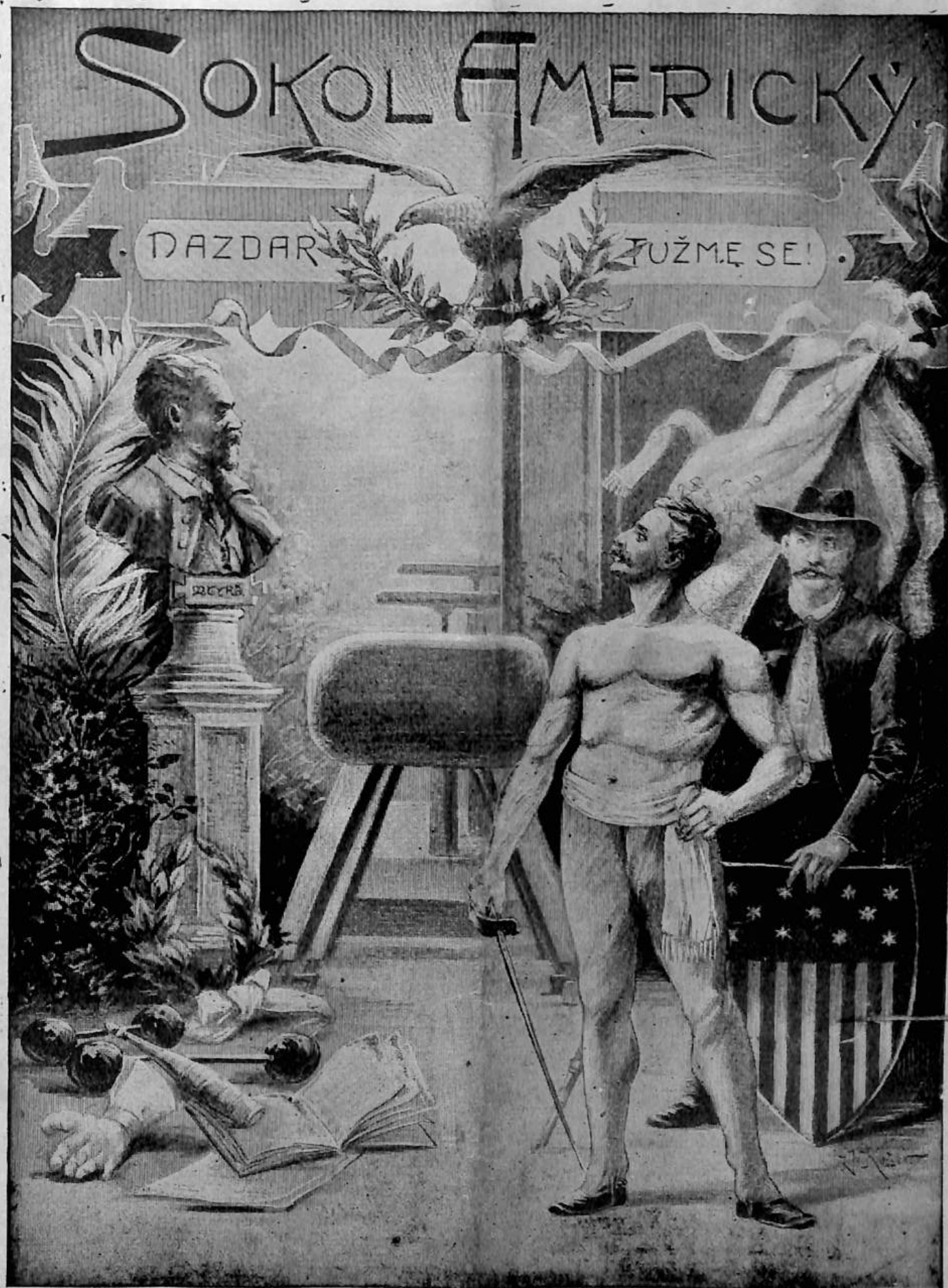




Toto místo jest vyhrazeno pro známého
R. HURTA,
KREJČÍHO A KLOBOUČNÍKA,

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

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

Sborník Sokolský
 na rok 1898.

Vydal A. V. Prágr, nác. župy
 Tyršovy a Sok. Kolínského.
 Cena 33 centů.

Objednávejte buď u svých sborů
 nebo u jednatele Výk. Výbo-
 ru N. J. S

Sborník Sokolský
 na rok 1896

pokud zásoba stačí prodává za
 25ct. jednatel výkonného výboru
 N. J. S.

Oznamujte...
 v Sokole.....
 Americkém..

Bližší sdělí:

F. LIER,
 410 E. 71st St.,
 New York.

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

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

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

Dodavatelí Těl. Jednoty „Sokol“
 v New Yorku.

KNIHY

u výk. výb. N. J. S. na skladě:

Tyrš Mir., Dr.: Základové tělocviku ..	\$1.00
Kožíšek Fr.: Cvičební večery na koni na šíř.....	.10
Jindřich Fugner. Životopis	.10
Vaniček Kar.: Sokolstvo, jeho směr a cíl	
Komenský Jan Amos a jeho snahy tělocvičné. Obě za.....	.03
Scheiner, Jos. E. Dr.: Tělesná cviče- ní ve starém věku	.65
Kožíšek Fr.: Cvičební večery na hra- zdě.....	.12
„ „ 100 příkladů cvičení prost- ných	.18
Hron Karel: O cvičební soustavě....	.20
Mendik Jan: Povely ku podrobnému procvičení poř. cvičení.....	.05
Scheiner Jos. E. Dr.: Úvahy a řeči dra. Mir. Tyrše. Povšechné úvahy o věci Sokolské, I. 1.....	.25
Povšechné úvahy o věci Sok., I. 2..	.25
Klenka Jos.: Tělocvičné hry pro ško- ly, I. bez náradí	.15
Klenka Jos. Těl. hry. II. S náradím..	.25
Hanušová Kl.: Dětský tělocvik.....	.20
„ „ Hry míčem pro vese- lou mládež.....	.15
Horalek F.: Pérem Sokolím; seš. 1—4 ..	.20
„ Na přední stráž.....	.05
Sládek Jos. V.: České písně.....	.05

Knihy tyto, pokud zásoba stačí, zasílá
 vyplacené jednatele výk. výb. tomu, kdo při
 objednání pošle výše udanou částku buď ve
 známkách, nebo poukázkou poštovní.

Jan Černý, 437 E. 71st St., N. Y.

Václav Kunášek, dodavatel klobouků Nár. Jed.
 Sokolské.
 123 Fulton Avenue,
 ASTORIA, L. I. CITY, N. Y.

Zasílá klobouky sokolské, stejnokroje, cvičební obleky, pásy, monogramy, knoflíky
 sokolské atd. Ceny levné, jakost dobrá. — Košile, nákrčníky a klobouky ku koupi jsou
 u F. Javůrka, 1403 Ave. A, mezi 74. a 75. ulicí.

.....Nákladem.....

ústředního
 výboru
 Východní
 župy
 v New
 Yorku

— vydána byla —

Nejnovější sbírka
Sokolských písní.

1. sešit po 3 centech

zasílá na požádání každému veselému Sokolu
 jednatel ú. v. Vých. župy

JOS. A. KNEDLHANS,
 420--424 East 71st St.,
 NEW YORK CITY.

N. B. — Každý kdo si přeje objednat jakýkoliv počet zpěvníků,
 nechť zašle předem peníze v poštovních známkách jeden a
 dvoucentových.

Bratři Sokolové!

Jakmile se přestěhujete, oznamte
 laskavě ihned novou svou adre-
 su výpravčímu Sokola Amerického,

FR. LIEROVI,
 410 E. 71st St., New York City.

SOKOL AMERICKÝ.

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

Ročník XXII.

NEW YORK, 15. ŘÍJEN 1900.

Číslo 10.

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

ORGÁN NÁR. JED. SOKOLSKÉ.

Pofadatel: 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 uschovají se na dobu 3 měsíců, pak se zničí.

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

Upozornění. — Bratři, kteří zasílají mně odtěži zprávy druhu jakéhokoliv, čiňte tak příště na adresu: A. Haller, 818 So. Ashland Ave., Chicago, Ill.

OBSAH.

Uvažujme. — Vzorný příklad. — Sokol Americký. — Z nové řady epistol sokolských. — Příklady šermu bodmo. — Fysiologie tělesných cvičení. — Tělocvik a zdraví. — Listiny soudců ze závodů N. J. S. v Clevelandu, O. — Dopisy: Z Baltimore, St. Louis, New Yorku a Long Island. — Pozdravy, zaslané k závodům N. J. S. v Clevelandu, O. — Fin. zpráva jednatele v. v. N. J. S. za měsíc září 1900. — Zápis o schůzi v. v. N. J. S., různé zprávy a různá oznámení.

Uvažujme.

Pominul šumný ruch dnů slavnostních a klidnější chvíle nastoupily místo výjevů, k nimž těžko bylo přiblížit se myslí nerozrušenou. Klidnější chvíle — ovšem jen poněkud, neb k spánku uložiti se nyní chvíle jest nepříhodná, — té sobě vůbec nepřejeme, — chceme jen trochu oddechu, bychom klidně uvažovati mohli o průběhu slavností minulých, o závodech a výsledku jich, jakož i potřebných opravách, jež dle zkušeností nabytých radno vždy a všude zaváděti.

I stanovy naše ukládají nám tuto povinnost a dle nich též i borci naši doporučili mnohé změny pro závody příští v naději, že dobré věci tím poslouženo bude. Tak i sbor soudců beze všeho vybičování podal nám souhrn jich zkušeností, jichž obsah v min. čísle uveřejněn byl. Mnohý z návrhů těch vítali jsme s radostí, leč naši jsme i leccos, s čím souhlasiti nemůžeme. Pokládáme to za svou povinnost, bychom dříve, než návrhy tyto k odhlasování sborům předloženy budou, vysvětlili stanovisko naše a upozornili též i na to, co škodlivý vliv na další rozvoj tělocviku míti by mohlo. Trváme, že nyní, kdy více času nám zbývá k přemýšlení, schopnějšími jsme uvažovati o různých změnách, čehož nedostávalo se všem po závodech, kde mnohý ještě pod dojmem sklamaní přístupný byl náhledům, s nimiž dnes sám nesouhlasí. Víme dobře, že všechny návrhy podány s úmyslem upřímným a pouze za tím účelem, by společnému nám všem zájmu pomoheno bylo, však ne každý náhled, třeba

i dobře míněný, jest též správný. Leč výměna různých náhledů nám neuškodí, ta naopak nám jenom prospěti může a bylo by záhodno, by co možná největší počet bratří na úvahách opravních podílu brali a o ně se též zajímali.

Již v dřívějších číslech tohoto listu poukázáno bylo na mnohé, čeho se nám nedostává, však žel, že bez výsledku. Tak mezi jiným poukázali jsme na to, že ze závodů vypuštěno bylo závodění v cvičeních prostných. V tom ohledu souhlasíme s návrhem Sok. Martynyho, v němž o zavedení závodů v prostných se jedná. Návrh ten však, jak v min. čísle podán, není dosti jasný. My měli při posledních závodech také závod v prostných, však nenajde se ani jeden bratr, který by věřil, že se osvědčil. Oč nám se jedná, jest závod v prostných, jenž řízen by byl tak, by v tělocvičnách našich k rádnějšímu, správnějšímu a důkladnějšímu provádění prostných dojití muselo. Toho nedocílíme ale tím, dáme-li závodů v prostných místo podřízené, aneb zařadíme-li je mezi závody mimořádné. V tom ohledu zdá se, že měli jsme již v roce 1897 při závodech župy Chicagské a Východní pravidla lepší, při nichž závod v prostných zařazen byl mezi závody hlavní. Vrátime-li se o tři roky zpět a přijmeme-li pravidla z času toho, pak potřebujeme pouze stanoviti poměr bodů pro prostná k poměru možných bodů při cvičeních jiných a vykonáme tu nejlepší opravu, již ve směru tomto vykonati můžeme. K závodů v prostných nechť volí se cvičení, jež určují se co „společná“ cvičení, ať již prostná neb s nářadím. Tím odpadl by též pro soudce naše obtížný úkol rozhodovati o tom, které cvičení nad jiné sestavením vyniká, neb jaké osnovy k němu použito bylo, a soudilo by se pouze provedení. Při posledních závodech, kde závodily župy v prostných, měla se souditi jakost cvičení, t. j. jeho sestavení, však soudcové radi se o tom snad ještě dnes, které z nich bylo lepší. Co platná jsou nám pak pravidla a stanovy, když ukládají někomu větší povinnost, než schopnosti jeho s to jsou zastati a když jednoduše některé články jich se přeskochí k vůli zachránění reputace některého neb některých činovníků.

Nedostatek dokonalých soudců, toť otázka, jež přetřásá se u nás po každých závodech. Víme ze zkušenosti, že ani ten nejlepší soudce nezachová se ku spokojenosti všech borců, víme však též, že mnoho jest těch, kdož úřadu toho zneužívají vědomě a mnoho těch, kdož nevědomky tak činí. Jediný prostředek, jak nápravy získati možno, a to když ne úplně, tedy alespoň částečně, vidíme v návrhu Sok. Cervinky. Bylo by již na čase, by zastaralý spůsob tajného souzení (psaní číslic pod

hrstí) se odstranil. Soudí-li se spravedlivě, pak neznáme žádnou příčinu, proč tak dítí se má tajně. Naopak, neškodilo by, kdyby každý cvičenec hned v zápětí po vykonaném výkonu zvěděl, mnoho-li na výkon svůj získal. Věříme, že na způsob ten i pro obecnost staly by se závody zajímavější a že závody těšily by se lepší oblibě se strany jeho, než dnes tomu jest. Soudcové pak sami nuceni by byli počínati si opatrněji, což až dosud vždy se nedělo, ježto mnohdy i ty nejkřiklavější kozelce při souzení spáchané zůstaly pod pokličkou. Dle toho měla by se i pravidla pro příští závody opravit.

Rovněž souhlasíme i s návrhem Sok. Pecivala, jenž povinných výkonů na koni na del se týká. Koně na del užívá se u Skotů, Norvěžanů a j. poněkud ku cvičení různých veleskoků, čehož ukázky podali již na mnohých velkých sjezdech tělocvičných a též i my po většině (ač ne právem) veleskoky na náradí tom pěstujeme. Určením jednoho veleskoku a jednoho výkonu sestávajícího z více tvarů, vyhoví se potřebě úplně a cvičenci naši nebudou pak pěstovati někde výhradně jen veleskoky a jinde opět snad jen kombinace různých tvarů.

Až dosud máme před sebou návrhy, s nimiž souhlasiti musí každý, kdož o poměrech našich a o zásadách tělocvičných jen povrchně vědomosti má.

Jinak má se, to však s návrhy dalšími. Tak ku příkladu usneseno ve schůzi soudců — aby náčelníci ať hlavní neb župní, kdykoliv pracují prostná (cvičení s náradím snad též?) pro cvičení N. J. S., předložili tato výkonnému výboru ku schválení, tak aby cvičení byla vždy co možná dokonalá. Políček takový, tušíme, že nemusel sbor soudců našim náčelníkům uštedřiti a to již ne proto, poněvadž ani své vlastní záležitosti náležitě spravovati nedovedl. Není-li mezi všemi Sokoly každé župy ani jednoho bratra, který schopen by byl cvičení nějaká vypracovati, pak jednoduše úřad neb povinnosti náčelníků zrušme a naopak, máme-li mezi sebou Sokolů takých, kteří schopni jsou samostatně pracovati, pak hledme do úřadů náčelnických je zvoliti a dejme jim příležitost, by dokázali, co samostatně vytvořiti dovedou. K tomu měli jsme při posledním tělocv. sjezdu soudce, by úsudek o tom podali, který náčelník rádně povinnosti své dostal a který ne, však o tom soudcové rozhodovati nedovedli a zkušenost nás o tom přesvědčila, že ani dle návrhu soudců, kdyby přijat byl, jinak by se nedělo. V případě tomto jsou stanoví naše správné a dosti jasné, třeba jen přihlížeti k tomu, by lépe nařízení jich se vykonávalo.

Největší pozornosti zasluhuje však návrh, v němž jedná se o odloučení skoků od závodů hlavních. Musíme se přiznati, že návrhu, tak jak v zápiskách ze schůze soudců podán jest — nerozumíme. V průběhu schůze závodní seznali jsme však, o čem se jedná. V zápiskách ze sboru soudců čteme: Proto navrhuje se, aby závodění na náradí bylo úplně odděleno od závodění ve cvičeních atletických, a sice aby první den věnován byl náradí, druhý skokům, běhům, hrám a p. My měli až dosud za to, že skoky patří mezi cvičení na náradí, nyní se však dovídáme, že v soustavě naší zařaděny jsou někde jinam. Kam, to ovšem nedovedeme si vysvětliti, zrovna jako nevíme, kde někteří bratři sebrali pro skoky

název „cvičení atletická.“ Pokřtili je tak snad proto, že tělocvičné spolky, které nesou jména „Athletic Clubs“, také skoky pěstují?

Než, raději k věci a hledejme, zda nalezneme závažný důvod, proč měli bychom při závodech skoky vyloučiti ze závodů hlavních. Při nejlepší vůli my jich nenacházíme a nuceni jsme opakovati pouze ty, jež sborem soudců za závažné uznány byly a ty zní: skoku o tyči při posledních závodech dána taká důležitost, že pácháno tím bylo velké bezpráví na těch, kdož pilně na náradí cvičí a od založení N. J. S. činěny různé pokusy souditi cvičení nářadové společně se skoky, však žádný pokus se neosvědčil. Poukazuje se na to, že americký dorost spíše dá se pohnouti k pěstování cvičení atletických a že radikální změna v tomto směru měla by veliký vliv na celou existenci N. J. S. Proto se navrhuje, by závodění na náradí bylo úplně odděleno od závodění ve cvičeních atletických a sice, by první den věnován byl náradí, druhý skokům, běhu, hrám a p. Přeborníci na náradí budtež jmenováni zvlášť a přeborníci ve cvičeních atletických také zvlášť — ale zvláštní ceny budtež pro ty, kteří by vynikali v obojích závodech. Tím by se závody značně zjednodušily, ježto by mohly býti řízeny přesně podle pravidel A. A. U. Aby však mládež cvičení na náradí nezanedbávala, budiž učiněno opatření, by k závodům atletickým připuštění byli jenom ti Sokolové, kteří po celý čas cvičení na náradí pravidelně pěstovali. —

Při prvním a snad povrchním přehlédnutí tohoto, možná že zdáti se budou důvody pro oddělení skoků některému ze Sokolů dosti závažné. Jinak bude tomu však, pohlédneme-li na věc blíže. Na prvním místě připamatujme si toto: Při pěstování tělocviku mějme na zřeteli všestranné cvičení těla a to přede vším jiným. Toho docílí každý cvičitel nejspíše tím, když přidrží se základní a nejstarší formy, která nás učí, že v každé cvičební hodině probrati máme: skok, cvičení ve visu a v podporu. Dle toho kdo se řídí, tomu není třeba lámati si hlavu tím, které svaly při různých pohybech, jež konáme ve visu neb v podporu i skoku podílů braly, ježto takové dělení a třídění súčasťných svalů při cvičení nedá se přesně stanoviti, může však býti jist, že zaměstnal skupiny svalů celého těla, ať pak jmenují se natahovači, přitahovači, odvracovači aneb jakkoliv. V návrhu ovšem nepraví se, že měly by se některé z cviků těchto vynechati, však nebude-li muset některý cvičenec na závodech skákat, tedy nebude tak ani v tělocvičně činiti. Víme, že tělocvik nepěstujeme k vůli závodům, ale víme též, že cvičenci cvičení v různých odvětvích závodním pravidlům podřizují, což je nešvar, v němž povzbuzovati je bylo by hříšné. Vezměme ku př. cvičence některého sboru, kteří odkázáni jsou po celý rok pouze na svou tělocvičnou místnost. Ti jistě „athletických“ závodů se nesúčastní a nebudou pěstovati ani skoky, když ze závodů nářadových vyloučeny budou.

V návrhu se mluví tak, jako kdyby existence N. J. S. byla v nebezpečí. Jestliže je, o čemž silně pochybujeme, pak ani rozdělení závodů ji nezachráni. Nejde-li u nás dnes vše tak, jak by mělo býti, pak není to pouze u nás, ale i u Němců, u Američanů a všude jinde. Athletické

kluby pořádají závody, kde cvičí se pouze skoky, běhy a p. a mnoho-li těch mladíků tam zříme? Kdybychom porovnali číslce v procentech, pak bychom našli, že proti nim si ještě dobře stojíme. Leč špatně znal by zdejší poměry ten, kdo tvrdil by, že atletické kluby nezávodí také na způsob nás. Podívejme se na Y. M. C. A. a shledáme, že skládají jim zkoušky z cvičení, v něž zahrnují se cvičení pořadová, prostná, bradla, kůň na šír i na dél, hrazda, běh čtvrt míle, skok do dálky, skok vysoký a skok o tyči. Tato všechna cvičení počítají se dohromady dle tabulek, které určují jistý počet bodů na různé výsledky. Dovedou tedy u Y. M. C. A. počítati a stupňovati skoky, o což u nás bez výsledku od založení N. J. S. se pokoušíme a abychom zachránili bolavý palec, chceme si rychle uříznouti celou ruku.

My nepochybujeme ani dost málo o tom, že poměr skoku ku cvičení na náradí se dá lehce stanovit, zvlášť když Američané toho již ku své spokojenosti dokázali. Počítalo-li se o posledních závodech mnoho na skok o tyči, toť přece není žádná příčina, proč skoky ze závodů náradových by se vyhoditi měly. Dejme skoku tomu tolik, kolik jest přiměřené a špatný poměr ten bude vyrovnán. Všechno, co potřebujeme vykonati, jest určití, mnoho-li procent na jisté skoky připadnouti má v poměru k počtu bodů na náradí a další rozdělení vykoná se snadno.

V návrhu slibuje se nám, že učiní se opatření, by mládež cvičení na náradí nezanedbávala a že k závodům atletickým připustí se pouze ti, kdož na náradí pravidelně cvičili. — Jakým způsobem opatření to získáme a jaké as bude, toho nedovedeme se domysleti. Víme však jedno a to jest jisté, že článek tento naučí činovníky sborů nepěkné vlastnosti, již říká se „mluviti nepravdu.“ Zde setkáváme se též s protivami celého návrhu. Na začátku stojí psáno: Nechme mladíky pěstovati a závoditi pouze ve cvičeních atletických a oni mezi nás půjdou — ku konci návrhu se opět říká — každý musí pěstovati cvičení na náradí, jinak ani k závodům atletickým připuštěn nebude. Nuže, jsme nyní opět na stejném místě, jako dříve a jest tedy celé to dělení závodů bezúčelné. Pěstuje-li někdo pravidelně cvičení na náradí, pak schopen jest též i na něm závoditi.

Sbory naše platí cesty i vydání závodníků a mají tedy úplné právo žádati od cvičenců, by všech povinných závodů se účastnili. Podle návrhu tohoto došlo by to však tak daleko, jako u některých jinonárodních spolků, kde některý závodník účastní se pouze jediného závodu, někdy dvou neb třech, což děje se pouze za tím účelem, by docílilo se vyšších recordů. U nás však o to nestojíme. Posíláme cvičence naše na závody sic, však více proto, by ukázali všestranný výcvik, jaký u kterého sboru je, a dle toho též souzení se děje. Sportovní závody mnoho dobra nepřinášejí a obyčejně strhnou cvičence k výstřednímu trainování, jsou-li pouze na tyto odkázáni a my nepřijem si ani v nejmenším, aby podobný nemrav u nás se ujal.

Co nás se týče, nejsme ani v nejmenším zaujati proti závodům jako jsou běhy, vrhání koule a j., naopak, tam kde příležitost mají k pěstování jich, ať činí tak, neb eviky tyto pěstují se hlavně venku na čerstvém vzduchu,

což z fyziologického stanoviska velkou cenu pro tělo naše má, pak-li cvičení jich nepřeháníme. Při posledních závodech závoděno v nich též a sice co v závodech mimořádných, k nimž přihlásil se slušný počet borců. Pro cvičení taková dosti místa u nás v rubrice závodů mimořádných, kdež vždy se nalezaly a kde zůstatí i na dále by měly.

Jinak má se to se skoky. Ty výhodně a znamenitě doplňují cvičení náradová, kamž i též patří a vyloučením jich ze stejných závodů bylo by chybným krokem, před kterýmž každého Sokola varujeme.

Vzorný příklad:

Tiše, beze všeho hluku, za to však tím rychleji uskutěčněno spojení Plz. Sokola a Těl. Jed. Sok. Tyrš v Chicagu. To, o čem mluvilo se již po delší leta pouze mezi jednotlivci a co přáním bylo mnohých upřímných Sokolů, — to hotovou jest skutečností.

Spojení těchto dvou sborů nebylo nic jiného, než přirozený vývin událostí, týkající se života obou spolků. K činu tomuto došlo muselo, toť bylo pouze otázkou času, zda stane se tak dříve, či později.

Radujeme se opravdu upřímně z toho, že poměr sborů našich k sobě nabyt tímto krokem lepší tvárnosti a že jednomu ze základních hesel našich dán opětně průchod úplný a to způsobem nejskvělejším. Bratrství, na němž již tak často páchalo se bezpráví, na nějž často tolik se hřešilo, slavilo zde jedno z největších vítězství.

Opravdu, Sokolstvo má tak mnoho krásných hesel, že kdyby všechna k platnosti přivedena byla, muselo by tu mezi námi býti jako v ráji. Vsaak i ta nejvýznamnější hesla pouze na papíru psaná nic nám neprospějí, nedotýkají-li se srdcí našich. A smutná to pravda, že mezi námi často holduje se i tomu, co v přímém odporu stojí k zásadám našim, co nesluší nám, ba i tomu, čím citelně sobě škodíme. Pohlédneme-li na poměry Sokolských sborů v Chicagu, tu jistě neuspokojí nás, neb neposkytují nám ten obraz pospolitosti, jehož právem od bratří žádati oprávněni jsme.

Kolik sokolských slavností jsme viděli, tolikrát slyšeli jsme slova plná nadšení o bratrství, o vzájemných cílech, o vzorech lidské společnosti a pod. a vždy nám bylo při tom jaksi úzko kolem srdce, neb věděli jsme dobře, že jsou to pouhé fráze, jež neměly nic společného s konáním našim. Slavnostní řečníci jako o závod dovolávali se přízně a podpory širšího obecnstva, však my sami sobě škodili nejvíce a sami pomoci sobě — jsme se zdráhali. Není divu pak, že zájem obecnstva pro konání naše ochabnul, není divu, že učení naše bráno bylo v pochybnost, když sami dle něho jsme se neřídili.

Již několikrát učiněn byl pokus spojití dva i více sborů dohromady, však úspěch v tom ohledu učiněn jest jen nepatrný. V Chicagu jest místa dosti pro několik sborů, ovšem že tím myslí se, že v různých částech města. Leč přítomně napočítati můžeme zde i čtyry sbory v jedné čtvrti, z nichž nejvzdálenější dva jsou od sebe pět minut cesty vzdáleny a všechny dohromady na ploše pouhých pěti čtverců jsou umístěny. To zdá se, že poměr trochu křiklavý. Kdyby bylo učení naše pro-

niklo již ve všechen lid, pak každý z těchto sborů mohl by míti třeba tisíc členů, však přítomně sotva polovinu toho mají všechny ty sbory dohromady. Nám připadá pak rozluštit otázku: Jak můžeme vykonati více ve prospěch svůj, ve prospěch učení Tyršova, zda co jeden mocný celek, či co drobné společnosti, jež na uhájení své existence zvrhnouti se musejí na spolky výtěžkářské, jichž největší část činnosti znamenají časté tance a výlety? "Ve spojení je síla", a jen mocné, silné spolky mohou plodnou práci vykonati. Při roztržitém sil spolková činnost naše nese se pouze za tím cílem, by sháněly se peníze na nájem a různá spolková vydání a dále sotva kdy pokročíme.

Spojením se T. J. S. Tyrš s Plz. Sokolem učiněn první krok k odstranění těchto nešvarů a bylo by si co přát, by i druhé dva sbory v téže čtvrti usazené, příkladu jich následovaly. Jak silný byl by tu pak spolek sokolský, jenž schopen byl by vykonati činy opravdu veliké! Upamatujme se, že nejsme zde pouze sami pro sebe, že jenom o sebe starati se nám jesti. To není v programu našem, náš úkol má podklad širší, vznešenější. Kdo zná účele naše, ten též rozhodně státi se musí přítelem sloučení sborů různých dle možnosti.

Víme, že jsou bratři mezi námi, kteří hledí více zájmu a prospěchu vlastního ve spolkaření, kteří zájmy celku podřizují zájmům vlastním, však tito nehodni jsou sloužit Sokolu. Čím dříve zbavíme se těch, kdož překážky kladou sblížení se různých sborů, tím lépe bude pro nás, čím dříve zbavíme se trubečů hovicích si pod záštitou bratrství, tím spíše schopni budem činit moudrých.

Přejeme Plz. Sokolu a jednotě Tyrš mnoho zdaru k jich sloučení a odporučujeme činit jich k následování těm, jimž příležitost se k tomu naskytuje. Na zdar!

Sokol Americký.

— Těl. Jed. Sokol Tyrš v Cedar Rapids rozhodla se zbudovati si vlastní stánek. K slušné řadě tělocvičen, vlastních sborů samotnými, přibude opět jedna, která dle zpráv nás došlých, chloubou bude Sokolů cedar-rapidských. Přejeme jmenovanému sboru mnoho zdaru v novém podniku jeho, jakož i to, by činnost jeho na dále stoupala. Jest pravdou, že k rádnému rozvinutí vši činnosti naší třeba nám vlastních stánků, víme, že pod vlastní střechou volněji se dýše, však mnohé ukázky z minulosti i přítomné doby nesplnily očekávání mnohých sborů. Pokud nám známo, svěřeno zbudování tělocvičny Sok. Tyrš v C. R. chvalně známým bratrům a plány na stavbu již schváleny. Ve stavebním výboru nachází se Sokolové: R. Jičínský, Fr. Filip, Ferd. Engelthaler, J. Urban, J. Vondráček a j.— Na zdar!

— Kdo přivyknul jednou životu sokolskému a stal se činným tak, že vlastní zájmy podřizuje prospěchu celku, ten těžko najde odpočinku, byť i po něm toužil. Případ takový zažil neunavný a vždy činný Sokol Aug. Tesar, cvičitel TJS v St. Louis. Po dlouhých letech činnosti jeho mezi námi bylo to letos poprvé, kdy nesešli jsme se s ním na závodech N. J. S. v Clevelandu. Šel si "odpočinouti" na venek. Mnoho času tam však ne-

prospal. Jak se dovídáme, pokusil se Sokol Tesar o založení dvou nových jednot a práce jeho setkává se se zdarem. První nachází se v Edwardsville, Ill., kde dalo se zapsati již více členů a druhá v Glen Carbon, kdež rovněž i slušný počet členů se přihlásilo. První místo jest as 21 mil vzdálené od St. Louis a druhé as 15 mil. O založení sokolských sborů v dotčených místech jednalo se již před několika lety, však pohroma, jež stihla St. Louis v podobě cyklonu, zmařila všechno. S přispěním Sokola v St. Louis, tušíme, že dojde k založení sborů, jež rozmnoží počet sborů N. J. S.

— Mezi radostné zprávy mísí se časem i takové, jež možno nazývati neblahými. Tak dochází zvěsti z Baltimore, jež málokterého, ba žádného snaživého Sokola nepotěší. Sokolský sbor tamní trístí síly své, jichž právě nyní má velmi zapotřebí. Nechceme kárati nikoho, však poukazuji na to, že tam kde hrstka Čechů, z nichž jen malé procento k Sokolu se hlásí, tam že drobení sil jest pro sbor sokolský velkým luxusem. Nahlédneme-li do minulosti, tu najdeme dosti odstrašujících příkladů z toho, kam nesváry a různice mnohý sbor zavedly. Známe případy, kde z jednoho sboru utvořily se sbory dva, jež po několika letech neplodné práce opět v celek splynuly. Vskak u nás, dříve než k zdravému náhledu se dojde, musíme nejdříve sami sebe jakož i zájmy celku notně poškoditi a pak teprv k rozumu přicházíme. Doufáme, že poměry Sokolů baltimorských se brzy zlepší a lepších zpráv od nich dostaneme.

— S chladnějším počasím, jež nyní rychle se přibližuje, dostaví se i delší večery a chvíle, jež v uzavřené, dobře vytopené místnosti stráví rád i otužilý člověk. Podzimní i zimní období hodí se velmi dobře pro agitaci účele sborů našich a neměl by ani jeden sbor opomenouti využítkovati jich úplně. U mnohých silnějších sborů panují přítomně takové poměry, že většina členů se vespolek ani nezná. Tím méně zná nás pak širší obecnost, jemuž zásady a konání naše třeba objasniti. Toho docíliti můžeme nejlépe pořádáním přátelských večírků, jakož i poučných přednášek a lehce dá se prvé i druhé spojit v jedno. Plzeňský Sokol učinil letos v Chicagu začátek a uspořádal ve středu 26. září první přátelský večírek pro členstvo a jich známé. Na pořádku bylo: Řeč o významu Sokolstva, sborové zpěvy, cvičení na koni na šír a bradlech, pak skok o tyči o rozdání cen z posledních závodů borcům sboru. Návštěva členů i nečlenů byla hojná, což pořádající výbor v přípravách pro příští schůzku posílilo.

— V župě Střední znatelný jest v posledním čase čilejší ruch. Sotva že borci župy navrátili se ze závodů N. J. S., již počínají se konati přípravy pro závody župní, jež příští rok v městě St. Louis odbývati se budou. T. J. S. v St. Louis ustanovila již výbor na pořádání závodů a již i čas pro závody ustanoven. Závodníky naše jistě bude zajímati sdělíme-li, že závody župy Střední určeny na poslední neděli a pondělí v měsíci červnu příštího roku. Ustanovení toto jest moudré, ježto parné měsíce jako jsou červenec a srpen, nikterak se nehodí pro přípravy závodníků, následkem čehož často i celkový dojem závodů trpí. Závody odbývati se budou v

parku, jen několik minut od tělocvičny místního sboru vzdáleného. Další přípravy nenechají na sebe dlouho čekatí též a proto již nyní měli by náčelníci a cvičitelé sborů přehlédnouti svěřená jim družstva, dle možnosti je rozmnožiti a s pilným cvičením nečekati na poslední chvíli. Jenom časné a důkladné přípravy mohou zajistiti zdar příštích závodů.

— Z dopisu Sokola V. E. Hirshauera zajímá nás ta část, jež pojednává o devítidenním pobytu žáků T. J. S. Blesk v táboru a to ve volné přírodě. Pokud nám známo, jest to první případ, kde sokolský sbor připravil žákům svým požitky, jehož cenu ne každý dovede posouditi. Jsou to hlavně hoši velkých měst, kteří odsouzeni jsou k tomu, by rok po roce trávili v uzavřených školách a mimo ně ostatní čas v smrdutých a nečistých ulicích našich velkých měst. Neznáme nic, co v čase prázdnin školních mohlo by kterémukoliv chlapci více prospěti, jak delší pobyt v přírodě, pod dohledem starší osoby. Takovéto několikadenní výlety s dětmi nejsou nic nového, však až dosud mělo se za to, že radosti takové dočkati se mohou pouze děti rodičů zámožných. V případě tomto však vychází na jevo, že celé vydání spojené s pobytem žáků na venkově, kryto bylo z příspěvků žáků samotných, jichž obnos byl nepatrný, za nějž poskytnut jim ten nejlepší požitek! Jest jisto, že i žáci dovedou býti vděční a že po podobných radovánkách přilnou těsněji k sboru, jenž o ně pečuje. Ne jenom tedy žáci, ale i sbor samotný tím získá a všude, kde to jen možné, měli by příkladu následovati.

Z nové řady "Epištol Sokolských".

Č e s t s t a r ý m !

V "Sokole" pražském v září na prvním místě uveřejněn jest z pera osvědčeného pracovníka sokolského následující pěkný článek, jež i naši Sokolové bedlivě měli by si přečísti a obsah jeho dobře si zapamatovati:

Jest Sokolský den, a před vámi defiluje průvod Sokolstva, by na výstavišti v Oboře královské na oltář bratrství položil obol svůj. Ku podivu, tak se vám zdá, jakoby téměř polovina účastníků byla v pokročilém věku mužném, ba přecasto kryje tu čapka sokolů šediny etihodné. Ale ne, zdání, to skutečnost nepopíratelná. Dnešní vystupování veřejné vyniká velkým procentem bratrů starších ukazujíc i na venek, co ve vnitřním životě již delší dobu se jeví. Velká část mládeže vzdaluje se Sokola, protože v něm žádá se od členstva práce, a tak spadá práce namnoze stále na ramena těch starých pracovníků, kteří nejen že by měli chuť, ale i plné právo na poctivě zasloužený odpočinek. Chápu se další práce s přesvědčením, že mine doba otravy a lenosti, vystupují na veřejnost s nadějí, že přece jednou budou vystřídáni hojnou výzvou statečných následníků. Práce se neštítí, za kraj se nestydí. Jsou si ovšem dobře vědomi, že leckterý z diváků otrlých brousí vtíp svůj tu na pleci nahrené, tam na lebce olýsalé, zde na pasu, jehož mladická tenkost dávno zmizela ve vrstvě nevolaného tuku — ale "vtíp" takový jistě brusů potřebuje velmi, ba pochybuji, že by vůbec se vybrousil, tak jest tupý. Patrně v souhlasu s umem původce svého.

Nu, ty můj posměváčku, zda-liš představil sobě, jak bude vypadat po dvaceti letech ta ubohá schránka zemlené duše tvojí? Nevím věru, budeš-li schopen tak statečně vykročit, jako ti šediví poctivci naši, jimž na týl zasedla šedesátka i více! Chápu sice položení bratra náčelníka, jehož snahu po vyřízení šiku kazí nemilosrdně a beznadějně dobře živení příslušníci spolehlivé rezervy naší, ale za to ty hlavy jejich pod čapkou s pérem, ty tváře výrazné, často ustarané, avšak plné víry a síly!

Ano, víra tu jest, víra, kterou vzali dorostu našemu jednak přeučení páni profesori a vědci, jinak nedoučení agitatori. Víra v dobrou věc národně českou, nesmísenou se žádnými otázkami filosofickými a kastovními, či hrubozrnými žaludkovými. Víra v dobrou věc sokolskou na základě Tyršově, důvěra v moc práce nadšené, organisované, k společnému cíli povznesení národa československého směřující.

A k víře té nezlomné pojíte, vy hlavy staré, pevnou naději v lepší doby, až "naděje vlasti" přestane jednak brodit se ve blátě naprosté hmoty, jednak mariti čas i sílu v importovaných bračkách a skupí se zase kolem praporu idealismu, jenž nad vámi vlaje. Vždyť ne samým chlebem živ jest člověk, i duše potřebuje své stravy subtilné a tou přece nemůže býti na dlouho alkohol krvavých frází, hmatavých hesel a nadělověckých floskulí! Tam kde duše mladá denně opájí se blouznivými záměry, jak ten "bídny svět" opravit, (základní pravidlo, aby začal každý reformátor s opravami u sebe, zůstane ovšem pěkně stranou), tam dochází brzo na delirium — konec nadějí!

Ale vy jako pevný kmen stojíte zde za příklad kolísajícím, a kdyby návalem ochablosti již již mizela naděje vše živící, tu vzpomínáte sobě i druhým o kolik horší byly doby mládí vašeho. A opět nové "ku předu!" voláte k šikům sokolským a "ku předu!" stoblasá zní ozvěna jejich.

A vše objímáte láskou nezištnou, nečekající odměny hmotné. Vy neptáte se, jako to pokolení nové, jehož srdce zhrublo sobectvím, při každé příležitosti: "Co z toho mám?" Jen lásky hledáte a té ne vždy se vám dostává. Vy ovšem nestojíte na tom stanovisku žebráckém, jakéž beze studu zaujímají lidé plní života i síly, házející kolem sebe slovy centovými, za nimiž vždy jako refrén písničky se opakuje: "A kdo mi za to co dá?" Národnost, přesvědčení, čest, svědomí — co mi to vynese?" Vy v rozhorlení slechetném srazili byste nečistou ruku, nataženou k cynickému kupčení s city nejvzácnějšími a bolestivým hnusem zhořkla by duše vaše. "Věrně a stále", to heslo Kolovratů řídí všechny kroky vaše a v pravdě málokdy ví levíce, co dělá pravice, jak tiše a skromně působíte pro věc dobrou. Přecasto i za hrob sahá láska vaše — početné odkazy k účelům národním jsou toho dokladem nejjasnějším. A hle i proto stíhají vás výčitky, jste prý výlučně nacionálními na úkor humanity, neznající rozdílu národnosti a náboženství. Myslím, že přejdete klidně výtku tu, všimnete-li si těch, kdož ji pronášejí — krásného slova humanity zneužívá se tak, jako zneužívalo i zneužívá se podněs pojmu křesťanství, civilisace a jiných zásad nejsvětějších.

ších. Ostatně vy sami dále vidíte, stáří v jistém smyslu více zrak bystří, než by se zdálo mnohemu nad stářím rameny pokrčujícimu....

A tak víra, naděje i láska spojeny jsou ve vás ve trojhvězdi, za níž i my věrně půjdeme. Vy hlavy staré buďte požehnány! Mějte díky nejvřelejší za vše, co pro Sokolstvo, co pro národ činíte! Zůstaňte s námi dnes, kdy dle mínění mnohých se připozdívá, zůstaňte, byste se dočkali s námi nového rozmachu omlazené síly české! Stůjte i na dále ve stejném šiku s námi, mladším za vzor, přátelům ku povzbuzení, protivníkům na vzdory!

K. Vaníček.

Příklady šermu bodmo.

Píše A. Haller.

Příklad IV.

Cvičení krytů v řadu.

- A) Pass on guard — one! - two! - three! - four!
 1) Parry quinte - one! - on guard - two!
 2) „ seconde - one! „ „
 3) „ lower prime - one! - on guard - two!
 4) „ high prime - one! - „ „
 5) Parry quinte - one! - extend - one! - lunge - two! - resume guard and parry quarte (spojitě) - three! - on guard - four!
 6) Parry second - one! - extend - one! - lunge two! - resume guard and parry lower quarte - three! - on guard - four!
 7) Parry lower prime - one! - extend - one! - lunge - two! - resume guard and parry tierce - three! - on guard - four!
 8) Parry high prime - one! - extend - one! - lunge - two! - resume guard and parry lower tierce - three! - on guard - four!

Poznámka: Z krytu lower prime konáme-li extend, činíme tak obloukem spodním. Hrot končíře opíše kruh, však pouze pomocí zápěstí. Z high prime vykonáme extend pouhým otočením ruky z polohy palcové v hřbetní a napnutím paže.

Příklad V.

Cvičení krytů v řadu.

- A) Pass on guard - one! - two! - three! - four!
 1) Parry quarte - one! - parry tierce - one! - on guard - two!
 2) Parry tierce - one! - parry quarte - one! - on guard - two!
 3) Parry lower quarte - one! - parry quarte (high) - one! - on guard - two!
 4) Parry lower tierce - one! - parry tierce (high) - one! - on guard - two!
 5) Parry seconde - one! - parry tierce - one! - extend - one! - lunge - two! - on guard - three!
 6) Parry lower quarte - one! - parry lower prime - one! - extend - one! - lunge - two! - resume guard and parry quarte - three! - on guard - four!
 7) Parry high prime - one! - parry lower quarte - one! - on guard - two! - advance - one! - extend - one!

- lunge - two! - resume guard and parry lower prime - three! - on guard - four!

8) Parry quinte - one! - extend - one! - parry second - one! - parry quarte - one! - extend - one! - lunge - two! - resume guard and parry lower tierce and lower quarte (spojitě) one! two! - on guard - three!

Poznámka: Konáme-li dva kryty po sobě, můžeme vykonati každý z nich na zvláštní povel. To činíme hlavně potud, pokud cvičenci jednotlivé kryty v paměť si nevštipili. Jakmile pokročí cvičenci tak daleko, že bez rozmýšlení na pouhý povel kterýkoliv z krytů provéstí schopni jsou, tu v návěští můžeme udati dva i více krytů, jež za sebou následovati mají a velíme pak pouze: one! two! atd. Všechny kryty jednoduché proberme i v sestavách s předsunem a odsunem, což každý cvičitel dle udaných příkladů lehce doplniti si může.

CVIČENÍ DVOJIC.

Příklad I.

Simple attacks — útoky jednoduché.

Po změření vzdálenosti mezi šermíři (take the distance) přejde se na střeh ve čtyřech dobách, při čemž šermíři přijdou vždy v utkání na straně vnitřní (engage in quarte), z něhož udané příklady provádíme. Chce-li stejná cvičení provéstí z utkání na straně vnější, tu nejprv na zvláštní povel v utkání to přecházíme.

Prv ý :	Druh ý :
1) Feinte in line — attack	1) Parry quarte.
2) Feinte in low quarte — attack	2) „ low quarte.
3) Jako příklad 2).	3) „ quinte.
Engage in tierce.	
4) Feinte in line — attack	4) „ tierce.
5) Feinte in low tierce — attack.	5) „ low tierce.
6) Feinte seconde — attack.	6) „ seconde.
Engage in quarte.	
7) Advance — feinte in line — attack.	7) Retreat — parry quarte.
8) Jako př. 7) se strany tierce.	8) „ parry tierce.

Pozn. — Cvičí-li šermířů více a to současně, pak udání: prvý a druhý platí pro celý řad. Příklady cvičíme vždy tak, že napřed prvý útočí a druzí obranu provádí a pak opácně. Po vykonání každého příkladu vrátí se cvičenci na střeh a sice v stejné utkání, z něhož se vyšlo.

Příklad II.

Prv ý :	Druh ý :
1) Feinte in line — attack low quarte.	1) Parry quarte low quarte.
2) Feinte in low quarte — attack high quarte.	2) Parry low quarte — high quarte.
3) Feinte in line — disengage.	3) Parry quarte — tierce.
4) Feinte in line — disengage in low line.	4) Parry quarte — low tierce.

Engage in tierce:

- | | |
|---|------------------------------------|
| 5) Feinte in line — attack low tierce. | 5) Parry tierce — low tierce. |
| 6) Feinte in low tierce — attack high tierce. | 6) Parry low tierce — high tierce. |
| 7) Feinte in line — disengage. | 7) Parry tierce — quarte. |
| 8) Feinte in line — disengage in low line. | 8) Parry tierce — low quarte. |

Poz n.—Z utkání na straně vnitřní, konáme-li útok v dolenní čtvrt na straně vnější jako v př. 4) udáno, neb opáčně př. 8), pak užívati se může též povelu pro př. 4): Feinte in line — attack low tierce, — neb pro př. 8): Feinte in line — attack low quarte.

Příklad III.

P r v ý :

D r u h ý :

- | | |
|--|------------------------------------|
| 1) Disengage. | 1) Parry tierce. |
| 2) Disengage in low line. | 2) Parry second. |
| 3) Feinte low quarte — disengage in high line. | 3) Parry low quarte — high tierce. |
| 4) Feinte low quarte — disengage in low line. | 4) Parry low quarte — low tierce. |

Engage in tierce:

- | | |
|--|------------------------------------|
| 5) Disengage. | 5) Parry quarte. |
| 6) Disengage in low line. | 6) Parry low quarte. |
| 7) Feinte low tierce — disengage in high line. | 7) Parry low tierce — high quarte. |
| 8) Feinte second — disengage in low line. | 8) Parry second — low quarte. |

(Pokračování bud.)

Fysiologie tělesných cvičení.

Napsal Dr. Fern. Lagrange.

(Dílo poctěné cenou akademie věd a akademie lékařství.)

(Pokračování.)

III.

(Lidský motor a tepelné stroje. — Mechanická rovnomoennina tepla. — Teplo jest podmínkou pohybu a ne jeho účinkem. — Ztracené teplo. — Jak tělo upravuje své teplo. — Účinky teploty na sval. — Pokus Mareyův s pryžcem. — Pozorování každodenních jevů. — Zahřátý sval a sval omámený zimou. — Posuňky zlosti. — Proč se v šermu dělají kryty na prázdnou. — Zajíc překotivší se.)

Lidské tělo, pokud se jeví jako zdroj pohybu, bylo porovnáváno se strojem, který se uvádí v činnost teplem. Jest známo, že žádný stroj nestvoří síly. Nejdokonalejší motory přetvořují jen jednu sílu v druhou. Lidské tělo přetvořuje teplo v pohyb.

Při parním stroji lze snadno nalézt stopu od účinku k příčině. Pohyb kol závisí na pohybu tyče, jež jest poháněna pístem; píst podléhá tlaku vodní páry a tato běže svou rozpínavou silou z tepla, jež nastřebala. Konečně samo teplo jest založeno na spalování uhlí. Spalování uhlí objevuje se tedy při konečném rozboru jako původ pohybu stroje.

V těle nepochází hybná mohutnost z čívu, ni z michy, aniž z mozku. Jest nám známo, že tyto tři ústroje jen sdělují svalům popud vůle. Vůle sama není zdrojem hybné síly: udílí rozkaz k pohybu a uvádí stroj v činnost, jako strojník udílí prvý popud lokomotivě otevíraje kohoutek páry. Ale říci, že vůle vyvoď svalovou sílu, bylo by stejně nesmyslné, jako přičítati strojníku sílu tahu a rychlosti jeho stroje.

Počátečním jevem pohybu a podmínkou sine qua non jest v těle lidském právě tak jako v každém jiném tepelném stroji vyvození tepla. Tělo vyrábí teplo spalováním látek ze sebe vzatých.

Spalování vlastních tkání jest pro nás výdaj, jež vynucuje pohyb. Jak se užívá tohoto výdaje a jak využítu sval vyrobeného tepla? Otázka ta jest daleka rozřešení; ale známo jest, že v lidském těle jako ve stroji jest úzký poměr a stálý vztah mezi množstvím vydaného tepla a množstvím vykonané práce. Svalová práce jest jako práce každého thermodynamického přístroje podrobena principu mechanické rovnomoenniny tepla.

Práce se v mechanice měří pomocí jednotky zvané kilogramometr, a teplo měří se jednotkou zvanou kalorie. Kilogramometr jest množství práce, jehož jest potřeba k zvednutí tíže jednoho kilogramu do výše jednoho metru, a kalorie jest množství tepla, jehož jest třeba k tomu, aby se zvýšila teplota jednoho kilogramu vody o jeden stupeň.

Přirodozpytci praví, že mechanická rovnomoennina tepla rovná se 425 kilogramometrům. To značí, že množství tepla, jehož jest zapotřebí, aby se zvýšila teplota jednoho kilogramu vody z 0 na 1 stupeň, zvedlo by v práci se přetvořivši, tíži 425 kilogramů do výše jednoho metru.

Tak tomu jest v theorii; ale v praxi vždy mnoho práce se ztrácí a nejdokonalejší přístroje nevyužívají více než devět až deset stotin vyrobeného tepla; zbytek se ztrácí ve stroji, jenž se vytápí. V lidském těle jest ztráta na teple s ohledem na práci značná, a tělo vstřebávajíc nepotřebované teplo, zvyšuje svou teplotu po čas svalového cvičení.

Při ohromném množství ztraceného tepla při svalové práci jest na první pohled s podivem, že tělo, v němž teplo to se rozšiřuje, nedosahuje mnohem vyšší teploty. Zaznamenává se vsledku u člověka, jenž vykonal úsilnou práci, teplota o 1 až 2 stupně vyšší než u člověka, jenž odpočívá.

Tato stálá stejnost teploty lidského těla závisí na upravovacím přístroji, jímž jest tělo opatřeno a jehož mechanismus vyličíme.

Zahřívá-li se tělo, krevní cévy povrchu jeho se rozšiřují a přijímají větší množství krve přitékající z vnitřních ústrojů. Tak pozorujeme vždycky u zahřátého člověka, že kůže jeho se červená a duří. Krev, jež do kůže přitékla, velmi rychle se ochlazuje vyzařováním a tekutina vychladlá ihned se nahrazuje novým přítokem krve, jež se opět ochlazuje. V několika minutách ochlazuje se veškerá krev těla v kůži.

Povrch kůže neochlazuje se pouze tepelným vyzařováním, nýbrž i transpirací a vypařováním kožním. Každému jest známa ochlazovací mohutnost tekutiny, která se vypařuje. Každý zajisté zná též lahodnost, která sleduje po vyvození potu, pracuje-li se při zvýšené teplotě. (Plocha kůže není jediná krajina těla, kde se krev ochlazuje. Krev ochlazuje se též v plicích a to dvěma rozdílnými způsoby: 1. stykem studeného vzduchu s krví prostřednictvím plicních vlásečnic; 2. exhalací vodní páry dýcháním vyloučené.)

Při neměnném ochlazení nastává jev opačný mechanismu právě vypsánému. Vlasečnice se stahují působením chladu a zúžují svou světlost pudice násilně krevní massu do vnitřních ústrojů. V hloubi tkání může krev zachovati svou teplotu chráněna jsouc před zevním chladem. Říká se obyčejně, že práce vyvozuje v těle teplo; ale mělo by se říci opačně: teplo jest příčinou a ne účinkem práce. Než počne parní stroj pracovati, třeba jej vytopiti a mine vždy dosti dlouhý čas mezi dobou, kdy se zatopí a dobou, kdy lokomotiva počne pracovati. V našem těle požadují věci méně času, ale práce není naprosto okamžitá, vždy jest jistá mezera mezi vůlí a vykonáním pohybu. Tento čas jest využitkován řadou výkonů, mezi nimiž dojísta místo zaujímá i spalování, zdroj tepla.

Není svalového smrštění bez vyvození tepla. Vbodneme-li do svalu jehlu spojenou s thermoelektrickým přístrojem a vzbuzujeme-li smršťování tohoto svalu, spatřujeme, že přístroj ihned ukazuje zvýšení teploty.

Důležitost tepla k vyvození pohybu jest dobře známa, ale není známo, jak a jakým mechanismem působí teplo na sval, aby jej uvedlo v smrštění. Působí-li teplo přímo na smršťitelná vlákna, by je mechanicky zkrátilo, tak jako to činí při některých látkách pružných? Někteří fysiologové nejsou dalecí tohoto názoru.

„Zahřívajíc sval měníme jeho podobu a vidíme, že se skracuje a naduřuje. Účinky tyto mizejí, ochladí-li se sval. Nemá

pouze svalové vlákno tu vlastnost, že přetvořuje teplo v práci. Nevulkanisovaná pryž na př. chová se podobným způsobem; můžeme touto látkou napodobiti do jisté míry svalové zjevy.

Vezmeme-li proužek nevulkanisované pryže a roztáhneme-li jej natahující jej mezi prsty na délku desetkrát až patnáctkrát větší jeho původní délky, vidíme, že se mění vzhled proužku, tak že bělá a stává se perleťový. Zároveň se proužek značným způsobem zahřívá a snaží se úsilně smrštiti se tak, že pustíme-li jeden konec jeho, okamžitě se vrací do původní délky a teplota jeho klesá na počáteční teplotu. Teplo, jež zmizelo, stalo se mechanickou prací. A vskutku, ponoříme-li proužek takto natažený do vody, čímž mu odejmeme teplo, zůstává takřka stuhlý v roztažení a nevyvinuje nějaké mechanické práce.

Ale vezmeme-li proužek takto roztažený a vrátíme mu jeho teplotu, spatřujeme, že se smršťuje se značnou silou.

Obtížili-li se závažím napjatý a ochlazený pryžový proužek, nesnaží se zvednouti je, ale uchopí-li se proužek mezi prsty, pociťuje se, že se proužek tou měrou, jakou se zahřívá teplotou prstů, naduřuje a zkracuje zvedaje závaží: vyvozuje se tu mechanická práce.

Zahřejeme-li proužek na různých bodech, způsobíme řadu naduření, z nichž každé zvedá závaží jisté velikosti. Zahřejeme-li jej v celé jeho délce, smršťuje se na prvotní rozměr až na nepatrné prodloužení, jež způsobuje zavěšené závaží.

Tento zjev sblíží značnou podobnost se zjevem, který se děje v svalové tkáni. Tato podobnost zdála se mi znamenitou; zdá se, že otvírá nový pohled na původ svalové práce." (Marey, la Machine animale.)

*

Pokusy v pracovně prováděné nevedou vždy k závěrkám, jichž lze užiti při obecných zjevech; přece však každý mohl si učiniti pojem o účinku teploty na tělesné pohyby.

Když nám zajde za nehty, nemůžeme hýbat svalstvem ruky pro velice pronikavou zimu, a ponoříme-li paži na několik minut do ledové vody, nastane okamžikové ochrnutí celého údů.

V létě máme více zručnosti k tělesným cvičením než v zimě. Učitelé tělocviku, již nikdy nejsou v rozpacích o vysvětlení, říkají, že tělo v létě jest ohebnější. Není to velikost ohebnosti, jež způsobuje, že výkon zahřátého svalu jest lepší. K stisknutí siloměru prsty není zapotřebí ohebnosti a přece lze jistiti v číslech stisknutím siloměru dosažených, veliký rozdíl dle toho, jsou-li svaly vychladlé neb zahřáté.

Teplo vyvodí v svalových vlákních počátek smrštění anebo alespoň schopnost vstoupiti rychleji v činnost za působení vůle. Zdá se, že zahřátý sval nahromadil jaksi skrytou sílu. Bylo dokázáno, že největší schopnost k smršťování jeví se u lidských svalů kolem 40 stupňů. Vyplývá z toho, že člověk, u něhož se teplota svalů blíží tomuto stupni, rychle se zmocňuje všech svých prostředků a může na prvý ráz vydati všechnu svou sílu.

Tělesné cvičení se vykonává s větší silou a snadností, zvýšilo-li teplo práce teplotu svalů. Tato věc jest tak známa, že rčení ji označující, jsou obecná. O člověku, který počíná cvičení násilné neb hbité, a jehož pohyby nedosáhly ještě veškeré síly a přesnosti, říká se, že se ještě nerozehřál.

Mohli bychom uvéstí bezpočet příkladů, jež dokazují, že jest nutno, aby před svalovým cvičením, které požaduje veliké námahy, předcházela práce, která jest určena k zahřátí svalstva.

Zajímavé jest pozorování, že příroda vnukla živočichům i člověku pud k těm přípravným pohybům, mají-li útočiti anebo se brániti.

Zlost jest v zásadě předehra útoku na nepřítele, a zvíře neb člověk, chce-li napadnouti, vykonává řadu posuňků, jež jaksi připravují jeho výkonné prostředky. Pes sklebe psyky, aby vycenil tesáky ke kousání určené, člověk pudem zaujímá držení k zápasu příznivé. "Hlava jest vztyčena, hrud' vzpříměna, nohy opírají se pevně o zemi. Paže kladou se do rozdílných poloh: buď zůstávají vzpružené podél těla, buď se ohýbají; ale obvykle vidáme pěsti se zavíratí "alespoň u národů, jež mají zvyk útočiti pěsti, na př. Evropané." (Darwin, l'Expression des émotians).

Dle našeho mínění má hněv patrně za účel připravovati člověka neb zvíře k zápasu tak jak to praví Darwin, ale on nepřipravuje

pouze tím, že vnucuje držení strategii útoku neb obrany příznivé, nýbrž především tím, že popuzuje k pohybům, které zvyšují teplotu těla. U podrážděného člověka vždy bylo pozorováno, že se tělo zahřívá a rčení "plane zlosti" přešlo v obyčejnou mluvu. Není-li hněv dosti prudký, aby sám svaly zahřál, vykonává člověk i zvíře z pudu řadu pohybů, jež ač vyjadřují hrozbu soupeři, snaží se zvýšiti tělesnou teplotu a vpraviti tak tělo ve stupeň teploty k výkonu nejpříznivější. Každý pozoroval, že posuňky jsou tím hojnější, čím méně jest člověk odhodlán k útoku. Je-li hněv velmi prudký, jsou posuňky zbytečné; člověk dospěvši do záchvatu zuřivosti, nemarní času posuňky, ale bezprostředně se vrhá na nepřítele. Jeho svaly dosáhly pouhým zrychlením krevního oběhu teploty, již potřebují k výkonu.

Posuňky hněvu jsou ve skutečnosti násilné pohyby, které v krátkém čase zvyšují tělesnou teplotu na žádoucí stupeň, aby byly svaly na vrcholu výkonnosti. Tyto posuňky shledávají se u všech zvířat. Nemohou býti dostatečně vysvětleny, nepřipustili-li se, že jsou přípravnou prací za tím účelem, aby opatřily zvířeti jeho výkonnou mohutnost. Lev bijící své boky ohonem, býk, jenž rozrývá zemi svými rohy, nečiní ničeho jiného než kůň běhoun, který se pouští do maleho evalu. Udržujeme-li koně v malém trysku několik minut před během, zvyšujeme teplotu jeho svalů o jeden stupeň: jest to lokomotiva, kterou vytápíme.

Potkáváme se s touto přípravnou prací svalovou u všech cvičení, jež požadují síly a hbitosti. Pianista předehrává několik škal nebo přechodů, než se dá do svého velkého kusu. V šermu vykonávají se kryty na prázdno, než se napadá. Při cvičení francouzského boxu, který vymáhá veliké síly a hbitosti, trvají pozdravné pohyby několik minut. Účelem všech těchto přípravných pohybů jest zvýšiti teplotu výkonných svalů. Sval, který pracoval, jest zahřátý a sval zahřátý jest sídlem počínajícího smršťování, čímž se usnadňuje výkon vůle, jako nová síla, již připojujeme k síle, kterou těleso již mělo, činí pohyb jeho účinnějším.

Mach šiji koně, jenž odtrhuje stojící vůz, jest vždy nesnadnější, než mach, který kůň vykonává, aby zrychlil pohyb povozu jedoucího a aby přešel z kroku do klusu. Zahřátý sval vstoupil již ve stav polosmrštění a vůli jest usnadněno zvýšiti a fidiť výkon.

Mucho zjevů obecně pozorovaných vysvětluje se touto působností na sval. Známé jest, že spánek snižuje tělesnou teplotu; u zvířat přezimovačů, která spí celou zimu, klesá teplota s 37 st. R. na 20 st. V témže poměru ubývá i svalové smršťovatelnosti. Pomocí zapisovacích přístrojů obdržel M. Marey grafické náčrtky označující sílu svalového smrštění u sviště. Pozoroval značný rozdíl mezi dobou, kdy zvíře procitá ze spánku, a dobou, kdy jest úplně bdělé. Teplota a svalová energie vzrůstají současně.

Každý může pozorovati na sobě strnulost údů při opouštění lůžka. Zvířata, jež překvapíme v spánku, zdlouhavě se vpravují v plnou svalovou energii a nemají z počátku té rychlosti, již nabudou po několika minutách útoku. Udělá-li zajíc přemet po dvou ranách z pušky, jež ho nezasáhly, myslí neobratný lovec vždy, že jest raněn. Zdá se býti neschopný k běhu a jeho prvé kroky jsou tak pozvolny, že by jej pes mohl chytiti; ale uraziv několik metrů dále, rozptyluje domněni lovec nováčka; zvíře se zahřálo a utíká jako šíp.

Teplota jest tedy nevyhnutelný živél svalového smršťování. Není přece třeba, aby teplota dosáhla příliš velkého stupně, nebo pak by teplota svalovou výkonnost ničila, místo aby ji zvyšovala. U člověka a ssavce ve svaly, který dosáhl — 45 stupňů, není již smršťování. Při této teplotě zachvacuje životní spalování velmi hluboko svalové tkaně a ničí rozhodným způsobem jich vlastnosti: sval umírá.

Výstřední svalová práce stačí k takovému zvýšení tělesné teploty, při kterém tělo nemůže žiti. Jest to jedna z příčin, pro které umírá z násilné zvěře. Stává-li se práce násilnou, dospívá k vyvození takového množství tepla, že vyzařování povrchem těla a vypařování tekutin není s to, aby snížilo teplotu k hranici s životem sloučitelnou. Přehřátá krev jest pro činná ústředí smrtelnosna: zvíře, jehož tělo jest dlouho trvajícím během přehřáté, hyne za podobných podmínek, za jakých umírá člověk zážehem tropického slunce postižený.

Pokračování na str. 160.

Listiny soudců

ze závodů Nár. Jed. Sokolské, odb. v srpnu 1900, v Clevelandu, O.

Hrazda. - Vyšší oddělení.

Soudce JOS. R. FIALA.

Soudce FERD. MARTYNY.

Soudce V. K. TRÍŠKA.

JMÉNA:	1. výkon	2. výkon	3. výkon	Stupeň	4. výkon	Stupeň	1. výkon	2. výkon	3. výkon	Stupeň	4. výkon	Stupeň	1. výkon	2. výkon	3. výkon	Stupeň	4. výkon	Stupeň
T. J. S. New York:																		
Jahoda Ant.....	4.4	4.2	4.8	5	4.8	5	4.2	4.8	5	5	5	5	4.6	4.3	5	5	5	5
Oktavec Josef.....	3.4	4.2	4.6	5	4.2	5	3.8	4.6	4.6	5	5	5	3.8	3.8	4	5	4	5
Beneš Jan.....	3.6	3.8	4.4	5	4.8	5	4.1	4.5	4.6	5	4.7	5	3.6	3.4	3.8	5	4.8	5
Lier Fr.....	3.8	3.4	4	4	4	5	4	4.2	4	4	4.9	5	3.8	3.6	3.4	4	4.6	5
Bačkora Jos.....	3.8	3.8	3.8	4	4	4	4	4	4	4	4.9	4	3.8	3.8	3.6	4	3.8	4
Kohoutek Jan.....	3.8	3.6	3.2	4	4	5	3.9	3.2	3.9	4	4.8	5	3.6	3	3.8	4	4	5
Chicago:																		
Straka Fr.....	3.4	3.2	3.4	4	4	4	3.6	3.8	3.9	4	4.7	4	2.7	3	3.2	4	3.4	4
Bartoš Ot.....	3.2	3.4	3.2	4	3	4	3.5	3.6	3.4	4	3.5	4	3	3	3.1	4	3.2	4
Doskočil Rob.....	3	3.6	3	5	4	5	3.1	4	3.1	5	4.8	5	2.8	3.2	3	5	3.8	5
Křížan Jan.....	4	3.2	3.4	4	4	5	4	3.4	4	4	4.7	5	4	3.6	3.8	4	3.6	5
Kolář Jakub.....	2.8	3.4	3.4	4	4	5	3	3.9	3.1	4	4	5	2.8	3	3.6	4	3.6	5
Kubů Fr.....	3.2	3.6	3.8	3	3.6	5	3.4	3.8	3.3	3	4	5	3.4	3.6	3.2	3	3.6	5
Čech, Clev.:																		
Jindra Josef.....	3.4	0.6	3.4	4	3.2	4	3	0.7	3	4	3.4	4	2.8	0.6	3	4	3	4
Votýpka August.....	3.6	2.6	4	5	4	5	3.2	2.7	4.2	5	4	5	3.8	2.8	4	5	3.7	5
Kirán Fr.....	3	3.8	3.2	3	4	5	3	4.2	3.7	3	4.2	5	3	3.4	3.2	3	3.8	5
Jedlička Otto.....	3.2	2.6	3	4	2	5	3.1	3.3	3.2	4	2.1	5	3.4	2	3.4	4	2	5
Kusta Jan, náhr.	1.5	1	3.2	3	3	3	1.6	1.2	3.1	3	3.4	3	1.4	1	3	3	3	3
Jedlička Ant.....	3.2	3.2	3.4	5	4	5	3.6	3.8	3.2	5	4.8	5	3.2	3	3.6	5	3.8	5
Dolista Jan.....	2.8	3	3.6	3	2	4	3.1	3	3.4	3	2.8	4	3	2.8	3	3	3	4
St. Louis:																		
Ryska Mat.....	2.8	3.8	2.4	4	4	5	3	4	2.1	4	4.4	5	3.2	3.8	3	4	4	5
Ulrich Tom.....	4	3.4	2.6	5	4	4	4.1	4	3	5	4.2	4	3.8	3.6	3.8	5	4	4
Plz. Sokol, Chic.:																		
Lukeš Václ.....	3.5	3.8	2.4	4	4.2	5	3.8	3.9	3	4	4.2	5	3.2	3.8	3.2	4	4.2	5
Hýblier Karel.....	3.2	4	3.6	4	4	4	4.1	4.3	4	4	4	4	3	3.9	3.4	4	4	4
Malý Šim.....	4	3.8	3.8	4	4.2	4	4.2	4.2	4	4	3.8	4	3.8	4	3.6	4	3.8	4
Kroužilka V.....	3.8	3.2	2.2	3	3	5	3.6	2.8	2	3	3	5	3.6	2.8	2	3	2.8	5
Jed. Tyrš C. R. Sok.:																		
Hašek Bol. O.....	4	4	4	5	4	5	4.2	4.3	4.1	5	4.3	5	3.8	4	4.2	5	4.2	5
Filip Fr.....	3.8	4.3	2.6	5	3	5	4	4.6	3.1	5	3.1	5	3.4	4.2	3	5	3.8	5
T. J. S. Omaha:																		
Fiala F. J.....	4.8	3.8	4.8	4	4.8	5	4.1	2.8	4	4	3.7	5	3.4	3.8	3.9	4	3.2	5
Novák Ant.....	4	3.2	4.6	4	4.6	4	3	2.9	3.2	4	4.1	4	3	3	3.4	4	3.8	4
Bartoš Boh.....	3.6	4	4.2	4	4.4	4	2.8	3.4	3.2	4	3.8	4	2.8	3.4	3.6	4	3.8	4
Machal Fr.....	4.5	3.9	4.6	4	4.8	4	3.6	3	3.9	4	4.3	4	3.2	3.2	3.8	4	3.8	4
Drozda Petr.....	4.8	4.9	4.8	5	4.8	4	4.6	4.5	4.4	5	4.3	4	4.2	4.2	4.6	5	4	4
Fiala Fr. S.....	4.6	5	5	4	5	4	4	4.8	4	4	4.6	4	4	4.6	3.8	4	4.2	4

Bradla. — Vyšší oddělení.

Soudce EDW. LATTNER.

Soudce JOS. ČERMÁK.

Soudce FR. BARTUNEK.

T J S New York:	1. výkon	2. výkon	3. výkon	Stupeň	4. výkon	Stupeň	1. výkon	2. výkon	3. výkon	Stupeň	4. výkon	Stupeň	1. výkon	2. výkon	3. výkon	Stupeň	4. výkon	Stupeň
Jahoda Ant.....	4.7	3.8	5	5	4.8	5	4.9	5	4.9	5	4.8	5	4.8	4.8	5	5	4.9	5
Oktavec Josef.....	4.8	4	3.8	4	3.5	4	4.9	5	4.8	4	5	4	4.7	4.8	4.8	4	4.4	4
Beneš Jan.....	4	4.6	4.8	5	4.5	5	4.8	4.9	4.9	5	4.8	5	4.7	4.6	4.9	5	5	5
Lier Fr.....	4.6	3.6	3.4	4	3.2	4	4.4	4.7	4.2	4	4.8	4	4.4	4.2	4	4	4.2	4
Bačkora Josef.....	4.8	4	3.4	4	2.6	4	4.5	4.8	4.4	4	4.4	4	4.7	4.6	4.2	4	2.8	4
Kohoutek Jan.....	2.5	3.8	3.7	4	3.2	4	3.8	4.5	4.5	4	4.6	4	3	4.3	4.5	4	4.2	4
Chicago:																		
Straka Fr.....	3.9	4	3.8	4	4	4	4.9	5	4.8	4	4.7	4	4.8	4.8	4	4	4	4
Bartoš Ot.....	3.8	3.6	4	4	4.4	5	4	4.8	4.7	4	4.8	5	3	4	3.8	4	4	5
Doskočil Rob.....	4.5	3.9	3.4	4	4.7	5	4.7	4.9	4.8	4	4.7	5	4	4	4	4	4	5

Soudec EDW. LAITNER.

Soudec JOS. ČERMÁK.

Soudec FR. BARTUNEK.

JMÉNA:	1. výkon	2. výkon	3. výkon	Stupeň	4. výkon	Stupeň	1. výkon	2. výkon	3. výkon	Stupeň	4. výkon	Stupeň	1. výkon	2. výkon	3. výkon	Stupeň	4. výkon	Stupeň
Krizan Jan.....	4	3.6	3.6	4	3.8	4	4.7	4.8	4.8	4	4.8	4	3.9	4	4.2	4	4.5	4
Kolár Jakub.....	4.5	3.8	3.8	4	4.3	5	4.6	4.7	4.6	4	4.8	5	4.2	4.2	4.5	4	4.4	5
Kubů Fr.....	4	3.4	4.6	5	2.4	3	4.9	4.9	4.9	5	4	3	4.8	4	4.8	5	2.8	3
T. J. S. Čech, Clev.:																		
Jindra Josef.....	3.7	4	3	3	3.2	4	4	4.2	4.6	3	4	4	4	3.2	3.2	3	3	4
Votýpka August..	3.8	4	4	4	5	5	4.8	4.8	4.9	4	5	5	4.2	4	4.5	4	5	5
Kirian Fr.....	3.9	3.4	3.4	4	4	4	3.8	4.6	4.6	4	5	4	3.8	3	4	4	4.6	4
Jedlička Otto.....	3	3.9	3.7	4	3.8	4	3.5	4.4	4.7	4	4.8	4	2.8	3	4.2	4	4.2	4
Kusta Jan.....	2.5						2.5	poraněn					2.5					
Jedlička Ant.....	3.6	4	3.9	4	4.7	5	3.6	4.4	4.8	4	4.9	5	3.5	3.8	4.5	4	4.4	5
Dolista Jan.....	3.8	2	2.1	3	1.7	3	3.6	3.5	3	3	3.8	3	3.8	2	3	3	2.8	3
T. J. S. St. Louis:																		
Ryska Mat.....	3.8	4	5	5	3.5	4	4	4.6	4.5	5	4.4	4	3.8	3.4	4	5	3.5	4
Ulrich Tom.....	3	4.5	3.2	4	2	4	3.8	4.6	4.4	4	4	4	3	4	4	4	2.8	4
T. J. Plz. Sokol, Chic.:																		
Lukeš Václ.....	3.8	4.7	2.7	3	4.8	5	4.5	5	3	5	5	5	3.5	4.2	3.6	3	4	5
Hýbler Karel....	4.4	4.8	4.8	5	3.7	4	4.7	4.9	4.8	5	5	4	3.8	4	4.4	5	4	4
Malý Simon.....	4	4.5	3.8	4	3.8	4	4.6	4.9	4.9	4	4.9	4	3.5	3.8	4.2	4	4.2	4
Kroužilka V.....	3.5	3	3	4	4.4	5	4.4	4.6	4.8	4	4.8	5	3.8	3.5	2.9	4	4.2	5
Jed. Tyrš C. R. Sokol																		
Hašek Bol. O.....	4.3	3.5	4.5	5	2.8	4	4.6	4.9	4.8	5	4.6	4	4	3.8	4.6	5	3.8	4
Filip Fr.....	4.5	4.8	5	5	4.8	5	4.8	5	4.8	5	4.9	5	4.2	4.2	4.2	5	4.3	5
T. J. S. Omaha:																		
Fiala F. J.....	2	4.5	4	4	3.4	4	2.4	4.6	4.5	4	4.4	4	2	2.8	4	4	3	4
Novák Ant.....	4.3	3.4	3	3	4	4	3.8	3.9	4.8	3	4.8	4	3.5	2.8	4	3	4.4	4
Bartoš Boh.....	4.8	3.3	3.8	4	3.6	4	4.8	4.4	4.7	4	4.8	4	4.2	3	4.2	4	4	4
Machal Fr.....	4.6	4.4	3	3	3	3	4.4	4	4.2	3	4.6	4	3.2	3.2	3.8	3	3.8	3
Drozda Petr.....	5	5	3.9	4	4.9	5	4.9	4.8	5	4	4.8	5	4.2	4.2	4.4	4	4.5	5
Fiala F. S.....	4.8	4.9	3.8	4	3.8	4	4.9	4.9	4.8	4	5	4	3.8	4.4	4.2	4	4	4

Koně na dél. — Vyšší oddělení.

Soudec EDW. LAITNER.

Soudec JOS. ČERMÁK.

Soudec FR. BARTUNEK.

JMÉNA:	1. výkon	2. výkon	3. výkon	Stupeň	4. výkon	Stupeň	1. výkon	2. výkon	3. výkon	Stupeň	4. výkon	Stupeň	1. výkon	2. výkon	3. výkon	Stupeň	4. výkon	Stupeň
T. J. S. New York																		
Jahoda Ant.....	4.5	4	3.5	5	4.6	5	4.8	4.6	3	5	5	5	4.9	4.6	3.8	5	5	5
Oktavec Josef...	4	4	3.6	4	3.5	4	4.6	4.4	4.8	4	4.8	4	4.8	4.2	4.8	4	4.8	4
Beneš Jan.....	3.5	4	5	5	3	4	3.8	4.6	4.8	5	4.6	4	4.8	4.8	4.9	5	4.4	4
Lier Fr.....	3	4	2.5	4	4	4	4	4.2	4.4	4	4.8	4	4.8	4.6	4.5	4	4.8	4
Bačkora Josef....	3	4	4	5	4.5	5	4.7	4.4	4.6	5	4.8	5	4.9	4.6	4.9	5	4.9	5
Kohoutek Jan....	3	3.5	3.9	4	5	5	4	4	4.4	4	5	5	4.7	4.3	4.5	4	4.6	5
T. J. Sokol Chicago																		
Straka Fr.....	3.5	4	4	4	2.7	3	3.8	3.6	4	3	3	3	4.5	4	3.5	3	3.5	3
Bartoš Ot.....	4	4	4	4	4	5	4.5	4.8	4.7	4	4.6	5	4.7	4.8	4.5	4	4.2	5
Doskočil Rob.....	3.6	4	3.5	4	3.6	4	4.8	4.8	4.7	4	4.8	4	4.8	4.4	4.2	4	4.2	4
Krizan Jan.....	3	4	3	3	2.2	4	4	4.2	4.4	3	4.4	4	4.4	4.5	4.2	3	4	4
Kolár Jakub.....	4	3.5	2.5	3	4	5	3.8	4	4.6	3	4.5	5	4.3	4	4	3	4	5
Kubů Fr.....	3.5	4	3.9	4	4	4	4.5	4.6	4.6	4	5	4	4.6	4.6	4.2	4	5	4
T. J. S. Čech, Clev.:																		
Jindra Josef.....	3	4.5	3	3	3.6	4	3	4.2	4.8	3	4.6	4	4.1	4.2	4.2	3	3.9	4
Votýpka August..	3	4.5	4	5	3.8	4	2.8	4.6	4.6	5	4.8	4	4	4.2	4	5	4.2	4
Kirian Fr.....	3.9	3	3.7	4	3.9	4	4	2	4.4	4	4.8	4	4	3	4.2	4	4	4
Jedlička Otto.....	3.5	3.5	4	4	3	4	3.8	3.2	4.2	4	4.7	4	4	4	4	4	4	4
Kusta Jan.....	3	4	2.9	3	3	3	2.8	2	4.2	3	4.6	3	3.1	3.5	3.9	3	3.9	3
Jedlička Ant.....	4	4	4.6	5	2.6	4	4	3.8	4.4	5	4.4	4	4.5	4.2	4	5	3	4
Dolista Jan.....	3.5	4.4	2.6	3	3	3	3	3	4	3	4.4	3	4	3.9	3.5	3	3.9	3
T. J. S. St. Louis:																		
Ryska Mat.....	3.5	3.6	4	4	3	4	3.8	4	4.6	4	4.2	4	4	4.4	3.1	4	4	4
Ulrich Tom.....	3.7	1	3	4	1	2	4.4	1	4.6	4	1	2	4	1	4.2	4	1	2
T. J. Plz. Sokol, Chic																		
Lukeš Václ.....	4	3	3	3	2.4	3	4.6	2	4.5	3	4.4	3	4.1	2	4.8	3	3.5	3
Hýbler Karel.....	3.5	3	3	3	2.8	3	4	2.5	4.5	3	4.6	3	3.1	2.5	3.1	3	3.5	3
Malý Sim.....	3.8	3	3.1	4	2.8	3	4.2	3	4.8	4	4.6	3	3.1	3.9	4.2	4	3.8	3
Kroužilka Vil.....	3	3	2.6	3	1	2	2.8	2	4.4	3	3	2	2.1	3	3	3	1.5	2

Soudce EDW. LAITNER.

Soudce JOS. ČERMÁK.

Soudce FR. BARTUŠEK.

JMÉNA	1. výkon	2. výkon	3. výkon	Stupeň	4. výkon	Stupeň	1. výkon	2. výkon	3. výkon	Stupeň	4. výkon	Stupeň	1. výkon	2. výkon	3. výkon	Stupeň	4. výkon	Stupeň
Jed. Tyrš C. R. Sokol:																		
Hašek Bol. O.	39	42	3	4	3	4	4	42	4	4	44	4	4	42	2	4	4	4
Filip Fr.	39	4	3	3	37	4	3	42	35	3	45	4	35	39	32	3	38	4
J. J. Sokol Omaha:																		
Fiala F. J.	39	4	3	3	39	4	46	4	42	3	48	4	4	35	4	3	42	4
Novák Ant.	35	47	4	4	3	4	4	42	4	4	46	4	36	39	38	4	42	4
Bartoš Bohumil ..	4	39	39	4	3	4	46	3	4	4	3	4	4	3	39	4	3	4
Machal Fr.	38	49	4	4	39	4	42	44	42	4	46	4	31	4	42	4	4	4
Drozda Petr.	39	49	4	4	4	4	47	46	48	4	46	4	42	44	44	4	42	4
Fiala F. S.	46	4	39	4	3	3	44	3	45	4	4	3	4	3	34	4	3	3

Koně na šir. — Vyšší oddělení.

Soudce J. R. FIALA.

Soudce FERD. MARTYNY.

Soudce V. K. TRŠKA

T. J. S. New York:																		
Jahoda Ant.	32	34	4	5	4	4	42	41	43	5	41	4	38	36	41	5	41	4
Oktavec Josef	28	36	38	4	38	5	36	36	4	4	42	5	32	36	38	4	4	5
Beneš Jan.	36	24	32	5	38	5	39	3	45	5	41	5	39	22	42	5	4	5
Lier Fr.	34	3	34	4	36	4	4	32	38	4	37	4	4	3	32	4	38	4
Bačkora Josef.	34	32	36	4	3	4	38	36	39	4	46	4	3	36	38	4	4	4
Kohoutek Jan.	36	34	34	4	38	4	37	37	32	4	38	4	36	38	36	4	4	4
T. J. Sokol Chicago:																		
Straka Fr.	24	1	3	3	28	3	3	12	3	3	28	3	23	1	3	3	28	3
Bartoš Ot.	12	26	36	4	3	4	1	27	37	4	3	4	1	26	36	4	3	4
Doskočil Rob.	36	3	38	5	2	3	37	33	4	5	32	3	38	3	41	5	3	3
Krizan Jan.	3	28	34	4	3	4	28	26	34	4	3	4	3	3	38	4	3	4
Kolář Jakub	28	3	34	3	3	4	28	25	26	3	34	4	28	28	3	3	32	4
Kubá Fr.	2	26	3	5	4	5	22	23	4	5	5	5	26	2	4	5	46	5
T. J. S. Čech, Clev.:																		
Jindra Josef.	26	2	3	3	28	2	28	2	3	3	3	2	28	24	3	3	3	2
Votýpka August ..	28	2	26	3	28	3	29	22	28	3	26	3	3	26	26	3	28	3
Kirian Fr.	26	28	28	3	3	3	29	28	3	3	29	3	3	3	28	3	3	3
Jedlička Otto	28	3	36	4	24	3	3	31	36	4	26	3	3	36	38	4	36	3
Kusta Jan.	24	28	3	3	2	3	21	26	28	3	2	3	27	28	28	3	21	3
Jedlička Ant.	24	4	28	3	26	3	27	38	3	3	3	3	36	4	3	3	3	3
Dolista Jan.	26	3	3	3	36	3	28	29	3	3	26	3	3	3	28	3	28	3
T. J. Sok. St. Louis:																		
Ryska Mat.	38	3	3	4	3	4	34	36	32	4	36	4	36	38	4	4	4	4
Ulrich Tom.	38	32	38	4	28	3	36	31	39	4	3	3	38	32	36	4	36	3
T. J. Plz. Sokol v Chic.:																		
Lukeš Vác.	4	2	38	4	3	4	38	16	37	4	34	4	38	16	38	4	36	4
Hýblier Karel.	36	32	36	4	38	3	39	36	46	4	34	3	35	3	4	4	38	3
Malý Šim.	4	38	32	5	38	5	45	34	46	5	49	5	38	34	38	5	4	5
Kroužilka Vil.	28	2	28	2	28	2	23	1	24	2	26	2	24	1	28	2	28	2
Jed. Tyrš C. R. Sokol:																		
Hašek Bol. O.	32	3	36	4	38	5	48	3	48	4	47	5	3	26	36	4	4	5
Filip Fr.	4	32	4	5	36	5	49	32	39	5	42	5	4	38	34	5	38	5
T. J. Sokol, Omaha																		
Fiala F. J.	38	38	44	3	46	4	34	35	39	3	32	4	28	3	32	3	32	4
Novák Ant.	36	32	34	4	38	3	3	26	34	4	4	3	23	28	3	4	3	3
Bartoš Bohum.	38	32	34	4	38	3	36	34	3	4	4	3	2	3	32	4	32	3
Machal Fr.	36	4	32	4	34	4	31	36	3	4	3	4	28	38	3	4	3	4
Drozda Petr.	44	38	3	3	42	4	42	37	34	3	39	4	34	3	28	3	38	4
Fiala Fr. S.	48	44	42	3	4	3	46	4	36	3	36	3	38	4	38	3	36	3

Skoky. -- Vyšší oddělení.

JMÉNA:	Skok daleký		Skok o tyči		Skok vys.	
	Nevyšší skok	Bodů	Nevyšší skok	Bodů	Nevyšší skok	Bodů
T. J. S. New York:						
Jahoda Ant.	14 11	8	8 1	12	4 7	11
Oktavec Josef	15 10	10	8 9	20	4 10	14
Beneš Jan	16 2	11	7 10	10	4 4	9
Lier Fr.	15	8	7 2	6	4 8	12
Bačkora Josef	15 7	10	7	5	4 7	11
Kohoutek Jan	16 5	12	7	5	4 7	11
T. J. Sokol Chicago:						
Straka Fr.	15	8	8 2	13	4 7	11
Bartoš Ot.	13 11	6	8 6	17	4 9	13
Doskočil Rob.	13	4	7 4	7	4 6	10
Krizan Jan	16	11	6 6	4	4 4	9
Kolář Jakub	12 3	2	6	3	4 4	9
Kubů Fr.	14 6	7	8 1	12	4 11	15
T. J. S. Čech, Clev.:						
Jindra Josef.	18 2	16	7 4	7	4 11	15
Votýpka Aug.	16 9	13	9	23	5 2	18
Kirian Fr.	15 1	8	6 6	4	4 7	11
Jedlička Otto.	14 4	7	7 4	7	4 7	11
Kusta Jan	14 6	7	—	—	—	—
Jedlička Ant.	13 8	5	7 6	8	4 4	9
Dolista Jan	14 3	6	6 6	4	4 11	15
T. J. Sok. St. Louis						
Ryska Mat.	14 9	7	—	—	4 4	9
Ulrich Tom.	12 9	3	5 6	2	4	7
T. J. Plz. Sokol v Chic.:						
Lukeš Václ.	14 11	8	—	—	4 6	10
Hýbler Karel	12 5	3	—	—	4 4	9
Malý Šimon.	14 7½	7	8 2	13	5	16
Kroužilka Vil.	13 1	4	—	—	4	7
Jed. Tyrš C. R. Sokol:						
Hašek Bol. O.	15 5	9	7 4	7	4 11	15
Filip Fr.	15 4	9	8 1	12	4 6	10
T. Jed. Sok. Omaha:						
Fiala F. J.	15 3	9	8 2	13	4 7	11
Novák Ant.	14 1	6	7 2	6	4 4	9
Bartoš Boh.	14 1	6	7 4	7	4 7	11
Máchal Fr.	15 10	11	8 4	15	4 10	14
Drozda Petr.	17 5½	15	8 8	19	4 11	15
Fiala F. S.	14 5½	7	6	3	4 4	9

(Pokračování bud.)

Pokračování se stránky 156.

KAPITOLA ČTVRTÁ.

Spalování.

(Povšechný pojem spalování. — Lučebná vřídla tepla. — Staré a novodobé theorie. — Úkol kyslíku. — Okysličování; hydratisování; štěpení. — Složitost lučebných zjevů, jež vybavují teplo. — Látky spalování; pokrmy; zásobní tkaně; tkaně ústrojů. — Výsledek spalování. — Výrobky desassimilace. — Výrobky nedostatečného okysličení; kyselina močová. — Vylučování desassimilačních výrobků. — Vylučovací ústroje. — Autointoxikace. — Nebezpečnost lidského miasmatu.

Práce a teplo jdou v tělesném stroji vždy spolu. V našem těle se vykonává práce bez přestávky. vnitřní ústroje nezastavují nikdy činnosti, ani po čas klidu, ba i spánku. Srdce bije a vydává značnou sílu na pohánění krve v cévách; hrudník se zvedá a spouští za účelem dýchání; žaludek a střeva jsou oživena peristaltickými pohyby, aby posunovaly pokrmy.

Práce lidského těla jest tedy stálá a vykonává se noc i den; zastavuje se toliko smrtí a v tom okamžiku zhasíná ponze ohnisko živočišné teploty.

Život bez tepla není možný. Teplo, z něhož lidské tělo čerpá sílu k své činnosti potřebnou, jest závislé na spalování, jež se vyvíjí ve vnitřní těle. V lučbě zve se spalováním slučování dvou nebo více prvků za vyvozování tepla a světla.

Jest patrné, že rozšířením smyslu slova spalování a pojetím jeho skoro ve smyslu obrazném, mohlo se ho užiti na zjevy, jež vyvozují zahřátí těla při práci. Lučebná slučování v těle se dějí nesdružují se se světlem. Zjevy, které vyvozují životní teplo, podobají se spíše zjevům kvašení než spalování v užším smyslu. Jsou podobnější na př. tomu, co se děje v kupě vlhkého sena, jehož teplota stoupá, než zjevům v planoucím ohnisku.

Pramenem životního tepla jsou tedy lučebná slučování a slučování ta jsou nekonečně rozmanitá.

Dlouho se připouštělo, že všechna tělesná spalování dějí se působením kyslíku na životní tkaně. Dnes připouští se ještě při lučebném slučování, jež jest pramenem práce, hlavní důležitost kyslíku; ale poznalo se, že i jiná tělesa zakročují v jisté míře při životních výkonech způsobitých vyvoditi teplo, na př. vodík.

Dále mnoho lučebných dějů, na nichž teplo závisí, vykonává se pouhým rozštěpením jedné látky v součástky, z nichž jest složena. Jindy se sloučení obmezuje na hydratisování nějaké látky, která vstřebává několik aequivalentů vody nebo dehydratisování ztrátou těchto aequivalentů (E. Lambling, les Origines de la chaleur et de la force).

Záhada životních spalování stala se v poslední době mnohem spleťtější; může se říci, že se též poněkud pomátla, a že jest nese snadno podati v několika slovech jasný a přesný její obsah. Jest to kapitola fyziologie, která se znovu spisuje, a jejíž závěrky nemožou se pro nynějšek vysloviti.

Vše, co se může říci, jest, že neustálá práce vnitřních ústrojů, tedy život, jest přetvořování jediné síly, totiž tepla. Tato síla sama jest založena na lučebných dějích, jež vybavují teplo utajené v molekulách, z nichž skládají se tělesné ústroje, a v pokrmích, které slouží k výživě ústrojů.

Lučebné děje, jež vybavují utajenou tepelnou energii a činí ji na teploměru patrnou, dějí se na újmu dvou řad látek; potravních látek, jež trávení uvádí do krve, a ústrojných látek, jež tvoří součást našeho těla, a jež se odštěpují, aby učinily místo novým látkám z potravy čerpaným.

Jistých výrobků trávení, sotva že přijdou do krve, užije se k tomu, by vešly v lučebná sloučení, z čehož vyplývá teplo, a byvše tímto spalováním obměněny ve svém lučebném složení, vylučují se z těla, aniž zaujaly trvale místa v našich ústrojích. Ony jen procházejí tělem, přetvořujíce se v něm.

Druhý den po hojných hodech lze pozorovati na dně nádoby, v níž byl moč chován, usedlinu rozdílně do bělozluta, do cihločer-

vena zbarvenou. Tato usedlina jest utvořena z rozdílných lučebních látek, jistotně z pokrmů, jež byly všera vstřebány; ale ona pochází z přetvoření potravních látek v nové výrobky, jež byly z těla vyloučeny, poněvadž jich bylo v nadbytku tak, že tělesné ústroje nemohly jich zužitkovati. Jest to případ, kde pokrmy poskytl látky k životnímu spalování.

Jindy naproti tomu spalování se děje ná škodu látek, jež tvoří nedílnou část těla. Člověk po dva dny lačnicí, jenž vykonává úsilnou svalovou práci, nemůže udržovati pomoci výrobků trávení značnou teplotu touto prací vyžadovanou. Přece však může mít tento člověk po práci v moči usedliny co do vzhledu a lučebného složení podobné usedlinám u člověka, který mnoho jedl. Lučebné sloučeniny, jež tu zavdaly vznik tepla a výroby zároveň odpadky močem vyloučené, nevznikly tentokrát na újmu látek, z venku do organismu přijatých, nýbrž na újmu samého těla a tkání, z nichž se skládá.

Ježto jest organismus utvořen ve všech částech z látek každého dne z potravy čerpaných, není podivno, že potravní látky mají co do lučebného složení své obdoby s látkami samotného těla, a že látky, obyčejně potravou opatřované, mohou při lačnosti nahraditi součástky těla.

Lučebné prameny tepla a sousledné síly, z nichž pochází práce, mohou tudíž bráti svůj vznik buď z pokrmů, buď z molekulů, z nichž se tělo skládá.

Živočišné tělo jest sestrojeno tím způsobem, že může být činnou dlouho bez přispění vnějších dodávek. Máme denně toho doklad při nemocích, jež uvrhují osobu ve nucenou zdržlivost (diété) několika týdnů. Měli jsme i pověstnou demonstraci toho pokusem, kterému se podrobili dva výstředníci (Succi a Merlati), z nichž jeden zdržel se všeliké potravy padesát dnů a oddával se přes to tělesným cvičením.

Tělo může si tedy opatřiti složky k lučebným sloučeninám, pramenům tepla a práce svalové, a to bez přispění potravy. Ale byly-li složky opatřeny na útraty ústrojů, jež jsou podstatnými součástkami stroje, pochopí se, že stroj rychle se zhorší a opotřebuje. V těle jsou též látky, jež zaujímají střed mezi potravou a ústroji. Tyto látky, zásobami zvané, jsou tvořeny tkáněmi, jichž zmizení nepřekáží pravidelné výkonnosti těla. Zásobní tkáně jsou výsledkem jakéhosi druhu daně z potravy napřed vybrané a nahromaděné v různých místech těla jako v spojitelné pokladně, z níž organismus může čerpati v jistých dobách dle potřeby.

Zásobní tkáně jsou tvořeny anatomicky z větší části tukovou tkání; ale tuk není jediná tkáň těla, která se spalováním spotřebuje. Jsou i jiné látky, jako jistý druh cukru inositem zvaný, jenž nachází se ve velikém množství ve svalové tkáni a jehož spalování jest z pramenů pracovního tepla. V svalové tkáni jsou nepopíratelně též dusíkaté produkty, jež mají úkol zásobních tkání, ježto dlé našich osobních pozorování, v druhé části této knihy uvedených, osoby, které obyčejně nepracují, a jež proto mají hojně zásobních látek, ukazují v moči po namáhavém cvičení, nahodile vykonaném, veliké množství dusíkatých odpadků. Vytvořuje se u nich moč podobná jako u osob, jichž výživa jest velmi bohatá masem a tudíž dusíkatými látkami.

Ale potrava a zásobní tkáně nejsou jediné složky, které se dávají lučebním sloučeninám. V některých případech i po odnětí pokrmů a vyčerpání zásob udržuje se životní teplo a život trvá. A ještě více, i namáhavá svalová práce může se za těchto podmínek vykonávati a mohou se tudíž diti úsilná spalování. Tato spalování dějí se pak na útraty podstatných životních tkání, těch totiž, jež tvoří vnitřnou osnovu a i podstatu ústrojů. — V těchto případech jest ještě stroj lidský výkonný, ale jest výkonný na útraty podstatných součástí, z nichž se skládá; opotřebuje se.

Takové jsou z fyziologického stanoviska tři prameny, ze kterých životní práce vnitřních ústrojů a svalová práce vnějšího života, jež není než zvýšením prvé, čerpají látky, jichž lučebné sloučeniny dávají vznik spotřebovanému teplu.

(Pokračování.)

Tělocvik a zdraví.

Nedávná polemika v polských lékařských kruzích. Tlumoči a poznámkami opatřil Dr. D. Panýrek, odb. lékař chorob chirurgických v Karlině.

(Pokračování.)

ČÁST DRUHÁ.

Polemika mezi Helenou Kuczalskou a Stanisławem Kamieńským:

I.

Helena Kuczalská píše:

Poslední dobou píše se u nás dosti mnoho o výchově fyzické, ale mimo články novinářské čteme o tom velmi málo a ještě méně se ví o tom předmětu. Nelze se tomu diviti. Hygiena obecná je požadavek nedávno postavený, toť slabý stránek, který byl pěti několika lidmi nedávno zasazen na naši půdu. Zdá se, že se ujme. Věnována mu všechna péče a možno očekávat, že se rozvine a bude žiti. Fyzická výchova je jedna větev jeho koruny. Pokud kmen je ještě slabý, jesti koruna nepatrná a skoro není ji viděti. Nelze se diviti, že článek dr. Kamieńského, uveřejněný v kritice lékařské v číslech 6. a 7. zůstal nepovšimnut. *) Nesetkala jsem se aspoň se žádným rozbořením toho článku, se žádnou kritikou (ani oné formy, se kterou se u nás rozebírají závažné otázky) názorů autorových ani jeho rad pedagogických. Jenom "Przegląd Pedagogiczny", jehož jest autor stálým spolupracovníkem, vytiskl o něm několik slov bezpodmínečné chvály a vyvodil z celého článku závěr, že tělocvik je škodlivý a že je zbudován na lichých základech a pak otiskl několik delších výňatků z té práce. Nemyslím, že by byl Dr. Kamieński úplně s tím spokojen, musilť mu to ukázati, že zašel ve vývodech svých příliš daleko, když čtenáři jeho článku dospěli k takovým krajním úsudkům. Přistupují-li dnes k úvaze toho článku a ukáží-li jeho špatné stránky, projevují vzhledem k mlčení povolaných obhajců tělocviku nemalou odvahu. Odvahu tu čerpám v lásce ku pravdě, v lásce k cílům fyzické výchovy a ve znalosti potřeb a přirozenosti dítek a mládeže, což nasměrně ulehčuje poznání jich. Dle trvajících pobytů mimo Varšavu, větší zaměstnanost na počátku školního roku nedovolila mi ozvati se dříve v té věci, ale jsou otázky, ve kterých časovost nepomáhá, vždy je lépe pozdě promluvit než-li nikdy.

Již samo motto článku, o kterém chceme mluvit, vysvětlené teprve ke konci článku, připravuje nás na paradoxa a nejasné myšlenky, kterými je práce ta přeplněna.

Naplnuje nás především podivem sevšeobecnování fakt, které se mohly vyskytnouti ojedinelé, zvláště libovolné jich vysvětlování, jak dokazuje v úvodu zmínka o metodě Froebelové. Proto, že vážený autor slyšel někdy nebo viděl, že dětem "kázali řvati na způsob lvů, že to poskytuje názor o králi pouště", nebo že "kázali sestavovati dva papírové stolečky tím způsobem, aby vytvořily kamna, chtějíce dáti názorný pojem o tom, co, jak a z čeho se robí", neváhá autor činiti zodpovědnou celou školu Froebela a Pestalozziho za ty nesmysly neschopných její epigonů.

Dále praví autor, že "výchova má obyčejně za účel stavěti nam přizraky místo věcí, slovo místo pojmů, kulhavé produkty posledních výsledků věd, místo závěrů zbudovaných na zdravém rozumu, theoretické vidiny choré obrazotvornosti, konstruované u zeleného stolu, místo živé pravdy, jakou nám poskytuje denní pozorování." Jakmile naskytne se něco nejasného, něco neúplně s pravdou se shodujícího, a něco, co kritizovati nespadá v naši kompetenci, tu jsme náchylni nazývati to něco — ať už je to výtvar péro nebo štětec nebo čin nějaký — originalním. A tímto jménem většina čtenářů pokřtila názory Dr. Kamieńského v článku, o němž je řeč. Skutečně má autor velice originální stránku a to tu, že na autora samotného dá se nejlépe aplikovati, co sám píše o theoretických vidinách choré obrazotvornosti, konstruovaných u zeleného stolu. Všecko, co mluví o tělocviku, prozrazuje, že se s ním obeznámil jenom z jednostranných příručných knih nerozeznávaje rozmanitě

*) To není zcela pravdivo, jak se ukáže v dalších odstavcích polemiky. Ostatně jak viděti, nezůstal ani v české literatuře nepovšimnut.

drhý tělocvik, kterým jsou věnovány, a čerpají příklady, viděl-li jaké z tělocviku výjimkou neobratně prováděného. Unavená fantasie představuje mu všude tělocvik jako upíra, ssajícího dětem krev, kdežto živá pravda ukázala by mu živější oběh krve u dětí vlivem tělocviku, a denní pozorování, kdyby chtěl jednati dle jedné rady, kterou sám dává, obeznámilo by ho beze vší pochyby lépe s tělocvikem, než-li to činí Hartelius a Schreber. Pak by, je-li vskutku milovníkem pravdy, odstranil mnoho odstavců ze svého článku, neshodujících se s tou pravdou, stejně jako s vážností vědecké kritiky a stanovil by nám postuláty výchovy fyzické, opírající se o anatomii, fyziologii a hygienu, nezahnuje do oboru paedagogiky, která je mu, soudě dle všeho, úplně cizí.

Celá stať o německém tělocvik, propletená vtipy na její vznik, složení a nářadí, ukazuje nám jej jako pokrm připravený podle předpisu pani Lucyny, a historický ráz jejího rozvoje podán je v osvětlení vrozené naší nechuťi k Němcům. Ale posmívati se, neznamená poučovati, a proto jsme se z článku Dr. K. nemohli na konec dovědět, proč je německý tělocvik špatný. Je-li si který čtenář, zajímající se otázkou výchovy, vědom toho, co Němci dnes činí na tom poli, jestliže ví, že se každý rok pořádají sjezdy ke studiu her mládeže, že o prázdninách konají se zvláštní kursy her dětských pro učitele, kteří jsou povinni s nimi se obeznámovati, že v každém skoro městě německém existují rozsáhlé zahrady pro hry mládeže — položí si jistě otázku, proč autor tak sedí na tom, co náleží již větším dílem minulosti, a nepíše o tom, co je nyní?

Háfe ještě nakládá Dr. K. s tělocvikem švédským. "Cítí k němu jistou idiosynkrasii, bodá přem, seka vtípem, na štěstí ne tělocvik, nýbrž jen jakýsi stín, který v nemocné obrazotvornosti nabyl podoby upíra. Tak by se podivil každý vzdělaný Švéd, gymnasta z povolání, ať lékař, paedagog, kdyby mu řekli, že švédský tělocvik vyšel přímo z ideí, kdežto oni cení jej právě proto, že je pln jednoduchosti a vyplývá z potřeb denního života a požadavků přirozenosti. Vysmívá se Lingovi, srovnává jeho tělocvičnou teorii s výpočty Leverrie a, který odkryl tím způsobem planetu Neptuna, a přece známo obecně, že jen cestou vlastní zkušenosti dospěl Ling ku poznání ceny tělocviku přizpůsobeného účelům léčebným.

Potom přichází na řadu celá sbírka citátů z Hartelinse, který za vědeckou autoritu nikdy neplatil, výsměch jeho názvosloví a to na základě německého překladu. To je právě tak, jako bychom měli právo posuzovati jazyk nějakého autora cizího z výtvaru známého nám jen v překladu. Ani Linga nešetřil autor, mluví o depresi jeho rozumu, o fantasii samouka, a se všemi těmi lékaři paedagogy, ba i učenými, a řada jich je dlouhá, kteří systém Lingův cenili nebo cení, je zkrátka a bez ceremonie hotov, cituje slova Heineho: "Není tak hloupého Němce, aby nenalezl ještě hloupějšího, než-li je sám, který ho pochopí."

Vzhledem k tomu uznal Dr. K. za potřebné, jak sám praví, "sejmouti masku, za kterou se skrývá švédský tělocvik". V čem záleží to sejmoutí masky? V tom, že odhaliv mylnou teorii (nikde nám tu teorii kategoričticky nepředvedl) a podivné kombinace pohybů, které jistě neviděl, nazývá-li je takými, objevil, že tělocvik švédský je totéž, co tělocvik německý, a záleží stejně, jako tento, v rozdělení pohybů na kategorie, v umělém rozřídění toho, co je součástí rozumné a účelné činnosti svalové. Téžko však v souhlas uvéstí mínění autora s tím, co víme od přívrženců Linga, a co vlastně je podstatou metody, že každý pohyb má mít anatomický a fyziologický význam a účel v životě praktickém.

Prof. Demeny, ředitel laboratoře fyziologické při Collège de France a zpravodaj tělocvičné komise při ministerstvu veřejné osvěty podává takový výměr švédské metody fyzického vychování. Má tři důležité výhody. Předně: směřuje ke společnému cíli, zdokonalení fyzické výchovy žactva a spolu s jich zdokonalení duševnímu i mravnímu. Za druhé reprezentuje úplnou jednotnost ve všech částech a úplné přizpůsobení k cíli, jaký si ustanovil. Po třetí skládá se z prostředků jednoduchých o účinných silných a trvalých. Tou cestou docílíme následujících výsledků: zdraví podle pravidel hygieny, normálního rozvoje tělesného podle zákonů fyziologie a využitkování svalové síly podle zákonů mechanismu těla lidského; kdo se drží těch zásad, vyhne se všem úchylnkám od cesty správného vyučování a zvláště jednomu z nejnebezpečnějších, po-

kládání prostředků za cíl. Nebude přece cílem přizpůsobení se t. zv. tělocvičnému nářadí, u nichž fantasie vymýšlí rozmanité překážky, které se nedají ospravedlniti ani skutečným zdokonalením organismu, ani žádným prospěchem zevním, ale bude toho všeho cílem dosáhnouti co největšího počtu podmínek, zajišťujících zdraví, posilujících slabé, zabezpečujících vzdornost a pružnost údů při zvláštních častěji se přiházejících nehodách.

Není místa přiti se s autorem, možno-li při této definici základů a zásad tělocviku švédský stotožňovati s tělocvikem německým. Kdo se o tu otázku zajímá, toho odkazují na spisy Dr. Lagrangea, prof. Mossa, prof. Demenyho, Dr. Madeyského, Dr. Schenstroema, Dr. Wideho, Dr. Jentzera, který přeložil příruční knihu paedagogického tělocviku prof. Liedbecka, opatřiv ji poučnou předmlouvou, a četných jiných autorů.

V zápalu vysmívati se všemu, v čem jiní pracovali s láskou k mládeži a touhou zdokonaliti fyzickou výchovu, Dr. K. vysmívá se dokonce tomu, co má býti nerozlučnou částí výchovy fyzické, jak v ohledu fyziologickém, tak i etyckém, zvláště zpěvu při cvičení, který zavedl Amoros, reformátor tělocviku ve Francii, jenž chtěl takto zpříjemniti mládeži hodiny tělocvičné. Jak tato vážnost, tak i obraný úmysl měl by dojiti pochvaly u přátel mládeže. Posměchem svým dává Dr. Kamieński reformátorům novodobého tělocviku nejlepší vysvědčení, jaké býti může, neboť praví, že jim zařila duševní idea, které tělesná krása byla jen prostředkem, nikoli cílem.

Proč nazývá autor tuto vznešenou a v duchu křesťanském jedinečnou logickou myšlenku paedagogickým svatouškovstvím a proč tvrdí, že idea Řeků byla neporovnatelně vyšší, staví tělo na roveň s duší — těžko pochopiti. Řekové byli pohany, my pak jsme křesťané. Sta ani tisíce atheistů nebo nevěrců nezmění faktum, že společnost civilisovaná od 19 věků je křesťanská a buduje své pojmy na dogmatu o nesmrtnosti duše. Proto musí považovati duši za cíl, a tělo za prostředek k jejímu zušlechťování a zdokonalování, či lépe ještě za jejího ochrance, za obal, který musí býti dokonalý a pěkný, když pěkný a cenný je její obsah.

Nedůsledným zdá se mi dale psáti, že tělocvik u Řeků proto souvisel se životem, že byl jeho podstatnou částí a že s ním nena-kládáno, jako nyní, jako s obětí, kterou třeba hoditi nešťastnému molochovi tělu.

Vždyť podle mínění Dra. K. to tělo je právě obětí novodobého molocha tělocviku a nikterak tento obětí onoho. Ale o drobnosti a jednotlivé myšlenky nedosti jasně povědění tu ani tak neběží. Tolikráte Dr. K. útočil na tělocvik a nikdo nevystoupil k obraně jeho, nikdo nesáhl ku pramenům, ze kterých čerpal svoje útoky — a tak autor ani nyní mnoho si nerozvážil, co píše, dává plnou vůli své idiosynkrasii.

Přistupme konečně k nejdůležitější části článku, ke kritickému rozboru dobrých vlastností, které se tělocviku připisují.

Byla by to skutečně práce zajímavá a užitečná, kdyby významu jejího neoslabovala předpojatost, povrchní znalost předmětu, sevšeobecnování jednotlivých chyb, kterých se při tělesné výchově dopouštějí osoby nekompetentní, a skládání zodpovědnosti za tyto nepovolené na bedra metody, kdežto pravými vinníky bývají často málo obeznali vykonavatelé její. To poučení jak vykonavatelů tak obecnstva, o otázku tělesné výchovy se interesujícího, bylo by pěknou a užitečnou úlohou, jejíž vykonání bylo se lze nadíti od Dra. K. Škoda, že tak sklamal očekávání četných přívrženců racionálního vychování tělesného naší mládeže.

Úplně je správné tvrzení, že tělocvik ve zkaženém vzduchu prováděný může přinést více škody, nežli prospěchu, ale to nebude vinou tělocviku, ale poměrů, v nichž se konal. Právě tak jako bychom topení v kamnech považovali za škodlivé, protože je možno za jistých okolností otrávit se kyslíkem uhelnatým. Prostor s dostatečným množstvím vzduchu — toť základní podmínka tělocviku. S tím souhlasí přívrženci všech metod, a nemyslím, že by některý vychovatel pokládal za dostatečné "házení rukama a nohama v nějakém tmavém koutě." Přece nemůžeme bráti v úvahu osoby, které samy tělocvik provádějí podle metody Schrebera, nebo někde na vsi beze vší metody s dětmi jej provozují.

*) Ale bohužel této podmínce většina tělocvičen nevyhovuje a tak má pravdu Dr. Kamieński.
Pozn. referenta.

Musím podotknouti, že spis Schreberův jako příruční kniha o tělocviku je velmi slabý, což však nijak nepřekáží, aby vhodně užívání jistých cviků v knize té uvedených přineslo skutečný prospěch organismu.

Není pochybnosti, že Dr. Kamieński setkal se ve svém životě s tělocvičnou podobnou psi jeskyni, ale způsob, jakým o tom píše, vzbuzuje domněni, jakoby všem tělocvičným ústavům vytýkal nedostatek vzduchu. Pokud je mi však známo, několik tělocvičen našich poskytuje žákům předepsané množství vzduchu — 2 kubické metry na jednoho žáka. V soukromých ústavech beze vši pochyby jsou poměry horší, ale za to hodiny tělocviku trvají tam kratší dobu, půl hodiny, a než-li přijde druhé oddělení žáčků, poručí se sál provětrati; tak aspoň jedná se v několika známých mi pensionátech. Nebylo by prospěšnější místo krajních příkladů a výminek, nesahajících v dosah naší kritiky, posuzovati to, že je ve sféře naší působnosti a našeho vlivu, a poskytovat pokyny, kterýchž, nepochybně, jak učitelé tělocviku, tak představení ústavu rádi uposlechnou.

To stálé požadování vycházek za město, hry mičem na čerstvém vzduchu, klouzání se atd., stává se přímo smyšlným v našich poměrech.**) Každou půl země zastavují, připravují nás o stromy, křoviny — při tom budeme volati rodiče a vychovatele, aby uskutečňovali nemožné ideály a plisnili ty, kteří střízlivě na život poblížejíce si řeknou: "Když nemohu dáti hladovému libru chleba, posílím ho aspoň kurkou".

Tu je znova stavění výjimky za pravidlo.

Volba hodiny k tělocviku nejpříhodnější a péče o to, aby dítě nepřicházelo do tělocviku ani hladové ani příliš najedené a konečně stálý zřetel k tomu, aby nebylo unaveno a aby je tělocvik neunavoval — to vše je povinností učitele neb učitelky, a mohu za to ručiti, že máme již značný zástup těch, kteří takto chápou svoji úlohu.

Dr. Kamieński vytýká, že tělocvik pěstuje svalstvo horních končetin, kdežto bylo by organismu výhodnější pěstovati svalstvo dolních končetin. To je zase pravda, ale výtka tělocviku zde učiněná je bezpodstatná. Je to chyba německého tělocviku, kdežto tělocvik švédský, jemuž se autor tak vysmívá, vyhnul se této vadě, neboť každá hodina takového tělocviku, provádí-li se racionálně, zahrnuje tolik cviků pro dolní končetiny, jako pro horní a při lekci pro ženy a děti převládají prostocviky pro dolní končetiny. To jsou elementární základy tělocviku švédského i těžko pochopti, jak mohl býti neznámé váženému autorovi i kdyby nebyl nic jiného četl nežli Linga a Hartelinse.

Paragrafy 3. a 4. jsou opakováním obou prvních. Tělocvik rozšiřuje hruď, ale je-li vzduch uměle do plic přiváděn zkažen, nedosáhneme cíle; tělocvikem vyvozuje tlak na útroby břišní a tím usnadňuje trávení, je-li však dítě hladové, nemá co trávit a je-li unavené, krev špatně okysličená nepřispívá k trávení pokrmu a třebaš potrava jistými pohyby při tělocviku popoždě se dolů, děje se to k škodě organismu, se ztrátou proň, protože odchází potrava nestrávená.

Z toho tvrzení dá se odvésti tento logický úsudek: gymnastika je vše dobrá, můžeme-li skrze ni dosáti resultátů organismu prospěšných a jenom nevhodné užití tělocviku stává se škodlivým. Na štěstí děti hladové a unavené při vynucování jsou v menšině a ty obyčejně tělocvik neprovozují.

V paragrafu 5. popírá vážený autor, že tělocvik rozvíjí harmonicky všechny části těla. Tuto výtka možno vyvrátiti jenom živými příklady a pozorováním rozdílů mezi dětmi i mládeží stále tělo cvičící a mládeží, která nepěstuje tělocvik. Zručnost v pohybech, pružnost kroku, pevnost při chůzi, to jsou přednosti, kterých docílíme jistěji tělocvikem, než-li všelikými jinými výcviky.

Paragraf 6. a poslední obsahuje útok největšího kalibru. Podvodem jest, — praví vážený autor, že tělocvik poskytuje odpočinek mozku unavenému přílišnou prací duševní, a hned dale označuje

**) Nemyslíme. Třebaš se zdálo něco v daných poměrech a pro tu dobu nesplnitelným, nesmí se mlčeti. Stálé přetřásání a uvažování, jak by se vše přece uskutečnila, stálé opakování požadavků při úplné netečnosti nebo nevěli rozhodných kruhů může konečně vésti k cíli.

týmž názvem, šalbou tvrzení paedagogů německých, která dí: naučme děti naše bavit se a otázka přetižení pomine.

Všimněme si nejprve toho prvního podvodu. Člověk unavený duševně jest unaven i fysicky. Dobře. Svaly jeho ztrácejí na zdatnosti, všechno úsilí, které podnikne, bude jim jen ku neprospěchu a bude působiti škodlivě i na centra nervová, již tak jako tik vysílená. To vše bude pravdou nezvratnou, jestliže užijeme tělocvik aktivního, požadujícího úsilí a práce týchž svalů, uchýlíme-li se však k pasivnímu tělocviku, ku pohybum pasivním a masáží, jak i Dr. K. uvádí, docílíme od toho systému tělocvičného nejlepších výsledků. Bude to systém švédský. Nezbytna je tu pomoc druhé osoby, která je si vědoma toho, co činiti a jak činiti, a proto takový tělocvik je nejlépe konati ve zvláštních ústavech. V ústavech švédských setkáváme se s mnohými osobami přetiženými, léčícími se tělocvikem. Náhledu obecnstva a náhledu čtenářů dr. K. (slečna Kuczalská dovede ironii oplácet neméně jedovatě t. zv. ženskou ironii) bude se to zdáti divným, ale praxe shoduje se tu s teorií, která je dalším rozvojem theorie umlčení svalového. Zdatnost svalová rychleji než-li odpočinkem vrací se působením živějšího a pravidelnějšího oběhu krve dobře okysličené, čehož můžeme docíliti přiměřeným cvičením osoby přetižené bez namáhání svalstva a to za těch podmínek, bude-li se nalézati v prostranném místě a v čistém vzduchu a bude-li působiti mechanicky na stažlivost svalovou (masáží). Žádají, sebe vydatnější odpočinek, žádná procházka nepůsobí tak účinně na únavu, jako tento prostředek ode dávna známý a ode dávna nevědomky upotřebovaný, nyní s plným uvědoměním aplikovaný. Užívají ho jak lidé vyčerpaní světáckým životem, tak i lidé vysílení prací duševní. Známý anatom a fyziolog švédský prof. Retzius sám mi pravil, — dí slečna Kuczalská, — že vždy užívá masáže a tělocviku pasivního, když po práci dlouho do noci tráví, cítí se příliš unaveným. Věrná družka života a stálá pomocnice při vědeckých bádáních učeneho manžela svého Anna Las Hiertas Retzius úmyslně odbyla kurs masáže a léčivého tělocviku, aby i v tom byla manželi svému k ruce.

Proč tvrzení německých paedagogů, že třeba učiti děti bavit se, považuje autor za šalbu, nepověděl, ale ke konci své práce mnoho píše o hrách a zábavách a při tom prozrazuje úplnou neznalost charakteru a přirozenosti dětí, a současně i neznalost toho, co dokonce chválí a za vzor staví, t. j. parku Dra. Jordana. Ovšem — děti nutno učiti bavit se — dospěli k tomu přesvědčení jak paedagogové němečtí, tak i francouzští a musí s tím souhlasiti i naši, pokud s dětmi obují. Dr. Lagrange, autor tolika pěkných prací z oboru fysické výchovy, nestranný a subtilní kritik, znalec mládeže a dětí, praví v té příčině tolik:

"Dítě třeba methodicky zábavě učiti, hry požadují nutně vedení, aspoň na počátku. Učitel je nezbytně potřebný, jak u tělocviku, tak k zábavě, chceme-li, aby dítě ten druh tělocviku zajímal a aby zatoužilo v něm se zdokonaliti a vyznamenati".

(Pokračování bud.)

DO P I S Y.

St. Louis, Mo. — (Opozděno pro číslo min.) — Těl. Jed. Sokol uspořádala zahradní zábavu ve prospěch závodníků, jedoucích do Clevelandu, dne 12. srpna, s programem po většině zábavným, jako: solové výstupy, kuplety, sborové zpěvy, fraška a naposled loučení se závodníky. Zde dlužno též vzdáti díky p. Šamberskému za fotografie dané do sázky a Sok. Cyr. Sádlovi za oblek pro pána, kterýž vynesl \$68.

Divadelní odbor, kterýž založen a zřízen byl předsedou a tajemníkem, nekonal povinnosti jemu uložené, neb myslím, že úplně zahynul. Pořádání schůzí nejméně jednou za měsíc pro všechny členy, dále vypomáhání řiditeli při vybírání a vyučování nových sil, to se neuskutečnilo. Oí vinou to, o tom nechci na místě tomto rozhodovati, podotýkám však, že jsme jeden k druhému nedůvěřiví, časem i svéhlaví, což se pro Sokoly nesluší.

Dále musím zmíniti se o našem časopisu Sok. Americkém a jeho redigování. Nechci činiti poznámky sám za sebe, ale podávám zde úsudek většiny členstva zde v St. Louis. Předně, náš Sokol Americký vyplněn jest po většině pouze látkou tělocvičnou, jež

pojednává o různých cvičeních, což je sice v pořádku, poněvadž to naše zásada, ale zároveň se tážou, mnoho-li se těch výkonů cvičí v našich tělocvičnách? Máme mnoho členů, kteří výkonům nerozumí a proto bylo by na pořádku méně výkonů, však k těm podávají vyobrazení, tak aby každý mohl si představit, jak výkon prováděti se má. Dále měly by se uveřejňovati články, o které se svět nejvíce zajímá, na způsob "světových udalostí", které podává orgán bratrstva ČSPS aneb "feuilletonů", jež časem v Sokole Pražském vycházejí, též vhodná látka pro naše řečníky měla by se podávat, neboť místy jsme odkázáni sami na sebe a na dělnou třídu lidí, nemáme všude profesory a doktory, jimž pořádání přednášek svěditi bychom mohli.

Žádám bratry, by mně odpustili, že takto jsem se vyjádřil. Víím, že podobné záležitosti přináležejí sjezdům k rozhodování, neb výboru tiskovému, — než, podávám tuto úsudek našeho členstva a doufám, že na způsob ten stal by se náš Sokol Americký cennější pro veškeré členstvo.

Dne 22. července pořádán Těl. Jed. Sokol výlet do Collinsville, po železničním vlaku. Ježto nemohl jsem se výletu sám účastniti, bych sbíral poznámky úřadu mému přináležející, požádal jsem Sok. V. Procházku, by mně zastal, což on laskavě učinil; podávám poznámky jeho toto doslovně:

Pěkné ráno, obloha bez mráčku a sluníčko praží, že si krácející chodec nepostačí pot stírat. Sokolové budou mít na jich výlet horký den. — Ubohá čto, ty to dnes odstůněš. Ale hoši nedbají, povel náčelníkův na předu, stejný úder a již za zvuků řízného sokolského pochodu krácejí výletníci k nádraží, kde vsednou do vozů Vandalia dráhy a odjedou do Collinsville, Ill., prožiti veselý den.

Účastníků výletu jest na nádraží ku 300. V 9 hodin jsme vyjeli východně přes Eads Bridge do E. St. Louis a illinoiským světem pak letem. V 10 hodin ráno jsme v Collinsville, Ill. Na nádraží nás vítají colensvillští krajané s pp. J. Maškem a J. Bradou v čele a hned nastoupili jsme pochod zaprášenými ulicemi k Memorial Parku. Park je hezky zařízen a pro výlet jako stvořen. Četa bubeníků a trubačů ale zle nařikala na zaprášené ulice městečka Collinsville.

Přijda do parku odložil jsem trubku, a pamětliv jsa slibu, který jsem dal br. dopisovateli, počal jsem dělat pro něho poznámky.

Výletníci jsou více méně z cesty unaveni a dělají si všemožné pohodlí. Zábavní výbor má plné ruce práce, napájí žiznivě, neboť hladem trpící se krmí sami, jak lze pozorovat z rozprostřených příborů a krmí po trávnicích.

Pustil jsem se dolů do Collinsville, abych nebyl zde nadarmo a s br. Dolejšim zašel jsem do hostince p. J. Kaliny, který jest zároveň konstáblem v Madison Co., Ill. Zde sešel jsem se s panem J. Bradou, kterému jsem povděčen za vysvětlení a průvod po městě.

Městečko Collinsville má asi 5000 obyvatelů, českých rodin jest zde asi 40. Hlavní výživu obyvatelstvu poskytují blízké uhelné doły a zinkové hutě. Hutěmi nás provedl p. J. Brada a ředitel společnosti p. Bennett Reimond. V hutích pracuje nyní jen 70 mužů, každý pracuje 24 hodin bez ustání a pak je opět 24 hodin doma. Plat mají poměrně malý, od \$1.50 do \$2.50 za 12 hodin práce. Teplota u pecí jest asi 140 st. C.

Pobyvše asi 2 hodiny v hutích, vrátili jsme se do parku; zde jest již veselo, někteří tančí, jiní hrají různé hry, tam ti mají v parádě politiku a ti co nosí bílé štráfy, ti jsou u bárn, ne ale děvčata, ty také odešly mnohé do Collinsville.

Chodím sem tam a mám radost z těch, kteří jsou veselí. Tamo má solo náš oblíbený sextet A. Vudy, K. Jefábek, F. Altman, V. Triska a slečny Anna a Marie Foksteinovy a mají kolem sebe velký zástup colensvillských krajanů.

Odpoledne se hráli čekanci a členové Sokola Basket ball, z kterého čekanci vyšli co vítězové. Hlahol s Vlastou zazpíval výtečně pochod Sokolů, různé hry se střídají se zpěvem a tancem, také bubeníci a trubači jsou obdivováni a Sokol J. Vrána nemůže ani postačit hrati tancechtivým. Tak přechá hodina za hodinou a s bolestí pozorujem čas k návratu a již sedáme na vlak a opouštíme místo, kde jsme ztrávili veselý den. Na zdar!

Václav Fouček, dopisovatel,
1220 Geyer Ave.

Baltimore, Md. — Za dvacet osm let, co patřím ku sboru sokolskému, dovoluji si psáti do Sok. Am. Za ten čas, co patřím k sboru sokolskému, zažil jsem mnoho krásných časů mezi bratry, někdy též i okamžiků krušných, však takých poměrů, jaké přítomně u nás stávají, jsem ještě nikdy nezažil. Došloť to u nás tak daleko, že po 28 letech musí u nás soudy rozhodovati, kdy spolek náš byl sborem sokolským a kdy ne, — jako kdybych já a Sokol Šimek nebyli věděl, co jsme zakládali v roce 1872. Nyní však někteří členové vynášeli, že sbor náš není sokolským spolkem a proto musela se stará inkorporace zavrhnouti a nová se musela vyzvednout, jako by nebylo pouze postačilo tu starou opravit.

Vzpomínám na Sokola Wokála, jenž před posledním sjezdem dopisem v Sok. Amer. sbory upozorňoval, by při volení nových úředníků ohled brán byl na starší členy a to proto, že mají více zkušeností. Tehdy jsem se Sok. Wokálem nesouhlasil, však nyní doznávám, že měl pravdu. Kdybychom se byli dle jeho rady řídili u sboru našeho, nebylo by to mezi námi došlo až k soudům.

Jak všem Sokolům jest snad známo, chtěl sbor náš si zaopatřit nějakou místnost pro schůze a cvičení. K účelu tomu nabídnuta nám byla síň Bohemia za ucházející cenu.

Ovšem, tak jak by si byl mnohý snad přál, pohodlná nebyla, však za nějakých pár dolarů mohlo se vše do pořádku přivést a my mohli dnes vlastniti svou síň. Sokol Šimek žádal na \$12,000, jak vše stojí a leží, — jen obchodovati. Jeden tisíc se měl splatiti hned a ostatní bylo na 3 procenta. Sbor mohl věnovati 3 neb 4 tisíce na opravu a mohl míti tu nejlepší síň v ceně \$16,000. Sbor však rozhodnul jinak, povolil \$700 a s těmi se chce pustiti as v 6 měsících do stavby Sokolovny v ceně \$20,000 až \$25,000. Výbor dal hned natisknouti akcie na jméno Sok. Jed. Blesk, však právník vynášel, že inkorporace je Ass'n Blesk, což nadělalo mnoho horké krve a rozhodnuto, že sbor musí býti znovu inkorporován a Bohemia nesmí se koupiti, jak sám starosta se vyjádřil. A co z toho jest? Máme zde nyní dva sokolské sbory a oba se hlásí k Nár. Jed. Sokolské; ovšem, starý sbor má k tomu právo, neb Jednota Blesk byla do svazku N. J. S. přijata.

Letošní rok, tak jako roku lonského, sbor mladých Sokolů, který jsem založil, vyjel si na 9 dní na rybářské pobřeží. V loni jsme měli polní ležení pouze pět dní, pod jménem Dr. Miroslava Tyrše a letos pode jménem Jindř. Fügnera. Při vši přisnlosti bavili se žáci výtečně. Denní pořádek byl následující: Ráno při východu slunce vystřeleno z děla: na znamení trubkou všichni vstávat. V 6.30 ráno nastoupit v řady na prostná cvičení. V 7 hodin snídaně, v 7.30 čtení pořádku pro celý den a nastoupení denní hlídky. V 8 hodin oznámení nemocných a trestníků, v 8.30 koupání všech pospolu. Ve 12 hodin oběd a ve 3 hodiny policejní soud. Ve 4 hodiny koupání a pak hry. V 6 hodin večeře a v 7 h. pořadová cvičení a nastoupení noční hlídky. Při západu slunce vypáleno opět z děla. V 10 hodin šlo se spát.

Myslím, že toto bylo dosti zábavné pro žáky, však letos se mi to nevyplatilo. Za to, že jsem šel s žáky na venek a nešel na "piknik", dostal jsem z cvičitelství vyhazov. Odejiti s žáky na delší čas do volné přírody, v tom nevidím nic nesokolského. Kdybych byl promeškal nějakou přednášku, veřejné cvičení neb něco podobného, pak by to bylo něco jiného, co ale mohou se žáci přiučiti na veřejném výletu, to dosud nevím. Snad někdy možno tam zříti několik osob nachmelených, jež se rády mezi sebou hádají, neb nevhodné řeči vedou; pro dívky však podobné věci se nehodí a na veřejných výletech vůbec žádných pro ně není. Jedině tam, kde při výletech neb vycházkách žáci podrobeni jsou dozoru osoby starší, možno příznivých pro ně výsledků docíliti. Tím bez odporu bylo devítidenní ležení, jež připravil jsem letos pro žáky, na což si též všichni zvlášť připláceli po 10c. měsíčně. Že našli se Sokolové, mezi nimiž i br. náčelník, kteří chtěli dětem radost zkaziti a přivřiti je o to, nač se po celý rok těšili, to věru jest smutné. Doufal jsem, že náš vyslanec do kursu více o výchově dítek pochopil, než ve skutečnosti dokázal.

Od Sokolek jsem též dostal výpověď, protože jsem nebyl na výletu. Jím však nezazlivám, ježto řídí se dle rady jiných. Celkem vypadá to nyní u nás smutně a kdy lepších poměrů se dočkáme, to prozatím jest v mlhách. Na zdar!

V. E. Hirshauer, star.

Baltimore, Md., 3. září 1900. — Aby naše jednota neupadla v úplné zapomenutí, jest moji povinností, bych aspoň čas od času nějakou novinku veřejnosti prozradil; není snad pochybnosti, že ještě žijeme, že jsme činnými a také dosti zajímavými, aspoň pro nás a naše okolí.

Pěstujeme také tělocvik ne právě ve velkém, ale jak doslychám, vzmáhá se u nás opět tělocvičná činnost. Najmuli jsme novou evičební síň a jak výbor sděluje, vyhovuje prý aspoň částečně, než budem mít svou vlastní. Jest prý suchá, zdravá a v zimě též vytápěná, tak že se nemusí evičenci bát, že nastydnou — vůbec, jest prý rozhodně lepší než bylo Bohemia Gymnasium a bylo by tedy záhodno, bychom se šli přesvědčit a možná, že se nám to zalíbí a budem též chodit do evičení.

Mělo být též ještě jedno pořadové evičení ve volné přírodě obýváno, dešť nám to však zkazil. Dostavilo se však přeci asi 40 Sokolů, nedbajíc špatného počasí — inu, jakáž pomoc, podruhé si to vynahradíme.

Že se zábavami nejsme pozadu, vysvitá z toho, že Sok. Jed. Blesk oznamovala dva výlety na jeden den, totiž jeden do Getysburgu a druhý do Českého Hájce, avšak člověk miní a dráb to mění a tak na plakátech oznamujících výlet do Getysburgu octlo se po jedné jméno "Český tělocvičný spolek". Jste bratři asi zvědaví, proč? Poněvadž výlet do Getysburgu byl oznamován na jméno naší Jednoty a my byli nuceni, ježto jiná cesta nezbývala, dáti soudní zákaz na užívání našeho jména.

Výlet ten byl pořádán kroužkem nespokojenců s br. V. J. Šimkem, několika švakry a přivěsnými příteličky v čele, již se shlukli dohromady a dali sobě jméno Spolek Sokol, jichž snad nejsvětější účel jest, zájmy naší jednoty ničit — při tom však jsou našimi také spolubratry.

V podniku našem pokračujeme dosti dobře ku předu, vzdor všem nástrahám a překážkám. Zábavy ve prospěch Sokolovny pořádané až dosud vynesly přes \$450, v kterýžto obnos značně přispěly sestry Sokolky S. J. Blesk. Odevzdaly stavebnímu výb. \$90 z výletu ve prospěch našeho podniku pořádaného, začez jim vzdávám jménem sboru dík!

Druhý výlet pořádaný naší jednotou se vydařil obstojně, až na to, že nám byli poslání na krk policejní slidiči, ježto to bylo v neděli, — kým byli povoláni, ví nejlépe oni a ten kdo je povolal — byli to snad zase farmáři jako při onom dámském sboru. Zvláštní při tom ale jest, že jsou spolky pořádající výlet v neděli, v českém háji udavačem vybírány, snad nechce být onen dámský sbor oněm farmářům k službám, a Sokol jest přece znám každému pro svou odvažlivou snahu. Nemyslete bratři, že to byli farmáři z města?

Od 10. do 15. prosince t. r. pořádá naše jednota Bazár v místnostech br. Jos. Klečky, protože se bratři přičiníme, by byl stavební výbor za jeho obětavé snahy uznán tím, by se bazár ten setkal s největším zdarem! Na zdar! S. Stiegler, dop.

New York, 24. září 1900. — Především spěchám, abych osudný omyl, kterého jsem se bezděky v dopise posledním dopustil vysvětlil a doufám, že uspokojí v plné míře Sokola V. K. Trisku i ostatní Sokoly v St. Louis. Sokol, který vedl neb velel četám zástupců sjezdu a který v čele průvodu s bílým kloboučkem se nalezal, nebyl br. Triska, který velel všem Sokolům vesměs, — byl to Sokol z Nebrasky, jehož pověst i jméno v Sokolstvu všeobecně chvalně známé jest a kterého proto jsem nejmenoval, že ani jemu aniž komu jinému lehounkou satyrou ublížiti jsem nechtěl. Nu a tu v návalu myšlenek přidělil jsem mu jméno omylem "náčelník župy Západní", nevzpomena ani, že br. Triska hodnost tuto zastával. Milerád dosvědčuji, že br. Triska v plném kroji vždy v čas na místě byl, jak o Českém dnu, tak i o závodech.

V naší Sokolovně opět začíná čilý ruch a mnohdy se mi zdá, že všichni s mravenčí pilí pracujeme k společnému cíli našemu, by Sokolovna byla co nejdříve sprostěna dluhu. Zatím co evičící členové pilně hledi si evičení, v postranních místnostech pracuje se plnou parou. Tu zkoušky dramatického sboru, pravidelně dvakrát týdně, tu sbor důvěrníků se radí o prostředcích Sokolovně prospívajících, tamto opět Přiznivkyň a Manželky Sokolů se přičiní, by co nejvydatněji nám vypomohaly dluh mořiti, tu pěvecký odbor, jinde opět sestry Sokolky, spošitelní výbor, hornisté či

trubači a zase zábavní výbor a tito všichni pracují svědomitě jako větelky ve svém úlu, bez oddechu.

Velká část členů hovi si ovšem v nečinnosti, avšak i ti přispívají občas svojí přítomností v nálevně naší a tím obchod rozmnožují. Ta naše milá Sokolovna vypadá jako výstava. Co památných krásných věcí v sobě chová! Každá maličkost má svou historii, každá věc upomíná nás na pracovitost jednotlivců i celku a tvrdím, že málokterá budova honosí se může takým počtem spolupracovníků, jak u Sokolek tak i u Přiznivkyň a Manželek. Jest málo Sokolů, kteří celou naši výstavku znají, až denně do Sokolovny chodí a těm snad časem vypíšu ty všechny drahocenné předměty, jež Sokolovna naše chová, vypíšu i provedu každého Sokola a věru, že mnohý si všimati bude více věcí, které dříve malicherně se mu zdály.

Slíbil jsem sice mlčet, ale nemohu — musím s tím ven! Dostali jsme dárek \$300 a není ještě ani Ježíška! Od koho? mnozí se asi ptáti budou. Nemám to říkat, — ale ať — řeknu to! Klub Přiznivkyň a Manželek Sokolů je mály pro příhodu strýčka usehované v bance — nu a když se dozvěděly, že máme větší sumu peněz za bondy vyplatiti, vyzvedly je a nám je darovaly. Že prý nám doma dvakrát procenta přinesou. Dík, slechetné dámy! — Oceníme někdy snahu Vaši? Na zdar!

Michael Kafka.

Long Island City, N. Y., 2. října 1900. — Po slavnosti, po radosti a také po starosti! Dne 3. m. m. pořádala jednota naše slavnost odhalení spol. praporu. Byl to zase jednou den opravdu česko-sokolský. Hned z rána v 8 hodin odebrala se slavnostní četa do New Yorku do Sokolovny, kdež nás očekávali Sokolové newyorští a morrisaniští. Po deváté hodině všichni v průvodu odebrali se do Nár. budovy pro ostatní spolky, jež slíbily účastniti se průvodu. Průvod, jenž pohyboval se ulicemi ponejvíce Čechy obydlenými, byl velmi krásný; účastnily se jej: První český střel. sbor, Českoamer. střelci Svornost, T. J. Sokol z New Yorku a T. J. Sok. Svornost z Morrisanie. V čele průvodu jeli maršilové, za nimi povozy a dámy, jež zastupovaly různé spolky zdejší. Kromě toho pak přišly do parku sborové: Přiznivkyň a manželky Sokolů z New Yorku a Těl. sbor dívek a paní, též z New Yorku. Celý průvod odebral se pak do 65. ulice na zvýšenou dráhu, na převozní loď a do Long Island City, kdež očekávaly nás malé družičky v povozech, žáci čes. svob. školy, sbor bubenníků a ostatní členové naší jednoty. Po seřazení nastoupen další pochod do Schwanenburkova parku k Sok. Wokalovi, kdež účastníci průvodu pohostěni byli jednotou naší. Po občerstvení nastoupen další pochod do parku Sok. F. Tvrdíka, kde předseda slavnostního výboru Sokol Ant. Poskočil přiměřenou řečí spolky uvítal, a oznámil, že slavnost započne ve 2 hod. odpoledne.

Po druhé hodině zahájen slavnostní akt v parku, kdež na tribuně uprostřed zřízené shromáždili se předsedové a předsedkyně rozličných spolků, kmotry praporu s matkou a družičky, kolem tribuny pak seřadily se spolky v stejnozkroji a za nimi pak četné obecenstvo. Předseda sboru našeho Sok. M. Truneček přednesl pěkný slavnostní proslov, načež družičky odevzdaly prapor matce praporu, při čemž sl. M. Tvrdíkova přednesla vhodnou řeč. Následovala pak píseň: "Hoj vzhůru, pestrý Sokole", kterou velmi zdařile zapěl pěvecký odbor Sokola newyorského, který později ještě další dva sbory zazpíval. Matka praporu pi. M. Sklenková měla krátký proslov, načež kmotry (pi. M. Soukupová, předs. Těl. sboru dívek a paní v L. I. City a sl. M. Šimůnková, místopředs. Těl. sboru dívek a paní v N. Y.), jakož i předsedkyně dámských spolků přistoupily ku vázání stuh na prapor. Po té předsedové a předsedkyně odevzdali hesla, jichž bylo asi 27. Po odevzdání hesel družičky prapor ověnily, při čemž hlavní družička sl. Vinc. Strnadová přednesla delší řeč, jež líbila se všeobecně. Mezi slavností došel nás telegram od Těl. Jed. Sokol Blesk z Baltimore, začež srdečně děkujeme.

Po skončení závěrečných obřadů přešel prapor do ruky našeho předsedy, jenž odevzdal jej do rukou praporečnicka Sok. Štěpána Kostky, načež nastoupen pochod parkem k banketu, pro hosty naší jednoty.

Poslední sobotu m. m., kdy nám vždy připadá pořadové cvičení, odbyvali jsme dýchánek ku počtu přibýlých borečů, již byli na závodech v Clevelandu. Jen že při tom dýchánek mnohý ani nemohl "dýchat".

Jak víte Sokolové, že nám cvičirna shořela. Na vynajiti neb zaopatření jiné místnosti pro sbor náš zvolen výbor, jenž tento problém má rozluštit. Výbor tento bude podávati své zprávy každou schůzi, pročež jest na vás, bratři, byste schůze co nejčastěji navštěvovali a o tom nejlepším se rozhodli. Příští měsíc připadá nám navrhování sborových úředníků; neopomeňte přijít všichni! Na zdar!

Jos. V. Svoboda.

* Uctění athleta — zní článek přinešený v časopisu "Mind and Body", v němž věnuje se vzpomínka na toho, jenž po vždy zůstane v dobré paměti všech amerických amateur atletů, pokud združení toto stávati bude. Věnování vzpomínky té patří Williamu B. Curtisovi, členu New York Athletic Clubu, jehož není více mezi živými. W. B. Curtis zahynul v bouři, která překvapila jej a jeho společníka při slézání hory Washington v New Hampshire. Po kolik hodin zápasil starý však ještě statný tento atlet s rozbouranými živly přírody a zimou, než podlehl smrti. Společník jeho Allen Ormsby, též člen N. Y. A. C., rovněž zaslouží, by zaznamenán byl mezi šlechtné hrdiny lidskosti. On užil všech svých sil, nabytých pilným cvičením k tomu, by zachránil starého svého přítele, (Mr. Curtis byl přes 60 let star) leč práce, oddanost a odvaha jeho zůstaly bez výsledku. Když sám již nemohl nésti neb vléci svého milého přítele dále, tu přikryl jej větviemi zelených okolních stromů a sám se zlamanou nohou, již upevnil v hrubé desky z kusů dřev, ubíral se pro pomoc. Ve stavu takovém bral se ještě 7 mil proti bouři než padl a zahynul. Mr. W. B. Curtis nalezen byl pod větviemi, tvořícími přístřeší pro něho, tak jak přítel jeho A. Ormsby jej uložil. Zpráva o katastrofě otfásla nitrem četných jich přátel. Mr. Curtis požíval mezi athlety veliké úcty a sám dobyt mnohá přeborná vítězství. Byl jedním z nejlepších atletů, jaci v zemi této se vyvinuli a byl champion v běhu, veslování a zdvihání břemen. Byl též v literatuře atletů činným a tabulky na skoky pro zápasy, zvané "All round championship", pochází od něho. Poměry, v nichž Mr. Curtis zahynul, nelíší se v mnohých bodech od těch, jež našeho nezapomenutelného Mir. Tyrse se týkají. Oba zahynuli tam, kde osvěžení najiti doufali.

* Tělesná cvičení a hry Havaječů. (Výtah ze článku časopisu Globus od dr. Karutze z Lübecku) Jakmile počnou malí Havaječtí samostatně mysliti, tu ihned počnou u nich různé hry. Jako naše děti tak i děti Havaječtí jezdí na tyčce jako na koni, skládají malé palmové listy v kocičky a pouští je na vodu, z papíru a z kůry stromové vyrábějí figurky ptáků, krabičky, malé větrné mlýnky a j. Dívky dělají si jako všude panenky a to z kamenů, které zabalují do bananových listů. Chlapci cvičí se v metání oštěpem, v běhu, plavání a veslování a v různých hrách míčem. Střílejí šípky a metají krátkými oštěpy pomocí kličky. Na cvičišti pro běh pěstuje se hra, při níž záleží na hbitosti a síle nohou. Chlapci rozdělí se na dvě strany a postaví se proti sobě, jeden z nich běží volnou prostorem ke svým, při čemž protivníci snaží se ho chytiti a přetáhnouti na svou stranu. Hra je výtečným prostředkem ke zbystření mysli vyrůstajícího člověka a zvýšení jeho celkové obratnosti. Při hře nazvané "Hoo-lei-po-po" upevní se míč zhotovený z teletiny uprostřed tyčky dlouhé asi 2-5 m., na jejíž konci je jakási taštička. Točením hole uvede se míč v pohyb a chytá se do tašky. Jiná hra na Havaji rozšířená hraje se s peckami. Hráči sedí v kruhu asi 3-4 metry velikém, do jehož středu každý položil stejný počet pecek, a nyní se snaží jeden po druhém většími peckami pecky ve středu ležící "střeliti". Právě jako u nás kreslí děti do půdy figury rozdělené na několik polí, jež jsou označena od 1-14, z nichž poslední nazývá se nebe, a kterýmižto polí musí hráč, skákající na jedné noze, plochý kámen ku předu šinouti. Sesilování charakteru a otužování se má snad sloužiti poněkud krutá hra O le-ha, jejíž chudičká zábava spočívá v tom, že se mezi oční víčka strčí dvě dřívka, aby je udržovala otevřena. — Právě dětské hry, vymyšlené veselou myslí dětskou, v celém světě jsou rozšířeny, tedy i tam, jako skákání přes provaz, houpačka, houpání na dlouhém prknu přes podložený trám, stavění se na hlavu, metání kozelečů a skok o tyči. Starý národní zvyk čínský v

Pollynesii daleko široko rozšířený jest pouštění draka. Zhotovuje se z teletiny a jméno se mu dává podle obrazů, jež představuje, na př.: pták, hvězda, měsíc a pod. Při hře počítati s dětskými rýmy, hra na schovávanou, na slepou bábu, všechny tyto hry naši mládež bavi také mladé Havajece. Děti chytají potápky, chrousty, spokojeně počítají, kolik jich kdo chytil a pak je zase pouštějí. Dovolují-li si někdy nezpůsobný žert, že přivazují hmyz na provázek, aby viděli, či zajatec výše vyleti, nejsou ještě proto horšími než naši chlapečci. Při hrách dospělých zaujímají prvé místo tělesná cvičení a zápasy. Šermování dřevěnými meči, box a zápolení se vyskytuje zhusta. Vedle obyčejného zápasu, jenž končí mrštěním protivníka na zemi, mají tak zv. U-ma, při čemž se hráči chytí za ruce, oprou se o lokty o zem a nyní se snaží jeden druhého porazit. (Pokračování)

Něco nového. Americké dívky uznávají potřebu tělocvičny a přítomně nachází se v zemi této mnoho divčích tělocvičných spolků. Hnutí toto zasáhlo i v bohatší třídu a tak utvářily se některé spolky zvané Woman's Athletic Clubs, k nimž přináležejí dívky a dámy výhradně z rodin velkých boháčů i milionářů. Vskak boháči musí mít vždy něco zvláštního a tak ani s prostředky, jichž obyčejní smrtelníci k cvičením užívají, spokojeni nejsou. Jistá paní Rique vynášela a již po dva roky šíří učení mezi bohatými členy ženských tělocv. klubů, že pro ně hodil by se lépe tělocvik vojenský, při němž učily by se též zacházeti s puškou. Paní Rique docílila již úspěchu v oboru tom a na založení ústavu dle zásady její se již pracuje. Cvičení rozděleno má býti tak, by tvořilo skupiny, jež hodily by se zvlášť pro cvičení žen dle různého stáří a snad již co nejdříve proháňti se budou dámy z prominentních kruhů s puškou na zádech po "exerci-placech" na způsob našich "šorfičů". Onehdy zavítala p. Rique do Chicaga, kde těšila se velké pozornosti a musela přislíbiti, že osobně uváže se v organizování čet u W. A. C. — My vidíme v tom jen ženské vrtochy, které stupňují se dle toho, mnoho li peněz k provedení jich třeba.

Vyzvání.

Bratři!

Již v minulém roce jsem rozeslal po všech jednotách cirkuláře ohledně placení fondu pro příští sjezd v Milwaukee, jenž odbyván bude v roce 1903. Upozorňuji Vás na článek v hlavních stanovách N. J. S. str. 34., odst. 7., jenž nařizuje každé jednotě, že musí zaplatit za každého člena 10 ctů. po tři roky, — jak vidíte br., že fond onen se špatně schází, že zprávy jednatelek, když jednoty nezaplatily v tomto roce, jak asi to dopadne příštím rokem, neb od 1. ledna 1901 budu vybírat opět nový poplatek.

Tedy žádám následující jednoty, by se vypořádaly do 15. prosince 1900:

- T. J. S. Karel Jonáš, Abie, Neb.
- Sok. Jed. Blesk, Baltimore, Md.
- T. J. S. Brooklyn, N. Y.
- „ Hvězda Západu, Black Wolf, Kansas.
- „ Žižka, Bruno, Neb.
- „ Budivoj, Detroit, Mich.
- Sokol Cleveland, Clev., O.
- T. J. S. Čech, Clev., O.
- Čes. Záb. Sokol, Cleveland, O.
- Sokol Chicago, Chic., Ill.
- T. J. S. Jiří Poděbrad, Clarkson, Neb.
- Tyrš C. R. Sokol, Cedar Rapids, Iowa.
- T. J. Čechie, Chic., Ill.
- T. J. S. Linwood, Neb.
- „ Milligan, Neb.
- „ Plattsmonth, Neb.
- Plzeňský Sokol, Chicago.
- T. J. S. Podlipný, Detroit, Mich.
- „ Prague, Neb.
- Sok. Jed. Philadelphia, Pa.
- T. J. S. Schuyler, Neb.
- „ South Omaha, Neb.
- „ St. Louis, Mo.
- „ Tábor, Chicago, Ill.
- „ Vlast, Chicago, Ill.

Jan Černý, jednatel.

Pozdravy,

zaslané k závodům N. J. S. v Clevelandu.

Cedar Rapids, Ia., 20. srpna 1900. — Všem Sokolům v Clevelandu — hřimavé "Na zdar!"

Ino. J. Hrbek.

Prague, Neb., 19. srpna 1900. — Mnoho zdaru celým závodům Národní Jednoty Sokolské přeje —

Cvičitel'ský sbor T. J. S. v Prague.

St. Louis, Mo., 20. srpna 1900. — Tužte se bratři, národ na Vás patří. Na zdar!

K. Triska.

Cedar Rapids, Ia., 20. srpna 1900. — Přeji zdar závodům, zvláště četě cedar-rapidské. Na zdar!

J. V. Kouba.

Chicago, Ill., 20. srpna 1900. — Mnoho zdaru sokolskému sletu. Na zdar!

Ludvik Kolář,
T. Jed. Sokol Chicago.

Baltimore, Md., 20. srpna 1900. — Sokolský pozdrav všem. Myšlenky naše zalétají k břehům jezera Erie, kde Sokolové čeští dokazují před světem americkým, že národ český jest a bude první v řadách národů vzdělaných, pracujících k blahobytu a svobodě člověčenstva, — Slované a Čechů zvláště.

Sláva a Na zdar Sokolům! — Jménem S. J. Blesk,

K. A. Masopust.

New York, 20. srpna 1900. — Každý kdo cítí se býti Sokolem, vzpomíná na Vás dnes se záplem.

Ústř. výbor župy Východní.

Cedar Rapids, 20. srpna 1900. — Duchem jsme s Vámi. Na prej myšlenky sokolské!

T. J. S. Tyrš.

Cedar Rapids, Ia., 20. srpna 1900. — Tužte páže, aby snázce co Čech to Sokol byl. Na zdar!

Dr. Rudiš, Záhořík, Mach.

Chicago, 20. srpna 1900. — Všem Sokolům shromážděným v Clevelandu při závodech Nár. Jed. Sokolské, srdečný pozdrav.

Přejeme Vám všem, by závody tyto Vás osvěžily a snahu přestování tělocviku ve Vás utužily, aby vrátivše se ku sborům svým s nově nabytými zkušenostmi, pro věc sokolskou mnoho dobrého vykonati Jste mohli.

Jménem TJS Chicago, voláme Nár. Jed. Sokolské: Na zdar!
Vác. Cervenka, star.

Fr. Štengel, taj.

Pokud nám známo, došly ještě pozdravy od Sok. Dr. Karla Štulíka a J. Voborského, jichž obsahy nám schází.

Příjem a vydání N. J. S. za měsíc září 1900.

Příjem:

Září 4.	TJS Philadelphia.....	\$20.70
	Předplatné na S. A. od E. Dvořáčka z Racine..	.50
" 5.	TJS v Linwood, Neb.....	1.80
	" v Brooklyn, N. Y.....	2.00
" 9.	Za rozl. knihy tělocvičné od br. Mašina.....	.43
	Za 1 knihu tělocvičnou od br. Al. Bláhy.....	.40
" 25.	TJS ve Schuyler, Neb.....	15.40
" 30.	První splátka od br. W. Kunáška.....	30.75
		\$71.68
	Hotovost z min. měsíce.....	641.49
	Úhrnem	\$713.17

Vydání:

Září 8.	Doplatek soudci za jízdné, br. J. Pavlikovi....	\$3.00
" "	" " " br. F. Martynymu..	3.00
" "	" " " br. Fr. Bartuňkovi..	3.00
" "	" " " br. Al. Wokálovi....	3.10
" "	" za ztrátu času vrech. náč. J. Štibrovi	2.00
	Za jízdné a ztrátu času zpravodaji S. A. br. A. Hallerovi	28.50
	Doplatek za jízdné soudci br. Al. Bláho..	3.00
" 12.	Za stříbrný monogram do věnce, p. Z. Bredovi	10.00
	Pořadatel S. A. za zář. br. A. Hallerovi	20.00
" 30.	Za 3100 výt. S. Am. s přílohou 4stránkovou pro zář. 1900, poštovné i s výpravou.....	116.90
	Vyplaceno br. pokl. F. Lierem na klobouky V. Kunáškovi.....	40.00
	Úhrnem.....	\$232.50

Příjem..... \$713.17

Vydání... .. 232.50

\$480.67

Br. Kunášek má zapl. 9.25

Hotovost \$189.92 a sice fond pro př. běh cvič. 42.85

Fond pro příští sjezd v Milwaukee..... 105.20

U. S. bondy v kupní ceně..... 339.00

Hotovost skutečná..... 2.87

\$189.92

Jan Černý, jednatel.

Zápis o schůzích výkonného výboru N. J. S.

New York, 1. září 1900. — Starosta Al. Wokal zahájil v určitý čas schůzi, za přítomnosti všech zástupců.

Zápis z poslední schůze byly s opravou přijaty. Tajemník má opravit větu stran br. Štibra, na místo že obdržel ten samý plat jako zpravodaj, má být, že obdržel částku \$3.00 denně jako kterýkoliv výbor v. v. předvolaný.

Usneseno nabídnouti z kursu zbylé šermířské náčiní do prodeje a sice za \$7.

TJS New York zvolila Sok. Václ. Hamplu na místo J. Brodila, co zástupce do výk. výb. a zároveň zaslal pověřující listinu.

Br. Al. Wokal podal účet za přehlédnutí soudecovských listin a za vypracovaný výtah pro přeborníky k diplomům oprávněným.

Poštovné v obnosu \$6.36 a účet za léky při posledních závodech v obnosu 50c. odkázáno k vyplacení.

Usneseno vyplatit br. Knedlhansovi částku \$3 za vypracování diplomu pro vítěze při posledních závodech.

Usneseno dopsat T. J. New York, by nám laskavě opatřila jiné místo pro majetek v. v. N. J. S.

Návrhy, podané při posledních závodech, které byly v posledním čísle S. A. uveřejněny, odevzdány výboru na tělocvik ku prozkoumání.

Na to schůze skončena.

M. Grabenstein,
tajemník.

Vyzvání.

Ústř. výbor vých. župy v N. Y. tímto žádá brat. jednoty, které by měly nějaké přebytečné nářadí, hlavně hrazdu, bradla a koně, ku prodeji, aby laskavě to oznámily, zároveň s udáním ceny, jednatelem ústř. výb. Vých. župy.

Jos. A. Knedlhans,
420—424 East 71st St., N. Y.

Oznámení.

Kde by u sboru sokolského chtěli založiti četnu trubadů, tu naskytne se jim vhodná příležitost zakoupiti 6 dobře zachovalých trubek (Bugle) za cenu mírnou. Blíží sděli Vác. Triska, náčelník T. J. S. v St. Louisu, Mo., 1911 Geyer Ave.

Členové noví a vyloučení.

- Do sboru Sokol "Cleveland" přijati dne 16. září: Jan Chejstovský a Josef Pavlovec; navržen Jos. F. Chmel. Na zdar!
Václ. Tittl, starosta. Fr. Skala, jedn.
- Do Sok. Jed. Philadelphia přijat Emil Zeman. Na zdar!
V. Morávek, taj.
- Do Sokola Chicago přijati: Fr. Spěváček, Fr. Heida, Karel Holzman a Dr. Leo Wedeles s přest. listinou od Plz. Sokola. Odstoupili: Anton Bunda a Fr. Novotný. Na zdar!
Fr. Štengl, taj.
- Od sboru Čechie v Chicagu odstoupili následující Sokolové: Jan Mareš a Fr. Kudrna. Na zdar!
Ant. Havlík, taj.

Oprava.

V čís. 7. Sok. Amer. stala se chyba nevysvětlitelným způsobem ohledně odměny za vydržování těl školy, že byly oznámeny jednoty, které vůbec nejsou oprávněny k odměně; jsou to následující: Sok. Jed. Blesk z Baltimore, T. J. S. So. Omaha a T. J. S. Žižka v Bruno, Neb. Doufám, že dotyčné jednoty odpustí chybu onu.
Na zdar! Jan Černý, jednatel.

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

Dr. K. Štulík,
525 So. Lincoln St., Chicago, Ills.

ADRESÁŘ NÁRODNÍ JEDNOTY SOKOLSKÉ VE SPOJ. STÁTECH.

VÝKONNÝ VÝBOR NÁRODNÍ JEDNOTY SOK. V NEW YORKU:

Schůze každé 1. pondělí v měsíci v Sokolovně, 420—24 E. 71 st. Al. Wokal, starosta, 1 Skillman Ave., L. I. City, N. Y.; F. Vozáb, nám., 374 Rowson st., L. I. City; Jan Černý jed., 437 E. 71st St. Max Grabenstein tajemník, 3493—3rd Ave.; F. Lier, pokladník, 410 E. 71st St.; výbor tělocvičný: Jos. Kadlec, Jan Pavlík a Ant. Jahoda; výbor účetní: Fr. Vozáb, Fr. Hroch a Vác. Vančura. Náčelník J. Štíbr 84 McBride st., Cleveland, O., podnáč. Ferd. Engelthaler, Cedar Rapids, Ia., a Ant. Haller, Chicago, Ills.

Župa Východní, sídlo v New Yorku.

Ústř. výb.: st. Vác. Hampl, náměstek Al. Bláha, jed. J. A. Kneidlans 420—424 E. 71st St., N. Y., pokl. K. Řehoř, náč. Fr. Bartoněk 318 E. 71st St., podnáčelníci I. Václav Křížek, II. J. Uher, fin. výbor Al. Bláha, V. Křížek. — Schůze každou 1. sobotu v měsíci v 8 hodin večer, v Sokolovně 420—424 E. 71. ul.

SOK. JED. BLESK Baltimore; (schůze 3. pátek u br. Jos. Klečky 1513 Ashland Ave.), Sylv. Stiegler, dop., 1006 N. Castle St.

T. J. S. BOHEMIA, Bohemia, L. I., N. Y., (posl. sobotu) jedn. Fr. Huml.

T. J. SOKOL Brooklyn, N. Y., (3. pondělí), taj. Fr. Hroch 457 Rodney st.

SOKOL CLEVELAND, (3. neděle v Sokolovně, roh Central ave. a Plymouth st.), taj. Frank Skala, 158 Croton St.

SOKOL ČECH, Cleveland, O.; (2. neděle v Sokolovně, čís. 6 Wendal ave.), taj. Fr. Vondrášek, 111 Petrie st.

SOKOL ČESKO ZABAVNÍ, Clev. O., (schůze 1. pátek v Sokolské síni) Frank Cais, 562 Dennison Ave.

T. J. S. BUDIVOJ, Detroit, Mich., (první pondělí v Sokolovně, roh Erskine a St. Antoine sts.) Al. Urbanetz, 58 Brewster st.

T. J. S. PODLIPNÝ, Detroit, Mich.; (druhý pátek v Sokolovně, roh Tillman a Ash ul.), taj. Boh. Masák, 15 Nall Ave., účetní Jos. Vimer 176 Rollins st.

T. J. SOKOL, East Islip, L. I., N. Y., (2. sobotu v Sokolovně), taj. Jan Kroupa, Box 211.

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

T. J. S. FUEGNER, L. I. City, N. Y., (2. sobotu u Wokala, 1 Skillman ave.) taj., M. Beneš, 199 William st., Dutchkills, L. I.

T. J. SOKOL Newark, N. J., (druhé pondělí, roh 9. ul. a 15. ave.) Vác. Krásný, 473 Belmont ave.

S. J. SVORNOST, Morrisania N. Y., (1. neděle) taj. Jan Duda 777 Melrose ave.

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. PHILADELPHIA, Pa., (4. neděle v měs., v Sokolovně, roh Orianna a Girard Ave.) taj. V. Morávek, S. W. Corner Front & Master Sts.

T. J. SOKOL Schenectady, N. Y., schůze 1. a 3. pondělí v místn. A. Řihy, Bohemia House, Ellis st., M. Pl. — Taj. Aug. Sokol, P. O. B. 466.

T. J. SOKOL Westfield, Mass.; (1. a 3. čtvrtek v Sokolovně, 118 & 120 Meadow st.), taj. Josef Červený 79 Meadow st.

Župa Střední, sídlo v Chicagu, Ill.

Noví úředníci župní na 1900: Náč. A. Haller, 818 So. Ashland Ave., podnáčelníci Jos. Pokorný a Fr. Holub; taj. Jos. Šlauf 1528 S 41st Ave.; pokl. Vác. Vonásek.

PLZ. SOK. Chic.; (2. a 4. čtvrtek), taj. Vil. Kroužilka, 150 W 12 st. SOKOL CHICAGO, Chic., (1. a 3. středu v Sokolovně, 1118 Kedzie ave.), taj. F. Štengl, 1060 So. Kedzie Ave.

TĚL. J. ČECHIE Chicago; (1. a 3. pondělí v síni "Čechie" 32—34 Emma St.), taj. Anton Havlík 525 Evergreen Ave.

T. J. S. TABOR, Chicago, Ill., (1. a 3. čtvrtek u T. Andrie 1333—35 So. 40th Court), taj. V. Bartoš, 1411 So. 42 Ave.

T. J. S. VLASTÍ, Chicago, Ill., (3. neděle v č. 3000 Union ave., roh 30. ul.), taj. Vác. Vránek 692 Jefferson st.

ČES. AM. SOKOL Manitowoc, Wis.; (2. středu v síni Slovanské Lipy), Jan Hrubý 1123 So. 11th St.

TĚL. J. SOKOL, Milwaukee, Wis.; (2. a 4. čtvrtek v Čes. Am. Síni) Ant. Šabart, 1312 Vine St.

T. J. SOKOL St. Louis, Mo.; (2. a 4. pondělí v Sokolovně, roh 9. ul. a Allen Ave.), taj. Dvořák Jan 915 Allen 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 Boh. W. Bartoš, 1418 Rear Popleton Ave., John Mathauser, Václav Kunc a J. R. Fiala.

T. J. S. KAREL JONAŠ, Abie, Neb., (1. neděle) Fr. Marušák, taj. TJS. HVĚZDA ZAPADU, Black Wolf, Kansas, (1. neděle), taj. Bed. Doleček.

T. J. SOKOL ŽIŽKA, Bruno, Neb.; (1. neděle), taj. Vác. Blatný.

TYRŠ O. R. SOK., Cedar Rapids, Ia.; (1. neděle v Sokolovně, 7th ave., bet. 2nd & 3rd st.), taj. F. Filip, 1022 S 2nd St., W.

T. J. S. JIŘÍ PODEBRAD, Clarkson, Neb., taj. J. D. Koza.

T. J. SOKOL, Crete, Neb., (2. neděle ve své síni), taj. Mat. Kuncel.

T. J. S. KOMENSKÝ, Humboldt, Neb., taj. B. Ninger.

T. J. SOKOL, Linwood, Neb., (1. neděle), taj. Frank Dočekal.

T. J. S. Milligan, Neb., (2. neděle v Central Hall bratři Jichů), Fr. Hrdý, jed.

T. J. SOKOL Omaha; (2. čtvrtek), taj. Jan Janák, 509 So. 12th St.

T. J. S. Plattsmouth, Neb., (2. pondělí) taj. Jos. J. Nejedlý.

T. J. SOKOL, Prague, Neb., (2. pondělí), Tom. Vlasák, zap.

T. J. SOKOL, Schuyler, Neb., (3. pondělí), taj. V. Sudík.

T. J. SOKOL, So. Omaha, Neb. (1. pon.) taj. F. Benák, 18th & Nst.

T. J. S. KAREL JONAŠ, Wilson, Kansas; (2. a 4. neděle), jed. J. W. Somer.

„Sokol Americký“, časopis Sokolstva čes.-amerie. 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. Jan Černý, jednatel výb. N. J. S., 437 E. 71st St., New York.

Všecké dopisy pro „SOKOLA AMERICKÉHO“ buďtež zasílány pořadateli.

Nové knihy.

Na skladě u výkonného výboru
Nár. Jed. Sokolské:

1. Tyrš Mir., Dr.: Zakladové tělo-
eviku.....\$1.00
2. Kožíšek Fr.: Cvičební večery na
koně na šíř......10
3. Jindř. Fügner: Životopis......10
4. Vaníček Karel: Sokolstvo, jeho
směr a cíl.—Komenský Jan Amos
a jeho snahy tělocvičné. Obě za... .03
5. Scheiner, Jos. E. Dr.: Tělesná
cvičení ve starém věku......65
6. Kožíšek Fr.: Cvičební večery na
hrazdě......45
7. „ 100 příkladů cvičení
prostných......12
8. Hron Karel: O cvičební soustavě......20
9. Mendík Jan: Pověly ku podrob-
nému procvičení poř. cvičení......05
10. Scheiner, Jos. E. Dr.: Úvahy a
řeči Dra. Mir. Tyrše.
— Povšechné úvahy o věci Sokol-
ské, I. 1......25
11. Povšechné úvahy o věci Sok., I. 2.
pro školy a spolky......32
12. Klenka Jos.: Tělocvičné hry pro
pro školy; I. Bez nařadí......15
13. Klenka Jos.: Těl. hry pro školy;
II. S nařadím......25
14. Hanušová Kl.: Dětský tělocvik......20
15. „ „ Hry míčem pro
veselou mládež......15
16. Horálek Fr.: Pérem Sokolím, se-
šit 1—4......20
17. Horálek Fr.: Na přední stráž......05
18. Pexa Vacl.: Cvičební večery na
bradlech......18
19. III. slet všesokolský v Praze......30
20. Tyrš Mir. Dr. stručný nástin živo-
ta a působení jeho......10
21. Veselý J. Z.: Těl. pro školy nižší
a střední......20
22. Klenka Jos.: Cvičební večery na
kruzích......10
23. Kurz Vilém: Úvod do Těl. školské-
ho......32
24. Vaníček Kar.: Sokolské epištoly
od 1. do 4. sešitu, jeden výtisk......02
25. Ploc Kar.: Návod o prvé pomoci
při úrazech a nehodách......25
26. Dlouhý Fr.: Tělověda a zdravotv-
da......50

**Knihy tyto, pokud zásoba
stačí, zasílá vyplacené jednatel vý-
konného výboru tomu, kdo při ob-
jednání pošle výše udanou částku
buď ve známkách, nebo poukázkou
poštovní.**

JAN ČERNÝ,

437 E. 71st St.,
New York City.

“SOKOL”,

časopis věnovaný zájmům tělocvičným, za-
ložený r. 1871. Drem. Mir. Tyršem vy-
chází redakci Dra. Jos. E. Scheinera
jednou za měsíc o 3—4 arších a přináší
poučné články o tělocviku, organizaci
spolkové, články technické z pera před-
ních pracovníků sokolských. Dále pří-
náší zprávy o tělocviku ze zemí slovan-
ských i ciziny, feuilleton, různé zprávy
a pod.

Předplatné na rok do Ameriky obnáší \$1.10.

Adresa: “Sokol”, Praha,
Václavské náměstí číslo 70.

Všichni Sokolové

měli by znáti:

Úvahy a řeči Dra. Mirosla-
va Tyrše. Pořádá Dr. Jos. E.
Scheiner.

I. Povšechné úvahy o věci so-
kolské. — Díl první 25c. Díl dru-
hý 25c.

Objednávejte buď u svých sbo-
rů neb u jednatele výkonného vý-
boru N. J. S.

Naším cvičitelům!

Cvičební večery na koni na
šíř. Sestavil František Kožíšek.
Cena 10c.

Objednávejte buď u svých sbo-
rů nebo u jednatele výkonného
výboru N. J. S.

Praktická pomůcka!

Pověly ku podrobnému pro-
cvičení pořadových cviče-
ní. Sestavil Jan Mendík, spol.
cvičitel N. J. S. Cena 5c.

Objednávejte buď u svých sbo-
rů nebo u jednatele výkonného
výboru N. J. S.

Naše evangelium!

Sokolstvo, jeho směr a cíl.
Úvahy Karla Vaníčka. Cena 2c.

Objednávejte buď u svých sbo-
rů nebo u jednatele výkonného
výboru N. J. S.

LÉKEM



pro chorobné a slabé
a blahodárným ná-
pojem pro zdravé
jsou.....

pravá

přírodní

vína

z našich

vlastních

vinic

Naše vinné

BRANDY

jsou výborným
domácím

lékem.

Žádejte naše
zboží od Vašich
obchodníků a
nemají-li je na
skladě, pište
nám o ceník a
další
podrobnosti.

v Sonoma

County,

California.

F. Korbelt & Bros.,

684-6 W. 12th St.,

Chicago, Ills.

FR. KUBOVETZ

chová na skladě

nejlepší obuv

pro pány, dámy a

dětky.

Ma výtečné

uniové

Douglas boty.

1409

Ave. A,

roh 75. ul.

New York.



Kde najdem to pravé?

V PLZENSKÉ PIVNICI

v čísle 1616 Broadway,

CLEVELAND, O.,

jest pravé z měšťanského pivovaru z Plzně
a výborný ležák z Plzeňského pivovaru
v Clevelandu, jakož i všechno občer-
stvení a doutníky nejlepší jakosti. —
— Elektrické osvětlení a větrník pro
ochlazení. V příze se poroučí

F. J. Truneček.

JAN ČEPEK

pozemkový, na oheň a

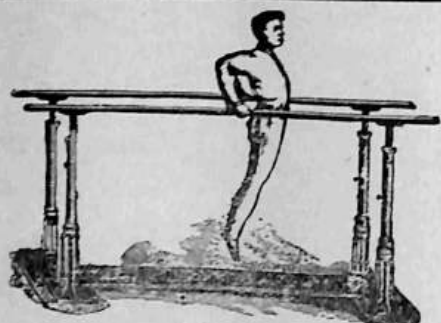
→* život ←*

pojišťující jednatel,

ÚŘADOVNÝ:

318 E. 73. ul., N. Y. a 367 Woolsey Av. L. I. C.

Chicagský oznamovatel.



JOHN GLOY,
MANUFACTURER OF ALL KINDS OF
GYMNASTIC APPARATUS.

OFFICE,
27 Johnson St., Chicago, Ill.

(Cenníky s vyobrazením náčiní zasílám na požádání zdarma.)

KAREL PITTE
603 Blue Isl. Av., Chic.

Má hojně zásobený sklad

VÝBORNE OBUVI

pro pány i dámy.

Cvičební střevice všech druhů pro Sok. za ceny levné.

Červená, modrá — ne, ale
CYRIL FIALA,
obslouží Vás

nejlepším domácím a importovaným pravým plzeňským.
Chutným lunčem a vším, čeho jest k blahu tělesnému zapotřebí.

Navštivte jej!

613 W. 18. ul. - Chicago.

Oznamujte
v "Sokole Americkém".
Blíže sdělí F. Lier,
410 E. 71st St.,
New York.

František Randák,
ARCHITEKT.

Úřadovna: 95 Washington ul.,

Pokoj č. 63-64, Chicago.

Tyž zhotoví na přání i plány pro venkov. Stavbám
tělocvičen a veřejných budov věnuje se zvláště

pozornost.

Dr. Karel Štulík
LÉKAŘ

RANHOJIČ,

525 SO. LINCOLN ST.

Může býti zavolán z kterékolí lékárny v Chicagu:

— Telefon: West 1092. —

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

VÁCLAV B. DIBELKA,
ARCHITEKT.

Učitel kresby na Vyšší škole.

Úřadovna, 1315 záp. 16. ul.

blíže California Ave.,

Chicago, Ill.

JOHN J. DVOŘÁK & SPOL. Sokolské stejnokroje!
Sokolský kroj cvičební!
oděvní a zakázkoví krejčí,
598-600 BLUE ISLAND AVE.

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

„SOKOL AMERICKÝ“, orgán Národní Jednoty Sokolské ve Spojených Státech Severní Ameriky, vychází 15. každého měsíce redakcí Dra. Karla Štulíka v Chicagu, 525 So. Lincoln St. — Předplatné do Čech 1 zl. 50 kr. přijímá výpravčí Fr. Lier, 410 E. 71st St., New York City, N. Y.



Kdo z Evropy zasílá předplatné mezinárodní poštovní poukázkou, sděl to také ihned výpravčímu. Z poukázky není vidno, kdo jest zasílatelem, a to působí obtíže jak při výpravě tak i při vybírání peněz na poště zdejší.

V New Yorku, v květnu 1897.

Nár. Jed. Sok. ve Spoj. Státech Sev. Am., vydavatel „Sok. Am.“

ATLAS BREWING CO.,
dříve Česká Pivovarnická Spol. v Chicagu
684 - 706 BLUE ISLAND AVE