

ROČNÍK IX.

1 / LEDEN 2022

---

# ZPRAVODAJ

SOKOLSKÉ ŽUPY DR. JINDRY VANÍČKA



160  
1862-2022

„Tam svět se hne, kam se síla napře“

---

# OBSAH

---

	strana
ÚVODNÍ SLOVO	3
2022 – Rok sokolských výročí	4
Sokolský běh republiky 2021	7
Olympijský festival 2022	9
SOKOLGYM - Sokolské Brno 2022	10
<b>VŠESTRANNOST</b>	
Odbor všestrannosti na prahu nového roku 2022	11
Župní závod ve šplhu	11
<b>ZPRÁVY Z JEDNOT</b>	
<u>Sokol Brno-Líšeň</u> : Památný den sokolstva	13
Akademie 2021	13
<u>Sokol Bučovice</u> : Závod o pohár studentstva ve sportovní gymnastice	15
<u>Sokol Brno-Královo Pole</u> : Sportování během covidu – virtuální běh	16
<u>Sokol Brno-Židenice</u> : Výlety seniorek – podzim, zima	17
<b>NEKROLOGY: Jan Bartoněk</b>	21
Jan Rychlovský	22
Pavel Rafaj	22
Zimní sporty našich předků	24
A na závěr ...	26

# ÚVODNÍ SLOVO

---



Milé sestry sokolky, vážení bratři sokolové.

Ještě jednou vám všem, kteří jste prováděli ve velmi obtížných podmínkách státních pandemických restrikcí sokolskou činnost ve všech jejich oblastech, patří velké upřímné poděkování. Těchto aktivit bylo třeba pro udržení chodu našich tělocvičných jednot ke cti našeho sokolského hnutí a dobré pověsti značky SOKOL.

Máme velké štěstí, že v současné době žijeme ve svobodné demokratické společnosti. Ne všichni si však plně tuto skutečnost v celém rozsahu uvědomujeme, přestože se na tuto dobu v naší zemi dlouhá léta čekalo a bylo nutno přinést řadu obětí.

V každodenním životě se každého z nás stále více dotýká krize mezilidských vztahů. Je skutečností, že tyto krize zvyšují mezi námi obavy a strach, nejistotu z blízké i vzdálené budoucnosti. Mezi lidmi je stále více nervozity, úzkosti, nevraživosti.

Zamysleme se, prosím, každý z nás nad stávajícími mezilidskými vztahy. V naší společnosti se při vzájemném svobodném jednání vytrácí slušnost, vzájemný respekt a tolerance. Je přirozené, že jsme rozdílní, ale přesto budme jednotní ve společné věci, kterou je náš SOKOL a naše sokolské hnutí.

Jako sokolové posilujme kladné a pozitivní prvky, ne ty, které negativně prohlubují mezi námi příkopy. Vždy je co zlepšovat. Budme svým sokolským chováním a vystupováním vzorem všem ostatním spoluobčanům.

Závěr má být vždy optimistický. Tak tedy, celý letošní rok 2022 si budeme společně připomínat 160. výročí vzniku našeho spolku SOKOL. Řada našich jednot v župě má již více jak stoletou historii (ne vždy svobodně podle sokolské vůle prožitou), která nás však zavazuje pro budoucnost. Pro nás všechny a také pro širokou veřejnost bude jistě velkým svátkem SOKOLSKÉ BRNO 2022, na které se již v jednotách plně připravují naše děti, mládež, ženy a muži. Pevně věříme, že očekávanou radost ze společného setkání nic nepřekazí.

Dovolte mi na začátku roku 2022 Vám všem popřát pevné zdraví, štěstí, rodinnou pohodu, ty nejlepší mezilidské vztahy a co nejvíce sokolských úspěchů.

***„NI ZISK, NI SLÁVU, TUŽME SE a NAZDARI!“***

*Váš župní starosta*

*Ing. Jiří Růžička*

# 2022

## ROK SOKOLSKÝCH VÝROČÍ

200 let od narození Jindřicha FÜGNERA (12. září)

190 let od narození Miroslava TYRŠE (17. září)

160 let od vzniku tělocvičného spolku SOKOL (16. února)

140 let od konání 1. všesokolského sletu (18. června)

**Jindřich FÜGNER** (narozen jako Heinrich Anton Fügner) – 200. výročí narození

\* 12. 9. 1822 Praha, †15. 11. 1865 Praha-Nové Město; český tělocvikář a zakladatel spolku Sokol.

Původně se věnoval obchodu, později pojišťovnictví. Vzdělával se, věnoval se hudbě, společenským zájmům a sportu. Soukromým studiem a dlouholetým studiem v cizině získal všestranné vzdělání, široký rozhled a ovládal několik jazyků. Když se ve vlasteneckých kruzích seznámil s Miroslavem Tyršem, pomáhal mu založit český tělocvičný spolek - *Sokol Pražský* a stal se jeho prvním starostou. Navrhl a zavedl tykání všech členů a oslovování „bratře“, rovněž přišel jako první v červené blůze, která se stala součástí sokolského stejnokroje. Zasloužil se o výstavbu první sokolovny v Sokolské ulici (bývalé Hradební) v Praze.



Jindřich Fügner

Miroslav Tyrš

## Miroslav TYRŠ (narozen jako Fridericus Emanuel Tirsch) – 190. výročí narození

\*17. 9. 1832 Děčín, †8. 8. 1884 Oetz; český národní obrozenec německého původu, kritik, historik umění, estetik a univerzitní pedagog. Podílel se na vzniku organizovaného tělocvičného hnutí v Čechách, zejména na založení Sokola, a je autorem českého tělocvičného názvosloví.

Tyrš se do české historie zapsal především jako spoluzakladatel a vůdčí ideový i organizační činitel Sokola; byl rovněž iniciátorem prvního všesokolského sletu v roce 1882. Přál si, aby sokolství - v duchu starořeckého ideálu kalokagathie - pěstováním tělesné zdatnosti a brannosti přispívalo k harmonickému rozvíjení lidské osobnosti a národní kultury.

Byl jedním ze zakládajících členů tělocvičného spolku *Sokol Pražský* na jaře roku 1862. Byl v letech 1862 až 1864 jeho prvním tělocvičným (a placeným) náčelníkem a práci se věnoval naplno. V únoru 1882 předložil cvičitelskému sboru Sokola Pražského základní sokolský dokument *Základové tělocviky*, později nazývaný „Tyršova soustava“, který se stal i základem sestav pro sletová cvičení. Stanovil také sokolské zásady (síla a mužnost, činnost a vytrvalost, láska k volnosti a vlasti, dobrovolná práce a kázeň, vzájemný bratrský vztah členů).

Při ozdravném pobytu v Ötzu utonul v říčce Ötztaler Ache u osady Habichen v Tyrolských Alpách.

## SOKOL – 160 let od založení



Z iniciativy Miroslava Tyrše a Jindřicha Fügnera došlo **16. února 1862** v tělocvičně české reálky v Panské ulici v Praze k založení českého spolku *Tělocvičná jednota pražská* se znakem sokola v letu. Na zakládající valnou hromadu se dostavilo 75 členů. Starostou byl zvolen Jindřich Fügner a místostarostou (později náčelníkem) Miroslav Tyrš. Jako předloha pro tvorbu spolkových stanov posloužily stanovy německého *turnerského* spolku a do českých stanov přidal Tyrš šerm a k vycházkám do přírody zpěv. Teprve v roce 1864 došlo po úpravě stanov ke schválení spolku s novým názvem *Pražská tělocvičná jednota Sokol*. „Sokoly“ se členové spolku označovali až od roku 1870. Tyršovým záměrem byla za pomoci tělocviky a jeho veřejné prezentace snaha o sjednocení národa a vybudování národní uvědomělosti.

Tyršova tělocvičná soustava vycházela z antiky, proto se také její součástí od počátku staly běh, skoky, hod diskem, hod oštěpem, box a zápas. V letech 1867–1869 přidal Tyrš soutěže v atletice (běh, skok do výšky, skok o tyči, skok do dálky) a ve vzpírání. Nářadové cvičení přibýlo až v roce 1871. V roce 1865 se objevilo u dvou jednot plavání, veslování a boxování, v jedenácti se zápasilo, sedm jednot zavedlo šermování a jedna se věnovala bruslení. Postupně přibýla střelba a jízda na koni. Značnou oblibu mělo úpolové cvičení. České tělocvičné názvosloví a tělocvičnou soustavu vydal Tyrš v roce 1873 v díle „Základové tělocviky“.

Hlavní motto oslav 160. výročí vzniku Sokola v roce 2022 je heslo: „*Tam svět se hne, kam se síla napře.*“

## Vyzvání.

**Spolek tělocvičné jednoty Pražské** bude odbývat v neděli dne 16. února o 10 hodině předpolední valnou schůzku v tělocvičném ústavě pana Malypetra v panské ulici, v II. poschodí domu české realky. Poněvadž se v schůzce této voliti bude výbor a starosta jednoty, tedy se očekává hojně účastenství.

O účelu a prospěšnosti tělocvičné jednoty netřeba zde šířiti slov, toliko podotýkáme, že do tělocvičné jednoty vstoupiti může každý bez rozdílu stavu; zejména upozorňujeme na tuto příležitost zdravého cvičení těla: mělce, obchodníky, průmyslníky a takové řemeslníky, kteří za svým povoláním málo příležitosti mají tělu svému dostatečného poskytnouti pohybu. Též studentstvo naše k četnému vyzýváme přistoupení.

Kdo se ještě za úda jednoty nepřihlásil, může to učiniti buď v administraci Národních Listů v uršulinské ulici v tiskárně Jeřábkové, aneb v tělocvičném ústavě v panské ulici, v domě české realky. Před valnou schůzkou budou též vyloženy archy, do nichž se budou moci nově přistupující údové zapisovati.

JUDr. **Julius Grégr**,  
redaktor „Národ. Listů.“

V Praze dne 13. února 1862.

## 1. VŠESOKOLSKÝ SLET – 140. výročí



*Jubilejní slavnost Sokola Pražského* v roce 1882 je uváděna často jako **I. všesokolský slet**. Byla uspořádána **18. června 1882** v Praze na Stěřeckém ostrově. Před 2500 diváky zacvičilo 696 cvičenců gymnastickou sestavu za účasti Miroslava Tyrše, a Prahou prošel slavnostní průvod 1600 krojovaných Sokolů.

Helena Ryšková,  
župní vzdělavatelka



## 28. 10. 2021 Sokolský běh republiky

**Sokolského běhu republiky se zúčastnilo více než 5000 závodníků.  
Běželo se i v Babicích nad Svitavou**

*To byla panečku oslava! Čtyřiačtyřicet závodů po celé zemi, ve městech i v malých vesničkách. Sokolský běh republiky rozhýbal přes 5000 běžců všech věkových kategorií. Neběželo se ale jen v Česku, přidalo se i San Francisco, Washington, Ottawa a španělské Cabo Roig. A na mapě nechyběly ani Babice nad Svitavou!*



Sluncem zalité Babice nad Svitavou se 28. října ve 14 hodin rozběhly, aby si připomenuly výročí republiky a navázaly na více než stoletou sokolskou tradici z podzimu roku 1919. Tehdy, při příležitosti prvního výročí vzniku Československa, připravili sokolové do té doby nevídanou sportovní akci, která umožnila účast co největšího počtu sokolů a sokolek – tzv. rozestavný běh s cílem v Praze.

První ročník měl před 102 lety 8 500 účastníků. Letos to bylo více než 5000 nadšených závodníků po celém světě, a možná v nadcházejících ročnících překročíme i magickou hranici z meziválečného období. Sokolský běh republiky je ale v první řadě radostí z pohybu a oslavou významného okamžiku v dějinách naší země.

Na závodě v Babicích nad Svitavou se sešlo celkem 70 účastníků, z toho 27 dětí. Počasí během celého svátečního dne bylo vydařené a krásně nechalo vyniknout všem barvám podzimní přírody. V areálu sokolovny se účastníci začali scházet kolem poledne, kdy byla zahájena registrace dětského závodu. Startovní čísla a drobné dárky, které byly součástí startovního balíčku, malé závodníky velmi potěšily. Závod mladších dětí byl odstartován ve 13 hodin, závodníci a závodnice běželi po vyznačené trase kolem sokolovny, přes zahradu pana Jahody a kolem obecního úřadu zpět do sokolovny. V kategorii mladších chlapců se na prvním místě po dramatickém závěru umístil Filip Kosař (Babice n. Svit.) před druhým Mikulášem Drábkem a třetím Šimonem Truksou (Podolí). V kategorii mladších dívek

zvítězila těsně Karolína Flekačová (Podolí) před druhou Lucií Míčovou a třetí Jolanou Houdkovou (obě z Babic n. Svit.). Ve 13:15 se na start postavili hoši a dívky ze starší dětské kategorie. Jejich trasa vedla ze sokolovny dolů kolem obecního úřadu, dále Na Mordovny a zpět kolem pomníku padlých rudoarmějců, po Třešňovce nahoru k sokolovně. Trať to byla náročná, s velkým převýšením.



V kategorii chlapců s přehledem zvítězil David Došek (Babice n. Svit.) před druhým Vojtěchem Redlichem a třetím Davidem Flekačem (oba z Podolí). V kategorii dívek zvítězila Kristýna Pavlíková před Barborou Pazuchovou a Terezou Truksovou (všechny z Podolí). Ceny vítězům předával ambasador našeho Běhu republiky pan Vít Weinberger a starosta Sokolské župy Dr. Jindry Vaníčka bratr Jiří Růžička.



Hlavní závod byl odstartován ve 14 hodin. Účastníci vyrazili po stejné trase jako při prvním ročníku Sokolského běhu republiky. Trasa vedla ze sokolovny přes vesnici až k domu rodiny Golíkových, dále pak přes les kolem památníku 10 let ČSR, k pomníku Antonína Ševčíka a směrem na Křtiny, kolem Malé Macochy, přes Stádlu zpět dolů do sokolovny. V kategorii mužů se na prvním místě umístil Patrik Bejček (Brno), za druhým Petrem Kolářem

(Kanice) a třetím Petrem Kovářem (Kanice). V kategorii žen se na prvním místě umístila Lenka Přikrylová (Endeka Bassta team), před druhou Adélou Kočí (Brno) a třetí Lenkou Meranovou (Brno). Výborného výsledku v hlavní kategorii dosáhli i Jan Golík (9. místo, Babice n. Svit.) a Egon Weinberger (19. místo, Babice n. Svit.), kteří svým věkem spadali do kategorie dětského závodu.

Účastníkům blahopřejeme za skvělé výkony a děkujeme všem, kteří se podíleli na realizaci této sportovní akce.

Jedním z hlavních hesel letošního závodu bylo „Ve zdravém těle zdravý duch“ - co víc si můžeme pro sebe i své blízké přát? A proto:

*Sportu zdar a na viděnou 28. října 2022 na 4. ročníku Sokolského běhu republiky!*

*Martina Houdková,  
Sokol Babice nad Svitavou*



## ZIMNÍ OLYMPIJSKÝ FESTIVAL 2022



Od 4. do 20. února 2022 se v Brně uskuteční zimní Olympijský festival. Bude to v areálu Nové Zbrojovky u vlakové zastávky Brno Židenice.

Projekt, který vzniká ve spolupráci města Brna, Jihomoravského kraje a Českého olympijského výboru, se v Brně poprvé představil v roce 2018 v areálu brněnského výstaviště. Podruhé to bylo během loňské olympiády v Tokiu, takže ten letošní festival bude již třetím. Po Lucii Šafářové a Adamovi Ondrovi bude ambasadorem zimního Olympijského festivalu 2022 krasobruslař Tomáš Verner. Objeví se nejen na zahájení, ale i v průběhu akce,

Olympijský festival nabídne více než deset zimních sportů. Nebude chybět biatlon, curling, snowpark, skokanský můstek, nebo běžkařská dráha. Podle předsedy ČOV Jiřího Kejvala je pro základní a střední školy z Jihomoravského kraje připraven speciální sportovní program, který bude probíhat každý všední den dopoledne a děti si budou moci vyzkoušet až pět sportů pod odborným vedením.

Je potěšitelné, že Olympijský festival zatím vždy přilákal ke sportu děti a mládež, v létě tvořili 80% návštěvníků rodiče s dětmi. Pořadatelé věří, že tomu tak bude i letos.

Záleží však na epidemiologické situaci v České republice začátkem února, proto organizátoři spolupracují s Hygienickou stanicí Jihomoravského kraje.

Věříme, že se znovu podaří k zimním sportům přilákat nejen děti, ale i širokou veřejnost.



Datum konání: 4. - 20. února 2022

Místo: Areál Nová Zbrojovka u vlakového nádraží Brno-Židenice

Vstupné: 50 Kč, zdarma děti do 12 let a senioři nad 65 let

Otevírací doba: Po, út, st, čt, ne - 9:00 - 18:00

Pá, so - 9:00 - 19:00

Aktuální informace lze nalézt na [www.olympijskyfestival.cz](http://www.olympijskyfestival.cz)

## SOKOLGYM 2022 - SOKOLSKÉ BRNO 2022

Ve světě snad neexistuje sportovní událost, která by měla delší tradici než sokolský slet. Ten první se konal v Praze již v roce 1882, tedy před 140 lety, ten zatím poslední, XVI. všesokolský slet, se uskutečnil v roce 2018.

Jednotlivé slety dělí od sebe tradičně šest let. Aby sokolové ukázali, že ani v mezi-sletovém období nezházejí, vznikla v roce 1996 nová tradice, SOKOLGYM. V Brně se tento projekt konal již čtyřikrát, vždy byl podporován krajem i městem. Tentokrát byl připravován na rok 2021, vzhledem k pandemii se však nemohl uskutečnit. I když nás koronavirus stále obchází, věříme, že se podaří SOKOLGYM uspořádat v roce 2022, a stane se součástí oslav 160. výročí založení Sokola.

SOKOLGYM 2022 se uskuteční ve čtyřech městech, která v době konání akce získají přívlastek „Sokolské město“. Bude to Brno, Ostrava, Pardubice a Plzeň. Ve všech těchto městech se chystají pódiová vystoupení, hromadné sklady, sportovní soutěže a také výstavy a kulturní akce. Cílem je představit veškeré činnosti Sokola – sport pro všechny, výkonnostní sport i kulturu, a prezentovat sokolskou misi *Vedeme Čechy k pohybu a společné aktivitě*.

**Sokolské Brno 2022** se uskuteční ve dnech 10. až 12. června 2022, jeho pořadatelé jsou Sokolská župa Dr. Jindry Vaníčka a Sokolská župa Jana Máchala, které mají sídlo v Brně. Na páteční odpoledne se pro předškolní děti připravují soutěže a hry, pro všechny pak komentované procházky historickou částí Brna. Program v sobotu 11. června bude pestrý: Olympijský šplh v OC Olympia, plážový volejbal na hřišti na přehradě, v tělocvičnách utkání v basketbalu, stolním tenise a florbalu, v areálu Sokola Brno I pak přehlídka pódiových skladeb, horolezecká stěna, airtrack a na Špilberku Gala večer. Sokolský svátek vyvrcholí v neděli 12. června, kdy sokolský průvod projde městem na Kounicovu ulici a na hřišti Sokola Brno I pak bude přehlídka hromadných skladeb. Vystoupí na ní sokolové od těch nejmenších dětí, které cvičí s rodiči, předškoláci, žactvo, dorost, dospělí cvičenci i ti nejstarší, Věrná garda.

Nácvik hromadných skladeb je v tělocvičných jednotách již v plném proudu a probíhají také nácvičné srazy. Zájem o účast je veliký, je přihlášeno přes čtyři tisíce cvičenců z celé republiky.

*Držme palce, ať se SOKOLGYM – SOKOLSKÉ BRNO 2022 vydaří!*

*Helena Ryšková,  
za organizační výbor*



# V Š E S T R A N N O S T

## Odbor všestrannosti na prahu nového roku 2022

Vážené sestry, vážení bratři,

v letošním roce, kdy si při připomínáme 160. výročí založení Sokola, se trpělivě připravujeme na projekt Sokolgym 2022, který se v loňském roce z důvodu protiepidemických opatření neuskutečnil.

V nelehké situaci nejen celostátně, ale i ve vašich tělocvičnách, vynakládáme úsilí a energii, abychom veřejným vystoupením předali veřejnosti radost ze společného pohybu a důkaz toho, že i v těžkých dobách lze cvičení úspěšně zvládnout. Věřím, že se nám přes všechna úskalí vše podaří k radosti a krásným zážitkům nás všech a dodá nám do dalšího období ještě větší sílu a soudržnost. Přejme si, aby byl Sokol vidět a prezentací našich vystoupení se podpořily jeho hodnoty jako neúspěšnějšího tělovýchovného spolku.

Kromě mezikolektivního projektu připravuje náčelnictvo také tradiční akce – župní přebory v plavání, gymnastice, atletice a Zálesácký závod zdatnosti. Nezapomínáme ani na společné výlety do přírody a plánujeme vycházku na novou rozhlednu Liduška v Bílovicích nad Svitavou.

Letošní rok je také rokem volebním, a tak apeluji na vás, abyste ve svých řadách i v okolí oslovili ochotné, nadšené, šikovné, ale především čestné činovníky.

Všem členům i příznivcům přeji hodně zdraví, štěstí a těším se

*NA SHLEDANOU NA ZNAČKÁCH!*

*Hana Kvapilová,  
za náčelnictvo župy*

## Župní závod ve šplhu 2021

Opět šplh! Po roce se sešli cvičenci na Župním závodě ve šplhu. Závody byly připraveny, ale jednoty, které se vždy zúčastňovaly, byly asi zaskočeny covidem a tak šplhali jen cvičenci ze Sokola Brno-Královo Pole. I tak byla úroveň velmi dobrá a „šplhouni“ spokojeni. Doufám, že příští rok se vše zlepší a bude více cvičenců.

Na ZDAR ZÁVODU v příštím roce!

*Eliška Šrubařová,  
místonáčelnice župy*



*Nástup závodníků*



*Jan Tichý*

## VÝSLEDKY ŽUPNÍHO ZÁVODU VE ŠPLHU 21. 10. 2021

### MLADŠÍ ŽÁCI I - 3 m tyč

1. Antonín Pospíšil	2,69
2. Hubert Lamplota	3,73
3. Adam Buček	4,21
4. Jan Vašek	5,30
5. Jakub Zoubek	5,63
6. Kristián Lukáš	7,64

### STARŠÍ ŽÁCI III - 4,5 m tyč

1. Jan Tichý	2,39
2. Vincent Červený	3,68
3. David Nehyba	5,00

### STARŠÍ ŽÁCI IV - 4,5 m tyč

1. Martin Hladík	2,78
------------------	------

### MUŽI - 4,5 m lano bez přírazu

1. Jakub Nantl	3,24
----------------	------

### MLADŠÍ ŽÁKYNĚ I – 3 m tyč

1. Anna Maňoušková	2,53
2. Ella Trojanová	3,07
3. Anežka Palovská	5,67

### MLADŠÍ ŽÁKYNĚ II – 4,5 m tyč

1. Monika Perníčková	8,19
2. Tereza Filipová	8,30
3. Hedvika Francová	16,84

### STARŠÍ ŽÁKYNĚ IV – 4,5 m tyč

1. Zuzka Tichá	8,84
----------------	------

### DOROSTENKY - 4,5 m tyč

1. Zuzka Kaňáková	6,92
-------------------	------

*Všichni závodníci jsou ze Sokola Brno-Královo Pole*

## ÚSPĚŠNÍ ZÁVODNÍCI VE ŠPLHU 2021



*Vincent Červený, Jan Tichý  
a David Nehyba*



*Zuzky Tichá a Kaňáková*



*Martin Hladík a Jakub Nantl*



## ZPRÁVY Z JEDNOT

---

### SOKOL BRNO-LÍŠEŇ

#### 8. říjen – Památný den sokolstva

Datum 8. října bylo zvoleno jako připomínka tragických událostí roku 1941. V noci ze 7. na 8. října 1941 gestapo v rámci "Akce Sokol" zatklo na 1500 sokolských činovníků z ústředí, žup i větších jednot. Byli mučeni, vězněni, deportováni do koncentračních táborů. Plných 93 % z nich do konce války zahynulo. Ještě během této noci podepsal Reinhard Heydrich úřední výměr o rozpuštění České obce sokolské, kterou nacisté považovali za nejnebezpečnější domácí organizaci, jejíž organizační aparát sloužil v masovém měřítku odbojovému hnutí.



V Líšni jsme si tento den připomněli zapálením svíček u pamětní desky, která zdobí venkovní zeď naší sokolovny. Nad hlavním vstupem do budovy visel slavnostní prapor a v sobotu 9. října 2021 jsme uspořádali podzimní výlet. Naše cesta vedla z Útěchova po zelené turistické značce (Brněnská podkova) do Bílovic nad Svitavou, odtud jsme pak došli po červené značce (cesta S. K. Neumanna) do Obřan. Celý den byl krásný, slunečný a plný vůní podzimní přírody.

*Hana Chmelová,  
náčelnice odboru všestrannosti,  
Sokol Brno - Líšeň*



#### Jaká byla Akademie 2021 v Sokole Líšeň?

Jedním slovem - parádní. Při dodržení všech epidemiologických opatření se nám podařilo 23. listopadu 2021 uspořádat Akademii. Očkovaných návštěvníků i tanečníků bylo sice méně než jindy, ale atmosféra byla vynikající.

Jako první vystoupila Taneční skupina Sokola Líšeň, *Esperanza*. V choreografii Michaely Vrbové dívky předvedly temperamentní číslo na hudbu španělského zpěváka Alvaro Solera, *La Cintura*. Krásné blyštivé kostýmy od Evy Vrbové skvěle vystihly žhavý jižanský temperament.

Svoje sportovní dovednosti nám ukázali naši nejmladší sokoláci v doprovodu rodičů. Pod vedením cvičitelek Jany Šuhajové a Terezy Nevrtalové skotačili po lavičkách, probíhali tunelem, zvládli kotoul vpřed, kličkovali mezi tyčkami. Předškoláci s cvičitelkou Markétou Pálenskou obohatili program ukázkou rozcvičky, kterou zahajují svoje střední cvičení.



Taneční skupina Sokola Líšeň *Roxanne* ohromila diváky svojí skladbou se stuhami pod názvem *Angels*. Autorky choreografie, Michaela Alexová a Pavla Černá, dokázaly zúročit pohybové umění dívek, které tančí už několik let. Černobílé kostýmy s krajkovou aplikací zdůraznily věčný boj dobra se zlem.

Každý rok se snažíme pozvat zajímavé hosty. Letos s námi vystoupily dvě žákyně ZUŠ Antonína Doležala. Paní učitelka Jana Vondru připravila krásné pěvecké vystoupení desetileté Michaely Němcové s písní Jiřího Šlitra *Marnivá sestřenice*. Nádherný hlas dvanáctileté Viktorie Veselé a známá melodie Jaroslava Ježka *Klobouk ve křoví* určitě pohladila duši každého v sále.

Kroje a národopisný soubor Líšňáček k naší akci již neodmyslitelně patří. „Teta Hela“, jak děti důvěrně oslovují vedoucí souboru Helenu Vrchotovou, nás přenesla do doby, kdy řemesla byla hlavní lidskou činností.

To nejlepší patří na konec. Taneční skupina Sokola Líšeň *Mystery* celou Akademii uzavřela. Na skladbu Eltona Johna *I'm Still Standing* choreografka Hana Závodská připravovala tanec se souborem již před dvěma lety jako svatební překvapení pro nevěstu Míšu Krásnou. Preciznost provedení, rytmus a energie, ladné pohyby doplněné slavnostními kostýmy jsou pro *Mystery* charakteristickými rysy.



Dotací nás podpořila MČ Brno–Líšeň. Díky tomu si všichni účinkující pochutnali na voňavých pernicích a bonbónech. Každá naše taneční skupina získala také příspěvky na kostýmy. Velké poděkování patří všem, kteří nám pomohli celou akci připravit.

Hana Chmelová,  
náčelnice odboru všestrannosti,  
Sokol Brno - Líšeň



## **SOKOL BUČOVICE**

### **Gymnastka Aneta Hrozková zlatá v závodě O pohár studentstva**

Po dvouleté pauze, způsobené epidemickou situací, mohl náš oddíl opět navázat na přerušovanou tradici při pořádání závodu O pohár studentstva a přeboru Sokolské župy Dr. Jindry Vaníčka ve sportovní gymnastice dívek.

Do sportovní haly ZŠ Bučovice 710 se tak v sobotu 6. listopadu 2021 znovu vrátila závodní sportovní gymnastika. Vzhledem k dlouhému přerušení tréninkové i závodní činnosti organizátoři s napětím očekávali, jestli se podaří na uvedenou tradici navázat. Do poslední chvíle přitom visel otazník nad tím, zda bude vůbec povoleno akci uspořádat, jaká bude účast i úroveň závodu. A skutečnost předčila očekávání.

K naší velké radosti byl závod podpořen účastí 15 družstev z celé Moravy a v Bučovicích se tak sešla velmi kvalitní konkurence, která nabídla atraktivní a vyrovnaný závod s nečekaným výsledkem pro pořadatelský oddíl.

V soutěži družstev se svedla mimořádně vyrovnaná bitva o stupně vítězů, kdy vítězství na svoji stranu nakonec strhla děvčata SGC Ostrava A před oddílem T. J. Sokol Brno I a GK Šumperk. Rozdíl mezi prvním a třetím místem přitom činil pouhých 0,6 bodu, takže do poslední chvíle nebylo možné ani odhadnout, kdo nejvyšší příčku nakonec obsadí.

Největší překvapení a obrovskou radost pro domácí však přinesl závod jednotlivkyň. Všechny soupeřky z mnohem větších oddílů totiž zcela nečekaně překonala domácí Aneta Hrozková, která se z rukou starosty našeho města Jiřího Horáka mohla nechat ozdobit zlatou medailí a převzít pohár pro vítězku! Nutno podotknout, že Aneta se připravuje v Brně a její úspěch je tak zásluhou její disciplíny, rodinné podpory a tréninkového nasazení, což se v závodě naplno projevilo. Poděkování za její výsledek tak směřuje i do Sokola Brno I, který poskytuje podmínky pro její rozvoj. Stříbrnou pozici potom obsadila Eva Martináková z SGC Ostrava a bronzovou Kateřina Macháčková z ŠK Uherský Ostroh.

Vrcholem závodu potom bylo finále na kladině, do kterého postoupilo šest nejlepších závodnic na tomto náradí z hlavního závodu. Soutěž byla opět mimořádně vyrovnaná, když první dvě závodnice měly shodnou známku 11,6 b. O vítězce tak muselo rozhodnout pomocné kritérium – známka z hlavní soutěže. Z prvního místa se tak nakonec mohla radovat Kateřina Macháčková, druhá byla Veronika Gillarová a bronz opět putoval do Bučovic zásluhou Anety Hrozkové, která si na krk pověsila druhou medaili ze závodu.

Náš oddíl sportovní gymnastiky děkuje všem organizátorům, podporovatelům i příznivcům za to, že se úspěšně podařilo navázat na přerušovanou sportovní tradici. Odměnění nakonec byli všichni – každá závodnice drobnou pozorností a ostatní už jen samotnou radostí z návratu dětí do tělocvičen a na závodníště.

*Petr Stavělík,  
Sokol Bučovice*



*Stupně vítězů:*

- 1. Aneta Hrozková – T.J. Sokol Bučovice*
- 2. Eva Martináková - SGC Ostrava*
- 3. Kateřina Macháčková - ŠK Uher. Ostroh*



## SOKOL BRNO-KRÁLOVO POLE

### **Sportování během covidu – virtuální běh**

V době přísných karanténních opatření nelze pořádat akce vůbec, nebo jen s velmi omezeným počtem účastníků. Pak se vyhlásí běh jako virtuální. Stanoví se termín (nejčastěji celý týden), kdy zájemci stanovenou trasu absolvují samostatně. Důkaz předloží záznamem z "chytrých hodinek" - datum, trasa, čas. Údaje se automaticky stáhnou po připojení hodinek k počítači a nastartování aplikace. Webový odkaz na záznam se pošle pořadateli, který po uplynutí termínu vyhlásí pořadí.

V této „covidové“ době jsem absolvoval dalších sedm jednorázových běhů pořádaných virtuálním způsobem bez vyhodnocení oficiálního pořadí.

Celkem jsem v roce 2020 absolvoval 33 běžeckých akcí s celkovou délkou 220,6 km.



Na všech akcích jsem vždy startoval v jasně zeleném tričku T. J. Sokol Brno–Královo Pole, a tato jednota byla vždy uvedena ve startovní listině.

Zúčastnil jsem se těchto běžeckých seriálů:

Brněnský běžecký pohár: účast: 7 závodů z 8, ve věkové kategorii muži E (70+).  
3x 3. místo, 2x 4. místo a 2x 5. místo.  
Celkově 2. místo z 16 účastníků.

TRIEXPERT Cup: účast: 12 závodů z 12, ve věkové kategorii muži E (70+).  
7x 2. místo a 5x 3místo.  
Celkově 2. místo z 11 účastníků.

Brněnské běhy: účast: 7 závodů z 9, ve věkové kategorii muži 40+.  
1x 6. místo, 1x 8., 1x 9., 3x10. a 1x 11.  
Celkově 6. místo z 11 účastníků.

*Bohuslav Doňar,  
Sokol Brno-Královo Pole*



## SOKOL BRNO-ŽIDENICE

### **Výlety seniorek: podzim 2021**

Hlavním cílem našeho listopadového výletu byla přehrada na řece Oslavě nedaleko Velkého Meziříčí, vodní dílo Mostišť. Jely jsme tedy do Velkého Meziříčí, kde nás očekával můj bývalý kolega, místní občan, který nás pak doprovázel. Než nám jel další autobus, krátce jsme se prošli městem, ležícím na soutoku řek Oslavy a Balinky. Na prohlídku všech jeho pamětihodností nebylo moc času, to si musíme nechat na jindy. A tak jenom pohled na novogotický zámek, na náměstí pak kostel sv. Mikuláše a krásná radnice.



Z Meziříčí pak vedla naše cesta do Vídně (autobusem za 4 Kč).



Odtud už to bylo blízko k přehradě. Je to vodárenská nádrž, dokončena byla v roce 1961.

*Mostišťská přehrada je moje „srdeční záležitost“. Jako geodet jsem tam kdysi jezdila měřit vodorovné a svislé posuny hráze, vytyčit zátopovou čáru a ochranné pásmo. Lidé, se kterými jsem se tam při práci setkávala, byli velmi milí a přátelští. Ráda na to vzpomínám. (HR)*



*Pod přehradou*



*Nemocnice sv. Zdislavy*

Blízko přehrady je Nemocnice sv. Zdislavy, pro kterou byly využity některé budovy, sloužící v době výstavby vodního díla jako zařízení stavenišť. My jsme si do nemocničního bistra zašli na kávu. Po příjemném občerstvení jsme se vydali do obce Mostiště.



Na kopci na levém břehu Oslavy stojí v Mostištích kostel sv. Marka, chráněný jako kulturní památka ČR. Původně románský kostel ze 13. století byl později upraven ve slohu gotickém. Vede k němu točitá cesta a obklopuje ho pěkně udržovaný hřbitov.



Pokračovali jsme po cyklostezce po pravém břehu Oslavy, až byl na dohled dálniční most Vysočina.





Před Meziříčím jsme odbočili do lesa, prošli pod kamenným železničním viaduktem a pustili se po sjezdovce vzhůru na Fajtův kopec (555 m n. m.).

Nachází se tam SKI areál a 36 m vysoká rozhledna ve tvaru šroubovice DNA.



A pak už jsme sešli do Velkého Meziříčí, rozloučily se s naším pánským doprovodem a odjely autobusem do Brna.

### **... a první výlet roku 2022**

Na první letošní výlet jsme se vypravily za slámovým betlémem. Bylo to v pátek po Třech králich, mráz a modrá obloha, celý den nám svítilo sluníčko. Jely jsme autobusem do Viničných Šumic a odtud šly lesní cestou kolem pozůstatků středověkého hradiště Vildenberk vzhůru k Žalmanově studánce. Tam se cesta stočila a pokračovala směrem k Pozořicím. A brzy jsme byly u cíle. V místní části Pozořice – Jezera už po deváté zdobí náměstíčko pod košatou lípou rozsáhlý slámový betlém. Je zde k vidění na padesát figurín v životní velikosti. Kromě jesliček s Ježíškem, jeho maminkou, sv. Josefem a nezbytným oslem a volkem jsou tu muzikanti, ovečky, velbloudi, sloni, žirafy, rezník s prasetem v neckách, kolář,

vozka se dvěma koníky, selka stloukající máslo a mnoho dalších. Každý rok tu mají něco nového a dočkali se i zápisu do České knihy rekordů.



Po prohlídce tohoto unikátního betlému jsme pokračovaly do Pozořic a než nám přijel autobus, občerstvily jsme se kávou v místní cukrárně.

Tříkrálový výlet byl hezkým zahájením nového roku 2022.

*Helena Ryšková,  
Sokol Brno-Židenice*



## NEKROLOGY



Mgr. Jan **BARTONĚK** \* 12.11.1945 † 18.10.2021

S bratrem Janem Bartoňkem jsme se rozloučili 25. října 2021 v kostele sv. Vavřince v Brně-Řečkovících. Kromě pozůstalých a příbuzných se rozloučení účastnilo mnoho sokolů a přátel, kostel byl plný. Po mši sv. pronesl krásný proslov starosta řečkovického Sokola, bratr Marek Gut. A protože Jana Bartoňka – i přes dlouholeté sokolství – ti mladší stále oslovovali „pane“, zůstalo u tohoto oslovení.

**„Pane Bartoňku, děkujeme za všechno...“**

Jana Bartoňka jsem poznal při své práci ve výboru řečkovického Sokola. Jak se říká - byl sokol tělem i duší. Málokdo věnoval tomuto spolku tolik času a energie. Bez jeho nezištné a obětavé práce se neobešla téměř žádná významnější událost. Kdykoliv bylo potřeba něco zařídit nebo vyřešit nějaký problém, většinou to končilo větou: „Zavolejte k Bartoňkům...“. A pan Bartoněk vždy ochotně šel a udělal, co bylo třeba.

Mám na něj však ještě silnější vzpomínky. Píše se rok 1992 a máme první setkání budoucích stárků na obnovených Řečkovických hodech. Pan Bartoněk je chlap jako hora (jak taky ne, když je to aktivní sokol – „těžkoatlet“). Svým širokým úsměvem a nakažlivým nadšením k pořádání čehokoliv si nás okamžitě získal. Toto setkání odstartovalo sled událostí, které jsme my, ani on sám asi nečekali. Dokázal totiž dát dohromady partu mladých lidí, se kterými nerozlučně spojil zbytek svého života. A zdaleka nešlo jenom o hody. Přidaly se společné výlety, Mikulášská besídka, plesy a mnoho dalších událostí.

Stal se duchovním otcem spolku, který si dodnes říká Řečkovická třináctka. Zasloužil se tak nepřímo o to, že mnozí aktéři si zde našli své životní partnery, vychovávají dnes své děti – a děti jejich dětí - a budují tak novou generaci.

Po 30 let každoročně vezl máju z Mokré Hory až na pivovar, řídil její stavění, vedl průvod krojovaných do hodového areálu, aby v neděli po hodech skončil se stárky ve sklípku při družné zábavě.

Díky jeho dlouholeté přítomnosti jsme se od něj naučili mnohému - jak být cílevědomí, ochotní pomoci, udělat něco pro druhé, zajímat se o život kolem nás, ale také nebát se říci svůj názor a spoustu dalších užitečných věcí.

Víc už toho nestihnul. V pondělí 18. října 2021 nás navždy opustil. Je teď na nás, abychom v jeho práci a nadšení pokračovali.

Loučíme se s řečkovickou legendou - člověkem, který zůstane uložený hluboko v našich srdcích. Vždy po hodech se mu pravidelně dostávalo té pocty, že jsme ho my, stárci, vynesli na ramenou ven z areálu. V den jeho pohřbu jsme mu tuto poctu mohli prokázat naposledy.

**„Pane Bartoňku, děkujeme za všechno, co jsme s Vámi prožili, co jste nás naučil a co jste nám předal.“**

*Za Sokol Řečkovice a Řečkovickou třináctku*

*Marek Gut,  
starosta Sokola Brno-Řečkovice*

Ing. Jan **RYCHLOVSKÝ** \* 1953 † 2021



*Nikdo mne nemusí slzami ctít  
a pohřbívat s pláčem.  
Když o mně hovoříte  
a myslíte na mne,  
žiji přece dál ...*

*Ennius*



Dne 5. prosince 2021 odešel ve věku 68 let bratr Jan Rychlovský.

V Tělocvičné jednotě Sokol Brno–Židenice působil dlouhá léta jako člen výboru a jako vedoucí oddílu rekreačního fotbalu pro muže.

Byl aktivním členem předsednictva Sokolské župy Dr. Jindry Vaníčka

Kdo jste ho znali, vzpomeňte s námi.

*Předsednictvo Sokolské župy Dr. Jindry Vaníčka  
Výbor T. J. Sokol Brno – Židenice*

---

**Pavel RAFAJ** \* 13.11.1946 † 5.12.2021



V pondělí 13. prosince 2021 jsme se v obřadní síni hřbitova ve Šlapanicích naposledy rozloučili s bratrem Pavlem Rafajem. Kromě rodiny a blízkých přátel se obřadu zúčastnilo mnoho sokolů, kteří měli Pavla rádi a vážili si ho.



Bratr Pavel Rafaj se významně zasloužil o znovuzaložení Sokola v Podolí v roce 2003. Od té doby byl jeho členem, místostarostou prvního výboru a od roku 2006 pak starostou. Byl členem předsednictva Sokolské župy Dr. Jindry Vaníčka, kde zastával funkci jednatele, pracoval v odboru sportu a byl členem Krajské koordinační rady.

Pavle, děkujeme za všechno a budeme na Tebe s úctou a láskou vzpomínat.

*Předsednictvo Sokolské župy Dr. Jindry Vaníčka  
T. J. Sokol Podolí*

## Pavel Rafaj (\* 13. 11. 1946 – † 5. 12. 2021)

Vzpomínky Pavla Rafaje na mládí vždy patřily rodným brněnským Černovicím, sportovnímu klubu Spartak I. brněnská a v něm působícím bývalým sokolským cvičitelům. Nabyté zkušenosti při cvičení „prostných“, při nácvičku na Spartakiádu v roce 1960 a inspirace Olympijskými hrami v Římě, pořádanými ve stejném roce, jej přivedly k lehké atletice. Věnoval se jí až do roku 1969, kdy se přiznal do Podolí. Zde se rozhodl pro basketbal, který byl pro něj do té doby jen doplňkovým sportem. Přišel právě včas, aby pomohl několika nadšencům překlenout pětiletou absenci basketbalového oddílu v mistrovských soutěžích. Družstvo mužů to v roce 1975 dokázalo. Od té doby se podolský basketbal vydal na svoji čtyřicet šest let dlouhou dráhu. Právě Pavel již tehdy upozornil na nutnost pracovat s mládeží a vzal tento úkol na sebe. Spolu se Zdeňkem Buryškem pak zapsali Podolí do povědomí široké sportovní veřejnosti jako „*Největší basketbalovou vesnici v České republice*“.

Pavel, odchován sokolskými zásadami, pokračoval v jejich duchu, a značnou váhu přikládal uchování historické paměti místní jednoty, jejíž kořeny sahají do roku 1900. Pro tuto myšlenku se mu podařilo získat ty nejmladší, kteří se pak s nadšením a pocitem patřičné zodpovědnosti střídali při vedení kroniky basketbalového oddílu. Jejich sedmáct úctyhodných svazků je nyní nejen významným historickým pramenem, ale také chloubou celé tělocvičné jednoty. Podobným způsobem se mu podařilo obnovit tradici basketbalového Turnaje osvobození Podolí, pořádaného družstvem mužů v letech 1948–1954. Jejich roli převzali v roce 1977 žáci, kteří tímto turnajem dodnes pravidelně ukončují soutěžní sezónu. Dětem se věnoval doslova až do konce života. V sobotu 13. listopadu 2021, v den svých pětasedmdesátin, byl jako trenér na soutěžním basketbalovém turnaji U 12 v Podolí.

Pro dosažení sportovní všestrannosti vedl bratr Rafaj své mladé svěřence k lehké atletice, turistice, lyžování nebo plavání. Ti si pak mohli každoročně ověřit růst svých schopností v soutěži o získání Odznaku zdatnosti nebo při Lehkoatletické olympiádě. Dobrou přípravou pro posilování sounáležitosti s klubem byl každoroční kemp.

Pavel dlouhá léta pracoval jako člen výboru dřívější Tělovýchovné jednoty Sokola Podolí, spadající pod ČSTV. V roce 2003 byl jedním ze zakládajících členů Tělocvičné jednoty Sokola Podolí, organizačně začleněné v České obci sokolské, a byl zde zvolen místostarostou. Poté, co se v roce 2006 stal jejím starostou, působil v této funkci až do konce svých dnů. Byl také hlavním strůjcem restaurování sokolského praporu T. J. Sokol Podolí z roku 1911.

Od roku 1990 pracoval Pavel Rafaj při OÚ Podolí v Komisi kulturně školské, potom v Komisi pro styk se zahraničím a v období 2007–2021 v Komisi sportovní. Jako výraz uznání za odvedenou práci mu zastupitelstvo OÚ Podolí udělilo v roce 2018 „Cenu obce Podolí“.

V letech 2012 – 2016 působil jako místostarosta Sokolské župy Dr. Jindry Vaníčka a člen jejího odboru sportu, v období 2016–2021 jako jednatel župy. Jako uznání za obětavou činnost ve prospěch sokolského hnutí mu udělilo předsednictvo České obce sokolské v roce 2021 stříbrnou medaili.

Bratr Pavel Rafaj nám odkázal nepřehlédnutelné dílo, které zůstane ještě dlouho uchováno ve vzpomínkách dalších generací. Mnozí z nás pak ztratili dobrého a spolehlivého kamaráda.

Čest jeho památce.

*Jiří Čalkovský a Martin Jančík,  
Sokol Podolí*

## Lyžování, bruslení a sáňkování: nejoblíbenější zimní sporty našich předků

Historický článek z roku 1912 nás seznámí s tím, jak kdysi v zimě sportovali naši předci.

*Bruslení, lyžování i sáňkování náleží mezi tak zvaný zimní sport, jehož hlavní vliv spočívá v tom, že v době zimní, kdy člověk většinu času stráví ve zkaženém vzduchu vytápěného a osvětlovaného bytu, provádění všech těchto odvětví sportu zimního spojeno jest s pohybem na volném vzduchu.*

### BRUSLENÍ

*Nejstarším a snad nejrozšířenějším sportem zimním je jízda na bruslích. Od dob nejstarších člověk bruslil na ledě a již v předhistorických nalezištích, hlavně v krajích severních, naléztí možno zbytky prvých bruslí, upravených primitivním způsobem z kostí zvířecích.*

*I naši předkové jezdili na ledě. Po staletí forma bruslí zůstávala stále stejnou: kus prkénka, uprostřed s proužkem železa. Teprve asi před padesáti lety brusle značně byly změněny.*



*V Americe vyrobeny byly v době té prvé brusle zcela železné, které záhy dočkaly se všeobecné obliby. Byly to podnes známé brusle se šrouby; pak přišel typ „Halifax“ a dnes existuje spousta různých forem a modelů.*

*Bruslení účinkuje příznivě na nejrůznější ústrojí lidská, a to jak na systém nervový, srdce, oběh krevní, tak i na ústrojí dýchací, zažívací, na výměnu látek i na kůži, svalstvo, kosti i*

*klouby. Obávaného pocitu zimy, jak známo, bruslař nepocítuje díky rychlým pohybům. Lidé churaví a po některé nemoci musí pouze zvolna bruslit, nervosním zase opačně doporučí se rychlá jízda; pro nervosní spíše však hodí se lyže, než jízda na bruslích.*

### LÝŽENÍ

*Lýže po staletí v krajích severních konaly za dlouhé tamější zimy obyvatelstvu neocenitelné služby. Zvláště byla to Skandinávie, severní Rus i Asie severní, kde obyvatelstvo odedávna dovedlo v zimě jízdy na lýžích užívatí ku projíždění krajem. Dostí dlouho trvalo, než „ski“ dostaly se i k nám. V Evropě střední k hojnějšímu užívání dochází teprve asi v posledním dvacetiletí. Jízda na lýžích je nejpřednějším sportem zimním a také nejpříjemnějším.*





Co se týče upevnění lýtí ku noze, tu uvádí se obyčejně, že musí býti takové, aby lýtář s pevně připnutou lýtí mohl na tuto kleknouti. Mnoho záleží na přiměřené obuvi.

Zpočátku dlužno míti trochu odvahy, neboť jako v cvičení, tak i v lýtárení bez odvahy mnoho se nedokáže. Povšimnutí zasluhuje zranění a úrazy, kterým lýtář je vystaven. Celkem možno říci, že při jízdě na lýtích mnoho zranění se nepřihází. Dojde-li pak ku nějakému úrazu, pak obyčejně jedná se o zhmoždění, podvrtnutí, vymknutí v kloubu kyčelním i kolenním, nebo o vymknutí v rameni. Někdy setkatí se můžeme s omrzlinami. Nejčastějším úrazem u lýtářů bývá vymknutí v rameni.

Co se týče smrtelných úrazů, tu přihází se tyto hlavně, je-li sních měkký, kdy pak celá plocha sněhová i s jezdcem na nakloněném svahu počne se pohybovati, a lýtáře pak někde na svahu zasype.

Odborníci tvrdí, že většina úrazů smrtelných při lýtárení se přihodivších, zaviněna bývá jedině neopatrností a neposlušností lýtářů samých.

## SÁŇKOVÁNÍ



Velmi oblíbené v zimě i u nás konečně je sáňkování. Význam sáňkování spočívá hlavně v rychlém pohybu na čerstvém vzduchu a v provětrání plic. I při sáňkování mohou se přihoditi různé úrazy, hlavně pak zlomeniny horních i dolních končetin, jakož i zranění na hlavě. Důležitou věcí je správné sedění na sáňkách. Správně má býti lehce lýtko na vnitřní straně přitisknuto k saním, chybná jízda je s nohama roztaženými.

Jestliže sáňkující chce dolními končetinami řídití běh saní, pak musí nutně, aby vyhnul se úrazům, vyvolaným nárazy, nohy držeti v kolenou lehce ohnuty, nikdy ne pak zcela napnuty.

Důležitou věcí všady jsou dobré boty, výborným pak známý sweater.

Původní zdroj historického článku:

Hygiena tělocviku 1912, autor MUDr. František Tichý.



## A na závěr...

Milé sestry, milí bratři,  
vážení čtenáři našeho župního zpravodaje!

Toto číslo je poslední z mé redakční „dílny“ – blíží se volební valná hromada župy a já jsem se rozhodla již nekandidovat na funkci župní vzdělavatelky.

Od prvního čísla, které vyšlo v lednu 2014, bylo těch zpravodajů 24 a já doufám, že aspoň některé příspěvky vás zaujaly, možná jste v nich našli i zajímavé informace, inspiraci či poučení. Pokud ano, mám z toho radost a děkuji všem, kteří jste přispěli svými texty nebo pěknými fotografiemi!

Čas neúprosně běží a já doufám, že po mně někdo mladší a šikovnější (*moje dílo bylo velmi amatérské!*) bude ve vydávání **Zpravodaje Sokolské župy Dr. Jindry Vaníčka** pokračovat.

Přeji všem všechno dobré, spoustu krásných sokolských (*a nejen sokolských*) zážitků a především pevné zdraví!



Vaše

*Helena Ryšková,*  
*(zatím ještě) župní vzdělavatelka*