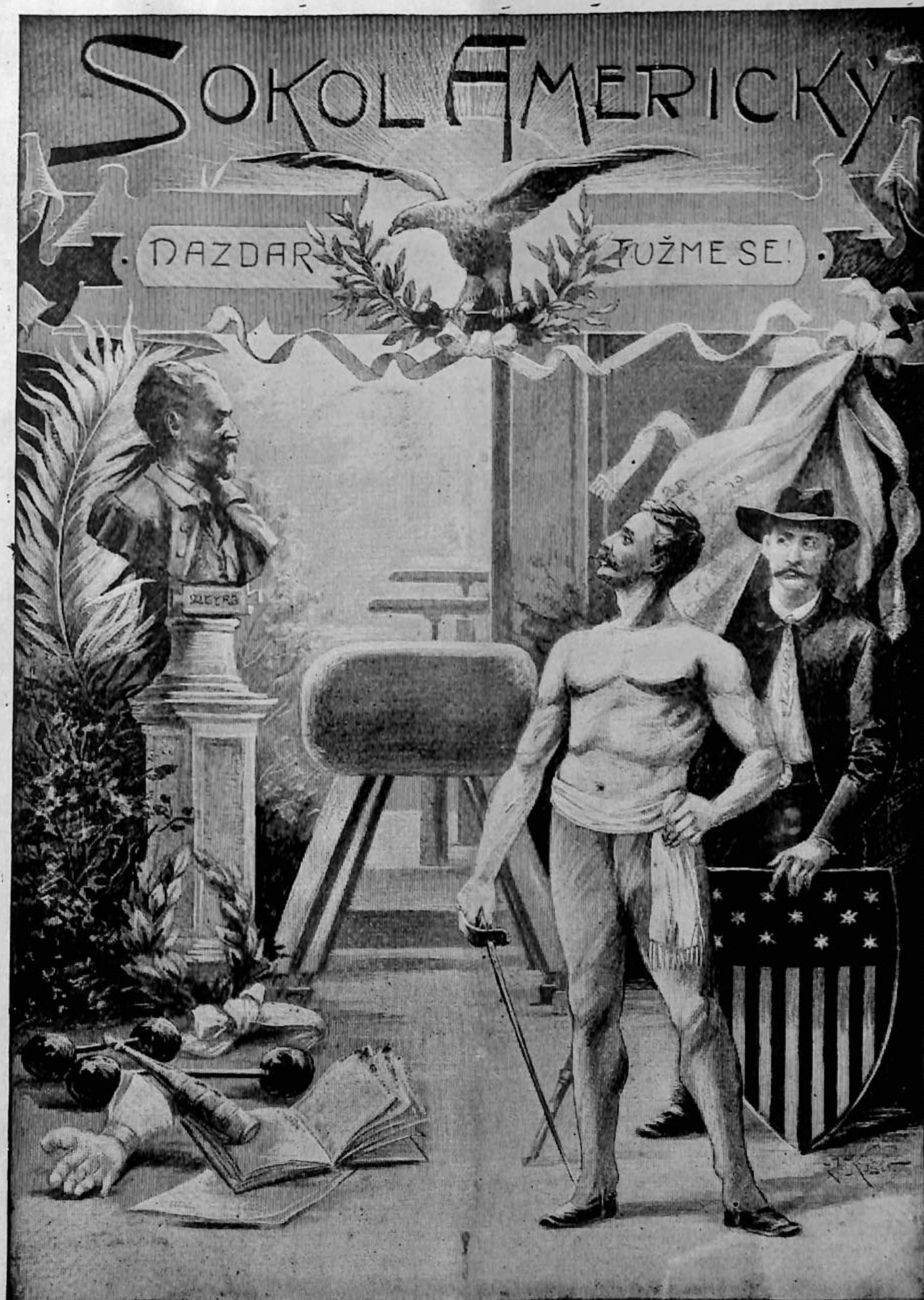




Toto místo jest vyhraženo pro známého
R. HURTA,
KREJČÍHO A KLOBOUČNÍKA,
 — jenž vlastní největší sklad —

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

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

Doktor
E. VEJVODA,

ZUBNÍ LÉKAŘ,

v čísle 334 v. 72. ulice,
 New York.

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.

Oznamujte
 V SOKOLE AMERICKÉM.

Bližší sdělí F. Lier,
 410 E. 71st St.,
 New York.

.....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!

su výpravčímu Sokola Amerického,

Jakmile se přestěhujete, oznamte
 laskavě ihned novou svou adre-

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

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.

Dodavatel 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: Pověly 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 jednatel výk. výb. tomu, kdo při
 objednání pošle výše udanou částku buď ve
 známkách, nebo poukázkou poštovní.

Jan Černý, 437 E. 71st St., N. Y.

SOKOL AMERICKÝ.

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

Ročník XXIII.

NEW YORK, 15. ÚNORA 1901.

Číslo 2.

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

ORGÁN NÁR. JED. SOKOLSKÉ.

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

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

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

O B S A H.

Tělesná cvičení ve škole a doma.—Ještě něco o tom dělení. —Příklady šermu bodmo. —Fysiologie tělesných cvičení. —Ze župy Východní. —Zpráva náčelníka župy Vých. za 4. čtvrtl. 1900. —Dopisy: Z Abie, Bohemie, Milwaukee, Brooklyn, Philadelphie a St. Louisu. —Výr. zpráva ústř. výb. ze župy Západní za r. 1900. —Zápisy o schůzích v. v. N. J. S. —Fin. zprávy jed. N. J. S. a různá oznámení.

Tělesná cvičení ve škole a doma.

Že tělesná výchova má velikou důležitost i že jest potřebnou, to myslím uznává každý, kdo se o výchovu zajímá. Vychovati znamená vyvinouti tělesně, duševně a mravně. Zdravý stav těla jest podmínkou zdravého stavu mysli.

J. J. Rousseau praví: "Chceme-li působiti na rozum žáka, musíme především působiti na jeho síly a tyto řídit. Cvičme jeho tělo, učiníme je zdravé a silné, abychom schopni byli učiniti jej moudrým a rozumným; ať jest především mužem v duchu živočišném, i stane se jím také svým rozumem."

Mysl a tělo jsou spolu pevně spojeny či spoleny a my nemůžeme vyvinouti jedno na útraty druhého, aniž bychom za to byli dříve neb později potrestáni. Na tělo, jak dobře víme, může mysl míti vliv veliký. Tato okolnost, tuším, poskytuje základ pro působení tak zvaných "faith healers" a "Christian Scientists."

Zajisté že každý lékař měl někdy nemocného, jehož pozdravení se bylo velmi rychleno tou okolností, že měl v něho a jeho léky plnou důvěru. A rovněž jsou i případy, v nichž uzdravení se jest umožněno jedině silnou vůlí a odhodlaností nemocného.

Zábavná příhoda stala se mi kdys při návštěvě jedné nemocné. Když vyňal jsem jí teploměr z úst, (jejž jsem jí byl na chvíli do úst vložil, abych změřil její teplotu) tu pravila: "Doktore, ten instrument mi udělal mnohem lépe."

Že stav mysli může míti vliv na tělo a může způsobiti náchylnost k nemoci, jest pravdou.

Jest málo lidí tělesně slabých, kteří by často více neb méně nechuravěli jen následkem přímého vlivu jich mysli, soužící se pro tělesnou nedostatečnost.

Au i silný muž může býti učiněn churavým na čas vlivem mysli, jestliže popud k tomu jest dosti silným. Pripomínám si případ, jenž udál se před několika lety, v němž jednalo se o silného, zdravého muže, jenž přítomně jest cvičitelem známého athletického klubu v Kalifornii. Ten kdys při cvičení byv pozdraven známým, byl jím upozorněn, že "nevypadá dobře". Načež on odpověděl, že necítí se nikdy lépe v celém svém životě. Když za chvíli jiný přítel opět mu řekl, že nevypadá dobře a že musí mu něco chyběti, tu již připustil, že není mu dobře a brzy potom opustil cvičení, citě se churavým.

Známy jsou případy, že lidé zemřeli strachy. Tak ku př. zemřel strachy muž, jenž položen byl se zavázanýma očima na stůl a bodnut málo špendlíkem, načež nápodobeno slabým proudem stékající vody jako by krvácel, i řečeno mu, že vykrváčí úplně.

Mysl a tělo nemohou se rozlučovati při vychování.

Souchotinářský Hercules. Tak ku př. cestoval před nedávnem se společností akrobat, jenž denně desetkrát vystupoval a při každém výstupu vzpíral těžká břemena, která obyčejný člověk nebyl s to pozvednouti a mimo to musil zápasiti se silnými protivníky, jež musil přemoci. Tato práce byla příliš těžká a téměř ustavičná, tak že neměl času k odpočinku a k tomu jeho strava byla jen tehdy dobrá a dostatečná, když příjem společnosti byl značnější. Následkem takového způsobu života akrobat onen počal hubeněti i stížen byl plicními souchotinami, však až do své smrti touto nemocí, podržel svou svalovou sílu, tak že byl schopen ona těžká břemena vzpírati.

Srdeční nemoc u athletů. Příčina této dle mého domnění jest ta, že neustávají ve cvičení ("train down") tak svědomitě, jako se cvičením počali ("train up"). Vezměte ku př. některého rohovníka, jenž trainuje se až k dokonalosti než podstoupí zápas, po němž pak třeba ihned oddá se různým výstřednostem. Srdece, jež vyvinulo se při trainování, jest nyní příliš veliké a mocné a nadbytečný sval jeho propadá takové zvrhlosti. Jestliže taková nerozumná metoda trainování opakuje se několikrát, tu srdce beze vší pochybnosti zeslábne a postupně počíná se rozšiřovati. Brzy pak shledáme srdce takové skutečně nemocným.

Staré a často citované latinské rčení "Mens sana in corpore sano" jest tak pravdivým dnes, jako bylo za starých časů. Mnozí lidé stále pletou slova zdravý a silný se schopností provésti nějaký silácký výkon, domnívajíce se, že muž, jenž jest s to zvedati těžká břemena, jest nezbytně mužem silným. Taková představa jest ovšem

chybnou. Zdravým neb silným jest ten, v jehož těle každý orgán pravidelně (normálně) práci svou vykonává. Jest dosti takových případů, že lidé byli schopni těžké břemeno zdvihnouti neb prováděti jiné silácké výkony, vyžadující značné síly jistých skupin svalů a přece zemřeli na souchotiny plicní, neb nemoc srdeční (viz "Souhotinářský Hercules" nebo "Srdeční nemoc u athletů"). Úkaz ten, doufám, že souhlasíte se mnou, není způsoben cvičením, ale spíše jeho zneužitím, možno snad nepořádnými zvyky osobními. A jistě že žádný inteligentní muž nebude upíratí prospěšnost cvičení v tělocvičnách proto, že ten neb onen vyhlášený athlet neb rohovník zemřel na souchotiny neb na srdeční vadu, právě tak jako nebude nikdo upíratí prospěšnost potravvy proto, že ten neb onen onemocněl když se buď přejedl neb jedl příliš málo.

Naše tělo bylo často přirovnáváno k řetězu, "jenž není silnějším než jeho nejslabší článek". Je-li řetěz příliš napjat, tu praskne; kde — ve své nejsilnější části? Nikoli; ve svém nejslabším článku. A právě tak jest i s tělem. Námaha, již tělo bývá podrobena, působí na toto co celek, však nejslabší jeho část při tom trpí.

Co potřebujeme jest zdravá methoda vychovávací, taková, jež uznává náležitý poměr mezi duševním a tělesným vývinem. Právě vychování má býti souměrné, aby každé z obou částí dostalo se vývinu, jakého zasluhuje.

Vhodně se říká: Poměrně malý a špatně spracovaný parastroj vykoná více práce, pracuje-li za vysokého napnutí, než jiný větší a dobře spracovaný při nízkém napnutí. Jak pošetilé jest tedy při pečlivém vypravení parastroje tak poškoditi kotel, že nemůže vyvinovati páru!

Výchova jest trojstranná: tělesná, duševní a mravní. Aby vývin byl souměrný, musíme vyvinouti každou z těch tří stránek naší přirozenosti. Školní rady a zvláště ony ve velikých městech určují předměty vyučovací více a více, jsouce vedeny tou ideí "co se hodí pro život"; však dříve než bude možno rozumnou osnovu ustanoviti, musíme určití skutečnou hodnotu každé z oněch tří stránek naší přirozenosti. Ačkoli v přítomné době mnoho se koná k zdokonalení lidského plemena, bude to ještě mnoho let trvati než tělesnému cvičení bude vykázáno místo, kterého si zasluhuje.

Blahobyť tělesný člověka má tu největší důležitost. Nemáme-li zdraví, tu jsme velmi zdržováni v různých záležitostech životních, v obchodu i jinde, ba v mnohých případech jest život břemenem nejen nám, ale i našim přátelům. Herbert Spencer praví: "Vychovávejte tak vysoko jak možno, čím výše tím lépe, pod tou výminkou však, že tělo tím netrpí"; a dále praví, že lidé počínají nahlížeti, že první podmínkou pro úspěch v životě jest, býti dobrým živočichem. Ten nejlepší mozek jest k malému užitku, není-li dosti energie, by puzen byl pracovati. A poněvač pevné zdraví a je provázející jarý duch jsou důležitějšími prvky štěstí, než kterákoli jiná věc, tu učení, jak si je zachovati, nezadá si před žádným jiným.

(Pokračování.)

Závody v házené do koše.

Často slyšeti bylo stížnosti na hříšný klid, v němž hověly sobě mnohé sbory naše a marně hledali mnozí prostředky různé, pomocí nichž vyburcovati cvičence naše ze spánku spravedlivého, se namáhali. Často již činěny poznámky, že není prostředku, nímž život čilejší mezi cvičenci našimi by se vyvolal a ejhle — prostředek takový mimovolně sám ve střed náš cestu si proklestil a takřka bez vědomí našeho vykonal to, na čem ne jeden dobrý bratr po leta bez výsledku pracoval. Stížnosti na nečinnost našich cvičenců rojily se jak houby po dešti a zvláště úrodná půda pro ně zdálo se býti Chicago. Než dnes zdá se, že i zde začíná býti život čilejší v telocvičnách našich, život, jehož původ nevzešel z umělostek, nýbrž z cvičení nejpůvodnějších, to jest — ze hry.

Jak již dříve jsme se zmínili, uspořádal ústřední výbor župy Střední zápasy ve hře házené do koše. Účinky toho jsou dnes již znatelné a úspěchy další závisí pouze na rozumném a obezřetném řízení her těch, jakož i od důmyslu cvičitelů našich, jimž třeba na paměť uvéstí, že hry závodní, pokud prosty jsou nebezpečí snadného úrazu, jsou velmi dobré a k pěstování jich milérádi každého nabádáme, než zároveň i upozorňujem, že pouze co doplňku cvičení našich užívati jich máme. Hry mají pro dítky cenu velikou a i pro dospělé hry mnohé, ovšem že povahou svou více závodní znamenitě se hodí a neměli bychom jich z rozvrhů našich vylučovati. Věnujme jim jistou část času našeho, jakož i pozornost naši a užívati budeme-li jich s mírou, pak jistě pěstování jich nemálo nám prospěje.

Než pamatujme, že všeho moc škodí a i v případě tomto nutno znáti hranice, jichž překročení mohlo by státi se nám osudným. Proto nechť pohlíží každý cvičitel na hry jako jest házená do koše, co na prostředek k dosažení rozmanitosti v cvičeních námi užívaných, co na pomůcku, pomocí níž hlavně mladší cvičence (jimž hra tato se nemálo zamlouvá) i k jiné tělocvičné práci snadno získati můžeme a tím hlavního účele svého dosáhneme. Z přemrštěného pěstění hry, třebas i té nejlepší, stává se sport a tím zabývati se mnoho nikomu neradíme.

Promluvíme si však nyní o hře házené do koše samotné.

Hra tato sama o sobě ne stará, přišla teprv as před dvěma roky v širší známost mezi námi. Na mnohých místech přijmuta byla co novinka, však tak rychle jak zavedena byla, přišla opět v zapomenutí. Nelíbila se. Příčiny zaniknutí jejího ovšem hledati musíme jinde a původ svůj mají spíše v nepochopení neb chybném cvičení ji se strany cvičitele.

My sami nebyli nad míru nadchnuti pro hru tuto a dozráváme dnes rádi, že bylo tomu tak pouze proto, že neviděli jsme sehráti hru tu o zápas tak, by podala nám opravdový obraz vlastností a umění v ní skrytých. Ovšem těžko žádati, by něco hned ve svém prvopočátku bylo dokonalé a tak i tomu v případě tomto.

Sledujme hry, jak provedeny o závod mezi četami sborů chicagských a poznáme snad rozdíl mezi spůsoby jich provádění.

První zápas, jehož byli jsme svědkem, neposkytoval obraz zápasu ve hře. To časté znázorňování plavání na podlaze místo ve vodě, nelichotilo krasocitu a to metání kozelců zdálo se mnohemu, že patří spíše do cirkusu, než k provádění při hře veřejné.

Tenkráté povážlivě pohlíželi jsme na podobné provádění her a mnoho jiných bylo s námi toho náhledu, že než hry takové, lépe bude když nebude žádných. Však zkoušet a opravovat ať již cokoliv, jest vždy prospěšné. Tak stalo se i tuto.

Po přísném zakročení bratří rozhodujících v pořádání her, znatelný byl pokrok veliký při hře druhé a tu již počínala nás hra ta opravdu zajímat. Zdá se, že svědomitější příprava a lepší pochopení hry největší zásluhu měly o pokrok, jaký jsme tu viděli.

Třetí zápas ve hře házené do koše získal nás úplně pro hru tuto. Praxe dělá mistra a zápas čet Sokola Chicago a Plz. Sokola, byl již dílem opravdu mistrovským. Zápas tento podal pěknou ukázkou závozu v rychlosti a hbitosti, výkony z mnohé chvíle průběhem zápasu nás v očekávání překonaly. Zde podán byl též i důkaz, že ta největší rychlost není překážkou uhlazenosti a že házená do koše hrát se může beze všeho strkání, vrážení a skákání jednoho hráče na druhého, což hru samou jenom znemravňuje. Kázeň mezi hráči přišla tu též k úplné platnosti, což jistě úkaz pozoruhodný. Spůsob hry jakož i chování se hráčů uspokojilo nás úplně a jsme dnes přesvědčeni, že ve hře této lépe si cvičenci naši počínají, než ty nejvyhlášenější čtyři amer. atletických klubů, s nimiž tisk americký mnoho hluku a humbuku nadělá.

Byli jsme svědky zápasu pověstné čtyři z Yale a čtyři Y. M. C. A. z Ravenswood. Přiznáváme se, že šli jsme domů s pocitem sklamaní. To, co sehrály tyto dvě čtyři, nezdálo se podobno hře házené do koše. Nám připadalo to spíše jako nějaký "improved foot ball" a neradili bychom k provozování her podobných. Sportovním Amerikánům, jimž mravní podklad u her věcí vedlejší, se to ovšem líbilo. Na ty zkušené a dobré "empires" také nemohou býti příliš hrdí. Bratři naši při souzení dokázali, že vlastní větší porci poctivosti a nestrannosti, jakož i znalosti pravidel hry samé, a bylo by úplně zbytečné, by k nim pro poučení jsme se obraceli.

Celkem vzato ujala se hra házené do koše u nás dobře a přivedena byla též v pravé koleje. Sbory chicagské, u nichž pěstění této hry se ujal, nebudou toho jistě litovati. Máme přítomně důkaz toho, že hra ta mezi sbory čilejší ruch vyvolala. Přáli bychom si, by vzájemné styky cvičenců na dále potrvály a dobrá shoda mezi nimi dále se utvrzovala.

Házená do koše jakožto hra poskytuje pohybů tolik, že nemožno je hrou jinou nahraditi. Není pak jen pouhou hrou prostředkující pohyb těla, ale v ní obsažena i velká dávka cvičení pro ducha, jehož bystrost a rozhodnost hraje zde velkou úlohu a v tom právě obsažena velká cena její, již v měsících zimních, kdy pouze na uzavřené tělocvičny odkázání jsme, plně využitkovati můžeme.

Rozvrh her, jenž přijmut byl ku vystřídání setkání se všech čet jest praktický, ač zdá se nám, že trochu

dlouhý. Jsme toho náhledu, že menší počet her též by postačil. Pamatujme, že přípravy pro příští závody župní měly by již býti v proudu a neradi bychom viděli, by snad příliš horlivá snaha k vyniknutí v zápasech těchto na újmu byla závodům župním.

Podávám tuto ještě výsledek závodů v házené do koše, jenž jest ze tří her následovní:

	Vyhrál	Prohrál
Plzeňský Sokol.....	3	0
Sokol Chicago.....	2	1
Sokol Čechie.....	1	2
Sokol Tábor	0	3

Ještě něco o tom dělení.

Záležitosti spadající do návrhů podaných výk. výb. sborům našim k odhlasování, jsou již bezpochyby dnes vyřízeny a nenapadá mně tudíž ani v tom nejmenším, bych někoho nabádal k tomu, jak ku kterému z návrhů zachovati se má — přišel bych s tím již pozdě. Pohlédl bych o otázkách těch již úplně, leč leccos potřebuje vysvětlení.

Kdo pilně čte časopis náš, tomu známo též, že oproti některým návrhům zaujal jsem stanovisko záporné. Osud tomu chtěl, že v čase, kdy různé ty návrhy se vyskytly, byl jsem za nepřítomnosti br. Dr. K. Štulíka samostatným pořadatelem listu našeho.

Snad jako každý jiný, i já považoval to za svou povinnost, bych o běžných důležitých otázkách podával zprávy i náhledy svoje a činil jsem tak s tím nejlepším úmyslem, pokud moje skromné schopnosti mně k tomu stačily. Dnes ovšem, kdy nacházím se k listu našemu v takovém poměru jako každý jiný člen N. J. S., nerad bych viděl, by nynější pořadatel zodpovídati se měl z toho, co já napsal. Rád přijímám zodpovědnost tu sám na sebe a bude-li kdy potřeba něco vysvětliti, rád tak učiním.

Když psal jsem pro neb proti některým z různých těch návrhů na opravu stanov podaných, tu měl jsem za to, že návrhy ty týkají se zájmů všech Sokolů a poněvač některé z nich měly přivoditi "radikální" změnu nejen v závodech, ale i v cvičebních rozvrzích našich, tu měl jsem za to, že nikterak uškoditi nám nemůže, pojedná-li se věcně o návrzích těch v listu našem a napsal jsem doslovně: 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 neškodí, ta naopak jen prospěti nám může a bylo by záhodno, by co možná největší počet bratří na úvahách těch podílu brali a o ně se též zajímali.

Jako cvičitel domníval jsem se též, že mám trochu práva náhled svůj o záležitostech těch pronést, což jsem též učinil v naději, že vyvolám tím věcnou polemiku, která v mnohém případě prospěšnou nám bude. Leč klamal jsem sebe samého. Při hříšné lhostejnosti, již u nás možno v posledním čase pozorovati i v otázkách důležitých, nedosáhl jsem toho, čeho jsem si přál. Či domnívají se bratři mnozí ještě dnes, že pronešení nesou-

hlasu v otázce nějaké jest skutek nebratrský či nesokol-
ský? Já jsem toho náhledu, že na pronášení úsudků o
běžných záležitostech našich nikdo nevlastní monopol a
že k řešení otázek důležitých výměna náhledů jest po-
třebná.

U nás náčelníci, podnáčelníci a i ten slušný počet
cvičitelů našich domnívají se snad, že otázky tělocvičné
jich se netýkají. Nejedna událost mne o tom přesvěd-
čila a marně čekal jsem, že některý z bratrů pronese
věcný úsudek o stávajících návrzích. Teprv v minulém
čísle S. A. objevil se článek br. J. Č. a i ten psán teprve
na žádost jiných. Škoda, že v článku tom pojednáno o
návrhu pouze jediném — ty ostatní stojí snad též za to,
by se o nich uvažovalo.

Pravil jsem hned z počátku, že všechny ty návrhy
jsou již bezpochyby vyřízeny a bylo by bezúčelné, znovu
o nich pojednávat. Než br. J. Č. v článku svém podává
náhledy své souvisící s tělocvikem samotným, s nimiž
nikterak nesouhlasím. Pak ještě něco. Pisatel o tom
"nešťastném návrhu" přisoudil red. S. A. výroky, jichž
jistě nikde nenalezl a náhled red. o němž se jedná, úplně
převrátil. Konečně mám za to, že pojednávat o otáz-
kách tělocvičných "věcně", jest vždy "časové" a br. J. Č.
musí mně prominouti, zasáhnu-li tím i v názory jeho.

Všestranná duševní i tělesná výchova — toť heslo
všech vzdělaných národů. My ovšem nechceme zůstat
pozadu a proto přijali jsme slova stejná a v program náš
je zařadili, ba šli jsme ještě dále a řekli jsme, že "vše-
stranná tělesná a duševní výchova jsou jediné účely, k
vůli nimž společnost naše se utváří."

Ve skutečnosti až dosud vykonali jsme velmi málo
ve prospěch duševního vzdělání svěřenců svých — to
jest v širším slova smyslu. Pochybuji, že v budoucnosti
více se vykoná ve směru tom, vždyť pro nás samé úkol
to přetěžký a k stejnému účelu máme zde veřejné ústavy,
jichž jediným to účelem. Za to však ve výchově tělesné
vykonalo se u nás již mnoho a vykonati možno ještě
mnohem více, ano pole působnosti naší až dosud zůstalo
velmi obmezené.

U nás, kdykoli mluví se o výchově tělesné, vyrozu-
mívá se tím všestranné cvičení těla, a těm, kdož cviče-
ním se zabývají, má vše ostatní k cvičením tělesným se
vztahující býti pouze prostředkem k dosažení jistého
cíle. Tak ku příkladu my pořádáme cvičení veřejné,
závody a podobné a sice hlavně proto, by širšímu obe-
censtvu podán byl obraz, jakých prostředků v tělesné
výchově užíváme. Nám na prvním místě jedná se o tě-
lesnou výchovu a ne o cvičení samotné. My necvičíme
k vůli tomu, by mohli jsme pořádati cvičení veřejná a
závody, ty u nás mají jistý význam sic, ale význam jich
zůstává pouze druhu podřízeného. Zásadu tu přijala
celá N. J. S. a před námi i po nás skoro všechny tělo-
cvičné organizace takřka v celé Evropě. Ovšem utvořily
se i spolky, jimž všestranný tělocvik vedlejší a závody
vše. Spolky takové mají však více neb méně ráz čistě
sportovní a liší se tudíž v základní myšlence od nás
velice.

Když v posledním čase vyskytly se u nás návrhy na
opravu pravidel závodních, tu poznal jsem na první po-
hled, že na příště závody mají býti vše — a ostatní, co k

činnosti naší se vztahuje, zaujmouti má místo podřízené.
Nesouhlasil jsem s mnohým a jmenovitě ne s tím, by při
závodech skoky oddělily se od závodů na náradí. Proč
— to uvedl jsem v listu tomto před čtyřmi měsíci a ne-
rad bych stejné důvody znovu opakoval. Než navrho-
vatel toho domnívá se, že orgán náš pochybil tím, že
proti návrhu jeho se rozepsal a proto uvádí své důvody
pro dělení cvičení našich v minulém čísle Sokola Amer.
znova.

Pohlížím na cvičení a závody co na prostředky,
jichž k jiným účelům užíváme a ne co na náš účel sa-
motný. Vyslovil jsem náhled, že cvičení na náradí beze
skoků zůstává cvičením jednostranným a že právě skoky
jsou to, jež cvičení tato doplňují. Závody na náradí
beze skoků nikdy nemohou podati obraz všestranného
cvičení těla, jež stále na mysli míti musí ten, jemuž sbo-
rem cvičenci svěřeni byli. Poukázal jsem na to, že zá-
vodníci mnozí málo mají příležitosti k pěstování cvičení
mimo tělocvičnu a z toho jsem vyvodil, že zanedbávají
budou skoky, na jichž důležitost poukázal jsem již dříve
a sice v článku "Nepodceňujme skoky". Jak z toho
mohl br. J. Č. vyvodit pravý opak a sice ten, že volá se,
že zanedbávalo by se cvičení na náradí, tomu ovšem ne-
rozumím.

Hned po českém dnu v Clevelandu napsal br. J. Č.:
Mám za to, že všechny soustavy tělocvičné, ať jmenují se
jakkoliv, mají jeden a tentýž základ a sice: cvičení vše-
stranné — jinými slovy řečeno: necvičíti jednu skupinu
svalů na úkor druhé. Sestavíme-li cvičení tak, že za-
městnáme pouze paže a nohy, pak dopouštíme se velké
chyby, neboť prohřešujeme se proti základnímu pravi-
dlu vědy tělocvičné. —

S tím souhlasím úplně, co základní myšlenky se
týče a podotýkám ještě, že stejné chyby dopustil by se
ten, kdo pouze nohy a trup anebo paže a trup na úkor
třetí části těla by cvičil. Dále dodává, že chceme-li vy-
stoupiti s prostnými před veřejnost, že máme podati
obraz, jakým způsobem pracujeme k všestrannému vý-
vinu těla. Já dodávám k tomu, že to netýká se pouze
cvičení prostných, nýbrž všech tělesných cviků vůbec a
při rozdělení soustavy naší jedenkaždý odbor jest s to,
by zásadě této vyhověl.

Nechť nediví se mně nikdo, že nemálo překvapen
jsem byl, když za dva dny po napsání shora uvedeného,
ze stejného pramene vyšel návrh, by na příště při pořá-
dání veřejných závodů počínali jsme si tak, by závodníci
rozdělení byli tak, by jedni pouze na čtyřech hlavních
náradích závodili a tím ukázali, že jistému počtu cvičen-
ců našich na cvičení nohou pramálo záleží. Či myslí
někdo, že při vyloučení skoků ze závodů na náradí do-
stanou nohy stejné dávky cvičení v poměru k pažím a
trupu? Vidí někdo v závodech a tedy i cvičení tako-
vém všestrannost?

Já měl za to, že k řešení otázek tělocvičných třeba
důvodů věcných, leč v minulém čísle našel jsem pro dě-
lení cvičení našich důvod, spočívající na tom základě, že
v Americe se rychle bohatne a chudne, rychle jí a tudíž
i rychle v cvičení neb ve vychovávání cvičenců postupo-
vati se musí. Za vzor staví se nám školy americké. —
To jest všechno hezké, jenom při tom jídle zapomnělo

se na "contra", t. j., že kdo rychle jí, brzy se přejí aneb i zadává, kterýžto úkaz i ve cvičení se vyskytuje a to hlavně na školách zdejších.

Na zdejších vyšších školách neplatí zásada o všestranném cvičení těla, na těch v praxi platí zásady: skočiti ještě o půl palce výše, uběhnouti sto yardů o pětinu vteřiny dříve, — krátce všechna snaha obrácena jest k rozbíjení recordů a kdo docílí toho, stane se hrdinou, třebas při tom srdeční vadu neb souchotě si ulovil. Ty ať nám nikdo za vzor nestaví.

Br. J. Č. nelitoval by toho, kdyby ty různé velkoustouče zatlačeny byly do pozadí. To zdá se mně trochu mírné. Co mně se týče, jsem zásadně proti cvičením takovým, ale to nejen v theorii, ale i v praxi. Jsem proti všemu přehánění cvičení a nedělám rozdílu v tom, v jakém oboru přehánění to se děje. Přehánělo-li se dříve u nás cvičení na náradí, pak rádi jsme dnes, že neděje se to v takých rozměrech jako dříve. Za to mezi athlety, ať ze škol, neb u Y. M. C. A., neb kterýchkoliv jiných cvičení se přeháněním čím dále tím více. Tuším, že žádný z nás není obehnan čínskou zdí a že máme všichni stejnou příležitost pozorovati, co se kolem nás děje. Ptal bych se rád, čím zabývají se ti vyhlášení atleti ze škol jako jsou: Krenzlein, Tewksbury, Baxter a jiní? Co dělají ku př. od New York Athletic Club: R. Sheldon, J. Flanagan, M. Long a jiní? Lidé tito věnují se takřka výhradně běhání, skákání neb vrhání kouli a pod. a nedostane-li kdo z nich od svého spolku mnoho-li si přeje, hodí se zásadou do kouta a jde tam, kde mu to více vynáší, nebo chopí se zaměstnání jiného. Jakým právem lidem takým říká se, že jsou "amateurs", tomu těžko rozuměti. V minulém čísle vysloven náhled, že nikterak by nám neškodilo, kdyby borci naši účastnili se závodů amer. athletů. To ovšem nebylo by zlé, ale háček vězí v tom, že museli by se pak pustiti do výstředního trénování a to jest zrovna tolik, jako přehánění cvičení na náradí a snad ještě horší. Synkové amerických boháčů mohou si to dovoliti a ve dne věnovati třebas každý den jednu neb dvě hodiny cvičení běhů a j. Však hoši naši, kteří tráví celý týden v dílně, mají k tomu nanejvýše příležitost v neděli a to ještě ne všichni. Pak ten, kdo celý týden nic nedělá, spíše může se v běhu vycvičiti než ten, kdo často až úmorné práci podroben jest. Nemohou-li proto cvičenci naši uběhnouti 100 yardů za 9 a tři čtvrti vteřin, neb za 10 vteřin, pak ať nikdo z toho nečerpá, že cvičenci naši nejsou tělesně vyvinutí, tak jako někteří atleti.

Není tomu dlouho, co přimlouval jsem se o to, by všude tam, kde příležitost k tomu se naskytuje, hleděli prováděti cvičení na čerstvém vzduchu, t. j. venku. Není třeba by někdo dokazoval, že běhati a skákati na čerstvém vzduchu jest zdravé, to víme všichni. Což ale náradí? Na tom se venku cvičiti nemůže, či to již není zdravé? Ovšem tam kde nemohou běhati neb skákati venku, tam nemohou ani na náradí venku cvičiti a nuceni jsou činiti tak v tělocvičně. Zvedá-li se pak při seskočení z náradí mračno prachu ze žíněnky, tu ovšem cvičení takové má malou cenu, však nehodnota cvičení takového vyplývá z nepořádku a ne ze cvičení náradových samých.

Rád doznávám, že těžko jest nalézt dva cvičitele, kteří shodovali by se ve všem a ve všech svých náhledech. Než, když již jednou jeden druhému v něčem odporujem, činně tak na základě odborném. Mně však nezdá se to příliš odborné, když jeden předělává smysl výroků někoho jiného.

Kdo ku příkladu četl článek o tom nešťastném návrhu, ten domýšlel by se jistě, že pořadatel listu našeho musel býti zásadní či nezásadní nepřítel takých cvičení jako jsou běhy, vrhání kouli, kladivem atd. a že zrazuje cvičence naše, by cvičení podobná pěstovali. Opak toho dokazují články moje, ať již redakční či neredakční, jež v minulém ročníku jsem uveřejnil a nemohu za to, pak-li někdo je nečetl. Když psal jsem proti tomu, by skoky se vyloučily ze závodů na náradí, tu udal jsem důvody k tomu, o něž až dosud nikdo nezavádil a jimž se i br. J. Č. vyhnul. Když psal jsem proti dělení skoků od náradí sám, tu vyvracel jsem důvody, jež uvedeny byly, proč státi se tak má a hlavním vodítkem byla mně zásada o všestranném cvičení těla platící, zásada to, před níž poklonu učinili i ti, kdož tělocvik za zbytečnost považovali. Mou chybou jest snad, že mám-li zásadu nějakou, že ji též i všude a ve všem hájím. To ovšem každý nečiní a mnozí bratři dotáhli to již tak daleko, že jeden den v samých zásadách by nás utopili, o nich morální kázání nám činí, však sotva v 48 hod. pravý opak těch svých zásad hlásají. Vidí-li v tom kdo důslednost, — také dobře.

Dříve ještě než ukončím, rád bych, by se mně porozumělo. Až dosud závodilo se u nás na hlavním náradí, jež zahrnovalo v sobě i skoky, což tvořilo závod hlavní. Běhy, šplh, činky, plování, šerm atd. tvořily závody vedlejší. Každému závodníkovi naskytovala se příležitost přihlásiti se k závodu v kterémkoliv tomto předmětu. Když vyšel návrh, by závod v cvičeních těchto tvořil závod samostatný, tu nebyl jsem ani v nejmenším proti pěstění cvičení těch, an uznávám cenu cvičení těch, pěstují-li se v pravých mezích. Když však již máme míti dvě třídy závodníků, tu byl jsem rozhodně pro to, by skoky zůstaly při náradí. Proč — nebudu tuto opakovati.

Tim myslím, že jsem nekladl žádnou překážku tomu, by ti česko-američtí atleti, jimž na té honbě po cenách tolik záleží, mezi nás přijíti mohli. Právil-li jsem na místě jednom, že celé to dělení závodů jest bezúčelné, pak přišel jsem k náhledu tomu po přečtení si návrhu samotného a jen z něho jsem to vyvodil, neboť trest návrhu zní, by nechali jsme mladíky naše pěstovati a závoditi pouze ve cvičeních atletických a oni že mezi nás půjdou, ku konci se však praví, že kdo nebude cvičit na náradí pravidelně, k závodům těm (atletickým) připuštěn nebude. — Proto napsal jsem též, že v případě tomto pro cvičení taková dosti místa v rubrice závodů mimořádných. Jednotlivé části návrhu si odporují a nevidím v něm žádné zjednodušení závodů našich. Tim, že skoky odpadnou od hlavního závodění, tím se málo zjednodušení návrhu pomůže, když v jiném případě souzení stane se ještě obtížnější. Kde, to poznáme v praxi, bude-li návrh ten přijat a v plném znění prováděn.

Straní-li se nás česko-američtí atleti, pak příčina toho nevězí ve cvičení neb závodech našich. Statní (?) ti mladíci jsou vlastně duševní mrzáci, stydící se za původ svůj, a pochybují, že pomocí dělení závodů pro sebe je získáme.

Pro ty, kdož cvičení úplně zanedbávají a v různých klubech se ztrácejí, těm místo cvičení nabízet by jsme museli požitky více rázu sodomského, zrovna tak, jako ty kluby činí, by mezi nás přišli.

Konečně nerad bych, aby někdo hledal v náhledech mých něco osobního. Pohlížím na vše se stanoviska cvičitele, jenž nemůže pochopiti, jak se to srovnává, když N. J. S. na jedné straně pořádá nákladný kurs, v němž kandidátům cvičitelství vštěpují se zásady o vědě tělocvičné, kde stále se mluví o všestrannosti, kdežto na druhé straně má urovnati sportu cestu, by rychleji v řadách našich ujmouti se mohl. Či nezabíháme tím ve sport, když řekneme, by každý závodil si v čem chce a k čemu jeho nadání a tělesná soustava jej schopným činí? Mezi tělocvikem a sportem jest velký rozdíl, ježž na místě tomto vysvětlovati, tuším, že není třeba.

Na zdar! A. Haller.

Příklady šermu bodmo.

Píše A. Haller.

CVIČENÍ DVOJIC.

(Dokončení.)

Příklad XXI.

Return attacks — útoky opakové.

Prvý:

Druhý:

- | | |
|--|---|
| 1) a) disengage - resume guard - b) parry quarte — time thrust (straight thrust). | 1. a) Parry tierce - b) disengage - parry quarte - c) resume guard. |
| 2. a) Mark - one - two - resume guard - b) parry tierce - time thrust (straight thrust). | 2. a) Parry tierce - quarte - b) disengage - parry tierce - c) resume guard. |
| 3. a) Double — resume guard - b) parry second - time thrust (attack high tierce) | 3. a) Parry counter quarte tierce - b) attack low tierce - parry high tierce - c) resume guard. |
| 4. a) Double in to low line - resume guard - b) parry high quarte - time thrust (straight thrust). | 4. a) Parry counter quarte low quarte - b) attack high quarte - c) resume guard. |

Engage in tierce:

- | | |
|---|---|
| 5. a) Disengage - resume guard — b) parry tierce — time thrust (disengage). | 5. a) Parry counter tierce - b) attack high tierce - parry quarte - c) resume guard. |
| 6. a) Mark one - two - resume guard - b) parry low quarte - time thrust (encircle). | 6. a) Parry quarte - tierce - b) disengage in low line - parry tierce - c) resume guard. |
| 7. a) Double - resume guard - b) parry low prime - time thrust (cut-over). | 7. a) Parry counter tierce - quarte - b) attack high quarte - parry tierce - c) resume guard. |

- | | |
|---|---|
| 8. a) Double - resume guard - b) parry second - time thrust (encircle). | 8. a) Parry by two counters of tierce - b) attack low tierce - parry high quarte - c) resume guard. |
|---|---|

Poznámka: — Při nacvičování příkladů těchto nutno přihlížeti k tomu, by vzdálenost obou šermířů od sebe byla správná, neb v případě, kde stáli by oba šermíři blíže sebe než jak pravidla toho vyžadují, těžko by bylo mnohý z odbodů vykonati. Budiž ještě jednou vzato na vědomí, že odbody konáme bez výpadu. Při odbodu (time thrust) udává se v závorce, jakého bodu v příkladu tom za odbod užíváme. By snáze se rozeznalo, kde útok odbodem a kde ne, znamenány jsou jednotlivé výkony písmenkou v závorce, t. j. první a druhý konají pouze útok neb obranu zahrnuté v a), kdežto v b) koná první obranu i útok rychle za sebou, t. j. pokud druhý ve výpadu se nachází; druhý po vykonaném útoku provádí obranu v tom, kdy ještě ve výpadu se nalézá a i v okamžiku kdy na střeh se navrácí. Při prvních neudává se, že po vykonání odbodu znova v utkání přejíti mají, což vyrozumívá se samo sebou. Při provádění odbodů nutno náležitě se krýti na té straně, na níž sokův končíř se nalézá.

Příklad XXII.

- | | |
|--|---|
| 1) Advance — parry quarte. | 1) Stop thrust (straight thrust without a lunge). |
| 2) Feinte in line - parry quarte. | 2) Stop thrust (straight thrust with a lunge). |
| 3) Feinte of disengage - parry tierce. | 3) Stop thrust (beat with a lunge). |
| 4) Feinte in line - parry quarte. | 4) Stop thrust (chassey with a lunge). |
| Engage in tierce: | |
| 5) Advance - parry tierce. | 5) Stop thrust (press without a lunge). |
| 6) Feinte of disengage - parry tierce. | 6) Stop thrust (disengage with a lunge). |
| 7) Feinte of disengage - parry tierce. | 7) Stop thrust (chassey with a lunge). |
| 8) Chassey (without a lunge) - parry quarte. | 8) Stop thrust (disengage with a lunge). |

Poznámka: — Poslední útok (8.) provedeme na ten způsob, že nevyčkáme až ten, jenž odšvih (chassey) provádí končíř náš zasáhne, nýbrž tak brzy, jak postřehneme, že sok náš odšvih použítí chce, rychle vlastním končířem unikneme na druhou stranu utkání, při čemž současně výpad vykonáme, t. j. úplný přebod provedeme.

Závěrek. — Příklady těmito dokončuji pojednání o šermu bodmo. Zbývá však ještě k doplnění příkladů šermu bodmo zmíniti se o útoku zvaném "the remise" (dvojbod) a pak o útoku "the reprise" (protibod), jichž v příkladech dále neuvádím, o nichž však v theoretické části šermu bodmo zmínka se činí. Tak jako time thrust (odbod) a stop thrust (přebod) neudávají nám žádný nový bod, jsouce pouze označením způsobu a času, jak před nimi známých nám již útoků použítí máme, tak tomu i u těchto posledních dvou bodů, jež

ve škole šermu nacvičovatí jest obtížné. Dvojbod i protivobod tvoří specialitu, jichž užívání mohou si dovoliti pouze šermíři nejvyšší. Jakých výhod tyto útoky šermíři poskytují, to jasně vyznačeno u popisu jich a dle toho i v příklad sestavití si je dovede ten, kdož zkusiti jich by si přál.

V příkladech šermu bodmo uvedl jsem 5 příkladů cvičení v řadu a 22 příkladů cvičení dvojic, — celkem 27 příkladů. Než příklady uvedené vztahují se pouze k procvičení různých skupin útoků a nejsou tudíž úplným zpracováním vši látky, ježto uvedené body zpracovati se dají v mnoha a mnoha jiných příkladech. Kdo však uvedené příklady procvičí, ten snadno pak i nové zpracovati si dovede, dle vlastního přání.

Fysiologie tělesných cvičení.

Napsal Dr. Fern. Lagrange.

(Dílo počténě cenou akademie věd a akademie lékařství.)

(Pokračování.)

Cvičení, jež se sdružuje se značným napjetím vůle, jest mnohem únavnější než výkon, jehož si nevšímáme. Někdy práce co do výdaje síly nepatrná, přivodí rychle ochábllost, vykonává-li se s ustavičnou pozorností, t. j. neochabuje-li vůle ani na okamžik.

Jezdec, vysokou školu prodávající, unavuje se ačkoliv zůstává v těsné místnosti jízdní dráhy, než projíždí-li ve velikém chodu dlouhou prostorou. V prvním případě jest zapotřebí, aby vůle se bedlivou starostlivostí ovládala všechny výkony nohou a beder jezdce. V druhém případě tělo chodu koně přivýklé, automaticky se přizpůsobuje klusu, a mozek při cvičení nezakrokuje.

Nic není proměnlivějšího nad vnímavost každé osoby vůči únavě. Velmi nervosní a velmi dráždivé osoby pocíťují někdy příliš živě bolestivost, která provází svalovou práci, a ocitují se pak v záhadě: mají-li přestati při prvním pocíťení únavy a nedokonati potřebného množství cvičení, aneb zápasiti s únavou a vystaviti se živní reakci, jež následuje u nich při bolesti velmi drázná. Čivní podráždění jest často následek zápasu oslabeného člověka s nevůli práci způsobovanou, a přinucuje lékaře zakázati cvičení osobám, pro něž by bylo cennou pomocí, kdyby je mohly snášeti.

V těchto případech může se vždy dospěti k otužilosti ve cvičení, ale třeba se dověditi způsobu, jakému kyne největší vyhlídka, že bude snášen t. j. období, která způsobí nejméně únavy.

Můžeme zde jen ve velikých črtách naznačiti způsob postupu v těchto případech, kde léčení cvičením vymáhá velikého taktu a prohloubeného studia každého užívaného cvičení. Sformulujeme jen tento zákon:

Při stejné svalové práci jest pocit únavy tím dráznější, čím účinnějšího zakročení mozkových mohutností cvičení požaduje.

Z toho vyplývá příkaz vyhledávati pro osoby povahy velmi nervosní cvičení, jichž pohyby jsou snadné a dle možnosti automatické: chůze na př.

KAPITOLA II.

Dušnost.

(Chvilé běhu. — Cvičení, jež přivádí dušnost; klus a trysk, práce při chůzi do vrchu. — Zákon dušnosti. — Potřeba dýchání; podmínky, za kterých vzrůstá a se zmenšuje. — Kyslíčník uhlíčitý; jeho vyvozování se zvyšuje činnosti svalů; zmenšuje se odpočinkem. — Spánek sviště. — Výklad zákona dušnosti. — Proč se udýcháme běžíce. — Proč kůň provádí trysk plícemi. — Proč cvičení nohou přivodí spíše dušnost než cvičení paží. — Koefficient dušnosti. — Kůň, který vypadá ze svého chodu. — Dušnost jest sebeotrava kyslíčnickem uhlíčitým. — Podobnost s asfyxií. — Nemožnost zápasiti s dušností.

Neotli jste se nikdy na blízku stanice se strachem, že zmeškáte vlak? Máte urazit 500 metrů, a nelitostné hodinky vám

ukazují, že máte ještě dvě minuty času. Třeba bylo by běžeti, ale od dávných let zvykli jste si na umírněnou chůzi člověka, jenž užívá svých nohou, prochází-li se, a povoze, má-li na spěch. Avšak vy chcete odjeti, zmužíte se a dáte se do běhu se vším spěchem.

Nohy jsou pevné a nečiní vám v běhu obtíží. Přece však po několika vteřinách zachvacuje vás zvláštní nevolnost. Dech jest obtížný; zdá se, že nějaká tíže vás tísní, jakási zápora sklíňuje vaši hrud. Dýchací pohyby stávají se přetrhávány, nepravidelnými. Každým krokem nevolnost vzrůstá a se šíří. Tepot v skráních stává se teď násilným, nesnesitelné teplo vstupuje vám do hlavy, železná obruč vám svírá čelo. O okamžik později hučí uši, zrak se zasmušuje a máte jen zmatenou vědomost o předmětech, jež mijíte a o lidech obračejících se, aby pozorovali váš bledý a ztrhaný obličej.

Konečně jste na místě. V okamžiku, kdy vlak zahvízdá, padnete zničení na podušky svého oddělení. Tu přes uspokojení, že jste nezmeškali, a úlevu, že sedíte, vaše nevolnost trvá. Teprve za několik minut vás opustí a překotné pohyby vašeho hrudníku zdají se vás připodobovati člověku, který jest postižen silným záchvatem záduchy (asthma).

To se zove "býti dušným."

Zřídka se polekáme touto událostí každodenně pozorovanou, a každému zdá se přirozeným, že bude udýchán, poběží-li. Přece však, přemítáme-li o tom, tkví v udýchání jakási věc, jež by nás měla překvapiti: běžíme-li, pracují nohy a unavují se plíce.

I.

Nenalezli jsme nikde methodického výkladu a racionálního vysvětlení udýchání. Tato obnova únavy nebyla dosud nikdy předmětem nějaké monografie; není vysvána v žádném z velikých lékařských sborníků, v nižádné fysiologické rozpravě.

A není přece zjevu obecnějšího a častěji pozorovaného nad udýchání a není zajímavějšího zjevu vzhledem k zdravotním a léčebným výsledkům svalové práce.

Udýchání jest nevolnost, jež se vyvozuje při násilném cvičení nebo drázné svalové práci, a jež se vyznačuje zvýšenou potřebou dýchací a hlubokou poruchou výkonnosti dýchacích ústrojů. — Tento stav jest pouze zvláštní obdoba dušnosti (dyspne) a ukazuje povšechný obraz zjevu, jež závisejí na očisťování krve (hematose). Od poruch dýchání, jakéž lze pozorovati při nemocích, liší se jistými zvláštními znaky, kteréž uvedeme, a dále především podmínkami, za kterých se vyvozuje, a mechanismem svého vývoje.

Chceme-li zjistiti, za jakých podmínek se udýchání během práce vyvozuje, překvapí nás z počátku zjev, že jistá cvičení, jisté pohyby, zdají se míti výhradu, že rychleji působí na dýchání než jiná cvičení.

Při některých svalových výkonech úrava běže na sebe podobu udýchání, a dýchací obtíž přinucuje osobu k přerušení práce daleko dříve, než jsou svaly umdleny. Člověk, jenž běží nebo rychle stoupá na schody, musí se zastaviti, ne aby si jeho nohy odpočinuly, nýbrž aby se vydýchal.

(Pokračování.)

Ze župy Východní.

Zápis o schůzi odbyvané dne 6. května 1900.

Schůzi zahájil předseda V. Hampl.

Protokol z minulé schůze čten a přijat.

Dopis od jednoty Cleveland přijat.

Župní poplatek za rok 1899 zasílá jednota z East Islip, úhrnem \$2.20.

Společné cvičení župy odbyváno bude u jednoty Fugner v Long Island City v neděli, 14. května.

Turnéřský cvičitel Stahl má býti požádán, by vysvětlil a navštívil četnu do Philadelphie po 3 neb 4 hodiny.

Pravidla od německého Turn-Bundu přijata.

Jednota brooklynská má býti upomenuta ohledně člena do župního výboru.

Vydání jednateli za poštovné 81c a náčelníku poštovné 70c.

Příjem \$2.20.

Po té schůzi skončena.

Zpráva náčelníka župy

Jméno jednoty:	Jak pilně zasílají náčelníci svoje měsíční zprávy.	Počet členů dle- ných	Počet členů při- spívajících	Počet žáků od 14 roků	Počet žáků do 14 roků	Počet žáčků od 14 roků	Počet žáčků do 14 roků	Počet členů cvičících	Počet členů cviči- telského sboru	Počet Sokolek	Kolikrát cvičili členové	Kolik družstev	Úhrnná návštěva	Prům. návštěva
Těl. Jed. Sokol New York...	dobře	427	17	40	180	28	140	30	7	165	21	6	721	34
Těl. J. Sokol Fuegner, L. I. .	„ „	63	12	10	32	12	10	12	4	34	22	1	70	3
Těl. Jed. Sokol Budivoj	„ „	52	—	7	26	—	30	9	3	—	22	1	161	7
Těl. Jed. Sok. Philadelphia...	„ „	85	10	—	16	—	20	20	5	30	19	1	142	8
Těl. Jed. Sokol Svornost.....	„ „	15	—	—	—	—	—	4	3	—	22	1	75	3
Těl. Jed. Sokol Podlipný....	žádných zpráv	od něho	dostat nemohu	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Těl. Jed. Sokol Newark.....	„ „	18	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Sokolská Jednota Blesk.....	dobře	143	—	12	30	—	8	21	4	26	20	2	231	12
Sokol Čech v Clevelandu.....	„	218	—	18	91	—	42	24	5	—	25	2	386	15
Těl. Jed. Sok. Bohemia	necvičí	25	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Sokol Cleveland.....	dobře	80	—	14	53	—	22	10	6	37	22	1	177	8
Sokol Česko-zábavní.....	„	57	—	18	30	—	30	1	1	14	20	1	20	1
Těl. Jed. Sok. East Islip.....	špatně	12	—	vůbec necvičili posledních 6 měsíců, žactvo ztratili úplně; nejsplně										
Těl. Jed. Sok. Brooklyn.....	necvičí	8	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Těl. Jed. Sokol Westfield	žádné zprávy vůbec	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Těl. J. S. Schenectady	—	17	4	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Celkem.....	—	1220	43	119	458	40	302	191	38	306	193	16	1983	91

Koncem roku 1900 hlásilo se k župě Východní 2679 lidí, v tom schází Jednota Podlipný s celým počtem a Jednota Zábav pořádáno v župě Východní následovně: 2 přednášky poučné, 3 veřejná cvičení, 2 společná cvičení, 7 di-
 Timto žádám jednoty, aby přinutily své náčelníky, aby tito zasílali svoje měsíční zprávy správně, abych nemusel

Kolik družstev	Úhrnná návštěva	Průměrná návštěva	Kol. cvičili žáci do 14 roků	Kolik družstev	Úhrnná návštěva	Prům. návštěva	Kolikrát cvičili žáci od 14 r.	Kolik družstev	Úhrnná návštěva	Prům. návštěva	Kol. cvič. žáci do 14 roků	Kolik družstev	Úhrnná návštěva	Prům. návštěva	Kol. cvič. Sokolky	Kolik družstev	Úhrnná návštěva	Prům. návštěva	Kolikrát odbyv. cvičení pořadové	Úhrnná návštěva	Počet schůzí.	Počet a jména odborů
2	349	16	19	12	2489	131	9	2	150	16	22	12	2369	108	9	1	130	13	10	124	6	Dram., pěv., trub.
1	139	6	21	2	510	24	12	1	63	5	12	1	89	7	12	1	30	3	..	..	3	Dramatický.
1	126	6	19	2	455	24	—	—	—	—	19	2	542	28	..	..	..	1	41	4	4	Klub.
—	—	—	11	1	127	12	—	—	—	—	10	1	146	15	8	1	54	6	..	..	3	Dramatický.
—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	..	..	..	..	..	2	22	5	
—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	..	..	..	..	..	..	..	..	
—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	..	..	..	..	..	..	..	..	
1	166	8	21	2	388	19	—	—	—	—	13	1	107	8	9	1	74	8	..	..	3	Sokolky.
2	342	14	25	6	1856	75	—	—	—	—	12	3	364	30	..	..	..	..	..	..	3	Trubači.
—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	..	..	..	..	..	..	..	..	
2	237	11	22	4	715	33	—	—	—	—	11	2	188	17	11	1	72	7	..	..	6	Sokolky.
1	184	11	20	2	451	22	—	—	—	—	12	2	227	19	12	1	128	11	..	..	4	
navosti cvičitelů.				—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	..	..	..	..	..	..	..	..	
—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	..	..	..	..	..	..	..	..	
—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	..	..	..	..	..	..	..	..	
—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	..	..	..	..	..	..	..	..	
10	1543	72	158	31	6991	340	21	3	213	21	111	24	4032	232	61	6	488	48	13	187	37	

Westfield s počtem členů.

duch představení, 3 mikulášské zábavy a podělování dětek dárky, 2 maskarní plesy a 4 taneční zábavy.

le o ně prosit.

FR. BARTUNĚK,

náčelník župy Východní, 318 East 71st St., New York City.

Pokračování se stránky 23.

Zápis o schůzi odbyvané 2. června 1900.

Schůzi zahájil předseda V. Hampl.

Čten protokol ze schůze minulé a přijat.

Dopis od jednoty long-islandské přijat.

Omluva br. A. Bláhy pro nedostavení se do schůze přijata.

Sokol Karel Řehoř oznamuje, že zakoupil cenu pro jednotu long-islandskou, totiž pár kůňčů za \$3.

Usneseno, by závodníkům vyslaným do Philadelphie placeno bylo po \$3 denně po 4 dny a cestovné pro každého \$3, úhrnem na jednoho závodníka \$15, v celku pro 8 závodníků \$120, od 20. do 24. června.

Pro jednotu philadelphickou zvolen za cvičitele Sokol Ferd. Martyny, který jest tam vyslán co zástupce k německým závodům jednotou newyorskou a při té příležitosti by tam zůstal a jednotu tamnější trochu povzněl.

Po té schůzi skončena.

Ku dni 27. června svolána schůze mimořádná za příčinou přimnutí ceny od závodního družstva župy Východní, vydobyté na závodech turnéřských ve Philadelphii. S potěšením dlužno zaznamenati, že četa tato obstála výborně, učinivši velký počet bodů, dle postupu jsouc 25 s 36 90 body. Sokol Hampl co starosta přijal s díky cenu tu vydobytou pro Východní župu a poděkoval všem borecům za statečné vystoupení v závodech. Cena pozůstává z diplomu a věnce z dubových listů.

Po té schůzi skončena.

Zápis o schůzi odbyvané 7. července 1900.

Schůzi zahájil náčelník br. Fr. Bartuněk.

Čteny protokoly z minulých schůzí a přijaty.

Dopis jednoty long-islandské, v němž nám oznamuje 3 nové kandidáty do sboru soudců, přijat a odkázán výkonnému výboru NJS.

Namístě V. Vančury doporučují Ed. Wokala, Josefa Sklenku a Frant. Vančuru.

Turneru Stahlovi vyplaceno za 4 večery \$8.

Jednota baltimorská zasilá dopis a poukázku na \$7 co župní poplatek za II. půlletí 1900 od 140 členů.

Zástupce jednoty brooklynské se dostavil.

Usneseno, by Sokol Ferd. Martyny dostal týdně \$18 co cvičitel jednoty philadelphické.

Účet Sokola Liera za 500 obálek na \$1.50 vyplacen.

Závodníkům do Philadelphie má být doplacen každému \$1 na vstupné na závodistiště.

Po té schůzi skončena.

Zápis o schůzi odbyvané 4. srpna 1900.

Schůzi zahájil starosta V. Hampl.

Nepřítomni Jos. Uher, Al. Biža a V. Křížek.

Dopis jednoty newyorské, v němž od nás požaduje doplatek za zpáteční cestu Sokola Martynyho z Philadelphie \$2.50, usneseno doplatiti.

Dopis od pořadatelů slavnostního album z Clevelandu přijat; od W. Švarce z Brooklyna, od jednot ze Schenectady a z Bohemie, od M. Krejzla z Clevelandu vesměs přijaty. — Jednotě v Bohemii má jednatel odepsati.

Náčelník podává zprávu, jež přijata.

Usneseno br. Martynymu poděkovati za úsilovné nacvičení čety do Philadelphie.

Přijato, by Sokolu Martynymu bylo doplacen \$3 co náhrada za promeškaný čas.

Vydání v této schůzi jest \$1.17 za poštovné bratru náčelníku za II. čtvrtletí 1900.

Zpráva pokladníka za I. půlletí 1900 zní:

Hotovost z minulého roku	\$178.96
Příjem v prvním půlletí 1900	87.67
Dohromady	\$266.63
Vydání v I. půlletí 1900	194.04
Zbývá	\$72.59

Ve vydání tomto zahrnutý plat a cestovné pro družstvo a cvičitele do Philadelphie a sice:

Turneru Stahlovi za 4 cvičení	\$ 8.—
8 závodníkům do Philadelphie	128.—
Sokolu Martynymu, cvičiteli jednoty philadelphické	41.50
2 rámy na věnec a diplom	5.—

Zpráva po přečtení přijata a schůze skončena.

Zápis o schůzi odbyvané 8. září 1900.

Schůzi zahájil Sokol V. Hampl.

Zástupci jednot přítomni až na Aloise Bižu od jednoty brooklynské.

Zápis o minulé schůzi čten a přijat.

Dopis od jednoty z Bohemie přijat, v němž dotyčná jednota zapravuje župní poplatek za rok '98 a '99, úhrnem \$4 40.

Jednatel oznamuje, že zaslal telegram k hlavním závodům NJS do Clevelandu.

Jednotě newarské má jednatel dopsati ohledně dopisu A. W. Švarce.

Výkonný výbor má být požádán, by každá jednota obdržela diplom ze smíšeného družstva, účastněného na závodech v Clevelandu.

Náčelník br. Bartuněk podává zprávu, že župa Východní obdržela 6. cenu ze závodů za smíšené družstvo.

Příjem v této schůzi byl:

Jednota Bohemia \$4.40.

Za zpěvníky od Sokola M. Krejzla z Clevelandu \$2.25.

Za zpěvníky od br. Karla Řehoře \$2.

Za zpěvníky od br. Bartuška 30c.

Úhrnem \$8.95.

Vydání jednateli za poštovné a telegram 94c.

Usneseno, by Sokol Jan Kohoutek, člen jednoty newyorské, byl požádán o zaplacení tyče, kterou ztratil při závodech ve Philadelphii.

Na to schůze skončena.

Na zdar!

Josef A. Knedlhans.

D O P I S Y .

Abie, Neb., dne 21. prosince 1900. — Jest na čase, bych se opět uchopil péra a oznámil do Sokola Amerického, v jaké činnosti se nachází náš sbor Karel Jonáš. Přes celé léto to u nás vypadalo, jako by měl náš sbor docela zaniknouti, ale nyní rázem jako by se z toho dlouhého spánku probudil a postavil se na světlo v činnosti tak čilé, že z toho musí mít každý Sokol veliké potěšení, že se mohla tak velká změna pojednou státi.

Naši cvičící bratři si vytkli dvakrát týdně cvičiti a též všichni dostavují se řádně a v plném počtu ku cvičení, jež se odbyvá v místnosti bratra V. J. Uřídila. Jenom jedině není v pořádku a to jest, že naši bratři velmi zřídka navštěvují schůze a tím způsobem není ovšem možno, by náš sbor zkvétal tak, jak zkvétati má a toho pouze ta překážka, že většina bratrů jen jednou neb dvakrát do roka navštíví schůzi.

Musím se také zmíniti, že náš sbor si vzal za úkol na svůj účet vydržovati českou školu po celý rok a za učitele byl zvolen J. D. Hasík. — Česká škola! — Jak významné to slovo. Když o významu slova toho uvažujeme a přemýšlíme, ono jest s to rozbouřiti hrad a mysl každého věrného Čecha, neb není národa ve světě, který tolik vytrpěl, tolik krve a statků obětoval, jako národ český. Není národa, který by byl pro pravdu tak pronásledován a který pro vlast tak statečně bojoval, jí hájil, jako národ český. Předkové naši pocítovali plnou tíhu nepravosti a násilí na národu českém páchaných a není divu, že byli statečnými v boji tak vznešeném. Otázka, pro kterou národ český tolik vytrpěl, byla otázka pravdy a svobody. Nuže, bratři! Tak jako naši předkové vítězili, budeme i my vítěziti a prospívati, přilneme-li láskou jeden k druhému a budeme-li se v našem jednání řídit vždy dle pravdy a práva.

Mnozí v této zemi neznají dějiny národa českého a tudíž nedovedou oceniti snahy naše. Pročež jest zapotřebi co možno pěstovati řeč mateřskou a ducha národního a projevovati svým spravedlivým jednáním, že pocházíme z národa vzdělaného. Pročež,

bratři, tužme se a povzbuzujme k činnosti. Jenom našim jednáním postavíme spolek náš na základ pevný.

Pro rok 1901 zvolili jsme si následující úředníky :

Starosta Frank Shorný,
náměstek Frank Mašek,
tajemník Josef Hasík,
účetní Josef Marušák,
pokladník Jiří Mašek,
praporečník V. J. Uřidil,
náčelník Jiří Mašek,
cvičitel Josef Marušák,
do výboru majetku Tomáš Spatz.

Se sokolským Na zdar !

Josef Hasík, dopisovatel.

Bohemia, L. I., N. Y., 7. ledna 1901. — (Opozděno.) — Poprvé posílám též trochu zrní do našeho mlýna, by bratři seznali, jakých plodin pěstujeme na poli sokolství. Začínám tak po rolnicku, poněvadž většina z nás se tím zaměstnává. Ale musím raději k věci, bych zbytečně nezabíral místo v našem orgánu !

Tak tedy — pro běžící rok zvolili jsme si následující úředníky : Starosta Fr. Kovářik, náměstek Josef Procházka, taj. a jed. Frant. Huml, účetní Fr. Trpišovský, pokl. Jos. Růžička, náčelník Frant. Kubát, podnáčelník Fr. Trpišovský, cvičitel žáků Josef Procházka, účetní výbor: Fr. Kovářik, Ant. Bartík a Josef Bartík; důvěrníci: Fr. Kovářik, Ant. Bartík a Karel Růžička. — Doufám, že tito bratři budou svorně a poctivě ku zlepšení jednoty naší pracovati.

Též musím oznámiti, že jsme si v našem zákoutí postavili vlastní Sokolovnu, ovšem že skoro na dluh, neboť když se započalo na plánu tom pracovati, obnášel celý náš majetek jen asi 60 dol., avšak během asi 3 měsíců sehnali jsme dohromady kolem \$200,00, za kteréž děkuji jen našim spoluosadíkům.

Nemáme sice žádný palác, ale naše síň vyhovuje všem požadavkům.

Stavba sama stála nás jen \$925 00.

Pozemek, jež nám p. Josef Šašek prodal, stál nás \$150 00, na kterýž jsme dali notu a spláceti jej můžeme jak budeme moci, bez úroků, začez též p. J. Šaškovi děkujeme.

Na stavbě tíží nás dluh \$700, kteréžto peníze jsme se vypůjčili na šest procent.

Myslím tedy, že má tak malý hlouček jako je náš, dost co se starat, neboť jest nás jen asi 17 neb 18. Proto bratři jednoty Bohemie nehleďte na sebe tak cize jako se zdá, nýbrž hleďte, byste co síly vaše stačili, pracovali a se starali, byste uskutečnili cíl sobě vytknutý.

Končím svůj dopis a volám k vám a vaši práci upřímně Na zdar !

Fr. Huml,
tajemník.

V Milwaukee, dne 7. ledna 1901. — Po dlouhém čase byl v naší jednotě opět zvolen dopisovatel do Sokola Am. a tou nevděčnou úlohou proti své vůli byl jsem pověřen já, jeden z nejstarších Sokolů, kdežto tento úřad by zastávali měl některý z členů mladších. Mám ale za to, že povinnosti této budu brzy zbaven, neb mám v úmyslu bezohledně poukazovati na netečnost, liknavost a nedůstojné jednání Sokola se týkající, což asi mnohým líbiti se nebude.

Dnes podávám pouze běžné zprávy. Dne 31. prosince pořádal sbor náš veřejné cvičení členů a žactva se značným úspěchem, tak že cvičení toto jakož i celý program přátelům a příznivcům sokolství, jichž se hojně dostavilo, velmi příjemný poslední večer v minulém roce připravilo. K přání by však bylo, aby budoucí cvičení se žáky a žačkami pořádalo se některou nedělí odpoledne zvláště, neb není to sokolské, by útlé dívky mrhaly noc k vůli veřejnému cvičení. — (Pozn. red. — Mnohé sbory již dávno pořádají veřejná žactva ve dne.)

Jako každého roku tak též letos oslaví naše jednotu společně se svobodnou obcí německou památný den nejstatečnějšího bojovníka amerického za svobodu. Tomáše Paine-a, a sice letos v síni svobodné obce na 4. mezi State a Cedar ul., při kteréžto slavnosti bude česky promluveno a pěvecký sbor Hlahol zapěje. Jest jen

žádoucí, aby každý Sokol a každý svobodář se dostavil. Též dámy mají volný vstup a budou srdečně vítány.

Za starostu jednoty naší zvolen byl chvalně známý Sokol Ant. Kolman a za náčelníka jeho syn Antonín. Jest k přání, aby náš mladý náčelník hleděl co možná nejvíce k tomu, by veškerý náš český dorost pod prapor sokolský a ku cvičení získal, v čemž mu bude zajisté každý upřímný Sokol nápomocen.

Ve schůzi Sokolek dne 27. prosince zvolena byla za starostku A. Janecková, za tajemnici sl. Johanna Kusova, za náměstkyni sl. F. Librova a za pokladnici sl. A. Jelinkova. V této schůzi uzavřeno pořádati odpolední dýchánek, spojený s veřejným cvičením Sokolek dne 28. dubna.

O činnosti Sokolů a jiných důležitých věcech, týkajících se naší jednoty, pojednám v dopise příštím.

Na zdar !

Fr. Kaplan, dopisovatel.

Milligan, Neb. 9. ledna 1901. — Opět jeden rok uplynul do moře věčnosti a s ním i devatenácté století. My, kdož jsme byli tak šťastni, že jsme se toho dožili, můžeme alespoň někdy vyprávěti svým vnukům, jak bývalo v minulém století, tak as jako vypravují hrdinové o válce francouzsko-ruské.

Uplynulý rok, ač byl v celku uspokojivý, přece však se k některým zachoval macešsky. Zvláště macešsky zachoval se k rodině váženého a bodrého Sokola Franty Hrdého, vyrvav z náručí jich miláčka, asi rok a půl starou divenku, jménem Vlastenku, kteráž pohřbena byla za ohromného účastenství známých a přátel a deputací všech místních spolků. Sokol a Sokolky účastnili se pohřbu i s praporem, jelikož Sokol Hrdý jest jedním z nečinnějších Sokolů, který má největší zásluhy o rozkvět našeho sboru. Vyslovuji tímto Sok. Hrdému a jeho ct. rodině jménem našeho sboru nejhlubší soustrast.

S potěšením jest mi s vámi sdělit, že sbor náš začíná pocho-povati pravý účel sokolský, zařídív při měsíčních svých schůzích přednášky. Též vypracována jakási uváděcí formule, což obě se dobře zamlouvá, neb schůze čini se tím zábavnější a jsou četnější navštěvovány, tak že i ct. Sokolky počtější nás vždy svou milou přítomností a slibily na oněch přednáškách čile se podílet.

Jen jedno a to nejhlavnější zůstává k přání, totiž by se častěji a přesněji cvičilo a to jak cvičící členové, tak též i žáci. Cvičitelové se ovšem vymlouvají, že nemohou tak činiti, an není nikdy zatopeno; ovšem nedivím se tomu, neb když má přijíti cvičenec v jeho lehkém oděvu do studené sítě, kde je jako v márnici, jest to ovšem nepřijemné. Nedalo by se však tomu nějak odpomoci? Doufám, že v příští schůzi o tom něco uslyšíme.

Sbor náš pořádati bude maškarní ples dne 11. února t. m. a já doufám, že opět vydaří se, jak morálně tak hmotně — jak obyčejně zvyklí jsme vidati, o co zajisté přičiní se každý jednotlivý Sokol s výborem v čele.

Poslední volba, jak doufám, uspokojí zajisté každého jednotlivého Sokola, neb každý úřad odevzdán byl do rukou nejen schopných, nýbrž i obětavých Sokolů.

Zvoleni byli následující bratři: Franta Hrdý starosta, Tomáš Jicha náměstek, F. W. Bauše taj., V. V. Šmrha účetní, A. V. Kouba pokl., Jan Kotas praporečník, F. V. Bauše náčelník, V. V. Šmrha, F. V. Bauše a Fr. Hrdý cvičitelové a váš ponížený služebník moje maličkost jednatelem a dopisovatelem. Na zdar !

Karel Šmrha, dop.

Brooklyn, dne 24. ledna 1901. — Mám též něco napsati do našeho listu. Ale co? To jediné, co mohu napsati, že my Čechové zde v našem městě jsme poněkud na vše liknavi a to ještě ku všemu jest nás zde trochu málo.

Když jednotu naše se založila, čítala více členů, než jest nás nyní. Jeden odstoupil k vůli druhému, jinému se něco nelíbilo, zase jiný nemohl choditi do schůzí a ty nepořádné jsme musili vyloučiti.

Tak jsme pokračovali račím krokem, až nás zbyla malá hrstka, ale ta hrstka je trochu houževnatá a myslí, že se nepoddá tak lehkou, nýbrž vytrvá, až se zase poměry přemění.

O cvičení psáti nemohu ničeho, poněvadž necvičíme, ale začneme hned jen jak dostaneme cvičící členy.

Těz jsme pořádali ples, jenž byl navštívěn jak obyčejně zde to bývá. Škoda práce a utracených peněz! Předešlý ples jsme odvolali a přišli myslím že odvolávat nebudeme muset, neb žádný pořádat asi nebudeme.

Lépe by bylo, kdyby se zde pořádala aspoň jedna přednáška, ta by nám více prospěla, neb by se tím zdejší obecenstvo k nám více přitáhlo; ale my nemáme dosti schopných sil k tomu, protož bych chtěl zvědět, jestli ústřední výbor župy Východní by mohl něco v tom podniknouti s nějaké síly k tomu zaopatřiti, neb jsem toho náhledu, že právě župy jsou zřízeny k tomu účelu, by slabší jednoty byly podporovány, neb silné toho nepotřebují, ty dovedou si samy pomoci.

Pro tento rok jsme zvolili následující činovníky:

Edvard Biža starosta, Fr. Vančura náměstek, Alois Biža zapisovatel, Fr. Hroch účetní, Václav Kačerovský pokladník, Josef Šmíd hospodářský správce a Hroch náčelník. Všichni slíbili, že budou pracovat, co síly jim stačí; tak doufám, že to půjde lépe ku předu.

Sokol Kačerovský nám sdělil smutnou zprávu, totiž že jeho syn byl raněn na Filipínách a to dosti těžce, což nás všechny rmoutí, neb on býval dobrý Sokol a cvičení pravidelně navštěvoval a ve všem pracoval ku prospěchu jednoty, protož doufáme, že se snad zase uzdraví a mezi nás přijde a bude s námi pracovat, by jednota naše nezanikla navzdor všem našim přátelům.

Na zdar!

Fr. Hroch.

V Cedar Rapids, dne 29. ledna 1901. — Krásný sen náš se konečně vyplnil — a slavnost otevření nové Sokolovny jest již minulostí, avšak den 13. ledna 1901 bude zapsán v historii Čechů cedar-rapidských co jeden z největších svátků jejich, zvláště pak sboru našeho, neb den ten ukázal, že Sokol neexistuje jen jménem, nýbrž i skutky a v odvetu krajané naši ukázali, že pochopili již stanovisko naše a že hotoví jsou přinést Sokolu oběť jakoukoli, jen když třeba bude.

Takovou přízeň, jakou návštěva ukazovala, netroufal si očekávat ani ten nejsmělejší bratr, neb prostorná nová cvičirna naše i galerie byly přeplněny tak, že když orchestr zahrál prvé číslo programu, „Vítězný pochod Sokolů“, od Dvořáčka tuším, že bylo přítomno téměř jeden tisíc osob a mnoho ještě přibývalo.

Program sestával ze 14 čísel jak následuje:

1. Vítězný pochod Sokolů od F. Dvořáčka, orchestr.
2. Ouvertura Vilém Tell, orchestr.
3. Uvítání hostů, Dr. J. Rudiš-Jičínský.
4. Odevzdání Sokolovny sboru, předseda stavebního výboru, Dr. J. Rudiš-Jičínský a za sbor starosta Josef Halq.
5. Ouvertura Dva husaři od Kosmáka, orchestr.
6. Cvičení s obroučkami, žakyně.
7. Cvičení s tyčemi, žáci.
8. Anglická řeč, mayor města, John M. Redmond.
9. Netopýr, selekce od Strapsse, orchestr.
10. Řeč, bratr August Tesař.
11. Amorova mazurka od Ant. Dvořáka, orchestr.
12. Řeč česká a anglická, prof. Bohumil Šimek.
13. Pochod Commonwealth March, orchestr.
14. Rozchod.

O programu se nebudu mnoho rozepisovati, avšak podotýkám, by si bratři vzali k srdci upřímná slova nám tak milého bratra Tesaře, bychom si nemysleli nyní, že máme práci ukončenou, nopak, že nyní nám právě nastává, dále bychom novou cvičirnu naši udělali si naším druhým domovem, kde ztráviti můžeme pohromadě mnoho a mnoho krásných chvil, utvrzující se v pravé lásce bratrské.

Ba pravda jest, že nám mnoho a mnoho práce nastává, neb ze cvičirny hleděti musíme uiniti školu tělocvičnou pro veškeré Čestvo rapidské a věru bratři, my sami musíme hleděti předejiti dobrým příkladem a protož vzhůru každý do cvičirny, neb místa jest dosti a nářadí všeho bude dosti, na kterém cvičiti budete moci a když ne na nářadí, což prostná a pořadová?

Abych nezapomněl — na slavnosti byly přítomny skoro všechny svobodomyšlné spolky cedar-rapidské, zvláště pak spolky damské byly čestně zastoupeny a každý ze spolků damských daroval ku slavnosti buď věnec neb krásnou kytici květin a jeden pak

damský sbor daroval velmi vhodný a potřebný dar a sice 3 tucty párů kuželů. Jen pane bože houšf, neb toho do cvičirny bude potřeba mnoho. Doufám, že druhé sbory tento dobrý příklad budou následovat a Sokolu v tomto oboru vypomohou.

Ještě něco. — Hudba při slavnosti zdejšího operního orchestru byla výtečná a podotýkám, že v něm hraje as 6 Čechů.

Nová cvičirna naše jest 70 stop dlouhá a 70 stop široká, 23 stopy vysoká, obehnaná jednoduchou galerií, dále při ní se nalézají oblékárna pro cvičící, sprechy a koupací vany, dále šatna pro zábavy.

Strop cvičirny jest ocelový, obarvený světlomodře s bílými rámy, což činí velmi krásný odstín. Dole jest cvičirna obehnaná dřevěným okolkem as 9 stop vysokým a nad tím jest, vlastně bude světlomodrá stěna. Osvětlena jest dvěma obloukovými elektrickými svítlami uprostřed, okolo galerie jsou pak malá světla jak elektrická tak plynová.

Ze staré dřevěné budovy jsme udělali nálevnu, kuchyň a místnost klubovní pro menší schůzky.

Vše bude stát as osm tisíc dollarů neb málo přes, což myslím že jest poměrně levné na nynější poměry.

Doposud se sebralo as dva tisíce na milodarech, však myslím, že se snadno může sebrati ještě pět set neb tisíc, když každý bratr se přičiní.

Blahu budeme mít as šest tisíc dollarů, což doufám že se lehce v pěti letech zaplatí, jen když se každý přičiníme, neb cvičirna jest jenom část plánu, neb do celého plánu jsme se nechtěli pustit a proto jsme nejdříve stavěli to hlavní, tělocvičnu; ostatní až ta bude zaplácena.

V pondělí po slavnosti otevření se odbyval taneční věneček a věru takových zábav jest do roka málo; návštěva byla velmi četná a každý se bavil výtečně. Kam jsi se obrátil, samý šprým a žert, pravá to sokolská zábava. A měli jste vidět bratra Tesaře, ten proháněl mladé staré a točil se věru po sokolsku; škoda, že „nic netrvá na světě věčně“, jak náš milý bratr Mojžíš zpíval, a proto též musel nás i bratr Tesař opustit, neb vlak odjíždí o třetí hodině ráno a na žádného nečeká, nemaje se žádným slitování. Když bratr Tesař s námi se loučil a mluvil k nám slova pravdy, — myslím že mnohému se třpytila slza v oku. — Nu, doufejme, že se opět sejdem. —

V nové cvičirně jest nyní živo — žáků denní školy jest zapsáno 53, večerní 30, žakyň 35, Sokolů 25; průměrná návštěva žáků za poslední měsíc byla as 60 — žakyň 25 a Sokolů 15.

Dále jsme dne 23. m. m. založili odbor Sokolek, — v prvé schůzi se jich přihlásilo 36, do cvičení jich však přišlo přes padesát. Jen tak, sestry! Ukažte bratrům, že dobrá vůle všechno zmůže a pokračujte svorně ku předu a buďte ujištěny, že samy ze sebe radost míti budete, a často po cvičení při pianě si ve cvičirně zatančíte.

Dne 31. prosince ochotnické družstvo sehrálo pro Sokola „Nevinně odsouzen“ a vskutku již dávno nebyl kus tak krásně nastudován a účinkující jako o závod hleděli jeden druhého předčítí; — nu, vždyť to bylo pro nás a skoro všichni členové družstva jsou buď Sokolové neb Sokolky. Jen vždy hleděte kus tak nastudovat a o návštěvu pak nemějte žádného strachu.

Šibřinky jsou 18. února a jak obyčejně myslím že bude to největší maskární merenda v masopustě a novinkou je, že bude v nové cvičirně.

Úředníky pro tento rok byli zvoleni:

Josef Halq starosta, Jan V. Kouba náměstek, Vilém Hlávka tajemník, Josef H. Přásta účetní, Frant. Kouba st. pokladník, Ferd. Engelthaler náčelník a vrchní cvičitel, Boleslav Hašek a Franta Filip výpomocní cvičitelé.

Milvoj Hašek, Dr. J. Rudiš-Jičínský a J. M. B. Letovský výbor důvěrníků.

Končím volaje sboru a Nár. Jed. Sok. v tomto novém roce a století hřimavě „Na zdar!“

Franta Filip.

Philadelphia, dne 3. února 1901. — Již tomu delší čas, co v našem orgánu o naší jednotě nic se nenalezalo, pročž chápou se péra, bych aspoň částečně sdělil, jak asi pokračujeme. To se ví,

že moc dobře ne, neb jest to vidět každou schůzi, že místo co máme nosit do spořitelny, tak my to máme opačně, neb už jsme prodělaly za tento rok tři sta dolarů. Co si o tom myslíte, bratři Sokolové? Či jest to vina, že místo abychom vydělali, tak proděláváme? Jen našich členů, že nenavštěvují místnost naši a nebudají, abychom pokročili ku předu a abychom si mohli zbudovati náš vlastní stánek sokolský. Ale vše marno napomínat, když jest jeden proti druhému a žádný pracovat nechce. A proč?

Protože když pracuje výbor, tak ho zas dva nebo tři Sokolové podezřívají, že snad z toho má nějaký výdělek a že pije a kouří každou neděli zdarma. A vše to podezřívání se děje mimo spolek. Proč ti, kdo to miní, neohlásí to ve schůzi? Ale ne, to chodí po domech a roznášá to. To je vidět nesprávné pracování. A takový myslí, že pracuje nejlépe ze všech. A pak druzí to řeknou tomu výboru a ten ve spolkové schůzi se vzdá a nechce nadále pracovat. A já mu dávám za pravdu. Když pracuji pro jednotu správně a mají mne podezřívati druzí Sokolové, tak ať oni si vezmou sami výbor. Ale to pak nechtějí.

Těž je to tak s početním výborem. Zvolili jsme si tři na výbor ten, ale ještě jsme je snad neviděli správně pohromadě, aby vše v pořádku prohlédli. Namísto toho jeden z početního výboru si vezme knihy domů a sám je prohlíží, kdežto ani sám tomu nerozumí, jak jsme to viděli ve schůzi. Jednou ohlašuje, že jsou tolik a tolik zkrátka a podruhé že jim zas přebývá. Z toho jest vidět, že knihy dobře přehlédnuty nejsou a pak se dělají výborům výčitky, kdežto oni za to nemohou. A tak se to u nás dělo v posledním roce. Myslím, že teď, když zasednou nové výbory, že povedou vše správně a že bude různým debatám konec a náš starosta povede naše schůze přísněji, než se dělo dříve, i zakročí, když budou ve schůzi užívány výrazy nepřístojné.

Abych nezapomněl, že jsme si odbyli naše šibřinky, které se nám dosti dobře vydařily, neb počítáme, že přes sto dolarů máme výtěžku.

V prosincové schůzi byli zvoleni následující činovníci:

Starosta Stanislav Tauš, náměstek Jan Jelínek, pokladník Josef Kerhat, účetní Jan Hlub, protokolní tajemník Václav Morávek, početní výbor Karel Biskup, August Příbramský a Bohumil Exler. Ostatní výbory budou voleny v červnu.

Na zdar!

August Příbramský,
307 George St.

St. Louis, Mo., 2. února 1901.— S novým rokem nové povinnosti; letos připadá mi úřad dopisovatele. Rád bych byl zaslal dopis již do minulého čísla "Sokola", však pro nával různé práce a účinkování při rozličných zábavách, jež sbor náš pořádal, opozdil jsem se; doufám, že mi bratři pro tentokrát prominou, příště vše vynahradím.

Sbor náš pořádal veřejné cvičení žactva tělocvičné školy, dne 27. prosince za četné návštěvy obecního. Žáků, Sokolů a čekanců cvičilo úhrnem 146: veškerá cvičení, jakož i hry nacvičeny byly výborně a pořádek při cvičení byl vzorný. Za zvuků různého pochodu sokolského nastoupilo 120 žáků k prostným, která provedli bez chyby. Po té promluvil k nim cvičitel Sokol Aug. Tesar, jehož řeč utkví zajisté účastníkům v paměti. Mnohým z přítomných hostů řeč svou udeřil v citlivé struny srdce. Jsem jist, že slova jeho nezůstala bez účinku, neboť když pak dívky provedly společné cvičení a cvičiteli svému slibovaly, že nadále věrnými budou tělocvičné škole a cvičení pilně navštěvovati chtějí, mnohé oko se zaslilo. Po cvičení udílány byly dárky pilným žákům.

Na Sylvestra pořádal sbor zábavu jako každoročně. Pěvecké odbory Hlahol a Vlasta konaly svoji povinnost. Program byl pestrý a zpěvy dobře nacvičeny. Cvičiteli zpěvu Sokolu Vránovi při té příležitosti věnována skvostná kytice. Cvičební večery zpěvu jsou dosti častě navštěvovány, žel, že pouze mladými členy a čekanci. Tak mnohý z bývalých zpěváků oddal se odpočinku, mnohý ani v tělocvičce činným není. Mohli by tito bratři aspoň ten jeden večer týdně obětovati zpěvu a tak pracovati aspoň v tomto oboru, byli by zároveň příkladem i jiným, což by značně přispívalo k celkové činnosti ve sboru.

Výroční šibřinky, či maskární ples pořádan byl 19. led. a dosti skvěle se vydařil. Zábavní výbor, ať se letos trochu opozdil, napjal veškeré síly, aby si co nejlépe vyzdobil, obrav si za vzor Ja-

pansko. Sín, dekorovaná japonskými slunečníky, vějíři a mnoha svítilnami poskytovala celkem pěkný pohled. Celek byl dovršen, když členové zábavního výboru v japonských kostumech oděni, přinesli panovníka svého "Mikado" na skvostných nosítkách a zabíjeli průvod, k němuž sličné Japanky a ostatní masky se přidružily. Po rozdělení cen nastoupilo 62 Sokolů k reji, který provedli s různobarevnými svítilnami při úplné tmě v tělocvičce. Rej tento zamlouval se velice obecně a vydařil se až na malou chybu jedné čety, dobře — poskytoval, jak se mnozí vyslovili, krásný pohled. Rej byl prací cvičitele Sokola Aug. Tesara, který chtěl též jedním číslem k programu přispěti a spojit cvičení se zábavou. Požádal k účinkování i členy nečvičící a když první večer při cvičení Sokolové nastoupili do řady, která byla tak dlouhá, že nám tělocvična na délku ani nestačila, tu zdálo se, že oči Sok. cvičitele nadšením zrovna sálají, a nemohl se zdržeti, aby nedal výraz citům svým. Právě: "Bratři Sokolové, jak krásným by to bylo, kdybychom častěji v tak hojném počtu ku cvičení se dostavili, jak veselo bylo by nám v tělocvičce, jak bychom se navzájem povzbuzovali ku větší činnosti".

Ano, bratři Sokolové, bylo by to možno, abychom se častěji k pořadovým shromážděním a sice hromadně, jako při posledním reji? Ačkoliv nás byl značný počet, přece byli všickni účinkující Sokolové poměrně dosti mladí a mají zajisté nohy ještě mrštné dosti, aby si mohli jednou za čas "vyšlápnout".

Nyní jsou našim heslem župní závody v příštím červnu a blízkost jejich účinkuje všemi směry. V tělocvičce tuží se dvě řádné čety a mimo to starý Sokol Karel Třiska pilně verbuje vysloužilé veterány do medvědí čety. Na zdar! Výbor na závody pracuje na programu a Sokol J. Vrána zároveň na programu hudebním.

Četa trubačů a bubeníků cvičí nyní v tělocvičce i na nástrojích čety, jedině Sokolky dosud tají, co ony hodlají učinit; chystají také nějaké překvapení sestrám z jiných měst, avšak s barvou ten ještě nechtějí. Tolik je jisto, že navštěvují cvičení nejpilněji.

Jako dřívější léta, pořádá i letos četa trubačů a bubeníků koncert se sólovými výstupy v sobotu 9. března.

Na zdar!

Vác. F. Procházka,
dopisovatel.

Výroční zpráva ústř. výb. Západní župy za r. 1900.

Příjem:

T. J. Sokol v Crete, Neb.....	\$9.35
" " v Milligan, Neb.....	23.30
" " ve Schuyler, Neb.	20.00
" " v Prague, Neb.	11.90
" " Tyrš v Cedar Rapids, Ia.....	17.95
" " Komenský v Humboldt, Neb.....	2.60
" " Žižka v Bruno, Neb.....	4.20
" " v South Omaha, Neb.....	20.40
" " Tyrš v Cedar Rapids, Ia.....	6 10
" " v Plattsmouth, Neb.....	21.20
" " v Omaha, Neb.....	20.60
" " Karel Jonáš, Wilson, Kans.....	3.75
" " " v Abie, Neb.....	6.95
" " Hvězda Západu v Black Wolf, Kans.	1.50
" " Žižka v Bruno, Neb.....	.80
Celkem příjem.....	\$170.60

Vydání:

Poštovné župnímu náčelníku.....	.40
Za tisk 1000 obálek, P. Z.....	\$2 50
Za tisk 100 župních stanov, Osv.....	3 50
Služné jednateli Šebkovi.....	10.00
Poštovné jednateli Šebkovi.....	1.65
Srážka při měnění bankovních poukázek....	.45
Za kvitanční knížky.....	1.50
Za věnec na rakev zemř. Sok. A. Kmenta ...	4 00
Za cvičení jednoty v So. Omaze za říjen a listopad Sok. Jos. R. Fialovi.....	10.00
Poštovné náčelníku br. Bartošovi.....	.80
Služné jednateli Fialovi.....	5.00
Poštovné jednateli Fialovi.....	.85

Celkem vydání..... \$40.65

Do Sok. Jednoty Blesk přijati následující: Josef Čech, Josef Novák a Josef Mrázek. Odstoupil Jan Babka. — Tímto se opravuje oznámené vyloučení V. E. Hirshauera v lednovém čísle na: Odstoupil V. E. Hirshauer. Na zdar! S. Stiegler, jed.

— Do jednoty Čech v Clevelandu přijati Jan Kamenický a Josef Vrbský. Odstupní listinu obdržel Jos. Tomša. Václav J. Štíbr, starosta. Frank Vondrášek, taj.

— Do jednoty v Omaze přijati v říjnu Josef Buřata, v prosinci Ferd. Kuneš a Karel Kořan. Vyloučení Antonín Vlček a Jan Mayer. — V lednu přijati H. Doležal a V. Hajný. Zemřel dne 23. prosince Ant. Kment. Karel Špalek, taj.

— Do jednoty v Crete přijati Josef Vošta, Ed. Vosika, Václav Kasal, Frank Maršánek, Karel Mach, Ed. Kubiček a Frank Fišer. — Navržen T. M. Marek. — Odstoupil Jan Čepelka. Mat. Kuncl, taj.

Čtenářům Sokola Amerického v Americe!

Žádáme slušně všechny zdejší čtenáře Sokola Amerického, by laskavě sdělili jednatelem výk. výboru na adresu: Jan Černý, 437 E. 71st St., New York City, sídla tělocvičných spolků slovanských, a možno-li i místo, kde schůze konají, — pokud nejsou obsaženy v adresáři N. J. S. v Sok. Am. uveřejňovaném. Za jakoukoli zprávu ve smyslu tohoto svolání vzdáváme hned tímto povinný srdečný dik. Výkonný výbor Nar. Jed. Sok. v New Yorku.

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. Fr. Hroch, starosta, 457 Rodney St., Brooklyn, N. Y.; J. Pavlík náměstek, 404 vých. 71. ul.; Jan Černý jednatel, 437 E. 71st St. Max Grabenstein tajemník, 3493—3rd Ave.; F. Lier, pokladník, 410 E. 71st St.; výbor tělocvičný: Ferd. Martyny, F. Bartuněk a A. Jahoda; výbor účetní: Vác. Hampl, St. Kostka a V. Zvoník. 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. Kne-dlbans 420—424 E. 71st St., N. Y., pokl. K. Řehoř, náč. Fr. Bartuněk 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 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., (2. pondělí), taj. Fr. Hroch 457 Rodney st.

SOKOL CLEVELAND, (3. neděle v Sokolovně, roh Central ave. a Plymouth st.), taj. Frank Skala, 16 Beckman 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.) taj. Jos. Janeček 698 Antoine 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. S. FUEGNER, L. I. City, N. Y., (2. sobotu u Wokala, 1 Skill-man ave.) taj., M. Beneš, 85 Sherman st., Rawenswood, L. I.

T. J. SOKOL Newark, N. J., (druhý 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 Sokolo-vně, 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. Říhy, Bohemia House, Ellis st., M. Pl. — Taj. Aug. Sokol, P. O. B. 466.

T. J. SOKOL Westfield, Mass.; (1. a 3. středu v Sokolovně, 118 & 120 Meadow st.), jed. Fr. Náhlavský, 8 Fowler st.

Župa Střední, sídlo v Chicagu, Ill.

Úřadníci župní: Náčelník Antonín 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, 722 W 12th Boulevard.

SOKOL CHICAGO, Chic.; (1. a 3. středu v Sokolovně, 1118 Kedzie ave.), taj. Štěpán A. Šás, 1286 So. Turner Ave.

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

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

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

TĚL. J. SOKOL, Milwaukee, Wis.; (2. a 4. čtvrtek v Čes. Am. Síni) Jos. Jelinek, 613—12th St.

T. J. SOKOL St. Louis, Mo.; (2. a 4. pondělí v Sokolovně, roh 9. ul. a Allen Ave.), taj. Fr. Široký, 4705 Nebraska Ave.

T. JED. SOKOL v Glen Carbon, Madison Co., Ill. — Tajemník Martin Korbelik, Glen Carbon, Ills.

Župa Západní, sídlo v Omaze, Neb.

Ústř. výb.: Starosta (?) taj. J. R. Fiala, 1718 So. 8th St., náčelník Boh. W. Bartoš, 1418 Rear Popleton Ave., John Mathauser, Fr. Máchal a Jos. R. Fiala. — Schůze každý 3. čtvrtek v Sokolovně.

T. J. S. KAREL JONAS, Abie, Neb., (1. neděle) Fr. Marušák, taj. TJS. HVĚZDA ZAPADU, Black Wolf, Kansas, (1. neděle), taj. Jos. Jiříček.

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

TYRŠ O. R. SOK., Cedar Rapids, Ia.; (1. neděle v Sokolovně, 7th ave., bet. 2nd & 3rd st.), taj. V. M. Hlávka, 308—11th Ave.

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

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

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. K. Špalek 1227 So. 15th St.

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

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

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

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

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

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

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

Dr. K. Štulík, pořadatel, 525 S. Lincoln St., Chicago, Ill. Jan Černý, jednatel výk. výb. N. J. S., 437 E. 71st St., New York.

Veškeré 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
koni 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 18
8. Hron Karel: O cvičební soustavě 20
9. Mendík Jan: Povely 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 25
12. Klenka Jos.: Tělocvičné hry pro
pro školy; I. Bez nářadí 15
13. Klenka Jos.: Těl. hry pro školy;
II. S nářadím 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 Václ.: 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 redakcí 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!

Povely 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 cenník a
další
podrobnosti.

v Sonoma

County,

California.

F. Korbel & Bros.,
684-6 W. 12th St.,
Chicago, Ills.

FR. KUBOVETZ

chová na skladě

nejlepší obuv

pro pány, dámy a
dítky.

Má 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 obcer-
stvení a doutníky nejlepší jakosti. —
Elektrické osvětlení a větrník pro
ochlazení. V přízeň se poroučí

F. J. Truneček.

JAN ČEPEK
pozemkový, na oheň a

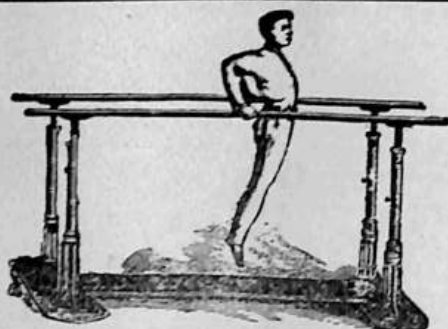
→* život *←

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 levně.

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.

Učme se od začátku!

Základové tělocviku.

Sepsal Dr. Miroslav Tyrš. Cena \$1.00. Objednávejte buď u svých sborů nebo u jednatele výkonného výboru N. J. S.

Dr. Karel Štulík
LÉKAŘ

RANHOJIČ,
325 SO. LINCOLN ST.

Může býti zavolán z kterékoliv 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.

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

Oznamujte v Sokole Americkém.

Blíže sdělí F. Lier, 410 E. 71 St.,
New York.

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