

Časopis České obce sokolské

# SOKOL

leden  
2014

**Přebor ČOS v TeamGymu Junior**  
Bojovalo se i o nominaci na mistrovství České republiky

**Parkour – moderní sport  
v nabídce Ústřední školy**

Členové sokolské obce mají možnost seznámit se s tímto novým sportem

**Mezinárodní olympijský  
výbor ocenil ČOS**

MOV ocenil aktivity a zásluhy o rozvoj sportu  
a olympijských ideálů



# Z obsahu

## Zpravodajství

- 3 Mezinárodní olympijský výbor ocenil ČOS
- 3 Po stopách významných osobností
- 3 Sokol Sydney očima studentů
- 4 Ulička Václava Havla v Brně
- 4 Sběrka na pomník bratru Sedláčkovi
- 5 V Pečkách slavili akademii
- 5 Solidarita amerických sokolů
- 6 Sto let Sokola Černošice

## Sokolská všestrannost, sport pro všechny

- 7 Přebor ČOS v TeamGymu Junior
- 8 Přebor župy Jungmannovy v plavání
- 8 Týden na Vysočině

## Výkonnostní a vrcholový sport

- 9 Přebor ČOS 2013 ve sportovní gymnastice
- 9 Zimní seminář karate 2014
- 10 Mistrovská premiéra Sokola BK Sandros Boskovice
- 10 Přeborník v halové kopané ČOS
- 11 Mladoboleslavská capoeira slavila
- 12 Z pyšelského stolního tenisu
- 12 Stolní tenisté v Králově Dvoře
- 13 Velká cena Příbora
- 14 Badminton v Sokole Mšené-lázně
- 14 Nohejbalisté v Králově Dvoře

## Vzdělávání, kultura, společnost

- 15 Rozloučení
- 16 Blahopřání
- 17 Parkour – moderní sport v nabídce Ústřední školy
- 17 Poznávací zájezd do Francie
- 18–19 Interkros – hra, která zaujme



Editorial

Za pár dní začnou „zimní sportovní hody“, na něž se sportovní příznivci těší a které se chystají vychutnávat, byť v drtivé většině asi jen u televizní obrazovky – začnou Zimní olympijské hry v Soči. Pro ty, kteří nechtějí olympijské hry prožívat jen pasivně, ale chtějí využít možnost si některé olympijské sporty sami vyzkoušet, připravil Český olympijský výbor Olympijský park na Letné, kde vedle řady sportovišť bude možné sledovat na obrazovkách přímé přenosy ze Soči.

O spolupráci odboru všestrannosti ČOS s tímto projektem jsme na stránkách časopisu Sokol informovali již v minulém vydání – na Letnou má v průběhu akce přijet na čtyři stovky dětí a obdobný počet dospělých ze sokolských jednot z celé republiky. Redakce časopisu chce být rovněž u toho, aby se sokolských účastníků mohla ptát na jejich dojmy, co zajímavého a nového jim účast na Letné přinesla apod.

I když Česká obec sokolská nemá na Zimních olympijských hrách svého člena – reprezentanta, patří ve „světové olympijské rodině“ k uznávaným organizacím a její aktivity a zásluhy o rozvoj sportu a olympijských ideálů jsou vysoce oceňovány. Dokládá to i cena Mezinárodního olympijského výboru, kterou u příležitosti 150. výročí narození zakladatele novodobého olympijského hnutí Pierra de Coubertina udělil MOV České obci sokolské. Na lednovém nominačním plenárním zasedání Českého olympijského výboru ji převzala starostka ČOS sestra Hana Moučková.

Ovšem sportovní život není jen o olympiádě a olympijských výkonech. Je také o radosti z pohybu, o vůli vítězit – byť třeba „jen“ v nižší soutěži či v různých turnajích. To také dokládá i zpravodajství v tomto vydání e-Sokola.

A co dále si můžete přečíst? V rubrice Zpravodajství informujeme o podpoře České obce sokolské vzniku památníku generálporučíka Tomáše Sedláčka, o soutěži Po stopách významných osobností, kterou vyhlásil Vzdělávací odbor ČOS, či o solidaritě amerických sokolů. V závěru loňského roku jsme slíbili, že nejen v tištěné podobě časopisu Sokol, ale také v elektronických vydáních budeme věnovat větší pozornost publikování metodických materiálů. V tomto vydání svůj slib plníme, když přinášíme článek o interkrosu.

*Hezké čtení vám přeje  
Zdeněk Kubín*

● **Časopis SOKOL**, 71. ročník, vydává Česká obec sokolská – IČO 00409537. Navazuje na časopis Sokol vydávaný v Praze od roku 1871 a Sokolský věstník vydávaný od roku 1897 ● **Adresa redakce:** Česká obec sokolská, Újezd 450, 118 01 Praha 1, tel. 257 007 332 ● **E-mail:** zkubin@sokol.eu; redakce.sokol@seznam.cz. ● **Redakce:** Zdeněk Kubín ● **Grafika:** Linda Hušková ● **Zlom:** Ilona Hodková ● **Redakční rada:** Josef Těšitel, Jaromír Kučera, Zdeněk Bartůněk, Martin Chlumský, Milada Nováková, Zdeněk Kubín ● **Obálka:** Program Přeboru ČOS v TeamGymu Junior zpestřilo vystoupení moderních gymnastek Sokola Hodkovičky, foto Marie Brunerová ● **Nevyžádané rukopisy a fotografie se nevracejí.** Za věcný obsah článků odpovídají autoři a jejich obsah nemusí vždy korespondovat s názorem redakce. Redakce si vyhrazuje právo příspěvky přiměřeně upravovat, krátit nebo komentovat.



## Po stopách významných osobností

■ Komise pro práci s mládeží a seniory při Vzdělavatelském odboru ČOS vyhlásila soutěž pro mládež nazvanou „Po stopách významných osobností Sokola a ČR“. Komise tak chce inspirovat naši sokolskou mládež k zájmu o okolí svých bydlišť a sokoloven. V těchto místech budou ti, kteří se do soutěže zapojí, pátrat po historii a osobnostech, které jsou pro generaci potomků „zvěčnění“ bystou, pomníčkem, pamětní deskou a podobně. To, co při svém pátrání naleznou, zdokumentují – namalují nebo vyfotografují a přidají

krátký text o osobnosti, jíž je nalezený objekt věnován, případně přidají i text o historii pomníčku nebo pamětní desky. To vše pak zašlou do konce dubna na adresu Vzdělavatelský odbor ČOS, Komise pro práci s mládeží a seniory, Újezd 450/40, Tyršův dům, 118 01 Praha 1 – Malá Strana. Práce je třeba označit jmény cvičitele a členy družstva a jejich věkem a rovněž uvést jednotu a název župy. Propozice s podrobnějšími informacemi byly již zaslány na župy a jsou rovněž k dispozici na webových stránkách [www.sokol.eu](http://www.sokol.eu). Pro úspěšná

družstva připravuje komise ve spolupráci s župou Severočeskou-Novákovou zajímavý víkendový pobyt v Děčíně.

V letošním roce uplyne 130 let od úmrtí Dr. Miroslava Tyrše, zakladatele Sokola a děčínského rodáka. Kromě Tyršovy světničky v areálu zámku v Děčíně, kterou župa před lety zřídila a pečlivě se o ni stará, si účastníci také prohlédnou zámek a park a dále si zaspoutují a budou pro ně připraveny další aktivity v okolí Děčína.

-red-

## Sokol Sydney očima studentů

■ V prostorách Senátu Parlamentu České republiky se konala výstava „Sokol Sydney očima gymnaziálních studentů“, jejíž vernisáž se uskutečnila v úterý 14. ledna. Záštitu nad výstavou převzal místopředseda Senátu Přemysl Sobotka, který měl úvodní řeč společně s Mgr. Janem Gollem, pod jehož vedením výstavu připravili liberečtí studenti.

Za Českou obec sokolskou hovořil vzdělavatel ČOS bratr Zdeněk Mička.

Výstava se sokolským tématem vznikla v rámci projektu Gymnázia F. X. Šaldy v Liberci „Neviditelné oběti komunismu“, který se již deset let zabývá československým exilem v zahraničí.



Výstava se skládá z dvanácti panelů, které pojednávají o vzniku a historickém vývoji Sokola v Sydney a zachycuje jeho činnost až do současnosti. Podrobně zmíněna je i stavba sokolského národního domu, či publikační činnost tamějších sokolů. Texty jsou psány česky i anglicky a jsou doplněny ilustračními fotografiemi.

Výstava trvala do pondělí 24. ledna 2014, poté se přesunula do Tyršova domu v Praze, kde je nadále přístupna veřejnosti.

Více se o projektu dozvíte na internetových stránkách [www.australie.gfxs.cz](http://www.australie.gfxs.cz).

Text a foto Kateřina Wágnerová

## Mezinárodní olympijský výbor ocenil ČOS

Na slavnostním zasedání pléna Českého olympijského výboru v prostorách Rudolfovy galerie Pražského hradu byla v přítomnosti prezidenta republiky Miloše Zemana vyhlášena ve čtvrtek 16. ledna 2014 nominace sportovců na Zimní olympijské hry v Soči. Pro Českou obec sokolskou mělo toto zasedání slavnostnější ráz – starostka ČOS sestra Hana Moučková na něm převzala cenu Mezinárodního olympijského výboru, kterou MOV udělil u příležitosti 150. výročí narození zakladatele novodobého olympijského hnutí Pierra de Coubertina a již

oceňil aktivity a zásluhy o rozvoj sportu a olympijských ideálů. Českou obec sokolskou takto ocenil při příležitosti 150 let Sokola za její dlouholetou práci v oblasti sportu pro všechny i pro šíření olympijské myšlenky. Cenu MOV tvoří busta Pierra de Coubertina s mottem „Sport jako škola života“. K obdržení ceny a k mezinárodnímu ocenění Sokola blahopřáli starostce ČOS prezident republiky Miloš Zeman, předseda Českého olympijského výboru Jiří Kejval a další představitelé ČOV a sportovních svazů a organizací.

-red-



## Ulička Václava Havla v Brně

■ V předvečer 45. výročí sebeupálení Jana Palacha byla v Brně slavnostně otevřena Ulička Václava Havla, jejíž pojmenování inicioval Sokol Brno I společně s Divadlem Husa na provázku. Slavnosti se účastnilo přes dvě stě lidí, včetně zástupců Sokola, herců z Divadla na provázku a pracovníků Knihovny Václava Havla.

Při slavnosti byl vzpomenuť nejen odkaz Václava Havla, ale také Jana Palacha. Se svým krátkým projevem vystoupil místostarosta Sokola Brno I Michal Doležel, který mimo jiné připomenul, že „mnohdy se domníváme, že

etapa vývoje naší země, s níž je jméno Václava Havla neodmyslitelně spojeno, tedy etapa, kterou charakterizuje obnova všech základních pravidel, nástrojů a institucí demokracie, kterou charakterizuje opětovné navrácení naší země do mapy Evropy, etapa, kdy se naše země stává suverénním, nezávislým státem a partnerem evropského a světového společenství, doba ekonomické-

ho i společenského rozmachu, stručně řečeno doba svobody, že tato etapa se pro nás stala takřka neochvějnou samozřejmostí... Získáním svobody jsme nezískali jen všechny vyjmenovaná a další jiná pozitiva. Svobodou se nám dostal především obrovský úkol. Úkol odpovědnosti.”

-red-



© IVO DUOŘÁK

## Sbírka na pomník bratru Sedláčkovi

■ Česká obec sokolská podporuje vznik pomníku generálporučíka Tomáše Sedláčka, statečného muže, vlastence a opravdového sokola. Válečný veterán armádní generál Sedláček, který se stal symbolem a vzorem pro vojáky novodobé české armády, se vždy hrdě hlásil ke svému sokolství a sokolem byl nejen slovy, ale i činy a stal se příkladem pro mladou sokolskou generaci. Po obnovení Sokola po roce 1989 byl starostou T.J. Sokol Lázně Toušeň a následně čestným starostou této jednoty. Bratr Tomáš Sedláček zemřel ve věku 94 let několik týdnů po XV. všesokolském sletu – 27. srpna 2012. Krátce po jeho smrti se rozhodli ti, kteří se s ním dobře znali – vojáci Posádkového velitelství Praha, vytvořit bustu armádního generála Sedláčka, která bude trvalou připomínkou jeho osobnosti i činů, které pro vlast vykonal. Tento pomník má být umístěn v areálu Posádkového velitelství. Na zhotovení návrhů památníku se podílela Akademie výtvarných umění, když akademický sochař Petr Siegl pověřil vypracováním návrhu – portrétní busty – své žáky. V prosinci loňského roku komise složená ze zástupců Posádkového velitelství Praha, vojenských historiků a rodinných

příslušníků rozhodla o vítězství návrhu Petra Laciny.

Na uskutečnění tohoto projektu byla vyhlášena veřejná sbírka. Dobrovolné příspěvky v libovolné výši jsou shromažďovány na transparentním účtu zřízeném u Fio Bank, číslo účtu: 2100476240, kód banky: 2010, pod názvem Společenství přátel armádního generála Tomáše Sedláčka, posádka Praha o. s. Ze sbírky budou financovány přípravné práce, vlastní výroba, instalace památníku a jeho následná údržba.

Armádní generál Tomáš Sedláček bojoval na východní i západní frontě druhé světové války. Zúčastnil se slavných bojů československých vojáků na Dukle i Slovenského národního povstání. Po válce byl vězněn komunistickým režimem. Plné rehabilitace se dočkal po roce 1989.

I přes zrakový handicap v pozdějším věku dokázal vnášet úsměv ve chvílích, kdy bylo nutné komukoli dodat odvahy a síly.

V roce 1992 se dočkal rehabilitace a byl jmenován do hodnosti generálmajora. V roce 2008 dosáhl na nejvyšší vojenskou hodnost – armádního generála. Byl čestným předsedou Československé

obce legionářské. Generál Tomáš Sedláček obdržel nejvyšší státní vyznamenání – Řád T. G. Masaryka. Jeho práci pro Sokol ocenila Česká obec sokolská udělením zlaté medaile.

-red-



## V Pečkách slavili akademii

■ Koncem loňského roku si T.J. Sokol Pečky připomněla dvě historické události – 125. výročí svého založení a 115 let od postavení pečecké sokolovny. Obě události si jednota připomenula v neděli 17. listopadu tělocvičnou akademií, uspořádanou právě v této budově. V úvodu byl představen nový prapor jednoty, který nechala jednota zhotovit jako náhradu za původní, který byl v roce 1969 zničen. Starosta MÚ Milan Urban poté připjal pamětní stuhu darovanou městem.

Program byl sestaven z vystoupení oddílů, kterých má pečecký Sokol celkem 12, nechyběli ani hosté. K vidění byla roztomilá Kuřata v podání předškoláků,



část sletové skladby mladších žáků Jonatán, v rytmu country tančili rodiče s dětmi a děvčata ze všestrannosti, s míči i bez zacvičili nejmenší děti. Originálním tanečním vystoupením s košťaty a lahvemi od piva zaujaly ženy z tanečního kroužku. Jedineční byli i muži, ať s ukázkou části sletové skladby, nebo naši hosté z Poděbrad s netradičním ztvárněním písničky Kola z Polabí. Ženy vystoupily s choreografií Waldemariána na písničky W. Matušky.

Na programu bylo dále oceňování členů jednoty, kteří se zasloužili za znovuoživení činnosti a celoživotní přínos Sokolu.

Závěr patřil gymnastickému cvičení na náradí. Skvělý výkon předvedli chlapci i dívky z Peček, Plaňan a Poděbrad – ať již na gymnastickém koberci, přeskoce, kladině či na bradlech.

Následovalo přátelské posezení u kávy a dobrot, které připravily sokolské ženy.

-red-

## Solidarita amerických sokolů

■ Povodně loňského roku máme jistě všichni ještě v živé paměti, na mnoha místech jsou následky patrné ještě dnes, nejen u nás v Děčíně. Povodňové vlny si tedy představujeme spíše jako ničivé síly, ale je třeba jim přiznat i jistá pozitivita: Svým řáděním vzbudily mnohde v lidech pocity souznělosti. Stalo se tak příkladně v roce 2008, kdy povodně pustošily město Cedar Rapids ve státě Iowa (USA). První vládní pomoc, které se město dočkalo, pocházela překvapivě z České republiky. Je namístě vysvětlit, že jednou ze silně poškozených veřejných budov byla i knihovna a související muzeum české a slovenské kultury, které mají právě v Cedar Rapids dlouholetou tradici. Zejména ve druhé polovině 19. století do této oblasti přicházelo mnoho přistěhovalců z Evropy, převážně z Německa a českých zemí. Ještě dnes se ve městě se zhruba 130 tisíci obyvateli asi osm procent hlásí k českému původu.

Když se vloni povodně prohnaly českou zemí, obyvatelé Cedar Rapids nezaváhali a pomoc České republice oplátili. Tentokrát se ale jednalo o iniciativu nikoliv vládní, impuls vzešel od spolupra-

covníků tamější veřejné knihovny, které peníze z ČR před lety pomohly, a našel rychlou odezvu jak ve veřejné knihovně (Cedar Rapids Public Library Foundation), tak v České a slovenské národní knihovně a muzeu (National Czech & Slovak Museum & Library), mezi křesťany od sv. Václava (St. Wenceslaus Church) a mezi členy Sokola Cedar Rapids. Protože iniciátory byli právě lidé kolem knihovny, která z české pomoci v roce 2008 profitovala, bylo rozhodnuto, že i finanční prostředky z Iowy budou použity na obnovu povodně poškozené knihovny u nás. A tak padla volba právě na město Děčín, jehož nedávno otevřená knihovna povodněmi utrpěla.

Součástí akce CR2CR (Cedar Rapids to Czech Republic, tedy C. Rapids České republice) bylo i osobní předání daru iowskou delegací, jejímiž členy byli rovněž zástupci amerického Sokola, kteří si nechtěli nechat ujít možnost navštívit Tyršovo rodiště a svou přítomností a zájmem snad i povzbudili pracovníky knihovny a informačního centra, které je její součástí, aby si tohoto aspektu historických souvislostí více všímali.

Sokol Cedar Rapids dovezl do Děčína

pozdrav zhmotněný do optimistických triček, která si děti v sokolovně hned při první příležitosti zkoušely. Nápis na tričkách naráží na úsloví o Fénixovi, jen popel je zde nahrazen záplavou. Tato symbolicky vyjádřená naděje je nám společná napříč časem i kontinenty.

Součástí sokolského daru byla i dokonale zdobená velká kraslice a česká kuchařka vydaná Sokolem v Cedar Rapids, což dětem možná nejlépe ilustrovalo potřebu lidí neztratit spojení se svou kulturou, mít kořeny v tradicích své vlasti, a to navzdory tomu, že už třeba ani neznají dobře mateřštinu předků. Až přijedete do Děčína, kraslici si budete moci sami prohlédnout v Tyršově světničce u děčínského zámku jako připomínku souznělosti členů Sokola, kteří jsou rozeseti po všech koutech světa. Možná právě ty zeměpisně nejvzdálenější sokolské oddíly mají k sokolské myšlence v dnešní době bližší vztah než v župách České republiky a mohou nás v lecčems inspirovat.

Dagmar Toncarová



# Sto let Sokola Černošice

*Před zhruba pěti lety, když si Sokol Černošice připomínal 95. výročí svého vzniku, byl na černošickou sokolovnu umístěn pamětní nápis. Koncem loňského roku, kdy si jednota připomínala již rovnou stovku a také 80. výročí otevření sokolovny, přibyla k němu nová socha sokola, která nahradila tu, jež byla v 50. letech minulého století zničena. Odhalení sochy a pamětní desky k těmto výročím a dekorování historického sokolského praporu bylo koncem roku spojeno s oslavou, jíž se zúčastnili zástupci ČOS a župy Jungmannovy – sestra Hana Moučková, bratr Zdeněk Mička a bratr Josef Cmíral, zástupci města Černošice, paní Věra Čáslavská a další členové a příznivci černošického Sokola.*

## Stručně z historie

Historie našeho Sokola začala 7. prosince 1913, kdy byla, z iniciativy místních občanů a také obyvatel ven-



kovských vil, převážně z řad pražských občanů, založena Tělocvičná jednota Sokol Horní Černošice.

Na začátku se cvičilo v místních hostincích, sokolové však tak toužili po vlastní střeše nad hlavou, že založili družstvo pro výstavbu sokolovny. První světová válka a hospodářská krize stavbu sice oddálily, ale v roce 1930 byl položen základní kámen a 4. června 1933 byla sokolovna, jejíž projekt vypracoval bratr Jaroslav Fröhlich, žák architekta Kotěry, slavnostně otevřena. Činnost v jednotě rázem stoupla, hlásili se noví členové, zejména mládež.

Vzniklo družstvo lehkých atletů a gymnastů, úspěšný byl i oddíl tenisu. Několik let také v jednotě působil hokejový odbor, který se však brzy osamostatnil. Dobře si vedl i odbor loutkářský, v oblasti společenské a kulturní byly pořádány letní slavnosti, sokolské šibřinky, besedy.

Pak nastaly zlé časy. Začala druhá světová válka, Sokol byl zakázán, mnoho jeho členů skončilo v koncentračních táborech a na popravištích. Přišel konec války a všichni se s nadšením snažili co nejrychleji obnovit činnost a začít s přípravami na XI. všesokolský slet. Vše změnil 25. únor 1948. V únoru 1951 byl Sokol Černošice přejmenován na Závodní sokolskou jednotu Fruta Černošice.

K obnovení činnosti se Sokol vrátil až v roce 1990. Z původního ČSTV přešli do Sokola pouze členové ZRTV (základní a rekreační tělesné výchovy), sportovní oddíly zůstaly v ČSTV. První starostí, kromě pravidelného cvičení, bylo vyřešit převod majetku a zajistit údržbu a provoz sokolovny. Převzatý majetek – sokolovna, hřiště a zahrada – byl ve zbledovaném stavu. Začínali jsme prakticky bez prostředků s nejnětějšími opravami – střechy, elektroinstalace – a zprovozněním hřiště. V průběhu let

se nám podařilo připojit sokolovnu na kanalizaci, pořídit plynové vytápění, vyměnit okna, parkety, zahradu vybavit cvičebními a herními prvky pro děti, rekonstruovat antukový kurt a pořídit nové nářadí a náčiní, vybudovat hřiště s umělým povrchem.

## Současnost

Sokol Černošice, patřící mezi větší jednoty župy Jungmannovy, má v současnosti 367 členů, polovinu z toho tvoří děti a mládež. Většina členů je registrována v odboru všestrannosti, 25 členů je v oddílu stolního tenisu.

Máme 4 skupiny rodičů a dětí, a skupinu předškoláků. Pro školáky máme cvičení mladších žákyň a velké oblíbené se těší gymnastika a košíková, obě tyto skupiny působí v rámci všestrannosti. V posledních 5 letech jsme měli vždy nějaké závodníky, kteří závodili i v přeboru ČOS. V posledních třech letech závodí děti z gymnastiky také v TeamGymu.

V jednotě máme také tři skupiny cvičení žen s různým zaměřením a dvě skupiny seniorek, věnující se zdravotnímu cvičení. Cvičí také muži, ovšem pod vedením ženy. Dobře si vede i jediný náš sportovní oddíl – stolní tenis. Sokol však není jen cvičení, v průběhu roku pořádáme tematicky zaměřené hry, jako je výprava na severní pól, rej čarodějnic, drakiáda, hry na závěr cvičebního roku, táboráky, stromek pro zvířátka. Oblíbené jsou také kulturní akce. Mezi sportovní akce patří závody předškoláků, míčový trojboj, černošický šplhoun, testy zdatnosti, turnaje, přespolní běh, dětský orientáček, turistické výlety, zájezdy VG do Štúrova, turistické pobyty VG v Bedřichově, cvičební semináře s pozvanými lektory.

Hana Fořtová

# Přebor ČOS v TeamGymu Junior

**Z**ačátek roku každoročně patří v Tyršově domě přeboru ČOS v TeamGymu Junior. Bylo tomu tak i letos, kdy v sobotu 25. ledna přijelo na tuto soutěž 21 družstev s celkově 214 závodníky – tedy o dvě družstva více než v předchozím roce. Po slavnostním zahájení, při němž závodníky přivítal náčelník ČOS a zároveň ředitel soutěže bratr Petr Svoboda, již nic nebránilo tomu, aby se soutěž rozeběhla naplno. Nejprve – od zhruba dvanácti hodin do půl třetí – se rozjela soutěž kategorií do 16 let, před půl pátou pak startovala kategorie nad 16 let. Před vyhlášením výsledků kategorií do 16 let zpestřilo program sobotního odpoledne vystoupení moderních gymnastek ze Sokola Hodkovičky.

Přebor ČOS je třetím kolem čtyřkolové postupové soutěže organizované Českou obcí sokolskou – čtvrtým kolem je mistrovství České republiky, pořádané Českou gymnastickou federací, které se letos uskuteční 3.–4. května v Ostravě. Přebor ČOS v TeamGymu Junior měl čtyři kategorie. Kategorie Junior I byla pro věkovou skupinu do 11 let a družstva v ní startující měla možnost získat nominaci na mistrovství ČR v Team Gym Junior. Kategorie Junior II pro soutěžící do 16 let byla rozdělena na dvě – v kategorii II A byla zařazena družstva s vyšší výkonností na základě

umístění v oblastech Východ a Západ a měla možnost být nominována na mistrovství ČR v TeamGym Junior, do kategorie II b byla zařazena družstva s nižší výkonností na základě umístění v oblastech Východ a Západ a neměla možnost být nominována na republikové mistrovství. Družstva startující ve třetí kategorii, nad 16 let, měla rovněž možnost nominace na mistrovství ČR. Poháry, medaile a dárky nejlepším družstvům předávali náčelník ČOS a zároveň ředitel závodu bratr Petr Svoboda, místonáčelník ČOS bratr Pavel Strejček a hlavní rozhodčí bratr Bohuslav Povondra.

**Výsledkové listiny jednotlivých kategorií jsou následující:**

**Kategorie I.** – 1. Sokol Řeporyje, 2. Sokol Dvůr Králové, 3. Sokol Královské Vinohrady, 4. Sokol Napajedla, 5. Sokol Olomouc, 6. Sokol Bedřichov.

**Kategorie II. A** – 1. Sokol Královské Vinohrady, 2. Sokol Dvůr Králové, 3. Sokol Bedřichov, 4. Sokol Olomouc.

**Kategorie II. B** – 1. Sokol Řeporyje, 2. Sokol Příbram, 3. Sokol Napajedla, 4. Sokol Chválkovice, 5. Sokol Vyšehrad.

**Kategorie III.** – 1. Sokol Královské Vinohrady, 2. Sokol Vyšehrad, 3. Sokol Vršovice, 4. Sokol Dvůr Králové, 5. Sokol Olomouc, 6. Sokol Vyškov.

*-red-  
foto Marie Brunerová*





■ Do hořovického bazénu se v sobotu 18. ledna ponořilo 145 závodníků z devíti tělocvičných jednot župy Jungmannovy, kteří přijeli na župní přebor v plavání. Přijeli sokolové z Příbrami, Komárova, Černošic, Hořovic, Dobřichovic, Žebráka, Jinec, Cerhovic a Mníšku pod Brdy. Přebor opět zorganizovala komárovská tělocvičná jednota. Přeborníkem župy se stala Hana Tuháčková z Příbrami v kategorii předškolní děti, Klára Stehlíková z Příbrami (ml. žákyňe I), Adam Landauer z Příbrami (ml. žáci I), Nicol Vesecká z Příbrami (ml. žákyňe II), Ondřej Čurda z Mníšku pod Brdy (ml. žáci II), Natálie Kramáriková z Komárova (st. žákyňe III), Jakub Čurda z Mníšku pod Brdy (st. žáci III), Viktorie Borovská z Komárova (st. žákyňe IV), Miroslav Sedláček z Hořovic (st. žáci IV), Anna Hořeňovská z Černošic (dorostenky), Jakub Fara z Černošic (dorostenci), Jaroslava Farová z Černošic (ženy), Jan Šindelář z Příbrami (muži) a Jan Ungr z Hořovic v seniorské kategorii. *-jt-*



## Přebor župy Jungmannovy v plavání

## Týden na Vysočině

■ K sokolským aktivitám nesporně patří pobyt v přírodě, turistika i poznávání nového. Přesně v tomto duchu se nesl i krásný vánoční pobyt ve Vlachovicích na Vysočině, který jsem absolvovala od 21. do 27. prosince společně s dříve narozenými kamarády a také několika sokolkami.

Přivítala nás krásně zasněžená krajina, která se na Štědrý den změnila. Bylo teplo, foukal silný vítr a sníh pomalu mi-

zel. Na Hod boží jsme jeli autobusem po stopách architekta Jana Blažeje Santiniho. Nejprve byla zastávka v poutním kostele sv. Jana Nepomuckého na Zelené hoře, který byl v roce 1994 zařazen na seznam světových kulturních památek UNESCO. Byli jsme přítomni vysvěcení nového městského betlému, který vytvořili obyvatelé Žďáru nad Sázavou a okolí pod vedením řezbáře pana Berana. Potom jsme navštívili další kostely stavěné

podle tohoto architekta, a to v Obytčově (Navštívení Panny Marie), Horní Bobrové (sv. Petra a Pavla) a Zvoli (sv. Václava). Strávili jsme krásné odpoledne a podvečer. Jinak jsme se každý den toulali po blízkém okolí. Celý zájezd byl v krásné a milé vánoční atmosféře díky našim vedoucím M. Tesařové a E. Černé.

*Text a foto: Marie Brunerová*





# Přebor ČOS 2013 ve sportovní gymnastice

■ Celostátního přeboru ČOS ve sportovní gymnastice ženských složek, který se konal v Praze 7. prosince, se zúčastnilo 90 závodnic. Se svými trenéry a rozhodčími přijeli ze 14 sokolských tělocvičných jednot – Plzeň I, Kampa, Moravská Ostrava I, Hradec Králové, Chrudim, Příbram, Žižkov II, Brno I, Kladno, Domažlice, Poděbrady, Pardubice, Kolín, Zlín.

Závodilo se v kategoriích mladší žákyně, starší žákyně, juniorky a ženy. Do soutěže mladších žákyň postoupila děvčata po kvalifikaci z oblasti Čechy a Morava. Soutěž proběhla v družstvech a jednotlivkyních, celkem po kvalifikaci soutěžilo 35 dívek. V kategorii starší žákyně soutěžilo 26 dívek, juniorky 25 dívek a v kategorii ženy

čtyři soutěžící. Rozhodčí pracovali pod dozorem hlavní rozhodčí Marie Marchlíkové (T.J. Sokol Moravská Ostrava I) velmi rychle a disciplinovaně. Žádné stížnosti ze strany trenérů nebyly podány a soutěž probíhala dle časového programu. Ve sboru rozhodčích pracovalo několik mezinárodních rozhodčích a rozhodčích I. třídy, „čerstvě“ vyškolených dle pravidel nového olympijského cyklu.

V průběhu závodu rozhodčí, trenéři, závodnice a ostatní činovníci oficiálně pozdravili Blanku Nejtkovou (T.J. Sokol Kolín), popřáli jí k jejímu životnímu jubileu a oficiálně jí poděkovali za její obětavou práci s mládeží a kolínskými gymnastkami. Dárek a poděkování jí jménem všech přítomných předaly

ses. Věra Růžičková a Jiřina Koptíková (obě členky komise gymnastiky OS ČOS).

Závod a jeho průběh byl hodnocen velmi dobře. Členové komise a pořadatelé získali cenné podněty pro pořádání dalšího ročníku: odstupňovat počet povinně zúčastněných rozhodčích z T.J. dle počtu závodnic, zachovat termín přeboru ČOS před ligovými mistrovskými soutěžemi, aby přebor plnil funkci přípravného závodu, propagovat možnost startu kategorie ženy bez příslušnosti k ČOS a jinými způsoby podporovat účast většího počtu žen v tomto závodě.

-red-

## Zimní seminář karate 2014

■ První akcí letošního roku 2014 se pro pardubické karatisty stal Zimní seminář moderního sportovního karate, který se konal na pražském Smíchově o víkendech 18.–19. a 25.–26. ledna. Hlavní náplň semináře byla věnována základním kombinacím přímých kopů a úderů. Velký důraz byl věnován technickým detailům v jednotlivých bojových kombinacích.

Druhý víkend zimního semináře jako vždy patřil turnaji, na kterém jsme měli příležitost poměřit naše dovednosti s ostatními oddíly. Také se jednalo o první akci, na které bylo možné nasbírat body do ligy MSK 2014.

Náš oddíl se ani tentokrát neztratil. Všem účastníkům z Pardubic, kteří se účastnili turnajových disciplín, se podařilo nejméně jednou umístit na jedné ze tří nejlepších pozic a každý si tak odnesl domů nějaké ocenění.

První turnajovou disciplínou byly formy. Jedná se o technicky dokonalý způsob boje s imaginárním soupeřem. Právě v této části turnaje lze nejlépe sledovat technickou úroveň provedení jednotlivých bojových kombinací. Karatisté ze Sokola Pardubice vybojovali tato umístění: Jan Průšek – F°1 (prima) 1. místo, Jiří Michek

– F°2 (secunda) 3. místo, Ondřej Vachek – F°2 (secunda) 2. místo, Dalibor Mrňávek – F°3 (tertia) 3. místo.

Dále měli účastníci možnost porovnat nejen své technické, ale také taktické dovednosti v boji s reálným soupeřem. Lehčí způsob boje nazýváme sparing. Je určen nižším pasům jako předpříprava pro sportovní boj, který už je méně limitován povolenými akcemi a je tedy naopak vhodnější pro pasy vyšší. Ve sparingu a bojích se pardubičtí karatisté umístili následovně: Jiří Michek – MO (muži oranžoví) 2. místo, Ondřej Vachek K MO (muži oranžoví) 3. místo, Josef Jetmar – MG (muži zelení) 3. místo, Dalibor Mrňávek – MG (muži zelení) 4. místo.

Na závěr turnaje proběhly exhibiční boje vyšších pasů bez rozdílu stupně a pohlaví. Výsledky těchto zápasů se nepromítly

do celkového hodnocení turnaje, nicméně všem zúčastněným přinesli cenné zkušenosti. Slovy koordinátora MSKA-CZ mistra Miroslava Zezulky V. dan byl seminář úspěšný a na další akci na něj bude možno navázat.

Na úplný závěr semináře byla všem, kteří splnili podmínky svého cvičebního programu, udělena zkouška na vyšší technický stupeň. Oddíl MSK Sokol Pardubice zaznamenal úspěchy i v tomto směru – Jan Průšek získal 9. kyu (2. žlutý pás), Ondřej Vachek 7. kyu (2. oranžový pás) a Jiří Michek 6. kyu (1. zelený pás).

Celkově získal pardubický oddíl 32 bodu a umístil se společně s oddílem z Mohelnic v rámci semináře na 2.–3. místě hned za oddílem z Poličky.

Josef Jetmar



# Mistrovská premiéra Sokola BK Sadros Boskovice



Mistrovský tým z Boskovic. V horní řadě zleva: trenér L. Pouliček, M. Fadrný, O. Václavěk, M. Čech, J. Horák, J. Pavel, L. Martínek, J. Havlíček – kapitán, D. Bednář, Č. Marek. V dolní řadě zleva: I. Lacko, O. Paděra, J. Stara, J. Čech, A. Preč, A. Příbyl a M. Jordánek.

■ Milovická hala Milten hostila 18. ledna Final 4, tedy finálový turnaj o titul mistra České republiky v malém fotbale, kam se proboujalo i mužstvo Sokola BK Sadros Boskovice.

Boskovičtí fotbalisté se proboujali až do závěrečných bojů. V semifinále narazili na FC Laguna Pardubice – po šedesáti minutách hry byl stav nerozhodný 1:1, a protože v prodloužení gól nepadl, musely rozhodnout pokutové kopy.

Úspěšnější byl nakonec Sokol BK Sadros Boskovice, který proměnil všechny tři penalty, zatímco Laguna Pardubice pouze dvě. Druhým postupujícím do finále bylo brněnské RKM, které porazilo FC Union Brdy Příbram vysoko 7:2. Finále tak bylo čistě moravskou záležitostí, když proti sobě stály Sokol BK Sadros Boskovice a RKM Brno. V něm se zrodilo nečekaně vysoké vítězství Boskovic 8:2. Boskovický celek tedy slaví premiérový

mistrovský titul a zároveň premiérový titul pro tým z Blanenského svazu malé kopané.

Díky Okresnímu svazu malé kopané, který vypravil speciální autobus, mohli turnaj sledovat i bývalí hráči, trenéři mládeže a ostatní příznivci týmu Sokola BK Sadros Boskovice. Ti také jako jediní vytvořili svému mužstvu bouřlivou atmosféru a nemalou měrou pomohli hráčům k vítězství v turnaji. -red-

## Přeborník v halové kopané ČOS

■ Tělocvičná jednota Sokol Dolní Beřkovice uspořádala 7. prosince halový turnaj v kopané o přeborníka ČOS v roce 2013. Turnaj byl dlouhodobě připravován a projednán i ve výboru fotbalu, odboru sportu a ČOS. Byly rozeslány pozvánky na všechny tělocvičné jednoty, které mají přihlášené dorosty v rámci registrace u ČOS. Proto nás velmi mrzí, že se tohoto turnaje zúčastnily vedle domácího týmu jen dvě sokolské jednoty.

Dlouhodobá příprava se vyplatila a měla velký význam pro účast předních dorosteneckých oddílů v rámci Středočeského a Ústeckého kraje. Celkem se turnaje zúčastnilo deset oddílů, které hrají okresní přebor, 1.A třídu, krajské přebory a dorosteneckou ligu. Celkem bylo na turnaji zúčastněno 116 hráčů a 65 trvalých účastníků, kteří byli přítomni po celou dobu akce.

Přítomné sportovní oddíly se velmi dobře připravovaly na toto sportovní klání, což bylo jednoznačně vidět ve vysoké úrovni hry, kde převládaly prvky kombinační hry, rychlých a přesných přihrá-

vek s vysokým nasazením jednotlivých hráčů. I když byly mezi některými mužstvy velké rozdíly, přinesl turnaj oddílům i jednotlivým hráčům velké poučení z úrovně hry, osobního nasazení a sportovní disciplinovanosti jednotlivých hráčů. Nevyskytla se při jednotlivých zápasech žádná agresivní hra, která by hraničila s nepřipustností sportovního vystupování. Velmi byly oceňovány některé sportovní výkony jednotlivců a kombinační úroveň hráčských kolektivů. Plynulé a dobré sportovní úrovni přispěli i rozhodčí, kteří s přehledem zápasy řídili, usměrňovali a napravovali některé odchylky od pravidel. Konečná tabulka turnaje byla následující: 1. Farma Roudnice nad Labem, 2. SK Bezno – Sovníky, 3. Sokol Cerhovice, 4. Slavoj Zvoleněves, 5. Sokol Libiř, 6. FK Pšova Mělník, 7. SK Slávia Velký Borek A, 8. Sokol Dolní Beřkovice, 9. SK Slávia Velký Borek B, 10. TJ Luštenice.

Nejlepším střelcem byl vyhodnocen hráč Jiří Vokoun z týmu fotbalová Farma Roudnice nad Labem.

Nejlepším brankářem byl vyhodnocen

hráč Jan Tráva z týmu Sokol Cerhovice. Celkově můžeme hodnotit uspořádanou akci za velmi prospěšnou pro rozvoj sportovní činnosti a aktivního zapojování mládeže do jejího provádění včetně srovnání si výsledků jednotlivých stupňů mistrovských soutěží. Úroveň z mistrovských soutěží se projevila velmi výrazně ve výkonech v průběhu celého halového turnaje a byla velmi oceňována přítomnými diváky, ale zároveň i hráči. Závěrem jsme slíbili, že podobnou akci uspořádáme i v roce 2014, a to v termínech 17. 11. 2014 pro přeborníka ČOS u starších přípravek a 22. 11. 2014 uskutečníme halový turnaj o přeborníka ČOS dorostu. Turnaj prokázal, že je správné zvat i ostatní fotbalové oddíly dorostu, které nejsou členy Sokola, a tím zároveň upevňovat spolupráci se všemi, kteří mají zájem zúčastňovat se těchto hromadných akcí a neizolovat se od ostatních klubů.

*Emil Vašíček,  
starosta T.J. Sokol Dolní Beřkovice  
Luboš Žídek, ředitel turnaje*



**S**lavilo se tak, jak se pro sportovní oddíl sluší a patří, tedy především cvičením. Akci si nenechala ujít téměř žádná osobnost z celé mezinárodní asociace Vem Camará Capoeira. Z Čech přijeli Instrutor Robocop, Instrutor Big Baby, Graduado Gerreiro, Graduado Pinochio, Graduado Rato Branco, Graduado Aloha, Graduado Girafa, Graduado Latinho, Graduado Cachacinha a nechyběli ani domácí Graduado Rato, Graduado Berimbau, Graduado Perfume a hlavní pořadatel Instrutor Atabaque. Víkendový seminář vedl brazilský mistr, zakladatel asociace Vem Camará Capoeira, Mestre Paçoca. Mestre Paçoca patří mezi nejuznávanější mistry v Evropě i na celém světě a je patronem mladoboleslavského oddílu od úplného začátku. O tuto sportovní ikonu, včetně ostatních vážených hostů, se místní klub s veřejností podělil vystoupením v rámci pátečního plesu v Kulturním domě v Mladé Boleslavi. Za pouhých deset let dokázal oddíl posunout capoeiru dál, než se mnohým v celé Evropě podařilo za dvojnásobek času. Nejen dostal capoeiru do povědomí široké místní veřejnosti, ale i natrhal spoustu ovoce ze stromu národních a mezinárodních úspěchů. O úspěších a vývoji capoeiry v Mladé Boleslavi se můžete dočíst v publikaci, kterou oddíl vydal ke svému výročí. Publikaci je

## Mladoboleslavská capoeira slavila

*Koncem loňského roku slavil mladoboleslavský oddíl capoeiry významné výročí: na oslavách o víkendu 13.–15. prosince si připomínal deset let od svého oficiálního založení; již od roku 2005 je klub součástí T.J. Sokol Mladá Boleslav.*

možné si vyzvednout v mladoboleslavské sokolovně a od letošního ledna ji lze stáhnout z internetových stránek <http://mb.vemcamara.cz>.

Další akcí, kterou bude mladoboleslavský oddíl pořádat, je Batizado (páskování) pro Čechy, které se uskuteční v termínu 28. 2.–2. 3. 2014. Předpokládána účast je kolem 150 cvičících a samozřejmě bude i to, že celý ceremoniál bude veřejnosti přístupný.

*Karel Popovič*



## Z pyšelského stolního tenisu

■ Ročník 2013–2014 je v plném proudu a pyšelští stolní tenisté v něm mají již dvě družstva. „A“ družstvo hraje ve druhé třídě okresní soutěže na třetím místě a „B“ družstvo ve čtvrté třídě okresní soutěže na čtvrtém místě. Mezi jednotlivci je náš člen Matěj Černý na třetím místě. Navíc startuje na příležitostných turnajích v Praze, kde nedávno získal stříbro.

Na konci roku 2013 uspořádal oddíl ve spolupráci s župou Barákovou turnaj, do něhož se přihlásilo 16 mužů a 6 žen. V něm si soutěžící z pořádající jednoty vedly úspěšně, když její hráči Vejmelka a Klinderová ve svých kategoriích zvítězili. Na jaro roku 2014 plánujeme opět již tradiční Velikonoční turnaj, a jestli to čas dovolí, zúčastníme se některého ze župních turnajů sousední župy Blanické.

V současné době trénujeme v úterý a v neděli, zápasy okresního přeboru probíhají v pátek. V neděli si mohou zahrát i nečlenové naší jednoty, pátky a míčky zapůjčíme, je nutno mít s sebou obuv na přezutí. Hraje se od 9.00 do 12.00. Poplatek pro nečleny Sokola je 50 korun.

*Jaroslav Vejmelka,  
vedoucí oddílu stolního tenisu*

## Stolní tenisté v Králově Dvoře

■ Poslední akci roku 2013 uspořádal oddíl stolního tenisu Sokola Králův Dvůr 28. prosince. V králově dvořské sokolovně byl již tradičně sehrán handicapový turnaj ve dvouhře. Při osvědčeném pravidle podle odstupňování soutěží – co soutěžní stupeň, to bod handicapu, to v praxi vypadalo tak, že třetiligoví borci dávali mladíkům z nejnižší soutěže v každém setu náskok 6:0, a to při setech do 11 vítězných bodů byla už pěkná honička. Nakonec si ale přesto vítězství vychutnal borec z ligy Pavel Tůma. Stříbro získal Milan Kovanda a na děleném třetím místě skončili Tomáš Kopřiva a Martin Votava.

Po tomto hlavním turnaji následovaly doplňkové disciplíny – čtyřhra z náhodně vylosovaných partnerů a O mistra dřevěné rakety. Čtyřhry dotáhly do vítězného finišu Milan Kovanda a Martin Votava, druží skončil Richard Kříkava s Janem Roziňákem, o bronz se podělily dvě dvojice Jan Hlaváček – Luboš Včelička a Jiří Bednář – David Šrámek.

Mistrem dřevěné rakety se po velkých bitvách stal Pavel Tůma, stříbro vydřel Václav Malina a bronzoví skončili Luboš Včelička a Tomáš Kopřiva. Organizačně se na turnaji podíleli hlavně předseda oddílu Jiří Kopřiva a ředitel turnaje Luboš Včelička. Celkem startovalo 17 borců. Při příležitosti ukončení turnaje zároveň proběhla oddílová výroční schůze.

*Text a foto  
František Ondráček*





**P**ři hře se potvrdilo, že mezi špičkovými neregistrovanými hráči a druhou stovkou okresního žebříčku není skoro žádný výkonnostní rozdíl, což dokazují i výsledky; a tento tah změřit vzájemně síly byl kvitován mezi hráči s povděkem. Taktéž zařazení soutěže útěchy hráči hodnotili kladně, neboť i ti výkonnostně slabší, kteří hrají stolní tenis jen příležitostně, se mohli utkat ve vyrovnaných zápasech a jejich snaha byla pak odměněna hezkými cenami. Zařazení soutěže žen, našich zlatíček, bylo rovněž bráno jako hezké a příjemné obohacení turnaje. Dobrým tahem rovněž bylo umožnit start zdarma našim žákům, jejichž kroužek působí ve spolupráci s LUNA Příbor SVČ, kteří se mohli poučit hlavně pohledem na úderovou techniku a postojе při servisu a příjmu podání u svých starších kamarádů.

Vzájemné zápolení bylo veliké. Nejprve byli všichni soutěžící mužského pohlaví rozděleni do tříčlenných skupin, z nichž první dva postupovali do hlavní soutěže a třetí byl zařazen do soutěže útěchy. Poté se pokračovalo vylučovacím způsobem na dvě porážky, takže i ti nejslabší odehráli minimálně čtyři zápasy v soutěži jednotlivců. Ženy pak hrály systémem každá s každou, čímž kaž-

## Velká cena Příbora

*Oddíl stolního tenisu Sokola příbor uspořádal 14. prosince již tradicí Velkou cenu Příbora. Turnaje, který se odehrál na sedmi stolech v herně stolního tenisu a v tělocvičně sokolovny, se účastnilo 58 mužů a 8 žen všech věkových kategorií z 18 měst a vesnic ze sousedních okresů a z okolí Příbora. Z těch nejvzdálenějších míst jmenujme Bystřici pod Hostýnem, Ostravici, Pržno, Bašku, Valašské Meziříčí a v rámci okresu Odry.*

dá odehrála sedm zápasů. Navíc jim byla dána možnost účastnit se zdarma soutěže útěchy, což většina využila. Čtyřhra bez omezení pohlaví se pak hrála na jednu porážku, tedy K.O.

O tom, že zápolení bylo veliké, svědčí i fakt, že k posledním finálovým zápasům hráči nastupovali v 18:30 hod. Takže přibližně po 10 hodinách od zahájení.

Medailová místa v jednotlivých kategoriích obsadili následující hráči.

### Hlavní soutěž:

1. Rudolf Kaděrka (reg. – Sokol Příbor),
2. Petr Hušek (nereg. – Orel Hodslavi-

ce), 3. Petr Šín (nereg. – Sokol Příbor);  
soutěž útěchy: 1. Silvie Součková (Valašské Meziříčí), 2. Jiří Petr (nereg. – TJ Odry, nejstarší účastník), 3. Petr Palica (nereg. – Petřvald);

ženy: Silvie Součková (Valašské Meziříčí), 2. Karolína Hanzelková (Nový Jičín), 3. Hana Martinčíková (Nový Jičín);

čtyřhra: 1. Lakomý – Vařílek (TJ Odry), 2. Erle – Šín (Sokol Příbor), 3. Kudělka – Hušek (Orel Hodslavice).

*Karel Erle,  
ředitel turnaje a jednatel  
T.J. Sokol Příbor*



## Badminton v Sokole Mšené-lázně

■ Tělocvična Sokola Mšené-lázně dostala od svých členů tři sady stojanů na badminton v hodnotě přibližně 25 tisíc korun. Od září 2013 se zde hraje badminton, který je momentálně na vzestupu zájmu. To potvrdil i 1. ročník badmintonového turnaje, který se zde konal začátkem roku – v sobotu 4. ledna. Sešlo se na něm 21 hráčů s různou úrovní znalostí tohoto sportu. Někteří badminton nehráli delší dobu, někteří stáli poprvé před badmintonovou sítí a pak zde byli hráči, kteří badminton delší dobu hrají, a zkušení hráči.

Hrálo se ve třech sedmičlenných skupinách systémem každý s každým a první dva postupovali ze skupiny do vyřazovacích bojů o celkové umístění. Vyřazovací skupina ještě byla doplněna dalšími dvěma hráči podle dosažených výsledků.

Do finále turnaje se dostali dva hráči s T.J. Sokol Litoměřice – Tomáš Hrzan a Kamila Lípová. Finále vyhrál Tomáš Hrzán.

Ze mšenských hráčů se dostali do boje o 3. místo Daniel Dědek a Lukáš Brůža. Ti svedli urputný boj a v třísetovém zápasu nakonec zvítězil Daniel Dědek.

Celkem bylo odehráno 80 dvousetových zápasů a všichni účastníci a diváci odcházeli spokojeni z vydařené akce.

Turnaj byl dobrým počátečním impulsem pro některé zájemce o tento sport.

V tělocvičně si veřejnost může badminton zahrát, a to především zásluhou obce Mšené-lázně, jež investovala nemalou částku do opravy střechy nad tělocvičnou. Za což členové T.J. Sokol děkují zastupitelům obce Mšené-lázně včele se starostou Ing. Bížou.

*Rostě Lariš*



## Nohejbalisté v Králově Dvoře

■ Ke svému poslednímu setkání v roce 2013 v mateřské sokolovně se v pátek 27. prosince sešli nohejbalisté T. J. Sokol Králův Dvůr. K závěrečnému turnaji, který zorganizovali Pavel Špirit a Václav Matejsek, se dostavilo deset borců, kteří se utkali v deblech systémem každý

s každým. Byl to již 19. ročník turnaje, jehož premiéru vyhrála právě dvojice pořadatelů Pavel Špirit a Václav Matejsek. Tentokrát nastupoval každý z nich s jiným partnerem.

Po čtyřech hodinách lítých, ale férových bojů byli známi nejlepší. Palmu vítězství si odnesla dvojice Pavel Brož, Josef Sakač, stříbro vybojoval Miroslav Koňářík s Milanem Györödim, na třetím místě byl pár Jiří Hošek a Pavel Špirit, nepopulární bramborová medaile připadla Radku Lhotákovi a Michalu Sojkovi, černý Petr v podobě pátého místa zůstal Václavu Matejskovi a Pavlu Hozmanovi. Za pozornost stojí, že se vlastně jednalo již o 29. ročník nohejbalové podívané – úvodní ročník proběhl ještě jako odborářský turnaj tehdejších KŽ.

Ještě v sokolovně, hned po skončení turnaje, bylo vyhlášení nejlepších. Poté se účastníci přesunuli do restaurace U Ciprů v Počaplech, kde bylo vyhlášení dokončeno a současně proběhla výroční schůze oddílu.

*Text a foto František Ondráček*





## Rozloučení

### Milada Věra Decastellová



Po dlouhé těžké nemoci zemřela 10. ledna 2014 dlouholetá náčelnice T.J. Sokol Praha Libeň, sestra Milada Věra Decastellová. Posledních více než 20 let byla pro nás libeňské sokoly sice také Věrou, ale velmi často se

stávalo, že jsme o ní mluvili pouze jako o náčelnici. A nemohli ani jinak – Věra zastávala tuto funkci od obnovení naší jednoty v roce 1989 až do roku 2012, kdy se stala čestnou náčelnicí jednoty.

Věra byla sokolka tělem i duší a svou jednotou doslova žila. Narodila se v roce 1919 rodičům kteří se poznali v Sokole a sokolsky vychovávali i své děti. Rodina žila po celou dobu, kromě válečných let, v Libni a s Libní jsou neodlučně spjaty všechny Věřiny životní události.

Od září roku 1925 začala Věra chodit do cvičení v Sokole a jak rostla, postupně se zapojovala do více a více činností v jednotě. Na sletu poprvé cvičila v roce 1932. S přibývajícimi lety se zapojila též do cvičitelské činnosti – cvičila zejména dorostenky a cvičitelské zkoušky složila po slavném sletu v roce 1938. Bohužel, poměrně krátce na to zahalil zemi stín 2. světové války a v této nelehké době měla Věra možnost osvědčit to, k čemu byla v Sokole vychovávána a vedena: čestnost, obětavost, vytrvalost a vlastenectví. Věřin bratr, kapitán Josef Decastello, po začátku okupace odletěl do Francie, kde se při vojenské akci ve svém letadle zabil. Rodina byla proto nacisty od začátku války sledována a po atentátu na Reinharda Heydricha byla Věra spolu se svou sestrou a otcem internována v tábore ve Svatobořicích. Z jejího vyprávění víme, co vše tam bylo lze zažít a jak se sama snažila zpříjemnit pobyt svým blízkým nejen slovem, ale i činy.

Po návratu domů na konci války se opět naplno zapojila do činnosti libeňského Sokola. Po vyklizení sokolovny, kde byl sklad vojenského materiálu, začalo naplno pravidelné cvičení a též nácvik

na všeskololský slet. Věra cvičila ve třech ženských a dvou dorosteneckých skladbách. V těchto třech poválečných letech též vedla letní tábory libeňských dorostenek.

Po roce 1948 však musela jednotu nuceně opustit a 20 let do sokolovny nevčkročila. Teprve po roce 1968 se s dalšími zapálenými libeňskými sokoly snažila oživit sokolskou myšlenku a jsou zde jistě pamětníci, kteří mohou potvrdit, že úspěšně. Vždyť nebýt jí podobných, nebylo by po revoluci v roce 1989 možné tak rychle obnovit v libeňské jednotě sokolskou činnost. V roce 1990 byla zvolena náčelnicí, obnovila ženský cvičitelský sbor a zapojila se též aktivně do příprav XII. všesokolského sletu. A to nejen na úrovni jednoty, ale i na úrovni celostátní, kdy utvořila s dalšími sestrami stravovací skupinu a připravovala jídlo pro účastníky mnoha nácvičných srazů.

Na celostátní úrovni byla činná i v Ústředním cvičitelském sboru žen a seniorek.

Věra se velmi obětavě starala o archív naší jednoty a při významných příležitostech pořádala výstavy, na nichž ukazovala mnohdy velmi cenné historické dokumenty, z nichž některé osoby na fotografiích mohla poznat již jen ona sama.

Velmi aktivně se zapojovala i do běžného chodu jednoty, a to i v dobách, kdy jí zdraví již tolik nesloužilo, a řada z nás si pamatuje mnohdy velmi ostré diskuze při výborových schůzích, kdy se Věra nikdy nebála vyslovit i třeba menšinový názor a v následné debatě jej tvrdě hájit.

Věra cvičila naposledy na sletu v roce 2006 ve skladbě Ta naše písnička česká. Byť ne jako cvičenka, ale přesto velmi aktivně se zúčastnila i posledního, XV. všesokolského sletu, kde snad nebylo akce, kterou by nenavštívila.

Za své zásluhy byla oceněna zlatou medailí ČOS a též navržena na státní vyznamenání.

Milá Věro, chci Ti za nás všechny poděkovat za to, čemu jsi nás naučila, k čemu jsi nás vedla a jakým vzorem jsi pro nás všechny byla. Snad mohu též za nás všechny slíbit, že se Ti budeme snažit vyrovnat a být Ti důstojnými pokračovateli, abys i nadále mohla mít ze Sokola jen a jen radost.

*Za Sokol Libeň Vít Jakoubek*

### Antonín Bezdíček

Bratr Antonín Bezdíček byl klíčovou postavou královéhradecké atletiky druhé poloviny minulého století jako úspěšný závodník, trenér a funkcionář. Byl velkým vzorem pracovitosti, vytrvalosti, ochoty i celoživotního pohybu. Zemřel náhle 19. prosince 2013 v 90 letech.

Bratr Bezdíček se narodil 7. 11. 1924. Z análů atletické oddílu T.J. Sokol Hradec Králové vybral bratr Pavel Rytíř momenty, které více vypovídají o jeho životě a činnosti: Závodní výkon v Sokole Hradec Králové má zaznamenán v roce 1947, kdy jeho výkony na 800 m a 1000 m vedly oddílové tabulky. V letech 1947–1993 byl ve vedení královéhradecké atletiky. Jako předseda oddílu naposledy v letech 1973–1985, skoro třicet let jako šéftrenér oddílu, jako vedoucí ligových družstev mužů i žen (v obou případech při účasti v nejvyšší republikové soutěži), jako organizační pracovník, později ještě jako oddílový statistik.

Byl osobním trenérem stovek královéhradeckých atletů, také řady československých reprezentantů, mezi špičku přivedl např. Jarku Jehličkovou (pozdější světovou rekordmanku na 1500 m) nebo držitele čsl. rekordu na 5000 m Josefa Tomáše. Řadu let vedl tréninkové středisko mládeže. Stál u počátku tréninkového působení desítek královéhradeckých atletických trenérů.

Organizoval nejen atletické soutěže, ale pomáhal i při akcích škol. Byl hlavním organizátorem nejúspěšnějšího mistrovství republiky v roce 1963. Od padesátých do osmdesátých let působil i v krajském atletickém hnutí. Řadu let byl i ve vedení československé atletiky. Na přelomu šedesátých a sedmdesátých let byl svazovým trenérem v Súdánu, kde objevil a trénoval H. el Kašiefa a O. Chalifu. Některé svěřence dovedl až k účasti na olympijských hrách. Byl očitým svědkem únosu izraelských sportovců na OH v Mnichově. Bratr Antonín Bezdíček zpracoval v roce 1984 souhrnnou publikaci k osmdesátému výročí organizované atletiky v Hradci Králové. Ke sto letům královéhradecké atletiky obdržel čestnou plaketu Českého atletického svazu.

Čest jeho památce!

*Jiří Cabal, místopředseda oddílu*

## Rozloučení

### Dušan Šulc

Bezprostředně po Novém roce, 2. ledna 2014, zemřel v požehnaném věku 91 let

bratr PhDr. Dušan Šulc. Jeho sokolská činnost je spojena se Sokolem Žižkov, jehož byl členem. Ve své sportovní kariéře se věnoval především gymnastice. V roce 1947 se zúčastnil dvouměsíční cesty sokolů do USA na slet amerického Sokola – při této události byl vlajkonosem ČOS. Bratr Dušan Šulc se ve svém

profesním životě věnoval tělovýchovné pedagogice – učil gymnastiku na Fakultě tělovýchovy a sportu UK v Tyršově domě a poté tělesnou výchovu na Matematicko-fyzikální fakultě UK.

Do svých 85 let také vedl letní tábor fakulty na Albeři.

-red-

## Blahopřání



V polovině letošního února slaví kulaté výročí sestra **Mgr. Milena Jindrová**. Narodila se 17. 2. 1944 v Praze. Tatínek Prof. Antonín Jindra byl univerzitní profesor, maminka Milada magistra farmacie. Milena má dva sourozence – Jana je magistra farmacie a Antonín je biochemik. Dětství prožili na Vinohradech, kde také absolvovala ZŠ Na Smetance. Po ukončení ZŠ nastoupila na jedenáctiletou střední školu (dnešní gymnázium) v Londýnské ulici, které ukončila maturitou. Ve studiu dále pokračovala na Fakultě tělesné výchovy a sportu UK v Praze, specializace košíková. Po úspěšném ukončení studia nastoupila na Právnickou fakultu UK jako odborná asistentka tělesné výchovy, kde působila 10 let (1966–1976).

Basketbal Milenu provázel celý život a na čas od roku 1976 do 1981 ji přivedl až do slovenských Košic, kde aktivně hrála nejvyšší soutěž za TJ Lokomotiva Košice a zároveň zde pracovala jako metodička a odborná asistentka na VŠT UK. V roce 1981 Milenu oslovil Svatopluk Mrázek, tehdy vedoucí Střediska vrcholového sportu při ministerstvu školství s nabídkou práce jako vedoucí trenérka dorostu dívek ve VŠ Praha (dnešní USK). Nabídku přijala a na VŠ Praha zůstala až do roku 1992. Poté zatoužila ještě zkusit vyšší cíle a na dva roky (1992–1994) přijala nabídku klubu BC Sparta, jako trenérka nejvyšší ligové soutěže žen.

V roce 1994 začíná nová éra jejího života, kdy přivedla do kroužku basketbalu T.J. Sokol Pražský svého syna Martina (1985) a začala zde s týmem trenérů budovat základy pro dnešní basketbalovou základnu, která patří mezi přední pozice ve všech kategoriích ČR. V počátcích trénování v Sokole Pražském se věnovala také čtyři roky výuce sportovní přípravy na sportovním gymnáziu Přípotoční.

V současné době Milena působí jako prezidentka klubu oddílu basketbalu v T.J. Sokol Pražský, který čítá 280 členů basketbalu, s kterými pracuje deset trenérů a šest dobrovolníků z řad dorostenců. V oddíle basketbalu jsou chlupci od přípravek ročníku 2007, přes minižakovské, žákovské, dorostenecké kategorie, kteří hrají nejvyšší soutěže, až po kategorii mužů, kteří hrají 1. ligu, tedy druhou nejvyšší soutěž.

Dále je aktivně zapojena do sokolského dění, jak v Sokole Pražském, kde je vedoucí odboru sportu a členkou Výboru jednoty, tak v ČOS, kde je v komi-

si basketbalu při odboru sportu. Svůj basketbalový život začala až v patnácti letech, ale během tří let se vypracovala do ligové soutěže a následně i do reprezentace. Od poloviny 60. do poloviny 70. let odehrála rekordních 250 zápasů za národní tým. Aktivní basketbalovou hráčkou byla v letech 1959–1984. Za tuto dobu byla šestkrát vyhlášena nejlepší basketbalistkou republiky a dvakrát získala s klubem Slavia VŠ Praha tituly mistra republiky. V letech 1964–1975 hrála v národním týmu na čtyřech mistrovství světa a pěti mistrovství Evropy. Jako trenérka dovedla starší dorostenky sedmkrát k titulu přeborníků republiky a reprezentační tým juniorek dovedla ke 3. místu na mistrovství Evropy a 6. místu na mistrovství světa.

Milena Jindrová se nikdy veřejně neangažovala v žádných politických stranách a přes všechna ocenění, řády a basketbalové úspěchy nikdy své popularity nezneužila k vlastnímu prospěchu. Co si vytýčí, dosahuje svojí pracovitostí a skromností, tak, jak jí dali do vínku její rodiče. Ve svém životě se neřídí žádným krédem, ani žádným heslem, příkladem a vzorem jí vždy byli vzdělání, pracovití a skromní rodiče. Proto také nerada o sobě a svých dosažených úspěších hovoří a veřejné popularitě se vyhýbá. Plná energie a optimismu se stále snaží předávat své letité zkušenosti a svým neutuchajícím elánem se snaží podporovat trenéry, vytvářet jim kvalitnější podmínky, protože ví, že pro prosperující klub je to základním kamenem.

*Sokol Pražský*



# Parkour – moderní sport v nabídce Ústřední školy

■ Parkour je disciplína, která učí rychle, účinně, elegantně a bezpečně překonávat překážky na cestě z jednoho bodu do druhého. Ačkoliv název pochází z francouzštiny ze stejného slovního základu jako parkurové skákání – jezdecký sport, v parkouru (psáno s „o“) neskáčou koně, ale lidé. Parkour využívá běhu, šplhu, skoků a přeskoků, pohybu po čtyřech a může zahrnovat i gymnastické prvky. Jinak nazýván také freerunning či l'art du déplacement, parkour má vypracovanou filozofii tréninku zajišťující dlouhodobý tělesný i duševní rozvoj cvičence.

Cvičenec, v terminologii parkouru traqueur, se kromě funkčního kondičního tréninku a tréninku specifických dovedností také učí pracovat se svojí duševní stránkou. Freerunning někdy obsahuje i tzv. tricking, „pouliční gymnastiku“ zahrnující i náročnější akrobatické prvky a gymnastické řady. Základní složkou tréninku je také trénink rovnováhy, uskutečňovaný např. chůzí po zídkách a po zábradlí. Rovnováha je využívána i ve zdánlivě nebezpečných skocích na



přesnost, nad kterými se typicky kolemdoucí pozastavují.

Jedna z hlavních myšlenek parkouru je snaha být užitečný, dlouho zdravý a být schopný tvořivě si poradit v jakékoli situaci. Představou všestranně rozvinutého a schopného člověka tak odpovídá myšlenka sokolské. Také proto se Ústřední škola ČOS rozhodla dát více možností členům sokolské obce seznámit se s tímto novým sportem pod vedením odborníků. Již minulý rok se uskutečnil seminář ve spolupráci s přední českou parkurovou skupinou Urban Sense. V letošním roce se již konal seminář

v Olomouci ve spolupráci se vzdělávacím střediskem župy Olomoucké-Smrčkovy a další dva semináře chystá Ústřední škola ČOS v Praze. Další doškolovací semináře parkouru se konají v Tyršově domě 22. března a 4. října 2014. Na druhém semináři možná budou i zahraniční profesionální lektori parkouru. Na obou seminářích vás rádi uvidíme, semináře jsou vhodné pro muže i ženy, pro pokročilé i úplně začátečníky. Přihlásit se je možné vyplněním přihlášky (na internetu: <http://bit.ly/1dYCNFW>).

*Milan Hybner*

## Poznávací zájezd do Francie

■ Pokud chcete koncem června 2014, 22.–9. 6., vychutnat atmosféru míst, která jsou nerozlučně spjata se životem Paříže, můžete využít nabídky sestry Marcely Kostohryzové, která i v tomto roce organizuje zájezd do Francie. Ubytování je v areálu Sokola Paříž (vlastní stany nebo společně v přízemní budově na karimatce), k dispozici jsou dvě sprchy, 3 umyvadla, tři splachovací toalety. Cena zájezdu pro člena ČOS je 3 600 Kč (pro nečleny 3 800 Kč) + 25 € za ubytování (platí se přímo sokolům v Gournay sur Marne). Doprava je autobusem.

K samotnému programu sestra Kostohryzová mimo jiné uvádí:

„Uvidíme historické architektonické skvosty, ale i moderní stavby, které vyrážejí smrtelníkům dech. Z Eiffelovky i Sacré-Coeur se pokocháme pohledem na bělostné město, v kterém si mohl odjakživa každý dělat co chtěl – hovořit, smát se, či hřešit. Pokloníme se před císařem Napoleonem v Église du Dome des Invalides, před Johannou z Arku zase v hrázděném městečku Rouen a na picknick vystoupáme k útesu d'Aval v Etretatu. Ve Versailles bude znít hudba kolem stříkajících fontán a nás budou doprovázet Bohové a Bohyně. Týdenní program se nedá stručně popsat, ten se musí prožít, stejně jako noční jízda po Seině na Bateau-

x-Mouches. Ale určitě nevynecháme nic podstatného, ani impresionisty v D'Orsay, Clauda Moneta v Le Havru, historickou osou půjdeme od nejmladší Pyramidy, obdivovat budeme Hausmannovy bulváry, od sochy Svobody na Ostrově labutí pošleme pozdrav do Ameriky a slzu ukápneme pro Dianu u Plamene Svobody. V úplně blízkosti Eiffelovky v nejnovějším muzeu du Quai Branly se dotkneme dialogu kultur a v Louvru budeme v šerosvitu obrazu zkoumat záhadný úsměv Jocondy.“

Kontakt: Marcela Kostohryzová, e-mail: [kostohryzovamarcela@seznam.cz](mailto:kostohryzovamarcela@seznam.cz), tel. 720 527 157.

*-red-*

### OPRAVA

V prosincovém tištěném vydání časopisu Sokol zveřejnila Ústřední škola termínovou listinu vzdělávacích akcí ČOS v I. pololetí 2014. U školení „Zdravotníci zotavovacích akcí (17–14) –1. konzultace“ si zařadil šotek, je zde uveden chybný termín (18.–19. 5.). Správný termín první konzultace tohoto semináře je 10.–11. 5. 2014 a koná se v Českém Brodu. Za chybný údaj se ÚŠ omlouvá.

# Interkros – hra, která zaujme

O tom, že Sokol v žádném případě není zkonstatěnou organizací, ale naopak v něm nacházejí místo u uplatnění nové pohybové aktivity a sporty, není třeba pochybovat. Zázemí zde nacházejí sporty, které sice nemají tak dlouhou historii jako třeba fotbal, ale oslovují mladou generaci, která si je ve větší míře oblíbila.

O nové hře, hledající si své místo na slunci, o interkrosu, nám do redakce napsal základní metodický materiál bratr Martin Nešpor, cvičitel Sokola Spořilov:

Interkros je v podstatě verzí lakrosu pro tělocvičnu. Interkrosová hůl (interkroska) je složena z dřevěné či kovové násady a košíku z měkkého plastu. Košík je navíc vybaven páskem – přepážkou, který zabraňuje vypadnutí míčku při pohybu holí při běhu. Míček je z PVC plněný vzduchem o trochu větší, než tenisák. Proti sobě hrají 2 družstva podle celkem jednoduchých pravidel a snaží se vstřelit více branek než soupeř.

## Začínáme s interkrosem – plusy a mínusy

### Plusy:

- + Interkros děti baví. Je to něco nového, méně známého, kolektivní hra, utužuje kolektiv.
- + Je to hra do tělocvičny, ale i na venkovní hřiště, na letní tábory. Školní, mezioddílový či jiný turnaj v interkrosu může být vítaným zpestřením činnosti. Je to navíc hra běhavá, plná zvrátů.
- + Díky pravidlům se nesoutěžně může hrát bez věkového omezení. Často-krát je začátečník dítě lepší, než dospělý začátečník.
- + Finanční dostupnost - hráč potřebuje pouze interkrosku a cvičební úbor.
- + Jednoduchá pravidla, jednoduché zvládnutí hole.
- + Dá se hrát jako hra a nebo na vyšší úrovni. Je to hra od 6 let do „důchodu“. Na sportovní úrovni u nás existují ligové soutěže pro děti do 9, 11, 13, 15 let a pro dospělé. Interkros se hraje v řadě zemí Evropy i za mořem.

### Mínusy:

- Vybavení brankáře je dražší. Dá se ale sehnat levnější v bazarech u zimních stadiónů. V začátcích se dá hrát na prázdné branky, na mety, na koše apod.
- Malý míček je trochu nebezpečný při trefení oka. Nutno vést hráče, aby nestříleli přes obránce, zejména okolo hlavy případně je možné hrát se speciálními brýlemi, chrániči očí (např. na squash).
- Aby hra bavila, musí se přece jenom trochu trénovat. Minimální požadavky na techniku je umět hodit, chytit, vystřelit, a to i v běhu. Toto se dá naučit za 5 lekcí (u šikovnějších dětí i dospělých), u jiných to trvá měsíce až roky.

## Stručně z pravidel interkrosu

- » Hřiště na interkros je stejné jako házenkářské - 40m x 20m, ale v podstatě lze použít takové, jaké nabízí tělocvična nebo hřiště, které máte k dispozici. Při malých rozměrech snížíme počet hráčů o 1 na každé straně.
- » Hrací čas soutěžních utkání je 3x 15 minut hrubého času, oddechový čas je 1 minuta za každou periodu pro každý tým. Mladší hráči obvykle hrají 3x 10 minut, u otevřených turnajů lze čas upravit dle potřeby.
- » Branky mají rozměr 1,25m x 1,25m, jsou opatřeny sítí. Jsou umístěny na zadních čarách hřiště veprostřed. Kolem branky je brankoviště – půlkruh o poloměru 2,75 metru.
- » Tým - Každý tým hraje v poli se 4 hráči a brankářem. Další až 8 hráčů a 1 náhradní brankář mohou střídat kdykoliv během hry (jako v hokeji).
- » Brankář - každý tým má 1 brankáře, který je vybaven ochranou přilbou s mřížkou, chrániči hrudi, rukavice, suspensor, brankářské trenky a chrániče holení (např. jako na hokej – hráčské) Brankář v brankovišti smí hrát nohou, rukou, tělem. Mimo brankoviště pro něj platí stejná pravidla, jako pro hráče v poli.
- » Brankoviště - je prostor brankáře.

Útočící hráč nesmí do soupeřova brankoviště vstoupit, ani nad brankovištěm chytat či nabírat míč. Bránící hráč smí vstoupit do brankoviště pouze za účelem nabrat tam ležící volný míč, nesmí ale pomáhat brankáři přichytávat.

- » Volný míč na zemi získává do držení ten, kdo ho jako první nabral do košíku hole a nebo přiklopil košíkem hole k zemi. Po přiklopení musí soupeř odejít 2 metry včetně délky hole od hráče a ten rozehrává nahrávkou, střelou a nebo s míčem běží do hřiště. Po přiklopení v útočné polovině hráč rozehrává z nejbližší postranní čáry. Při střetu interkrosek dvou hráčů má přednost ten, který nabíral před tím, kdo přiklápěl.

## Cena vybavení 1 začínajícího interkrosového týmu 19 000 Kč

- Sada holí a míčku (12 holí + 6 míčků) 5 000 Kč
- Vybavení 1 brankáře (helma s mříží na florbal, brankářský chránič hrudi/hokej, brankářské trenky/hokej, háčkové holeně/hokej, suspensor, chránič krku a rukavice/karos) 8 500 Kč
- Sada dresů (12 triček s čísly) 2 500 Kč
- 2 branky na interkros se sítěmi (1,25m x 1,25m) 3 000 Kč

- » Auty - pokud hráč s míčem šlápne do autu a nebo se míč dotkne předmětu, podlahy, stěny, osob mimo hrací plochu, dostává ho do držení tým, který aut nezavinil. Auty za brankovou (zadní) čáru hřiště dostává k rozehraní vždy příslušný brankář bez ohledu na to, kdo míč do autu vhořdil. Míče za postranní čárou jsou aut i když se míč odrazil od tyčky či břevna branky. To je posuzováno jako zásah brankáře.



- » Každý hráč smí mít míč pod kontrolou max. 5 sekund (v menších tělocvičnách 3 sekundy). Do té doby může s míčem stát, běžet, nahrát nebo vystřelit na soupeřovu branku. Porušení se trestá ztrátou míče.
- » 30 sekund je čas, do kdy musí tým vystřelit na soupeřovu branku od získání míče do držení. Porušení se trestá ztrátou míče.
- » Úmyslná hra nohou či rukou je zakázána. Pokud takovou pomocí získají míč do držení, je jim odebrán a předán soupeři z postranní čáry.
- » Povolená obrana je pohybovat se mezi soupeřem a svojí brankou, kopírovat svou holí pohyb jeho hole a snažit se tak stínit jeho nahrávce či střele a donutit ho k chybě.
- » V interkrosu není dovolen žádný kontakt protihráčů – ani holí do hole, tělo na tělo, hůl na tělo. To umožňuje hrát klukům a holkám dohromady.
- » Fauly – veškeré nedovolené zákroky

jsou trestány následovně podle míry provinění (před odpískáním lze ponechat výhodu):

- Náhodný kontakt » ztráta míče
- Za faul na soupeře v gólové šanci » trestné střílení
- Za ostatní fauly » vyloučení

na 1 minutu

- » Trestné střílení – nájezd ze vzdálenosti 9 m od brankové čáry v ose hřiště. Střílející hráč musí vystřelit do 5 sekund a nesmí při střele vstoupit do brankoviště. Po trestném střílení rozehrává bránící tým z brankoviště ať padne gól či ne, a to nahrávkou či vnesením míče do hřiště.
- » Gól - gól je uznán, přejde-li míček celým objemem brankovou čáru, aniž by bylo porušeno pravidlo (faul útočníka, postavení hráče útočícího týmu v brankovišti atd.).
- » Vítězí tým, který soupeři v hrací době nastřílí více branek, než dostane.

Více info na: [www.lacrosse.cz](http://www.lacrosse.cz)



ilustrační foto internet  
T.J. Sokol Horní Bříza, Spořilov

## HŘIŠTĚ NA INTERKROS

