na sokolské roli, Dr. Miroslav Tyrš, budována, ať ze stanoviska praktického, ať důvodného, ať methodického, ať jiného, velice vhodně a podstatně, potřebám národního a ideálního tělocviku našeho přiměřená a, třeba na moderním hnutí německém začátky postavivší, přece tak samostatná, ryzí a původní, ba můžeme říci od cizích emancipovaná, že hodnota její i podle všeobecných požadavků jsouc souzena, je nemalé ceny a současně nad druhé vynikající, obsahující veškerý material tělesných cviků i vzhledem k nejmodernějším požadavkům tělesného vzdělání a obsahu urovnaný, jak pro methodický tak praktický pojem příhodný; jsouc přehledná a snadná k pochopení i pamatování, má mimo tyto a ostatní různé výhody naprosto původního ducha kombinačního — praktiku sestavovou, s kterouž se nikde v tak výborné podstatě neshledáváme a která pro praktickou vyučovací výchovu zvláštní cenu chová.

Než uvedu rozdělení hlavní a soustavy vůbec, zmíním se dle slov Tyršových základů stručným odůvodněním základních rysů rozvržení toho.

Veškerá cvičení tělesná lze vykonati buď bez pomoci, buď bez odporu spolucvičenců jiných anebo buď pomocí, buď při odporu jejich. V obojím pak případě sluší rozeznávati, zda provádění cviků beze všeho zvláštního přístrojí nebo náradí podniknuto býti může, nebo zdali takových jest k nim zapotřebí. (Vzpomeň na hmotnou pomůcku jako zevní okolnost při všeobecné úvaze o soustavě v předu.) Přičiníme-li k tomu ještě rozdílením, že náradí může býti buď pevné, takže pohyby na něm nebo přes ně se dějí, buď pohyblivé, takže náčiní to zvedáme, jím házíme, kroužíme nebo s ním vůbec cvičíme, naskytnou se nám tyto odbory cvičení:

- I. Cvičení bez náradí, bez pomoci a bez odporu jiných.
- II. Cvičení náradová.
- III. Cvičení jen pomocí jiných.
- IV. Cvičení úplná.

To jsou nejširší části naší soustavy a jmenujeme je: cvičební odbory, jež dělíme na třídy, odvětví a dále druhy, způsoby a posléze tvary.

Rozvržení látky cvičební na odbory, třídy a odvětví děje se v ohledu povšechném bez zřetele na podrobnější obsah. Při stanovení odborů a tříd vedeme si dle zá-

kladní zásady, při stanovení odvětví hledíme rozvádění, při čemž jest důležitá vnější okolnost, jako hmotné pomůcky, náradí atd., resp. hmotný prostředek, pomocí jehož přemožení soka se udá.

Odbory dělíme na třídy a to hlavní i vedlejší.

Na příkladě znázorněno :

Odbor :

Cvičení nářaďová :

Třída hlavní : Cvičení s náradím.

Třída vedlejší : Cvičení s kužely.

Dále v dělení následuje odvětví. Co zoveme odvětvím? Souhrn cviků v jednotný, uzavřený celek sřaďený a na jednom náradí provedlivý — na příklad :

Odbor = cvičení nářaďová.

Třída = cvičení na náradí.

Odvětví = cvičení na hrazdě.

Druhy cvičební a to nadřizené a podrizené uvedu ihned na příkladě pro zřejmost postupu dělivého ; bližší o nich ve zvláštním odstavci dále.

Třída : Cvičení na náradí.

Odvětví : Cvičení na bradlech.

Nadřizený druh : Mety.

Podřizený druh : M. zánožmo.

V rozřazení druhů cvičebních leží velká váha, jež na hodnotu soustavy celé má značný účinek, zejména ve vztahu na praktičnost, methodičnost, přehlednost a po té ve vztahu na přesnost a jasnost.

Tim dostáváme se až na prvky cvičební po druzích následující jako jich část ; příkladem stůž :

Druh nadřizený : Mety.

Druh podrizený : M. zánožmo.

Prvek : Výšvih, kolo, přeskok atd.

Nyní jsme u způsobů a tvarů, ze sebe vyvěrajících.

Na příkladu názorně :

Prvek = výsed.

Způsob = z podporu, po předu, na krk.

Tvar = výsed (únožmo) z podporu (v zadu) po předu na krk.

A tak měli bychom pojednati o sestavách či kombinacích ; o těch však jako o předešlém, druhy počínaje, dále a zevrubněji.

Přistupuji k rozdělení odborů a bližšímu.

Odbor I.

má dvě třídy :

A. Cvičení prostá. B. Cvičení pořaďová.

Prostá : 1. Prostná ; 2. Různosti.

Pořaďová : 1. Útvarová ; 2. Reje.

Cvičení prostá pro každého o sobě bez náradí vůbec provedlivá ať na místě, s místa i jakkoli.

Prostná : prostá zvláštního rázu aesthetického v podstatě a z pravidla více cvičenci soudobně za příčinou úhlednosti celku prováděná.

Různosti : prostá z pravidla jednotlivě pro neschůdnost konaná, z úhrnného rázu prostných se vymykající.

Cvičení pořaďová, při nich jednotlivěc jako úd většinou 1 oetu členů, úžeji spolu svuisících v spořádané je-

dnotě, této činnost svou podrizuje a soudobně s ostatními více jako celek než jedinec působí.

Útvarová dějí se za účelem rychlého ovládnání a uspořádnání veškerého celku v určitý řaďový tvar a to na místě, s místa, na pochodu, snad i klusu.

Reje : zvláštní druh pořaďových z pravidla v pochodu dle aesthetických pravidel řaďená a malebně do celku prováděná.

Odbor II.

má dvě třídy :

A. Cvičení s náradím. — B. Cvičení na náradí.

Cvičení s náradím honosí se těmito odvětvími :

a) Cvičení s činkami,

b) „ „ tyčemi,

c) „ „ batonem,

d) „ „ kužely,

e) „ „ břemeny,

f) „ u vrhu a házení (cv. s míčem, krychlí, kouli, oštěpem, toušem atd.)

Cvičení na náradí mají tato odvětví :

a) Cvičení skoků (s použitím švihadla, můsteků, přes laťku, drát neb motouz, o tyči),

b) „ na koze (na šíř i dél, přeskoky),

c) „ „ koni bez madel (na šíř i dél, přeskoky atd.),

d) „ „ stole (na šíř i dél, přeskoky, skoky a mety skočné),

e) „ „ koni s madly (na šíř),

f) „ „ bradlech,

g) „ „ žebřících (váhorovném, šikmém a kolmém),

h) „ „ hrazdě,

i) „ „ kruzích,

j) „ „ hrazdě visuté,

k) „ „ kolovadlech,

l) „ „ šplhadlech,

m) „ „ kladinách,

n) „ „ kouli,

o) „ „ chůdách atd.

Odbor III.

nemá tříd, jen odvětví.

1. Skupiny a cvičení skupinová.

2. Hry.

Odbor IV.

nemá tříd, dělí se na odvětví.

1. Cvičení odporu (prosté, pomocí tyče a lana, přetahy).

2. „ rohování (soupeřivé).

3. „ zápasu.

4. „ šermu (šavlí, končířem atd.)

O c v i č e b n í c h d r u z í c h .

Druhy cvičebními nazýváme výkony tělocvičné, jež k jednomu odvětví jsouc čítány dle jistých známek, všem společných, v určité skupiny srovnati se dají.

Ku př.: Vzepření jsou z druhů náležejících k odvětví cvičení na hrazdě, podobně obraty jsou z druhů, náležejících k odvětví cvičení prostná atd.

Leč druhy vůbec patrný jsou zvláště při cvičení na náradích a seznáváme jich dvanácte jako nadřizovaných-hlavních, mezi sebou vespolek zúplna vylučným poměrem se nesoucích. Slovou :

1. Vis. 2. Podpor. 3. Sed. 4. Ručkování. 5. Komihání. 6. Obraty. 7. Výmyky. 8. Vzepření. 9. Přemyky. 10. Toče. 11. Mety. 12. Výdrže. Podstatné vysvětlení druhů je asi toto :

1. Vis. Visem slove nám druh cvičení, v němž tělo zavěšené buď zcela nebo částečně pod náradím se nalézá.

2. Podpor. Cvičení, při němž tělo o paže se opírajíc, jimi nad náradím se udržuje, jmenuje se podpor.

3. Sed. Spočívá-li tělo některou stranou stehem neb hýždí na náradí neb ploše jakés tak, že trup nad nimi se zdvihá, sedí čili vykonává sed.

4. Ručkování. Posunujeme-li tělo z pravidla ve visu neb podporu se nalézající pomocí rukou ve směru podélné jeho osy, ručkujeme.

5. Komihání. Kývavý pohyb těla ve visu nebo podporu — částí dolů směřující — a to kol osy ramenní neb náradové, zove se komiháním.

6. Obraty. Otočení (otoč) kolem neb kol podélné osy těla, sluje obratem.

7. Výmyky. Přejít z visu do podporu přes osu náradí nohama a trupem napřed pomocí přitažné síly a vysunutí, nazývá se výmyk.

Pokračování.

O tělocviku dospělých s hlediště lékařského.

(L'exercice chez les adultes.)

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

Pokračování z říjnového čísla 1898.

II.

Pochopili-li jsme dobře úkol, jaký má v lékařském tělocviku švédském pomocník čili "gymnast", snadno též pochopíme, že se tento pomocník dá nahraditi mechanickým motorem. A tak se to má skutečně v gymnastické soustavě sestavené jedním švédským lékařem.

Doktor Zander ve Stockholmě vymyslel dva druhy strojů: jedny jsou určeny k činnému cvičení svalů, druhé k sdělování rozdílných pohybů těla, jež se snášejí trpně. Tyto stroje jsou dosti složité, ale princip jejich jest prostý.

Stroje, kterými se vykonává činný tělocvik, sestávají podstatně z posuvného závaží na páce, které se sděluje pohyb zvedání pomocí rukojetí, pedálu, lenochu atd., dle části těla, jež se má cvičení podrobiti. Úsilí se může nemocnému ukládati po dávkách, posunuje-li se závaží dle stupnice a rameno páky, tvořící stupnici, libovolně se prodlužuje nebo zkracuje. Soustředění práce v některé svalové skupině snadno se zjedná dodáním žádoucího držení těla a užitím protiváhy na tu neb onu část těla neb údů, jež chceme cvičiti. Tyto stroje se pohánějí buď v stoje nebo v sedě, nebo ležmo. Řemeny, které se připevní k některé krajině těla, otvory, ve kterých se zachytí některý oddíl údů, umožňují pojistiti nehybnost krajiny, jež se k práci přidružiti nemají. Vše jest

konečně tak zařízeno, aby úsilí, jemuž závaží činí odpor, bylo omezeno na žádoucí svalovou skupinu a všeliká synergie aby byla potlačena.

Stroje určené k vývozování trpných pohybů nejsou poháněny nemocným samým, nýbrž hnané parou sdělují tělu a údům nemocného rozdílné období pohybů. Při nekonečných prostředcích mechaniky mohl vynálezce a vzdělaný anatom v jedné osobě vynalézt prostředek ku všestrannému pohybování kloubů pomocí těchto strojů. A také stroje Zandroy provádějí všechny pohyby, jež intelligentní pomocník umí vtisknouti rozdílným částem těla a i některé pohyby zvláštní, jež pomocník provésti nedovede.

Stroji se nejen činí pohyby činné a trpné, nýbrž jimi možno též dosáti účinku massáže. Pomocí kladiv, až na objem podobných paličkám, jež klapkami piana v pohyb jsou uváděny, docílí se účinku massáže, zvané paličkování. Jiné období hnutí svalů se dosahuje třením dvou tlustých, kožených, k sobě sblížených řemenů, kterýmiž se protahuje paže nebo noha.

Třetí massáž se provádí širokým tamponem, který se volně pohybuje po povrchu těla, jako ruka na plocho položená.

Mechanický tělocvik tedy umožňuje docílení všech účinků tělocviků o dvou (á deux). Netvoří, jak patrné, zvláštní soustavy, než prostě jiný prostředek užití klasických postupů švédského tělocviků. A přece četní francouzští autoři dopouštějí se neuvěřitelných omylů, považujíce na př. mechanický tělocvik za mnohem násilnější, než tělocvik švédský a zatracují jeden, co zatím schvalují druhý. Jiní přisuzují mechanické léčení některých nemocí Němcům, poněvadž přístroje doktora Zandra se těší oblibě ve velkých městech Německa a tam ovšem jsou řízeny lékaři německými. Ve skutečnosti zásluha pojetí a priorita užívání tělocvičného léčení nemocí patří Švédům, i v tom případě, zavedeno-li jest toto léčení v Badenu a Mnichově.

Úkolem strojů jest tedy prostě nahraditi pomocníka "gymnasta". Jsou tedy stroje lepší než pomocník? Je to otázka, jež různě již byla řešena interesenty. Velmi zkušený a upřímným citem nadaný pomocník jest bezpochyby lepší, než nejupravenější stroj, z toho prostě důvodu, že on jest stroj rozumný. Než naproti tomu je stroj dobře upravený lepší, než špatný pomocník. Nezapomínejme, že my ve Francii pomocníků "gymnastů" nemáme, a že bude třeba valného času, než si dobrých opatříme. Nezapomínejme též, že nemáme ničeho, co by se podobalo škole lékařských gymnastů a zasadíme se nepochybně o přijetí strojů.

Lékařský tělocvik švédský se nehodí pouze pro nemocné a slabé. Týž tvoří soustavu pojatou v témže dosahu, jako tělocvik zdravých, jenže představuje zjemnělou jeho obdobu. Postupné zmírňování úsilí klade tuto obdobu cvičení v dosah nejsubtilnějších tělesných povah a nejoslabenějších svalů.

Prvé dva stupně švédského lékařského tělocviků, tj. j. massáž a trpné pohyby tvoří cenné prostředky přípravy k činným cvičením vždy, kde se jedná o osoby, jichž podmínky zdraví a tělesné povahy žádají nejvýše rozmyslného postupu výcviku. Při rekonvalescentech, někte-

rých nedokrevných, některých otlých bylo by někdy nemožno počítati s činným cvičením i velmi umírněným. Massáž a trpné pohyby jsou vždy užitečny bez nebezpečí a vyvozuji, díky analogii svých účinků s účinky svalové práce, první stupeň uvyklosti, jež dovoluje potom započítati s cvičeními více namahavými.

Starci naleznou v seznamu výkonů lékařského tělocviku švédského metodu cvičení podivuhodně přizpůsobenou požadavkům jejich stáří. Navštěvujeme-li gymnastické ústavy ve Stockholmu, podíváme se vidoucí valný počet sedmdesátníků i osmdesátníků přicházejících se občerstvit v tomto pramenu mladosti, jenž se zove tělesné cvičení. Především se podíváme, jak tito starci zachovávají až do nejpokročilejšího stáří podivuhodně zdraví spojené se silou a pružností vskutku mladickou.

Kapitola VII.

Tělocvik jizbový.

Postupy jizbového tělocviku.— Cíl a důvod.— Důležitost jeho místních účinků.— Tělocvik hrbetní, hrudní, břišní.— Nedostatečnost povšechných jeho účinků.— Jizbový tělocvik jest jen výpomocný z nouze.

Jméno jizbový tělocvik se dává souboru cvičení, jež umožňuje každé osobě zaměstnávat svaly bez zvláštního zařízení a bez učitelova řízení.

Tento způsob tělocviku nezakládá se přesně na zvláštní soustavě pohybu, nýbrž spíše na přizpůsobení celé hromady ze všech soustav vypůjčených cvičení v určité místnosti.

Jedni přijímají za jizbový tělocvik cvičení s činkami, druzí považují za něj pohyby paží volných a jiní užívají více méně důmyslných přístrojů, v malém prostoru snadno postavitelných, jako řemenů se vzpruhami elastickými, závaží a vůbec všeho možného náradí, jež má za účinek rozmnožování svalové úsilí.

Účel jizbového tělocviku jest umožniti člověku cvičení v bytě a tu se pochopí, že každý dle svého důmyslu přizpůsobí oblíbená cvičení k své obytné místnosti. Šermíř šermuje každého jitra proti koženému štítu na zdi ložnice připevněnému. V Anglii a Americe mají někteří pěstitelé boxu ve své šatně zavěšený velký balon naplněný otrubami, proti němuž pěstní zápas vykonávají. Mladému studujícímu z naší známosti, horlivému pěstíteli veslování, se i povedlo, že si zařídil ve své ložnici pohyblivou lavičku a veslo, které pomocí jakési pérové soustavy činilo odpor a tím umožňovalo nápodobiti svalovou práci veslařskou. Jiní konečně užívají za jizbový tělocvik některé domácí nebo řemeslné práce a cvičí svoje svaly zabývajíce se stolarstvím neb řezáním dříví.

Avšak jizbový tělocvik se nesmí omezovati na cvičení jediného druhu, jež by bylo nutně speciální, nýbrž musí míti za účel zaměstnávat všechny svaly a všechny klouby.

Jest tedy potřebí, aby cvičení, pro utvoření soustavy jizbového tělocviku zvolená, představovala výběr pohybů dosti proměnlivých, aby postupně zaměstnávala všechny svalové skupiny těla.

Přece však jest známo, že jest jistá hierarchie mezi svaly vzhledem k jich výkonné užitečnosti. Na př. jest nalehavější zaměstnávat svaly, jež roztahují a stahují hrudník, než svaly nohy nebo paže. Právě proto jsme také vícekrát vytýkali důležitost břišních svalů pro záživací výkonnost. Tyto svalové skupiny, jakož i všechny ostatní, jež napomahají velikým životním výkonům, musí obzvláště podléhati účinku jizbového tělocviku, jehož účel jest podstatně hygienický.

Treba uvážiti, že jizbový tělocvik jest především doplněk cvičení, t. j. prostředek pojistiti pravidelnou práci svalům, které jsou málo činné nebo nečinné při obyčejných výkonech života. A tyto se mění u každého člověka dle zvyku, povolání atd. Taktéž racionelní soustava jizbového tělocviku musí měniti svá cvičení u každého člověka dle jeho způsobu života. Kdo mnoho sedí, musí vyhledávati cvičení nohou, a mimo to bedlivě zaměstnávat svaly hrbetní, zádové a ramenní, poněvadž tyto svaly zůstávají nečinné po celý čas, kdy trup zůstává opřený nebo podepřený o lenoch, anebo lokty jsou podepřeny spořívá nad pracovním stolem.

Konečně se musí jizbový tělocvik podrobiti několika zvláštním příkazům, když se ho užívá v případech pathologických, na př. při léčení některých úbytných skupin svalových, při strnulosti jistých kloubů nebo při ochablosti určitých vnitřních ústrojí.

Úplná soustava jizbového tělocviku tedy představuje řadu pohybů, kteréž zaměstnávají všechny svaly těla bez výjimky a mezi nimiž možno vyvoliti dle potřeby ty pohyby, jež vyhovují tomu neb onomu zvláštnímu příkazu.

Věděli jsme, že účelem francouzského a švédského tělocviku jest zaměstnávat každý sval, a vskutku z těchto dvou soustav a především ze soustavy švédské jsou vzata všechna cvičení, doporučená autory, kteří psali o jizbovém tělocviku a to se týká jmenovitě Schrebera v Lipsku.

Při jizbových jako při všech cvičeních se musejí probádati dva prvky; obdoba pohybu a množství práce.

Na období pohybu závisí soustředění účinku v některé svalové skupině. Nemůžeme se tu pustiti do studia všech pohybů jizbového tělocviku. Stačí nám naznačiti nejužitečnější pohyby, jichž součinnost jest nevyhnutelná při velikých životních výkonech.

Vytkli jsme již, jakou důležitost mají při velikých životních výkonech tři velké svalové skupiny: svaly páteře, hrudní a břišní. To jsou tři druhy svalů, k nimž směřovati musí především jizbový tělocvik, požadují-li se na něm zdravotní výsledky. Rozdělíme tedy jizbová cvičení na tři kategorie: tělocvik hrbetní, hrudní a břišní.

Hrbetní tělocvik má za účel sesilovati svaly zad. Tyto jsou většinou natahovači páteře a směřují následkem toho proti účinkům tíže, jež přitahuje trup ku předu, ohybá obratle a hrbí hrbet. Mnohé z těchto svalů mají ještě důležitý úkol přitahovati kosti, jež tvoří rámě a tím rozšiřovati hrudník.

Docílíme práce páteřních svalů natahovačů všemi cvičeními, jež se snaží prohýbati kříž. Švédský tělocvik obsahuje mnoho cvičení pojatých za tím účelem. Uve-

deme dvě, jež lze snadno bez náradí a bez učitele vykonávat. Prvé sestává z toho, že se vzpaží a pak se trup zaklone, až pokud toho hebkost beder dopouští. Při druhém postupu se lehne břichem na rovnou plochu, ruce se přiloží ke kyčlím a zvedá se mocně hlava a hrudník od země. Tento pohyb dává tělu držení podobné poloze zvané "sphinx" s tím však rozdílem, že při této jest hrudník držen pažema o lokty na zemi opřenýma, kdežto při pohybu, jež vypisujeme, jest hrudník pozvednut silou hřbetních svalů.

K sesílení svalů, jež rozšiřují hrudník, t. j. jež přivádějí ramena na zad, jsou dva pohyby ještě snazší. Při prvním se přiloží ruce v bok palcem na zad a sblíží se lokty k sobě. Při druhém evičení se zapazí dovnitř, až se dlaně dotýkají a několikrát o sebe se trou.

(Pokračování.)

Na čerstvý vzduch.

Každým rokem s probouzejícím se jarem klademe na srdce našim Sokolům ve velkoměstech usidleným, aby co možno hojně využítkovali krás, příjemnosti a zdravoti venkova, by v čerstvém vzduchu venkovské přírody osvěžili své plíce a své zdraví, však málo jest těch obyčejně, kteří dobré rady naši si povšimnou a dle ní jednají.

Většinou jsou členy sokolských sborů lidé pracující, dělníci, kteří nemohou si popřáti delších prázdnin ani delšího pobytu v době letní na venkově, kteří však přece mohou i za levný peněz v dny nedělní, kdy nepracují, aspoň poněkud mimo město pookřáti.

Mladší Sokolové většinou jezdí na kole i mají výbornou příležitost snadno, rychle a bez výdajů z města si vyjetí a na venku se osvěžit. I otcové rodin mohou sobě dopřáti s rodinami svými neďalekých výletů, když v rozpočtu svém na ně pamatují a peněz zbytečně za věci nepotřebné, jako jest ku př. pivo, neutratí.

Jestliže člověku dospělému jest pobyt v čerstvém vzduchu venkovském blahodárným, tím větším dobrodiním a prospěchem jest mládeži a hlavně dětem.

Tak zvané pik-niky, jež po dráze do míst vzdálenějších pro výdělek se pořádají, nemohou nikdy nahraditi vycházky neb vyjížďky, jaké my doporučujeme. Při piknikách hlavním bodem bývá zase jen pití, aby hodně se jen vydělalo a většinu celého dne ztrávi výletníci v železničních kárkách, v nichž pobyt v době letní nebývá nijak příjemným.

Dostati se ven z města každou neděli, mělo by býti heslem každé rodiny, každého jednotlivce.

Na místě toho vidiváme trávit i mladé i starší Sokoly dopoledne nedělní často u hostinského baru a odpoledne při kartách.

Jak pošetilým a zdraví ubíjejícím jest takové jednání, pozná každý, kdo ví, jak nutně třeba jest člověku zdravého a čerstvého vzduchu, aby byl zdrav.

Jaký vzduch bývá v hostincích, kde se kouří mnohem více než větrá, o tom netřeba slov šířiti.

A jestliže mladici a staří takovým zlým příkladem jdou na před, pak není divu, že drobnější mládež snaží se je následovati.

Na místě aby dostala se z města na zdravou procházku, potlouká se někde okolo rohu, kde bavi se všelijakým jen ne pěkným způsobem. Že při tom cigarety a i pití neschází, jest na snadě.

Ve sborech obyčejně málo se k tomu hledí, aby v členstvu a v žactvu budila se láska k vycházkám do přírody.

Obyčejně pořádá se piknik hodně daleko, to se ví, že s muzikou a s hodně pitím, a po takových piknikách jest obyčejně každému hůře nežli před nimi.

Cvičitelové měli by o to dbáti, aby jich svěřenci zvykali si na pravidelné a časté vycházky na čerstvý vzduch.

Každý by snadno nalezl k tomu vhodnou cestu, jak vycházky takové pořádáti, bez velkých příprav a bez velkých výdajů.

Nepochybujeme o tom, že by se vycházky takové brzy ujaly, i že by za nějaký čas nebylo sboru, jenž by jich nepořádal.

Doba přítomná jest právě vhodnou, aby se zkusilo zavést, o čem tuto jsme se zmínili.

Nedostatek tělesného výeviku příčinou ztráty mnohého života.

Milý bratr Řiha, jednatel v. v. zaslal nám článek newyorského Staats-Zeitungu, v němž činí se zmínka o nedávném požáru ve Windsorově hotelu v New Yorku i uvádí se za příčinu ztráty tak mnohých životů neznalost a nespůsobilost nešťastných obětí použití prostředků záchranných.

Jak známo jsou budovy takové jako hotely opatřeny prostředky, jichž možno použití při vypuknutí ohně k záchraně, však co platny jsou podobné prostředky jako řebřiky lidem, kteří nemohou jich poažiti pro nedostatečný výevik. Ženské hlavně bývají v okamžicích podobného neštěstí úplně bezmocny, nejsou schopny záchranných opatření použití. Známe dosti takových případů, kde tělesný výevik zachránil život jednomu, kde druhý nevyvíčený zahynul.

Máme ještě v dobré paměti, jak Sokol Mendík, bývalý společný cvičitel NJS. zachránil se smělym skokem s káry, jež řítla se s vysokého mostu do řeky. Při neštěstí tom zahynulo přes 20 lidí, však Sokol Mendík vyvázl s nepatrným poraněním. Před nedávnem rovněž v Clevelandu při požáru vzniknuvším v domě krajana Pika zachránil se syn jeho skokem do záchranné sítě, aniž by se byl poranil, kdežto sestra jeho při témž skoku smrtelně se poranila. Bez úrazu vyváznuvší krajan Pik ml., jest jak psaly časopisy, dobrým Sokolem a okolnost ta zachránila mu život.

Jest to chybou školního vychování, že vyrůstá většina lidí tak, že není mocna svých sil a schopností tělesných v čase potřeby náležitě využítkovati.

Zatím co mládež učí se mnohým zbytečností, jež nemohou a nejsou jí později v životě k nijakému prospěchu, zanedbává tělo své úplně.

Ovšem, že mládež sama není tímto nedostatkem vinna, nýbrž ti, kteří mají se o její vychování starati a to jsou moudří školní radové, kteří ovšem nejčastěji hodili by se ke všemu jinému spíše jen ne k tomu, aby rozhodovali, čemu má mládež býti učena a čemu nikoli.

Staré zvyky a staré copy mají vždy více obdivovatelů a následovníků než věci dobré, užitečné, však páchnoucí novotou. A péče o řádnou výchovu tělesnou bude ještě na dlouhou dobu novotou mnohým zabezděným hlavám, třeba že již před tisíci lety důležitost její byla uznávána lidmi moudrými a zkušenými.

Kdo jen poněkud lid zná, ten se přesvědčil, jak úžasné množství jest lidí nemotorných, neohrabaných, neumějících použití řádně ani svých paží ani nohou.

Výevik tělesný u celých mass lidí schází skorem úplně, a tu ovšem není divu, že v náhlé potřebě, kdy jedná se o vhodné a obratné použití síly a svalů, většina jich zůstává bezmocnou, téměř mrtvou hmotou, odsouzenou k bídnému zahynutí.

A v té veliké masse lidí úplně nevyvíčeného, ženské tvoří mnohem větší procento mužů.

Známe ženské všichni.

Bytostem ženským, tak jak představili nám je slavní sochaři řečti, vůbec se nepodobají. Jsou to tvorové, jež vytvořila nová doba, které přežívají se moderní, pokročilá a vzdělaná, která však jest mnohem barbaršější než doby dávnověké, v nichž člověk živil se ještě jen lovem.

Projděte se ulicemi velkého města a pozorujte ty naše novodobé ženské. Všimněte si jich jak vypadají, jak chodí, jak jsou oblečeny a snadno si pak odpovíte na otázku, zda taková ženská jest s to zachrániti se z hořící budovy po řebřiku neb skokem.

Proti nevědomosti a hlouposti boj jest vždy těžký, pochybuje-me, že stane se v brzkou něco, co by přinutilo lid, aby dbal o tělesný výevik.

Věci surové, zdívočující a znemravňující se podporují, to však co směřuje k zušlechtění a povznesení člověka, nedochází ani povšimnutí.

Z rozběhu — zášvihem:

1. Roznožka.
2. „ s půlobratem v levo.
3. „ „ v pravo.
4. „ střížmo (obratem v pravo).
5. „ „ „ v levo).

V zášvihu nohy skřížíme a pak se obracíme. Při obratu v pravo přijde levá noha pod pravou, při obratu v levo pravá noha pod levou. Dосkok jest čelem ke koze.

Koza na šír.

M e t y s k r ě m o .

Družstvo 3.

Koza na 1. zářezu. Odraz obounož. Dohmat obouruč.

Ze stoje spatného na můstku:

1. Výskok skrěmo do dřepu — předpažit — seskok na před.
2. „ „ do podporu dřepu — sed — sesed na před.
3. „ „ „ „ — výsed jízmo pobok pravou v před — půlobrat v levo — sesed roznožmo.

Z rozběhu:

4. } Cvičení 1., 2 a 3. Při cvičení 6. výsed jízmo pobok v
 5. } levo v před, půlobrat v pravo.
 6. }
 7. Skrčka.
 8. Skrčka s půlobratem v levo.
 9. Skrčka s půlobratem v pravo.
- Na to cvičíme cvičení 7., 8. a 9. na koze zvýšené.

Družstvo 2.

Koza na 1. zářezu. Odraz obounož. Dohmat obouruč.

Z rozběhu.

1. Přešvih skrěmo obounož (do vzporu vzađu) — výskok skrěmo pravonož na zad — seskok na před.
 2. Přešvih skrěmo obounož — výskok skrěmo levonož na zad — přednos pravonož — předpažit — seskok na před.
 3. Přešvih skrěmo pravonož — přešvih únožmo levonož na před — výskok skrěmo obounož na zad — dřep, vzpažit — seskok na před.
 4. Přešvih skrěmo obounož — přešvih skrěmo na zad v klek — seskok na před prostě.
 5. Přešvih skrěmo obounož do přednosu — seskok na před.
 6. Skrčka.
- Na to ztěžujeme skrčku oddalováním můstku a zvýšov. kozy.

Družstvo 1.

Koza na 1. zářezu. Odraz obounož.

Z rozběhu:

1. Skrčka letmo (dohmatem na ramena cvičitelova). Cvičitel stojící na žiněnce ve stoji předkročném, uchopí a podepře cvičence v kyčlích.
2. Fřípatka. Přípatka líší se od skrčky tím, že ohneme nohy toliko v kolenou, nikoli v kyčlích.

Z rozběhu — zášvihem:

3. Výskok skrěmo — seskok na před s celým obratem.
4. Výskok klečmo — výskok prostě do stoje na kozu — seskok na před.
5. Přešvih skrěmo — výskok skrěmo obounož na zad — seskok na před.
6. Skrčka.

Cvičení stěžujeme zvýšováním kozy.

Fr. Mašek. (Z příl. Věst. Sok.)

Ze župy Východní.

Protokol ze schůze ústř. výb. župy Východní, ze dne 12. břez. 1899. — Schůzi zahájil místo-starosta Fr. Chrastil u přítomnosti všech zastupců. Protokol z minulé schůze čten a přijat. Jelikož návrhy kandidátů do soudního sboru od všech jednot do župy Vých. p-třících zaslány byly, odevzdány cvičitelskému sboru k přehlednutí.

Jednoty: Little Ferry, Westfield a Philadelphia oznamují, že nemohou ze svého středu žádného člena navrhnouti do soudního sboru.

Jednota Newark zasilá dopis, v kterém protestuje proti placení na ceny \$1.50 co roční plat, a též žádá oznámení župních schůzí, by je navštěvovati mohla. Usneseno na dopis ten jim odpověděti a řádně věci jim vysvětliti.

Výbor na zakoupení cvičebního nářadí podává zprávu, že náčiní to není lze za tu cenu koupiti. Usneseno od věci té rozhodně upustiti.

Výbor na zpěvníky nemohl žádnou zprávu podati; čas mu byl prodloužen do příští schůze.

Sestava župních stanov čtena a výboru k čistému vypracování ponechána. Náčelník NJS. Ferda Martyny podává zprávu, že ve Springfield shromáždilo se více Čechů, kteří budovu si postavili a také cvičí. Usneseno někomu tam dopsati, a požádati o adresy na hlavní členy a bude-li možno, sokolakou jednotu tam založiti. Br. Hampl a Řehoř zvoleni co výbor, požádati dva schopné členy, kteří by do Springfield došli.

Následkem odjezdu star. Aug. Tesaře, na jeho místo zvolen byl Fr. Chrastil.

Usneseno obdávati župní schůze pravidelně každou první sobotu v měsíci.

Na to schůze ukončena.

A. W. Švarc, jed.

Protokol z mimořádné schůze ústř. výb. župy Vých. ze dne 26. března 1899. — Schůzi zahájil starosta Fr. Chrastil u přítomnosti všech zástupců. Schůze tato svolána byla skrze zaslání dopisu od Těl. Jed. z Philadelphie, v kterém žádá župní výbor o vyslání cvičitele na den 3. dubna k přehlednutí jejich cvičení. Usneseno cvičitele k jednotě té vyslati, což si vzal br. Fr. Bartuněk na starost, a kdyby nemohl, jiného vyslati. Usneseno povoliti vyslanci \$10 na cestovní útraty. Pak následovalo hlasování o každém jednotlivém kandidátu do soudního sboru, cvičícím sborem odkázaných. Odporuční byli následující: Od TJS. New York: Fr. Jicha, Ant. Jahoda, Fr. Bartuněk, Ferda Martyny, Václav Hampl, K. Řehoř, Jan Pavlík a Václav Křížek. Od TJS. Fügner: Václav Vančura; od TJS. Newark: Václav Ptáčník; od TJS. Baltimore: Anton Stiegler; od TJS. Brooklyn: Fr. Hroch; od TJS. Čech v Clevelandu: Jos. Štíbr a Jan Dolista; od TJS. Budivoj v Detroit: Václav Procházka, od TJS. Česko-záb.: Fr. Cais a od TJS. Cleveland: Fr. Hanuš.

Ti odkázáni výk. výb. k schválení. Upozorňují se všechny jednoty, by dopisy všechny byly rázovány a starostou podepsány. Na to schůze ukončena.

A. W. Švarc, jed.

* Úsudek Angličana o sportu. Pod titulem "Are we an athletic people?" (Jsme silným národem) v časopise "The New Review" uveřejnil neznámý pisatel delší článek, v němž si velice stěžuje, že výborná tělesná výchova, která takové oblíby a uznání došla ve státech pevninových, zůstává v Anglii bez povšimnutí. Příčinou toho jest prý sport. "Jako Španělové své zápasníky", píše, "tak my platíme si své závodníky v kopané a kriketu, a své cyklisty, aby nám ukazovali svou sílu a obratnost a dali nám příležitost k pobavení se, ke kritizování a k sázkám". O každodenních nucených hrách na velkých školách anglických praví dále, že velkemu počtu hochů budou konečně právě tak protivné, jako ti římská a řečtí autorové. Dle jeho mínění ukazuje skutečný zájem o tuto věc jen těch několik, kteří mají vyhlídku, že při školních závodech ve hře zvítězí. Když prý dříve přišel žák domů na prázdniny, trávil volný čas hrou kriketu — ale nyní jest každý hoch rád, že má konečně jednou od toho hraní pokoj a raději si zapálí cigaretu a čte knížky pochybné ceny. Přílišným kladením váhy na těch několik her byli hoši zbaveni té radosti z přírody a toho zájmu pro život na venkově, který dříve delšími výlety a častějšími vycházkami do okolí byl pěstován a udržován.

D. R.

DO P I S Y .

Z Wilson, Kansas, 28. března 1899. — Byl bych psal dříve, čekal jsem ale, až nás navštíví nějaký ten župní cvičitel. Ale kde pak, cvičitel žádný a odpověď také žádná.

Myslím, že jsou v té Omaze tuze pohodlní! Jestli cvičitele poslat nemohou, tedy alespoň odpověď by mohli zaslat, neb již jest to přes tři měsíce co jsme o cvičitele žádali.

Dopisovatelé do Sokola většinou nařikají na nesrovnalost ve sborech, ale ať si též pomyslí, že málokterý spolek má tolik mladých údů, jak sbory sokolské. V těch jsou většinou mladí, horkokrevní hoši, a ti najdou mnoho příčin, že se rádi nemají a někdy jen k vůli nějaké maličkosti se pohorší. Jedna výhoda jest však předce a to, že se zase snáze usmíří než členové starší. Pročež marno nařikat — jinak to nebude. U našeho sboru jsou většinou mladíci, ale pomalu se to mění, teď se nám zas dva odebrali do svazku manželského; přejí jim štěstí a vše dobré. Myslím, že třeba měli mladé ženušky, že na sbor nezapomenou, ale budou jejich povinnosti k sboru řádně a věrně plniti a příklad dávati budou jiným.

Až náčelník skoro při každé schůzi nařiká na špatnou návštěvu ve cvičárně, předce jest to pořád to samé a nevím věru kdy se to obrátí k lepšímu.

Tento rok jsme ještě žádnou zábavu nepořádali, ale dramatický odbor připravuje hru. Kdy ji sehrajou, ještě nevím, doufám ale co nejdříve.

Sláva! Náš sbor nebude již v Kansas osiřelý, neb se dočítám v Sokolu, že sokolský sbor "Hvězda Západu" z Black Wolf, Kans., zaslal již zápisné výk. výb., k čemuž jim gratuluji a doufám, že budou svorně a vytrvale pracovati na poli sokolském. K tomu jim volám z hloubi duše Na zdar!

Frank Michalíček, dopisovatel.

V New Yorku, dne 29. března 1899. — (Dopis z Těl. Sb. D. a P. v New Yorku). Ze prý se T. S. D. a P. nemůže zmociti na dopisovatelku do Sokola Amerického! Oznamuji tedy, že byla hned v únorové schůzi zvolena. Jak budou s ní všechny spokojeny, jest otázka.

Divadelní představení "Diblík", pořídané sborem našim v Sokolovně dne 5. března, se vydařilo nad očekávání. Vzdor nepřívětivému počasí — přelof celý den — byla návštěva velmi četná. Možno říci, že návštěvu podobnou při divadelních představeních vidati jest zřídka aspoň zde v New Yorku. Není tedy divu, že ochotníci krásně hráli, vždyť známo jest, že při plném domě hraje se lépe a s větší chutí než před prázdnými sedadly. Poněvadž většina obecnstva si přála kus ten ještě jednou viděti, přičinil se snáživý náš zábavní výbor, by se opakoval hned příští neděli, totiž dne 12. března. Návštěva byla opět četná, takže čistý výtěžek z obou těchto představení obnáší něco kolem dvou set dollarů, které věnovány ve prospěch Sokolovny.

Jak vidět, dramatický náš odbor se tuží, taktéž i pěvecký odbor hezky pokračuje. Škoda, že nemohu to samé říci o "cvičícím odboru". Cvičí nás stále stejně: čtyři, pět, sedm, také někdy až deset ze sboru, který čítá 160 údů. Trochu ruchu ve cvičení způsobila starostka naše pí. A. Veselá, která po několikaleté nečinnosti zas se pustila do cvičení, předcházejíc dobrým příkladem mladší a méně zaměstnané sestry. Bylo by záhodno, by sestry se řídily dle toho a cvičení více navštěvovaly. Na zdar!

Johanna Voříšek.

Chicago, dne 2. dubna 1899. — (Z T. J. Sokol Vlasf.) — V posledním dopise jsem slíbil, že podám zprávu o našem cvičení, které jsme minulý měsíc započali a že uvedu jména těch bratrů, kteří cvičit započali. Jsou to: Cvičitel br. Fr. Sklenář, Vojt. Hanuš, Mat. Pešek, Vojt. Boháč, Stan. Jun, Kar. Hanuš, a br. Kar. Vlk, jenž jest nemocen, započne, jak jen trochu se zotaví. To bylo slibů! A ona je to zase jen ta stará garda, co minulý rok. Sbor náš pozůstává skorem ze samých mladých členů, takže dobře 20 by jich mohlo cvičit. Když se necvičí, tu jeden přes druhého se táže, kdy budete cvičit, proč necvičíte, já bych také chodil. Ale jak se začne, tu není po těch dotazovatelích ani památky. Doufejme, že přec jednou pochopí to pravé a řady naše rozšíří. Též se žactvem

tento měsíc započne. Jenom ty zimy kdyby už jednou chtěly přestat!

Též musím uvést, že za měsíc cvičili jsme jen 4krát, ostatní večery byly plesy a politika. Přál bych vám bratři N. J. S. a bratře pořadatelé vidět ten pořádek, jaký v naší tělocvičně je. To přejde chuf cvičit třeba těm nejhodlivějším Sokolům. Když jsme do síně vstoupili, abychom po tak dlouhém odpočinku tužit se počali, bylo právě po nějaké zábavě. A to sobě může každý pomyslit, jak to as vypadalo. Já jsem došel pěkně pro koště, zametl „bál" a potom mohli jsme teprve žiněnky položit. A což nyní ta politika! Ta zle řadí! Po těch schůzích jest pěkně cvičit! To je podivná! Tabáku, že by člověk přes něj upadl! Napliváno, že je podlaha celá zbarvena a prachu a papírů s kandidáty všade plno! Nu, což jiného než koště zase do hrsti a cvičit se v zametání, než můžeme přikročit dále. A že nářadí není v tom nejlepší pořádku, netřeba ani podotýkat, neb jest tam každému na pospas. Proto minulou schůzi bylo usneseno, by se zakoupil drátěný „fenc" okolo nářadí, by toto aspoň trochu bylo chráněno. Mnohokrát jsme žádali, by síň byla čista pro naše cvičení, ale to jest tak, jako když se dá hluchému dobré jitro. Přisvědčí se a je to zase stejné. Sbory, které mají vlastní tělocvičny, mohou děkovat! Kam si co uloží, tam to také najdou a to vždy v pořádku.

Dne 30. t. m. budeme obdývat ples a našim přáním jest, by se co nejlépe vydařil.

Též má být požádán Patronát čes.-angl. svob. školy páté wardy na pořádání společného výletu, neb sbor jest v tomto Patronátu zastoupen. — Na zdar!

Kar. J. Hanuš, dop.

Cleveland, dne 3. dubna 1899. — Ze Sokola Čech. — (Podává F. J. Truneček.) — Sokolovna Sokola Čech bez d l u h u ! S hrdošti musí popatřiti každý člen sboru našeho na práci vykonanou v posledních sedmi letech! Zajisté jest málo jednot, které by se mohly honositi, že vlastní tělocvičnu tak pěknou, prostornou a přiměřeně nářadím zařízenou, jako jest naše a to b e z d l u h u .

Poslední povinnost, t. j. \$300 dluhu, zapláceno po schůzi minulé, t. j. v březnu. Uplacení tohoto dluhu mne ponouká mysliti zpět a samotného velmi zajímá, jakým přičiňením a jak velkou obětavostí veškeré dluhy našeho sboru byly zapláceny.

Nechci nudit čtenáře dáty a číslicemi, ale myslím, že se zavděčím, když malý obrázek uvedu z činnosti členů sboru našeho, vzpomínku, která bude zajisté více Sokolů a všechny čtenáře našeho milého časopisu zajímáti. Snaha moje jest co nejvěrněji popsati, v jaké ceně náš majetek jest a v jaké době jsme jej zaplatili, k čemuž je třeba historie sboru našeho sedmiletá, a pakli v něčem mnohé staré zákopníky nebudu jmenovati, zajisté mi odpustí, neb záslužné práce sborové nejsou zásluhou jednotlivců, ani výkonných úředníků, ale zásluhou všech obětavých členů a nám v pravdě přejícího obecnstva.

Počnu rokem 1892, kdy předsedal Václav Herold. Schůze jsme odbyvali v hostinci u p. A. Rybáka na Finn ul. a cvičení v „báni" na Mead Ave. Vše to pracovalo v náš prospěch, t. j. nutilo nás to, abychom přemýšleli, jak se z toho vymanit. Cvičící jsme ztraceli a ti, již pod náčelníkem Jos. Štíbrem cvičili, žádali ustavičně o tělocvičnu aspoň nějakou, která by zdraví neškodila, aby prospěch, který cvičením získali, zase neztraceli. Nemohouce žádnou vhodnou místnost pronajmouti, neb té doby zde žádná nebyla, uchytili jsme se myšlenky postavit tělocvičnu. Myšlenka tato tak mocně do všech členů vnikla, že až zdálo se nemožno ji provésti, skutkem se přece jen stala.

Z předu pomýšleno postaviti místnost ku cvičení na pozemku Česko-Národní síně. Zkusili jsme to žádostí o propůjčení pozemku toho a po několika pokusech vše v nívec se obrátilo.

Toho času nynější sbor náš nesl jméno Tělocvičná Jednota Sokol Čech a jmění sboru toho obnášelo asi 800 dollarů. Debatováno ustavičně, jak s penězi tímto naložiti ve prospěch tělocvičny a počátek učiněn v červnu 1892, kdy zvolen stavební výbor a tomuto svěřena starost ta. Výbor tento usnesl se zakoupiti pozemek na Smith Ave., kde nynější Sokolovna pyšně se vypíná. Sbor to schválil a pozemek tento zakoupen za \$1260. Později bylo ještě pět stop pozemku přikoupeno, neb onen lot byl úzký. Požádán Sokol

J. Hrádek, aby vypracoval nějaké plány pro budovu v ceně asi 2000 dol. Po zralém uvážení a na radu téhož Sokola rozpočet tento zvětšen na 4000 dol. Plány vypracovány a ještě zvětšeny a zlepšeny, rozpočty dány do oběhu, což vše vykonal, jakož i pak na stavbu dohlížel úplně zdarma Sok. J. Hrádek.

Za příčinou této zamýšlené stavby svolána schůze v červenci a usneseno Tělocvičnou Jednotu Sokol Čech znovu zorganizovati a zvolen výbor, který tvořili Sokolové: Fr. Sluka, Vác. F. Herold, F. J. Truneček, T. Woelfl a J. C. Karlovec, kteří byli svědky při inkorporaci a dáno sboru jméno Sokol Čech. Tímto přestala činnost Tělocvičné Jednoty Sokol Čech a počala práce nynějšího sboru Sokol Čech.

Přenesení majetku té doby bylo: pozemek na Smith Ave. a 138 dol. hotových peněz. Toto bylo celé jmění, s kterým sbor náš začal.

Stavební výbor zvolený ve schůzi červnové Sok. Jos. Štíbr, B. Vopalecký, Fr. Sluka, Vác. Uher a Jos. Herold staral se již o zdroje příjmů, což další vysvětlí. Vypracována listina sběrací, na které již té doby hezkých pár dolarů se nalezalo a od firmy Phoenix Br. Co. bylo nám 2000 dol. nabízeno k vydlužení a to bez úroků. Tyto nabídky pohnuly sbor náš ku zadání práce.

Výpočty na stavbu byly \$5216.91, hotově jsme měli 138 dol. Ale toto nezálelo mnohé, ač druzi od kroku přímého ku stavbě zráželi. V srpnu r. 1892 stavba zadána stavitelům a stavební výbor oznámil v říjnu příjem následující: na sběrací listině 503 dol., od Schlatters Br. Co. \$2500. S půjčky pivovaru Phoenix sešlo, neb půjčka od Schlaterovy společnosti byla též bez úroků.

Příjem ve schůzi následující byl \$400, za které jsme měli též co děkovati výboru stavebnímu, který s listinou chodil, ale též mnoha Sokolům, kteří od 5 do 25 dolarů upisovali a tuto částku ve lhůtách skládali.

Mezi tímto časem stavba Sokolovny se blížila ku konci a již prvního ledna 1893 Sokolovna slavnostně odevzdána svým učelům.

Nezapomenu nikdy na dojmy při stěhování se do síně nové a s jakou hrdosť každý říkal v l a s t n í, jen že jsme byli skorem dlužní to, co stála. Průvod utvořen z místnosti p. A. Rybáka, který jako více jiných při veselém tom loučení plakal. V Sokolovně byla slavnost důstojná. Řečnil pan Václav Šnajdr a co slavnostní řečník pan L. J. Palda ze Cedar Rapids, načež stavební výbor odevzdal klíče úředníkům sborovým, t. j. výboru majetku, který sestával ze Sokolů Fr. Sluky, F. J. Trunečka a Lor. Šandy. Při této slavnosti jsme vydělali \$300.

Výsledek a výkaz majetku toho času byl následující: stavba mimo pozemku stála \$5216.91 a na obnos ten bylo zapláceno, když výbor majetku převzal místnost, \$3752.40, tak že zbylo \$1464.50 dluhu mimo oněch \$2500 dluhu u Schlaterovy spol. Tento dluh však mnozí ani nepočítali, neb byl bez úroků. Ale výsledek přec byl jenom ten, že jsme byli dlužní \$3964.50. Náš majetek byl té doby v ceně \$6676, což dokazovalo, že v roce 1892 jsme značně vyzískali, k čemuž přispěl též výlet, který se znamenitě vydařil. \$1912 bylo zapláceno na budově. I s pozemkem jsme měli \$2712. Sokolové, není toto obrovská práce za jeden rok? Mimo toto souhrnné vydání jsme měli mnoho malých oprav. Velké změny v zařízení vnitřku stály přes \$500. Tyto peníze, jakož i povolení k výčepu — které bylo vzato jen k vůli zábavám, neb v naší místnosti hostince není — to vše zapláceno v roce 1893 a již v březnu toho roku jsme poznali utěšený výsledek naší práce. Do tělocvičny cvičenců přibývalo a zároveň počet členů každou schůzi rostl, tak že prvně v měsíci květnu 1893 Sokol Jos. Štíbr mohl býti odměněn za jeho cvičitelskou práci, kterou po mnohá léta zastával a sice 15 dol. měsíčně. Do té doby žádného platu cvičitel nedostával, až teprve od zmíněného měsíce náš sbor vždy své cvičitele aspoň částečně odměňoval. (Pokračování.)

New York, dne 3. dubna 1899. — V pondělí, 13. března konána byla schůze za příčinou přijímání opravených stanov a tu chci poukázati na některá nová ustanovení, dle nichž jest nám po příštích asi pět roků se řídit. Nejdůležitější byla oprava zavedení podpory v úmrtí, a sice člen, který náležel až posud k fondu úmrtímu, jest od prvního dubna oprávněn, vlastně jeho rodina, k částce 200 dol.,

člen, který k fondu nenáležel, jest oprávněn k částce 50 dolarů první tři měsíce, 100 dolarů za 6 měsíců, 150 dolarů za 9 měsíců a 200 dolarů za rok. Poplatek na úmrtí se platí 50 centů čtvrtletně a pro začátek musí každý člen složit 1 dolar, tak aby byla po ruce částka v případě úmrtí některého člena již nyní.

Druhé důležité ustanovení jest, že člen, který není 35 roků star a nenavštíví aspoň 4 cvičení na nářadí za měsíc, platí jako člen nečinný a má právo na podporu v nemoci jen v částce poloviční, to jest \$2.50 týdně, kdežto člen, který koná veškeré povinnosti, to jest když nejméně 4 cvičení na nářadí v měsíci navštíví, platí 30 ct. měsíčních příspěvků a má nároky na podporu \$5 týdně v nemoci po 16 týdnů a pak dle stanov. Členové, kteří jsou přes 35 roků svého stáří, chtějí-li býti považováni za činné, mohou pracovati v různých výborech anebo nejméně 4 prostrná a jedno pořadové cvičení v měsíci navštíviti.

Uvedl jsem pouze dvě nejdůležitější změny a doufám, že bratři uváží dobře aspoň změnu druhou, o návštěvě cvičení. Jest hrozné, považíme-li, že každý přistupuje k Sokolu s tím úmyslem, aby cvičil, tak aspoň předpokládám, a podívejme se, mnozí-li mladíků a i těch 30 a 35letých nemůže pochopit, že večer ztráve v tělocvičně při cvičení jim půjde více k duhu, nežli ty večer, ztrávené ba promrhané při kartách v otravujícím kouři cigaret a jinak a jinak. Však nechceme se řídit příslovím: „Kdo chce kam, pomozme mu tam!“ Chceme, by přišli, zdraví své tužili a stali se účastni užitečné a osvěžující zábavy. Kdy to Sokolové nahl dnou? Až bude pozdě! Dnes každý řekne: „Hleď si svého, ty mně nemáš co poroučet, ty nemáš práva mne k něčemu nutit“ atd. Inu ne! Ale mám právo se zeptat, proč jest takový bratr Sokolem. Nemám na mysli ty Sokoly, kteří již své povinnosti zadost učinili a nyní odpočívají na vavřínech, ačkoliv i těm by neškodilo jednou za čas si začevřit, ale míním ty, kteří jsou mladí a na nářadí ještě ani nesáhli, ve cvičírně se ještě ani neukázali, ba ani nevědí, kdy jednota schůze odbývá.

Však dost, něco veselejšího zase. Sestry Sokolky, snaživé jako vždy, zvláště jedná li se o prospěch Sokolovny, usnesly se uspořádati divadelní představení ve prospěch Sokolovny a sehrály za spolupůčinkování paní M. K. Celerové a dram. sboru Sokola „Diblík, čili šotek z hor“ v neděli dne 5. března a sice odpoledne. Návštěva byla taková, že rozhodnuto představení opakovati a hned zadána neděle příští, 12. března, a návštěva byla velká zase. Výsledek obou těchto představení byl, že Sokolky odvedly 188 dolarů a několik centů ve prospěch naší „stodoly“, jak jeden vtipkář, který by raději viděl Sokolovnu někde na měsíci, tuto okřtil. O zdar představení získaly si zásluhy v první řadě Sokolky, které vyvinuly agitaci účinnější, nežli snad když pořádají něco ve prospěch svůj; že i oblíbenost paní Celerové u našeho obecnstva je velká, to také nikdo neupře. Kytice a potlesk, kterými byla odměňována, jsou toho důkazem. Bylo by k přání, by paní Celerová pro naše jeviště byla zachována. Však obě představení byla jako slavnostní, nalada v obecnstvu, nálada, s jakou ochotníci na jevišti si počínali, to vše mělo ráz jaksi sváteční a nebývalý.

Když v jednom z předešlých dopisů jsem vyjmenoval všechny dámy, které s našim dramatickým sborem účinkují, zapomněl jsem na jednu, a sice na tu, která bývala i jest jednou z nečinnějších. Opomenutí to mne velmi mrzí, ale už se stalo, a proto dnes to napravuji a každý zajisté se mnou souhlasí, když řeknu, že Jiřinka Lierova, nyní již paní Oktavová, s ochotou uznání hodnou se vždy na požádání obětovala a zvláště jednalo-li se o prospěch Sokolovny a to nejen v odborech dramatickém a pěveckém, ale hlavně tam, kde Sokolek jest nejvíce třeba, aby povytily tu hradbu předsudků, ve cvičírně, tam šla dobrým příkladem napřed vždy.

Na ukončení divadelního období sehrál dram. sbor včera, dne 2. dubna odpoledne, Štolbovu „Závěť“ při obstojné návštěvě a znamenitě. Již děj a zpracování kusu poukazuje, že jest prací jednoho z našich nejlepších dramatických spisovatelů a naši hoši se činili co mohli, aby kus sehrál byl pěkně. „Starého Votavu“ sehrál Sokol Josef Křivanec s patřičným porozuměním pro podobné úlohy, Sokol Hrbek jako dohazovač Novotný byl ve svém žilvu, Sokol Jos. Veselý svého sedláka Sýkoru hrál jako starý herec a ne ochotník. Sokol František Wolf, jako Josef, syn starého Sýkory a jedináček, i tentokrát svoji pověst co osvědčený ochotník si zachoval. — Pan Hnyz hrál fořta, jako by jím opravdu byl, Andu, dceru po

sestře starého Votavy hrála paní Oktavová tak pěkně, jako starou Vostřebalku v „Diblíku“, ačkoli zde to bylo mladé svěřené děvče a tam stařena. Však tu i tam sehrála svoji úlohu s vrozenou jí svědomitostí. Barču, služku u Sýkory, představila hezky sl. Červova a „zastřeleného“ Jirku Votavovic hrál Sokol Frant. Hodík jako obyčejně pěkně, pokud ho nezastřelili. Však ten hřmot a šum od nálevny a pak ten pustý smích při nejkrásnějších scénách, to se také hezky vyjímá, a potom ta návštěva se strany Sokolů! Ze vzdálenějších ulic jako ze 54. a z Astoria, z Morrisanie, ti přijdou, ale hoši, kteří to mají u samých úst, ti nemohou, ačkoli mají vstupné asi za pouhých 8 ctů., totiž ti, kteří si ponechali sezónní listky.

V neděli, dne 16. dubna, pořádá koncert pěvecký odbor, odpoledne, a proto kdo můžeš, nech se vidět a užiješ příjemné nedělní odpoledne.

V neděli, 14. května, jest veřejné cvičení v Sokolovně, ale obávám se, že bude již trochu teplo, nu, ale snad se neupečeme a proto doufám, že se vydaří jako vždy.

V sobotu, 15. dubna, pořádají ples výpomocní zřizenci Sokolovny ve prospěch těžce, a tak doufám, že při těch všech zabavách nám čas tak brzy uteče, že se ani nenadějem a přijde ten nezvaný host a bude dost.

Věneček pořádaný příznivkyněmi v sobotu 25. března, byl opravdu večírek, jakých jest málo. Návštěva nebyla sice tak velká, ale za to zábava byla srdečnější a přátelská.

„Řeč se mluví a pivo se pije“, říká se; ve schůzi dne 28. března však jsme se přesvědčili, že mrzuté jest, když „pivo mluví a řeč se pije.“ Mrzuté jest to pro toho, z koho to pivo mluví a nemůže to, co to pivo řeklo, potom dokázat. Však světa nepřehřijem a mluvky nepředěláme, třeba to byli také Sokolové. — Na zdar!

Alois Bohdanecký.

V Chicagu, dne 4. dubna 1899. — (Z TJS. Čechie.) — V minulém dopise jsem se zmínil, že započne činnost svou se cvičením co cvičitel Sokol Pecival u našeho sboru, a tak se také stalo. Nyní se cvičí zase jak se říká plnou parou, jak u mladých žáků a žákyň, tak i u starších. Ba i ze starších veteránů cvičí několik členů, totiž nynější náčelník sboru Sokol Kovářík, dále Sok. Pláček, Sedloň a Křenek. Nyní v tělocvičně jest živo a veselo. Cvičitel Sokol Pecival věru zaslouhuje ocenění, neb za ten krátký poměrně čas se mnoho a mnoho ve cvičírnu změnilo. Nacvičuje nové hry, nové cvičení kroků, tak zv. měnné kroky a pod. Nařadí se kus po kusu opravuje, a vůbec vše se zvelebují, co do tohoto oboru patří. Z toho vidět, kde jest řádný cvičitel, že tam se také zdárně pokračuje vůbec ve všem. Volám proto Sokolu Pecivalovi Na zdar! a přeju si od srdce, nechť se nemine jeho snaha svého cíle, o čemž rozhodně pochybuji.

Vše se připravuje na veřejné cvičení, jež bude pořádáno 15. dubna, ve kterém se účastní žáci, žakyně, Sokolové a Sokolky. Program cvičení jest dobře sestaven a doufám, že bude také dobře proveden. Neopomenu podat příště zprávu o tomto veřejném cvičení.

V poslední zábavě pořádané důvěrníky našeho sboru bylo o půl noci vyplaceno držitelům akcií na dřívější budovu TJS. Čechie \$100 v částkách \$5.00 na jednu akcií. Důvěrníci si vzali na starost ze svého vlastního popudu, by čas po čase byli zaplacení všichni držitelové akcií, a tak zachovali čest sboru. Jest to zajisté chvályhodné od důvěrníků, a tu jejich snahu musí ocenit každý člen sboru. A přece se vynajde tu i tam některý, který hledá chyby, arcif v jeho přeludné obrazotvornosti chybně vytvořené. Takový člen, který neuznává tento čin od důvěrníků za správný aneb podobný, a neuznává jejich námahu, kterou doposud mají, ten křivdí nejen jim, ale i sám sobě, ba i celému sboru. Doufejme, že se nyní vše změní, zlé v dobré. Dříve se pořádala zábava za zábavou, a čistý výtěžek, byl-li jaký, byl k uhrazení dluhu. Nebral se zřetel na zábavu, nýbrž jen na finanční profit. Nyní snad jak doufám, bude se brát větší zřetel na pořádání zábav, vůbec jen do oboru sokolského patřících. Tak navrhl v jedné schůzi náčelník Sok. Kovářík, by byly pořádány zábavy, ku př. sokolský večírek, Tyršův večer a podobně. V takové zábavě by poznal jeden druhého, jeden s druhým by se seznámil a též také pobavil. A jak by ne? Nás u sboru jest hezký počet a jeden druhého některý ani nezná. A čím to je?

Nás u sboru jest hezký počet a jeden druhého některý ani nezná. A čím to je? Ten neb onen nepřijde do schůze sborové třeba po celý rok a po roce zase ne, a do zábav taktéž. Uskuteční-li se více ta, tak bude jeden každý brát podíl pro věc sokolskou. Vzpomínám rád na ty doby, kdy jsem chodil do podobných zábav ve starém kraji, tam bylo více zábav soukromých pro členy a jich známé, nežli veřejných a vždy se to přece finančně vyplatilo sboru. Nu, doufejme. Na zdar!
A. Sršň, dop.

V St. Louis, Mo. — Vzpomínám nedávné minulosti, asi tři roky zpět, kdy v neděli 31. května krátce po onom hrozném tornadu, jenž město naše přepadl, hrstka nás Sokolů sbírala a oškabávala cibly našeho nám milého domova. A zajisté že při pohledu na onen zbytek budovy a ostatní spoustu, na onu hrstku mužů v troskách se hrabající, každému namanula se myšlenka, zda by nebylo lépe prodat onu hromadu cihel a jít na odpočinek. A hle, co dokáže pevná vůle a svornost ve sboru — překonala zlo — neštěstí, nenávisť, otevřela pole dalším našim ideálům a korunovala dílo naše! Dnes pohlížíme na budovu lepší vnitřní zařízenější, co náš majetek. To jest správní výbor síně zaplatil poslední cizou půjčku pivovaru, tak že síň vlastní pouze Sokol. Díky obětavosti našich Sokolů a výpomocného odboru, již všechny peníze sboru půjčili na 5 procent! Tyto činí jedinou pohledávkou na síni, avšak kupní papíry jsou čisté. Jak se dovídáme, vyjednává správní výbor o zakoupení pozemku, na němž budova stojí.

Přáli jsme si Sokola Tesaře za cvičitele, a naše přání se uskutečnilo. Byl on jediný, jenž se o místo cvičitele ucházel a také s radostí byl přijat, neb znali jsme jeho vědomosti o cvičení a názvosloví a pak — vždyť jemu patřila zásluha o zařazení denní školy, jež sbor velice povznesla a to naši bratři nezapomněli. Tedy sbor nelenil a telegraficky oznámil Sok. Tesařovi jeho zvolení, a co toto píšu, již u nás cvičí celý měsíc. Čtvrták nezapomněl jak St. Louis vypadá a jak náleží nás překvapil. Za jednoho večera po celodenní práci pochutnávám si na večeři, když za dveřmi někdo spustí serenadu a než jsem se ze svého překvapení vzpamatoval, již končí sloku „však se tak mladí nesejdem víc“, a než se naději, již objímám Sokola Tesaře, který se slovy: „Na zdar, hochu!“ mně padl do náručí. Hned za ním slyším zvonivý smích jeho paní, již vítá moje drahá polovice a průvod končí Sok. Veselý, od něhož se dovídám, že Sokol Tesař již jest v tělocvičně celý den. Radostně všichni st. louisští Sokolové vítali Sokola Tesaře, znajíce v něm tak milého spolence a dobrého bratra.

Příchodem nového cvičitele oživlo zase cvičení.

Jak se dovídám, jest značný přírůstek jak ve cvičení velkých, tak i malých. Jest žádoucí nejen aby cvičení byla navštěvována, když je zde nový cvičitel, ale aby cvičenci setrvali a ne když jsou ve cvičení cvičitelem napomenuti, příště doma zůstali.

Sokol Tesař otevřel zde doutníkářský obchod, vyrábí výtečné doutníky a doufám, že Sokolové jej jak náleží budou podporovati.

Potěšení našemu sboru mohou činit naše Sokolky, které cvičí počtem asi 35, — největší číslice ve sboru dosud dosažená — a změnou jména Dámského odboru Sokola Vlasty ve „Sbor Sokolek Vlasty“. Změna tato byla v poslední schůzi odboru učiněna a zajisté cvičení prospěšna bude.

A nyní sestry, když máte jméno Sokolky, zajisté krásně by se vyjímalo, kdybyste měly stejnokroj. Neberte si příklad z nás Sokolů, že my stejnokroj všichni nemáme, ale zahanbte nás, muže. Také činnost, jaká nyní mezi našimi Sokolkami panuje, byla minulá léta postrádána. Jak každé cvičení, tak i zpěvná cvičení jsou hojně navštěvována a Sokolky s láskou do síně přicházejí. Jen tak dále, vždyť vy máte také právo ku společné zábavě v síni. Letos značně jsme se opozdili v divadelní sezóně a nyní když tato jest již u konce, chtějí naši ochotníci vše vynahrádit.

Dne 19. března sehráli naši ochotníci drama „Krásná Sidonie“. Úlohy byly vesměs v rukou starých a dobrých ochotníků, též maskování charakterů bylo výtečné, což se vždy nepodaří. Totéž možno říci o režii, že byla řízena přesně, žel však, že obecenstva bylo málo.

Dne 2. dubna sehráli ochotníci kouzelnou hru „Lesní panny“, taktéž zdařile, při pěkné návštěvě, a to se ochotníkům lépe hraje, když vidí plné lavice. Líbilo se mně, že veškeré zpěvy byly zpívány a ne co bylo těžké jako obyčejně, bývá vynecháno.

Paní A. Janishová a paní B. Pelikánová obdařeny tohoto večera každá krásnou kyticí z růží. Po divadle rozproudila se živá zábava, kterou dovršil dar naší četě bubeníků a trubačů. Pan Jablečnick, přítel Sokola, daroval totiž krásnou korouhev a vyvolil si onen večer ku odevzdání daru toho. Vřelými slovy přál Sokolu a připomenul, by pod oným praporem stáli při svých ideálech. Jeho řeč i dar byly přijaty s nadšením. Korouhev je zhotovena ze satinu a na jedné straně červená a bílá, s českým zlatým nápisem: "Trubačsko bubenická četa Sokola v St. Louis." Na straně druhé, jež jest úplně modrá, jest nápis stejný v anglickém. Nechť přijme pan Jablečnick srdečný dík od celé T. J. Sokol v St. Louis. Zajisté naši bratři nezapomenou přátelství p. Jablečnicka.

Na ukončení sezony dne 30. dubna sehraji ochotníci sboru veseloheru Lišák a Smola. Úlohy naležají se v rukou osvělených zpěváků a starých ochotníků, a tu zajisté dobrý výsledek lze očekávat. Skladba sama plna jest humoru a vtipů, všetečností, i ručím, že nebude nikdo želeť, když ono představení navštíví a tak fidiťele a ochotníky aspoň za jejich neúnavnou pili vděkem odmění.

Správní výbor naší tělocvičny navrhl sboru, aby odbyval věcnou výstavu v měsíci září a již zvolen desítičlenný výbor ku její provedení.

Koncert trubačsko-bubenické čety musil být pro špatné počasí odložen o týden později, avšak ničeho jsme nezískali, jen že na místo deště jsme měli sníh, a to nebylo ještě nejhorší, kdyby nebyla naše policie nařídila úplný klid v neděli, počínaje ve 12 hodin v sobotu. A to se částečně týkalo také nás milovníků svobody. Dík ještě, že Sokol vi jak si pomoci, a tak jsme přeci žízeň netrpěli. Avšak mnohý obávaje se vody v botách a sucha v krku, zůstal raději doma. Následkem toho nebyla návštěva taková jak se očekávalo.

Co toto píšu, dovidám se, že zastřelil se bratr Jindřich Švec v návalu těžkomyslnosti. Byl stár 45 roků a dlouhá léta členem sboru našeho. Na zdar! Jan Dvořák, dop.

* Encyklopedie tělesných cvičení, kterou navrhl br. J. Křen, má dle jeho návrhu obsahovati I.* slovem a obrazem stručný popis všech částí těla při tělesných cvičeních pracujících, vyznačení rozsahu této práce a významu jejího pro uchování zdraví těchto částí těla, jakož i pokyny pro zachování jich síly a svěžesti, II.* názvy a popis slovem i obrazem všeho tělocvičného a sportovního nářadí dob minulých i přítomné, národů civilisovaných i barbarických, jakož i turistické náčiny, III. jména a stručný popis sídel velkých tělocvičných a sportovních i turistických jednot vůbec se zvláštním zřetelem k popisu a zobrazení jich cvičišť, tělocvičen, závodních drah, rozhleden, útulen turist. (plánem i pohledem) a uvedení všech sídel větších tělocvičných jednot sokolských a spolků sportovních se stručným náčrtem jich početnosti, činnosti a pod. v zemích koruny české, IV.* jména a popis (slovem i obrazem) všech tělesných cviků: her, sportu, tělocviku atd. dob minulých i přítomné, národů civilisovaných i barbarických, popisy závodů a jich upravení, určení rekordů a vůbec vše, co souvisí s odbornou terminologií, V. jména, dějiny a statistiku všech zemských a národních organizací tělocvičných, sportovních, turistických, mapy jich oblasti a pod., VI. životopisy osob o tělocvik vůbec zasloužilých a o Sokolstvo slovanské, sport a turistiku slovanskou zvláště. Mythická i historická jména zakladatelů tělocvičných soustav, vítězů, vynálezců nových gymných cviků, lékařů, filosofů, paedagogů, státníků, umělců a učenců, odborných spisovatelů a mecenášů dob minulých i přítomné o rozvoj tělocviku, sportu a turistiky zasloužilých, VII. jména všech odborných časopisů tělocvičných, sportovních a turistických, VIII. popisy a obrazy krojů tělocvičných dob minulých i přítomné, znamenitých soch gymnastů a atletů a pod. Vysvětlení: V programu rozeznává se: tělocvik, hra, sport a turistika. Vše, co v VIII uvedených záhlavích je obsaženo, vztahuje se na všechna odvětví. Sportem myslí se zde: jízda na byciklu, koňmo, vozmo, chůze a běh pokud jsou trainovány, plavání, plavba, bruslení, jízda na lýchách a pod. V záhlavích označených hvězdičkou mají být všechna hesla uvedena v jazyku českém, polském, hrvatském, slovinském, ruském, francouzském, anglickem a německém. Abecední rejstřík ke konci připojený buď tak upraven, aby dílo to mohlo sloužiti prospěšně všem národům slovanským.

Jména korporací, spisů a časopisů, pokud byla vydána v cizí řeči, buďte uvedena v názvu původním a v závorce teprve český překlad. — Návrh tento byl přijat vzdělávacím odborem i předsednictvem Č. O. S. a zvolena komise z bratří: Dr. Scheinera, Dra. Vanička, K. Vanička, J. Klenky, F. Maška a J. Křena, které uloženo činiti předběžné přípravy k vydání tohoto díla. Komise tato usnela se, aby hesla, která má br. Dr. Scheiner, redaktor Ottova naučného slovníku pro tělocvik, byla vytištěna a rozdána všem členům komise. Po sebrání všech hesel budou vyzváni spolupracovníci (br. navrhovatel navrhl 44 spolupracovníků Čechů, 12 zástupců ostatních národů slovanských a 21 cizinců) k zpracování hesel. Půjde-li práce dobře, může býti dílo toto dokončeno v 5 letech, asi r. 1900 mohlo by se začíti s vydáváním a asi r. 1906 by bylo dokončeno. Rozdaná hesla již se členy komise doplňují a jest v zájmu české vědecké literatury tělocvičné jen přáním našim, aby dílo se v brzku uskutečnilo.

Příjem a vydání N. J. S. za měsíc březen 1899.

Příjem:

4. TJS. Komenský v Humboldt za III. a IV. '98.....\$	5.20
6. Fr. Lier předplatné z Čech.....	.64
„ za ohlášky.....	12.00
TJS. Svornost v Morrisani za IV. '98.....	5.40
Táž za knihy.....	1.25
TJS. Fuegner v L. I. City za knihy.....	1.52
8. TJS. v Linwood, dopl. za I. '99.....	1.20
„ přepl. na II. '99.....	1.00
10. Sok. Jed. Slovan ve Filadelfii za IV. '98.....	9.20
TJS. Karel Jonáš v Abie, za I. '99.....	6.40
Úroky z dluhopisů za rok 1898.....	12.00
T. J. Slovenský Sokol v NY. za 20 Povelů.....	1.18
ČSVNPS. Karel Havlíček ve Springfield, za knihy a předpl. na Sokola Amerického.....	2.60
16. TJS. Podlípny v Detroit, dopl. na II. '98.....	10.50
„ za III. '98.....	12.00
„ spl. na IV. '98.....	2.50
18. TJS. v St. Louis, spl. na III. '98.....	12.10
20. TJS. Žižka v Bruno, dopl. na IV. '98.....	.40
„ spl. na I. '99.....	4.30
TJS. Tábor v Chicagu, dopl. na III. '98.....	7.70
„ spl. na IV. '98.....	6.30
27. TJS. Bohemia v Bohemii.....	3.80
F. J. Fiala v Omaze za knihy.....	3.43
Tom Spatz v Abie taktéž.....	.13
Úhrnem.....	\$122.75
Hotovost z února.....	1525.41
Úhrnem.....	\$1,648.16

Vydání:

8. Za 1000 "Oznámení čekanců" br. Fr. Lierovi.....	3.00
20. Dru. K. Štulíkovi, pořad. Sok. Am. za březen.....	20.00
Fr. Lierovi za 3300 výtisků Sok. Am. pro březen, s výpravou a známkami.....	88.75
25. Flynn Express Co. za dopravu klobouků na vzorky..	12.50
Motouz na balení.....	.12
Náhrada jízdy do schůzi: F. Chrástilovi 25c., F. Kačerovskému 25c. a F. Vozábovi \$1.56.....	2.06
Úhrnem.....	\$126.43

Příjem... \$1,648.16

Vydání... 126.43

Hotovost \$1521.73.

Josef Říha,
jednatel.

Zasílejte ve prospěch německým ohrožených jednot Sokolských v Čechách upotřebené známky poštovní, korespondenční listky s pohledy měst a pod. poštovní tiskopisy redakci tohoto listu, jež je do Čech zašle.

Dr. K. Štulík,
525 So. Lincoln st., Chicago, Ill.

Členové noví a vyloučení.

— Z TJS. v New Yorku. Ve schůzi dne 27. března odbyvané vyloučení byli pro neplacení: Hála Josef a Karel Leitgeb. Odstoupili: Roušar Jan F. a Haas Karel, oba přispívající. Zemfel: Anton Štípek ve Westfield, Mass. Přijmuti byli: Chvátíl Václav, Němec Karel, Frant. Malý a Jablečnick Václ. Navrženi jsou: Vilém Potůček a Vojt. Klečka. Alois Bohdanecký, účetní.

— Do Sokola "Čech" v Clevelandu přijati: Emil Hablestraiter, Jos. Kos a Karel Huml. S přestupní listinou přijat Jos. Zahofík. Navrženi: Jan Zahour, V. Jiráček, Fr. Hrubý, Lad. Friedl a Alf. Krejsa. Přestupní list obdržel Ant. Jedlička. V. J. Štíbr, jed.

— Do Sok. Jed. Blesk v Baltimore přijat Karel Tavik. Pro neplacení vyloučení Jan Větrovský a Václav Vlach.

Fr. Štětka, zap.

Ze Sokola „Cleveland“ vyloučen pro neplacení Frank Žák. Do sboru navrženi Frank Mach, Karel Tajerle, Tomáš Karas a Jakub Petrášek. F. Hrubecský, star. Frank Skala, jedn.

Do TJS v St. Louis přijati v březnu: Frant. Beck, Josef Bělach, Karel Brčák, Frant. Dolejší, Frant. Raffel, Frant. Paleček; s přestupní listinou August Tesař. Fr. Široký, taj.

Do TJS v Omaze přijati v březnu V. J. Pakeš a Vinc. Novotný. Boh. W. Bartoš, taj.

Z TJS „Vlast“ vyloučen dne 19. března pro neplacení Václav Novák. M. Pešek, taj.

Do TJS v Clarkson přijati Alois Severa a Štěpán Severa. J. D. Wolf, taj.

Do TJS ve Westfield přijat dne 2. března Oldřich Bažata. Boh. Kupec, taj.

Do Sokola Česko-zábavního v Clevelandu přijati dne 3. března: Jan Větrovský, Jan Hlaváček, Adolf E. Slabý, Fr. Starý, Jos. Hacha a Jos. Krava. B. Sprostý, star. Jan Žák, jed.

Do TJS v South Omaze přijat byl znovu po zaplacení povinných poplatků Filip Kraus. Fr. Radil, taj.

Do TJS v Milwaukee přijati byli: 23. února Karel Toman, 9. břez. Fr. Mikulecký, 23. břez. J. J. Vlach a Ant. Neuhauser. Ant. Šabart, taj.

ADRESÁŘ NÁRODNÍ JEDNOTY SOKOLSKÉ VE SPOJ. STÁTECH.

VÝKONNÝ VYBOR NÁRODNÍ JEDNOTY SOK. V NEW YORKU:

Schůze každé 1. pondělí v měsíci.

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. Jos. Wocel tajemník, 607 E. 83rd St.; Jos. Brodíl, pokladník, 336 E. 78th St.; výbor tělocvičný: Aug. Tesař, Jan Pavlík, Fr. Lier; výbor účetní: M. Grabenstein, F. Kačerovský a Vinc. Zvoník. Náč. Ferda Martyny, 1457 Ave. A, New York; podnáč. J. Štíbr, 84 McBride st., Cleveland, O. a Fd. Engelthaler, Ced. Rapids, Ia.

Župa Východní, sídlo v New Yorku.

Ústř. výb.: st. Fr. Chrástil, jed. Ant. W. Švarc, 258 Graham Ave. Brooklyn, pokl. V. Hampl, náč. Fr. Bartuněk 403—72nd St., podnáč. V. Hampl a K. Řehoř, fin. výbor V. Křížek, K. Řehoř a J. Uher.

SOK. JED. BLESK Baltimore; (3. pátek), Fr. Štětka, dop., 809 N. Castle St.

T. J. S. BOHEMIA, Bohemia, L. I., N. Y., (posl. sobotu) Karel Růžička, jed.

T. J. SOKOL Brooklyn, N. Y., taj. Jan Walthausen 63 Whipple St.

SOKOL CLEVELAND, (3. ned.), taj. Frank Skala, 158 Croton St.

SOKOL ČECH, Cleveland, O.; taj. V. J. Štíbr, 2177 Wilson Av.

SOKOL ČESKO ZABAVNÍ, Clev. O., Jan Žák, 160 Iona St.

T. J. S. BUDIVOJ, Detroit, Mich., (první pondělí) J. C. Tobias 71 Home B'k Bldg.

T. J. S. PODLIPNÝ, Detroit, Mich.; (druhý pátek), Boh. Masák, 17 Nall Avenue

T. J. SOKOL, East Islip, L. I., N. Y., (posl. sobotu) Fr. Tůma, taj.

T. J. SOKOL, Little Ferry, N. J., (čtvrtý čtvrtek) Vác. Tůma, P. O. Box 11.

T. J. S. FUEGNER, L. I. City, N. Y., taj. M. Beneš, 288 Rowson St.

T. J. SOKOL Newark, N. J., (druhé pondělí) Vinc. Rychetský 335 W. Kinney St.

S. J. ŠVORNOST, Morrisania N. Y., Max Grabenstein, 3493—3rd Av.

T. J. SOKOL, New York; (schůze 2. a posl. pondělí, 420—22—24 E. 71st St.) taj. J. L. Jedlička, 420—422—424 E. 71st St.

SOK. JED. SLOVAN, Philadelphia Pa., (1. pondělí) L. A. Fischel, 1721 Alder St.

T. J. SOKOL Westfield, Mass.; (1. a 3. čtvrtek), taj. B. Kupec, 8 Sycamore 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.

PLZ. SOK. Chic.; (2. a 4. čtvrtek) A. Laadt, 684 Blue Island ave.

SOKOL CHICAGO, Chic., jed. F. D. Novák 1060 So. Kedzie Ave.

KLATOVSKY SOKOL, Chicago; taj. Ant. L. Stejskal 928 W. 19th St.

TĚL. J. ČECHIE Chicago; (1. a 3. sobotu), taj. Anton Havlík 525 Evergreen Ave.

T. J. S. TABOR, Chicago, Ill., taj. F. Herzinger, 1433 So. 41 Ave.

T. J. S. TYRŠ, Chicago, Ill. A. Tittl, 625 Laflin St.

T. J. S. VLASŤ, Chicago, Ill., Mat. Pešek, 183—28th Pl.

ČES. AM. SOKOL Manitowoc, Wis.; (2. střední), taj. J. Hejduk, 708 Chicago St.

TĚL. J. SOKOL, Milwaukee, Wis.; Ant. Šabart, 1312 Vine St.

T. J. SOKOL St. Louis, Mo.; (2. a 4. pondělí), taj. F. Široký, 4705 Nebraska Ave.

Župa Západní, sídlo v Omaze, Neb.

Ústř. výb.: Starosta A. Kment, 1245 So. 15th St., taj. V. J. Šebek, 1407 So. 4th St., náčelník F. S. Fiala, 1718 So. 8th St., John Mathausen, Václav Kunc a J. R. Fiala.

T. J. S. KAREL JONAŠ, Abie, Neb., (1. neděle) J. D. Hasik.

TJS. HVĚZDA ZÁPADU, Black Wolf, Kans. V. E. Doleček, taj.

T. J. SOKOL ŽÍŽKA, Bruno, Neb.; (1. ned.), taj. Vác. Blatný.

TYRŠ C. R. SOK., Cedar Rapids, Ia.; (1. neděle), J. J. Hrbek taj., 1306 S. 2nd Ave.

T. J. S. JIŘÍ PODĚBRAD, Clarkson, Neb., taj. Jan D. Wolf

T. J. SOKOL, Crete Neb. taj. A. Daniel.

T. J. S. KOMENSKÝ, Humboldt, Neb., F. J. Novák.

T. J. SOKOL, Linwood, Neb., taj. Frank Dočekal.

T. J. S. Milligan, Neb., (2. neděle), Frank Hrdý, jed.

T. J. SOKOL Omaha; (2. čtvrtek), taj. W. B. Bartoš, 1418 Rear, Popleton Ave.

T. J. S. Plattsmouth, Neb., (3. neděle) taj. Ant. Hudeček, box 940.

T. J. SOKOL, Prague, Neb., Tom. Viasák, zap.

T. J. SOKOL, Schuyler, Neb., taj. R. A. Daříček.

T. J. SOKOL, So. Omaha, Neb. taj. Fr. Radil, 16th & S St.

T. J. S. KAREL JONAŠ, Wilson, Kansas; jed. J. W. Somer.

„Sokol Americký“, časopis Sokolstva čes.-americ. Nákladem výkonného výboru Národní Jednoty Sokolské.

VYCHÁZÍ 15. KAŽDÉHO MĚSÍCE V NEW YORKU, N. Y.

Dr. K. Štulík, pořadatel, 525 S. Lincoln St., Chicago, Ill. Jos. Říha, jednatel výk. výb. N. J. S., 434 E. 58th St., New York,

Veškeré dopisy pro „SOKOLA AMERICKEHO“ buďtež zasílány pořadateli.