

# SOKOL PRAŽSKÝ

Založen  
roku 1862

Zpravodaj



## VALNÁ HROMADA



## Obsah dubnového čísla:

PROJEV STAROSTKY SOKOLA PRAŽSKÉHO NA VALNÉ HROMADĚ 2016.....	2
VÝROČNÍ ZPRÁVA ROK 2015 - ODDÍL AKROBATICKEHO ROKENROLU .....	6
ZPRÁVA O ČINNOSTI ODDÍLU RYCHLOSTNÍ KANOISTIKY SOP .....	7
ZPRÁVA O ČINNOSTI ODDÍLU TURISTICKÉ KANOISTIKY SOKOLA PRAŽSKÉHO V ROCE 2015 .....	8
ZPRÁVA O ČINNOSTI VZDĚLAVATELSKÉHO ODBORU SP ZA ROK 2015 .....	9
MODERNÍ GYMNASTIKA.....	10
ZPRÁVA NÁČELNÍKA ODBORU VŠESTRANNOSTI ZA OBDOBÍ OD 1. 1. 2015 DO 31. 12. 2015.....	10
ZPRÁVA O ČINNOSTI ODBORU VŠESTRANNOSTI ZA ROK 2015 – ŽENSKÉ SLOŽKY .....	13
ZPRÁVA ODDÍLU BASKETBALU ZA ROK 2015 .....	18
USNESENÍ VALNÉ HROMADY TĚLOCVIČNÉ JEDNOTY SOKOL PRAŽSKÝ, KONANÉ DNE 23. BŘEZNA 2016 VE FÜGNEROVĚ SÁLE SOKOLOVNY .....	19

## PROJEV STAROSTKY SOKOLA PRAŽSKÉHO NA VALNÉ HROMADĚ 2016

Milé sestry, milí bratři, vážení hosté,

sešli jsme se zde, opět po roce, abychom zhodnotili rok 2015, a také zvolili vedení jednoty pro příští, tříleté období. Pustím se tedy hned v úvodu do toho hodnocení.

V loňském roce se mimo spousty jiných závodů a soutěží uskutečnil sice 19. ročník Šplhu schodištěm, nicméně byl jubilejně 20., protože se v roce 1995 konal nultý ročník. Jubileum přišlo loni sportem oslavit nejvíce závodníků od vzniku tohoto jedinečného závodu. Jedná se o závod ve šplhu na laně bez přírazu a šplhá se 8 m. Jak název sám napovídá, arénou soutěže se stává střed našeho hlavního, dřevěného schodiště. Tento závod vymyslel br. Béda Lovák, náš dlouholetý cvičitel, v současné době člen sokola v Hradci Králové a závod po celou dobu organizuje současný náčelník naší jednoty, br. Jiří Poes. Úžasný, stále narůstající počet účastníků, je mu určitě průběžným díkem za jeho urputný boj s nepřízní osudu, ve kterém obstál na výbornou a já mu tady, při tomto významném jubileu tohoto závodu, za to chci moc poděkovat. Mimochodem, před necelými 14 dny proběhl i oficiální 20. ročník. Dobře vím, jaké úsilí musí člověk věnovat přípravám, aby se podobný závod udržel v chodu.



Zároveň mi dovolu poděkovat i našemu, dnes již bývalému zaměstnanci, Jirkovi Čihákovi, který celých 20 let stál takřkajíc „při tom“. Bývalému proto, že si od konce ledna letošního roku užívá zaslouženého důchodového odpočinku. Rozhodla jsem se zde vypíchnout tento závod s ohledem na jeho loňské výročí. Můj dík ale samozřejmě patří i všem ostatním organizátorům, cvičitelům, trenérům i soutěžícím reprezentujících naší jednotu!

Nyní něco k loňské statistice:

Celkové mzdové náklady za rok 2015 činily 7 657 770,- Kč, z toho se na sociální pojištění odvedl 1 071 727,- Kč, na zdravotní pojištění 385 838,- Kč. Z uvedené celkové částky pak náklady na DPČ činily 847 395,-Kč, z čehož se na zdravotní pojištění odvedlo 56 918 Kč a sociální pojištění 158 097,- Kč. U DPP činily celkové náklady 1 886 567,- Kč. Ráda bych zdůraznila, že jsme na výplaty cvičitelů a trenérů obdrželi stejně, jako v loňském roce, několik grantů. To ostatně uslyšíte i ve zprávě hospodáře. Navíc, díky našemu dobrému hospodaření, zbyly na konci roku peníze, které jsme rozdali do oddílů. Nemalá část z nich byla dána na odměny cvičitelů, nebo trenérů, takže i toto se do výše zmíněných čísel promítlo. A poslední statistický údaj: minulý rok jsme měli 1143 členů.

34. šibřinky v roce 1900 se konaly v rázu „Mezi nespokojenci“. Posunuli jsme se do dalšího století a je pravdou, že toto téma je pro nás stále aktuální. Nespokojenci, strhávající k sobě další naše členy. Na jednu stranu je sice nespokojenost pokrokem, ale je potřeba si uvědomit, že většina programu a činností Sokola Pražského je navázána na další. Není proto možné podřizovat se neustále jen křiklounům a nechávat se válcovat jejich výhradně sobeckými potřebami, na úkor jiných oddílů, nebo navýšení práce již tak vytížených zaměstnanců, nebo cvičitelů a trenérů. Dnešní rodiče mají plnou pusou obětování se pro své děti, ale nahlédneme-li trochu „pod pokličku“ těchto rádoby vznešených řečí, tak zjistíme, že se vyvolávané problémy točí jen kolem jejich vlastního pohodlí. Chci proto všechny, těmito ryze sebestřednými zájmy dotčené trenéry i cvičitele povzbudit – nenechte se do podobných aférek vůbec zatáhnout. Sokol byl založen na sebekázní a disciplíně a právě to jsou vlastnosti, které bychom si tu měli udržet. Chápu, že každý má tendenci vidět jen sám sebe, ať již své osobní potřeby, případně „svůj“ oddíl, ale musíme se starat o všechny stejně, bez argumentací typu: „náš oddíl má nejvíce členů“, myšleno v rámci odboru, jindy zase „my jsme mistři světa“, nebo „my máme největší mládežnickou skupinu“, opět myšleno v rámci odboru. Zkrátka každý oddíl má svoji hodnotu, ale skrze tu tady přeci nebudeme mezi sebou soutěžit. Jednak nelze spravedlivě poměřit, který oddíl je nejdůležitější, ale já se hlavně domnívám, že o to u nás v Sokole ani nejde! Víím, že jako členové jednoty se scházíme pouze jednou za rok, tady, na valné hromadě. Doufala jsem, že se mně, nebo vzdělavatelům podaří uspořádat akce, kterých se budou zúčastňovat všechny oddíly, ale to se dosud nezdařilo. Sportovce, ale ani např. členy, nebo cvičitele oddílu jógy se zapojit nepodařilo. Je mi to moc líto. Věřím, že by se oddílům navzájem daleko lépe spolupracovalo a myslelo by se zkrátka bratrsky. Neslyšela jsem dosud, že by někdo za mnou, nebo některým členem výboru přišel a řekl: podívej, támhle je ten a ten oddíl a nemá kde trénovat, případně na čem trénovat, nebo s kým trénovat, protože má malou členskou základnu. Což mu pomoci tak a tak? Zkrátka jak se říká, každý si hrabe na svém písečku. Víím, každý si myslí, že má svých starostí dost a jistě i má, přesto jsem přesvědčená, že naší budoucností je vzájemná spolupráce a tedy spokojenost a prospěch všech.

Domnívám se, že zde nabízíme opravdu velmi kvalitní vyžití pro celou věkovou škálu od malých dětí, co ještě nosí plíny, až po seniory. A to ať se týká sportovních prostorů, jejich čistoty, vybavení, zázemí, nebo kvalifikovaných cvičitelů a trenérů. Nicméně evidentně nemůžeme vyhovět všem. Jak jsem již zmiňovala, tuším, v loňském roce, členství u nás je zcela dobrovolné, nikoli povinné. Komu podmínky podle našich pravidel nevyhovují, je pochopitelné, že se porozhlédne jinde. Nikoho tady nedržíme. Také nejdu znovu do restaurace, kde mi nechutnalo jídlo a jdu do jiné. Sázíme na spokojené členy, kteří jsou si vědomi naší skvělé nabídky, vděčně ji využívají ku prospěchu svého těla i ducha a snad si jí i váží.

Loňský rok byl pro vedení jednoty velkou zatěžkávací zkouškou, s ohledem na změnu nájemce budovy v Kateřinské ulici. Již jsem Vás o nadcházející změně velmi podrobně informovala na loňské VH, přesto zde patrně vznikly nějaké nejasnosti. Pokusím se Vám pro jistotu ještě jednou celou situaci vysvětlit: na našem pozemku byla vybudována na základě smluvního vztahu administrativní budova, kterou většinou znáte jako Price Waterhouse Cooper. Při její výstavbě byla sepsána smlouva o pronájmu našeho pozemku pro tuto stavbu. Ta měla nadále přecházet na případné další nové majitele budovy. Opakuji: náš je pouze pozemek, který jsme pronajali na výstavbu budovy a pokud se mluví o prodeji, pak se mluví o prodeji budovy, která není naším majetkem, a v žádném případě o prodeji našeho pozemku. Pochopitelně majitel budovy je oprávněn ji prodat. Ovšem pouze budovu, nikoli námi pronajatý pozemek. A protože se loni při plánovaném prodeji zjistilo, že náš smluvní vztah je založen jednak na nájemní smlouvě a jednak na smlouvě o věcném břemeni. Takový právní vztah byl ovšem pozdější judikaturou zneplatněn. Jakmile to majitelé budovy zjistili, vešli s námi v jednání o narovnání našeho smluvního vztahu. A to je to, na čem již více, než rok pracujeme. Původní zájemce o koupi Mount Capital, o kterém jsem Vás na loňské VH informovala, po složitých jednáních nakonec na podzim loňského roku od koupě budovy odstoupil. Stávající majitel Merrion Properties, v zastoupení ČSOB začal okamžitě jednat s dalším zájemcem, tentokrát skupinou PPF. Došlo na nové požadavky v úpravách našich ujednání a nyní, po dalších jednáních máme smlouvu, trůfám si říci, těsně před podpisem. Abyste správně rozuměli: smlouvu upravujeme s maximálně možnou podobností té původní ovšem tak, aby odpovídala současnému právnímu prostředí a nebyla tedy v budoucnosti napadnutelná. Znovu opakuji: v žádném případě se nejedná o prodeji našeho pozemku, ale o prodeji budovy jinému majiteli, ze které je nám placen nájem a tvoří to zásadní položku našeho rozpočtu. Vůle Sokola Pražského není prodat pozemek, ale udržet jej co nejdéle v nájmu, se stabilním finančním příjmem, díky němuž můžeme naši krásnou sokolovnu opravovat, udržovat, i vylepšovat. Pokud by měl kdokoli z Vás k tomuto tématu dotazy, je zde přítomen i náš právní zástupce, který nás v této cause zastupuje a který byl i na loňské valné hromadě, JUDr. Jakub Blažek.

Nyní přejdu k reprezentaci Sokola Pražského našimi členy v uplynulém roce. Takže kdo nám udělal největší radost, v roce 2015?

Kanoisté: získali 3 x 3. místo v Českém poháru + 1. místo na MČR v Račicích. Dovolte, abych sem pozvala mistry republiky v kategorii K4 dorostenci na trati 1 000m, a sice Jana Blažička a Filipa Dvořáka.

(sms 2. 8. 2015: MČR 1 zlato, 2 stříbro a 1 bronz. Senioři 3x stříbro a 1 bronz)

Basketbalisté dosáhli mnoha úspěchů, za všechny mi dovolte zde vyzdvihnout a ocenit reprezentanty z ME v kategorii kadeti U17– Filipa Hauzera a Daniela Kačera.

V loňské věkové kategorii U13 vybojovali druhé místo na MČR. Dovolte, abych sem pozvala borce, které si od malička vytrénoval Milan Horák. Jsou to:

Rayan Belaidi, Marek Dolanský, Jakub Dvořák, Tadeáš Fanta, Jakub Hošek, Lukáš Charvát, Jáchym Choc, Jakub Klaus, David Lašák, Marek Lavička, Ondřej Melzer, Uroš Milič, Oliver Sasín, Matyáš Svor, David Šebesta, Martin Škoda, Vojtěch Trojan a Martin Valenta

Svěřenci Matěje Veselého, mistři ČR odjeli do Skotska na mezinárodní soutěž, kde excelovali a skončili na stupni nejvyšším. Byli to: Richard Barac, Matěj Burda, Richard Gottfried, Felix Hibala, Stasis Kandilakis, Matyáš Korityak, Vojtěch Krystlík, Tadeáš Manas, Ondřej Medek, Jaromír Sibera, Sebastian Siebenstich, František Petrův, Adam Prokůpek, Vojtěch Trojan a Petr Vrla.

Za rokenrol bych Vám ráda představila Ivetu Smoleňákovou Richarda Zadáka, kteří se umístili 3.MČR, 25. na ME, 28. na MS.

Dále Lukáš Sláma a Anna Fořtová vytancovali 3. místo na MČR, 18. na ME, 18. na MS a momentálně jsou 9. ve světovém žebříčku

Stále vynikající výsledky podává i naše formace Falcon Girls, Soutěžící děvčata zde nelze konkrétně vyjmenovat, protože v této formaci dochází neustále ke změnám, nicméně je jisté, že Falconky, pod vedením Petra Kavalíře vybojovaly 2. místo na MČR a 4. místo na MS.

Děkuji všem zde jmenovaným, ale i ostatním soutěžícím, kteří nás reprezentovali a dělají tak dobrou reklamu Sokolu Pražskému.

Děkuji vzdělavatelům, zejména pak Marušce Kostlivé za práci na Zpravodaji. Loni se teprve chápala své práce a nevěděli jsme, jak se vydávání Zpravodaje vyvine, zda se cíl podaří... Loni jsem slíbila, že vydávání Zpravodaje dnes vyhodnotím. Dle mého názoru se to podařilo na výtečnou! Moc děkuji nejen těm, kteří pracují na korekturách a grafice, ale i Vám všem, kteří do něj přispíváte. Tady se povedl ohromný kus práce právě napříč oddíly a já doufám, že i Vám se náš Zpravodaj líbí!!! Děkuji loutkářům, kteří hrají pro naše nejmenší, a nejen pro ně, divadélko. Je prima, že se podařilo z řad našich turistických vodáků zrekrutovat do něj nové posily a nahradit tak dvě členky, které odešly na mateřskou dovolenou. Pevně věřím, že během ní na naše krásné loutky nezanevrou a jak to bude možné, zase se ke svému koníčku vrátí a budou dál malým sokolíkům přinášet radost.

Sestry a bratři, jak jistě víte a jak jsem i zmínila, nesešli jsme se dnes jen proto, abychom zhodnotili uplynulý rok, ale také proto, abychom zvolili vedení naší jednoty. Tedy výbor a kontrolní komisi. Prosím Vás proto již teď o trpělivost, bude to rozhodně časově náročnější, než bývají nevolební VH.

Dovolte, abych z tohoto místa poděkovala kandidátní a zároveň volební komisi za její práci a i všem sborům, kteří včas a v souladu s legislativou ČOS, zvolili své zástupce. Tedy náčelnici, náčelníka, předsedu odboru sportu a vzdělavatele.

Děkuji činovníkům, cvičitelům i trenérům za Vaší neutuchající, mravenčí práci nejen s dětmi a mládeží, ale i dospělými a seniory. Přeji Vám hlavně pevné zdraví a osobní spokojenost. Děkuji za Vaši pozornost.

Martina Schořová, starostka

## Výroční zpráva rok 2015 - oddíl akrobatického rokenrolu

**Náš oddíl se během roku 2015 výrazně rozrostl o nové tanečnický. Nyní máme v našem trenérském týmu 4 trenérky a 2 trenéry na 70 tanečnicků.** Náš oddíl má stále tréninkovou přípravku v DDM na Průhonu v Praze 6, kde nováčky trénuje J. Chudomská.

Nově jsme začali trénovat děti z družiny ZŠ Štěpánská. Tyto děti vodí každý čtvrtek v průběhu družiny do našeho sokola Š. Slámová a učí je základům našeho sportu. Talentovaní tanečníci pak přecházejí trénovat do našeho sportovního oddílu. Je to velmi dobrá forma náboru nových členů.



V minulém roce jsme se zúčastnili všech tuzemských závodů. Startovali jsme na ME žáků a juniorů v Italském Rimini. Zúčastnili jsme se i MS juniorů a žáků ve Francouzském Bourg end Bresse. Jsem ráda, že se opět uzdravil náš současně nejlepší pár kat. A Marek Divoký a Lenka Richtrová. Ti se zúčastnili SP v Moskvě a vytančili skvělé 22. místo.

Na MS dívčích formací jsme letěli do Ruského Petrohradu a tam jsme vybojovali skvělé 4. místo. Právě dívky z Falcon girls se v létě zúčastnily GALA FIF v Helsinkách, kde byly vybrány do hlavního představení.

**Pro náš oddíl a samotné tanečnický je tato reprezentace finančně velmi náročná a proto bych chtěla velmi poděkovat vedení SP, který se finančně podílel na těchto výjezdech a pevně věřím, že i letošní rok nás finančně podpoří.**

**Naše sportovní výsledky v roce 2015:** Falcon kids se stali vítězi Sportovců roku ve své kategorii  
Falcon luckies finálová umístění do 6. místa na celostátní úrovni  
Falcon girls 2. MČR, 4. MS,

**Nejúspěšnější žakovský pár:** Richard Zadák a Iveta Smoleňáková 3. MČR, 25. ME, 28. MS.

**Nejúspěšnější juniorský pár:** Lukáš Sláma a Anna Fořtová 3. MČR, 18. ME, 18. MS, 17. SP, vítězové Sportovce roku 2015 a současně jsou 9. ve Světovém žebříčku.

**Největší úspěch jsme získali v kategorii A, kde pár Martina Metlická a Jan Haupt se stali mistry ČR v nejvyšší kat. A.**

Náš oddíl se pravidelně jako každý rok účastnil týdenního letního soustředění na Kladně. Chtěla bych poděkovat tajemnici Janě Kepkové, které se podařilo zajistit grant na loňské soustředění a i v letošním roce požádala o finanční pomoc pro náš oddíl. Budeme tedy doufat, že opět získáme alespoň něco na pronájem sportovní haly.

Jarka Chudomská

## Zpráva o činnosti oddílu rychlostní kanoistiky SOP

Vážené sestry, vážení bratři!



V minulých letech došlo v našem oddílu ke generační výměně a dlouho se nám proto nedařilo zacelit mezeru po velmi úspěšné generaci závodníků, kteří vozili medaile takřka z každého Mistrovství České republiky. V loňském roce už naši nadějní mladí konečně dorostli do zralejšího věku a tak jsme po velmi dobré zimní přípravě s napětím čekali, jak to dopadne a nyní se zde můžeme pochlubit.

Příprava začala už na podzim 2014 díky dobrému počasí najížděním množství kilometrů na vodě, pokračovala vydařenou zimní přípravou s běháním na lyžích, posilováním, plaváním a během na suchu.

Na jaře jsme vzestup výkonnosti dorostlé mládeže podporovali a dotvářeli zejména jízdou na vodě s doplňkovým během a posilováním. Ke konečnému doladění maximální výkonnosti výborně posloužilo jako každý rok soustředění na Slapech na začátku prázdnin.

Naše hlavní snažení bylo totiž upřeno k Mistrovství republiky v rychlostní kanoistice na krátkých tratích, které jsme si logicky stanovili za vrcholný závod sezony a po letech půstu jsme se konečně dočkali. V kategorii nejmladších benjamínků získal Jan Popelka dvě stříbrné medaile z tratí 500 m a 200 m.

V kategorii žáků získali Lukáš Novotný a Dan Sedláček bronzovou medaili na trati 1000 m. A konečně v kategorii dorostenců vybojovali po dlouhých letech Jan Blažíček a Filip Dvořák pro Sokol Pražský mistrovský titul na trati 1000 m! Dále jsme ještě získali řadu finálových umístění a jednou jsme byli jen několik setin od medaile.

Nelze zapomenout na naše veterány. Konkrétně na Otakara Ventu, který získal stříbrné medaile na tratích 200 a 500 m a nestárnoucího Karla Kadlece, který si odvezl z Račic bronzovou medaili na trati 500 m.

Kromě zmíněného Mistrovství jsme samozřejmě jak pro získání zkušeností mladých závodníků, tak i pro zábavu dětí objeli řadu závodů po celé republice, kde naši reprezentanti dosáhli řady dobrých výsledků.

Radost máme i z toho, že se nám v poslední době daří získávat nové členy, např. díky akcím jako Ratolest Fest apod. a také díky dobré propagaci našeho oddílu od rodičů stávajících členů. V této snaze byste nás mohli podpořit i vy, stačí, znáte-li nějaké šikovné dítě, nabídněte mu sportovní perspektivu u vody, ukažte na mapě polohu loděnice, kterou jistě znáte, o ostatní se postaráme my.

Na závěr bychom rádi poděkovali všem, kteří nám fandí a umožňují nám kvalitní přípravu v loděnici, v sokolovně, v bazénech - např. v Tyršově domě a v neposlední řadě všem závodníkům za jejich snažení a výkony a rodičům za podporu.

Ladislav Toman a Jiří Mládek, trenéři oddílu RK

## Zpráva o činnosti oddílu turistické kanoistiky Sokola Pražského v roce 2015

Oddíl turistické kanoistiky měl v roce 2015 celkem cca 35 členů. Z tohoto počtu se asi polovina členů účastní akcí pořádaných oddílem jen ve velmi omezeném rozsahu a loděnici využívá především k uskladnění vlastní lodě. Aktivní jádro oddílu však vyvíjí bohatou činnost, ať už vodáckou, turistickou zimní i letní či společenskou a kulturní. Nyní podrobněji k jednotlivým oblastem. Stejně jako v předchozích letech i v roce 2015 pokračoval vodácký oddíl ve své hlavní aktivitě na divokých vodách.



Podle plánu činnosti oddílu jsme uskutečnili 6 vodáckých akcí. Začalo to březnovým splutím dolního úseku Sázavy kolem četných historických trampských osad pod Medníkem, pak to byla první květnový víkend akce Víkend šumavských řek na řekách Otava a Vltava. V polovině června pak byla dvoudenní dětská plavba po Sázavě jako náborová akce pro naše vnoučata. Začátkem července uspořádala mužská část oddílu oblíbenou tzv. Letní relaxační plavbu, tentokrát po řece Ohři od Chebu do Karlových Varů. Část oddílu se vypravila i na společnou vodáckou dovolenou na teplé řeky jižní Francie. O státním svátku 28. září jsme se na našich dvou raftech zúčastnili hromadné akce pořádané skautskou organizací a to plavby Napříč Prahou přes 3 pražské jezy od Loděnice na Císařské louce ke Štvanici.

Stále větší díl naší činnosti připadá na pěší turistické akce. I v loňském roce jsme pokračovali v cyklu akcí nazvaném Od pramenů, při kterém naše cesty vedou po turistických cestách kolem řek – tentokrát jsme poznávali řeky se jmény začínajícími písmenem L. V březnu to byla jednodenní túry podél říčky Loděnice, zvané Kačák, v dubnu říčka Litavka a v srpnu třídní putování kolem Lužnice na Třeboňsku. Trochu širší zaměření měla červencová turistická akce v Putimi, kdy jsme sice šli přes Maletice na břehu Blanice, ale i k Tálínskému rybníku a přírodní rezervaci u rybníka Řežabinec. V listopadu jsme již tradičně vystoupili 17. listopadu na významnou českou horu, tentokrát opět po třech letech přišla na řadu Milešovka s obvyklým pěveckým vystoupením na pódiu na jejím vrcholu. Kromě hlavních turistických akcí jsme uskutečnili ještě několik drobnějších výletů v okolí Prahy.

Už zhruba po desáté jsme i v loňském roce absolvovali tradiční a oblíbený čtyřdenní lyžařský zájezd na Lipno, kde zase po létech byl sníh a nemuseli jsme za ním daleko jezdit. A k lyžování přibýly i každodenní zápasy ve stolním tenisu, odpočinek v akvacentru a nezbytný zpěv s kytarami. Veškerá budoucí činnost oddílu se připravuje a proběhlé akce hodnotí na každotýdenních klubových setkáních, které jsou zpestřovány od jara do podzimu vyjíždkami na kánoích po Vltavě kolem Císařské louky a v zimě saunou a občas i turnaji ve stolním tenisu či petanque nebo zpěvem a kytarou. Jednou z nejkrásnějších oddílových akcí byla i v roce 2015 tradiční předvánoční vycházka Prahou, spojená se zpěvem koled u vánočního stromu na Pražském hradě na náměstí u Sv. Jiří, pak u jesliček na Kampě a na vyzdobeném a rozsvíceném Staroměstském náměstí. Každoročně se společně i loučíme se starým rokem a zahajujeme nový rok – novou vodáckou sezónu, tentokrát jsme to spojili s vycházkami kolem Mořiny a lomů Amerika.

A samozřejmě všemi akcemi se prolíná hlavní smysl činnosti aktivní části oddílu, která si už léta říká Raftový spolek Tyrš – tedy učinit naši současnost trochu veselejší. Pro rok 2016 plány našich akcí visí na nástěnce v loděnici Sokola Pražského na Císařské louce. Rádi na našich akcích – ať už vodáckých nebo turistických - uvítáme i členy jiných oddílů, kteří aspoň trochu vládnou pádlem nebo nohama a chtějí se mírně zdokonalit a užít si dobrodružství na vodě, hezkých výletů či vodácké romantiky.

Jirka Kolář

oddíl turistické kanoistiky



## Zpráva o činnosti vzdělavatelského odboru SP za rok 2015

Vzdělavatelský odbor SP pracoval v uplynulém roce ve složení:



PhDr. Jitka Křepelková, Dagmar Evaldová, Artemis Kavalírová, Pavla Říhová, Eva Barešová, Helena Linhartová, Libuše Kašparová, zpočátku Eva Růžková, jako hosté Marie Kostlivá a Lukáš Křemen. Václav Šulc a Pavel Kroupa byli trvale omluveni pro mimořádné vytížení v zaměstnání a v rodině. Sestra Růžková má zájem o pokračování v činnosti až po odchodu do důchodu.

Průběžně jsme se věnovali vydávání Zpravodaje, zejména díky sestře Kostlivé se zdařilo vydat sedm čísel. Pilnými dopisovateli byli basketbalisté, zcela postrádáme zprávy z RaR a moderní gymnastiky.

Tradičně jsme připravili program EHD, tentokrát jednodenní a výjimečně spojený s novou akcí ČOS „Noc sokoloven“. Páteční odpoledne a večer návštěvníci ocenili hlavně proto, že mohli nahlédnout i do „živých“ tělocvičen. Navštívilo nás 70 osob, což odpovídá jednodenní návštěvě v minulých letech. Připravili jsme pro ně výstavku pohlednic z minulých sletů a sletových cvičebních úborů a samozřejmě průvodcovskou službu osobní i formou letáků, které připravily sestry Křepelková a Kavalírová.

Připravili jsme jednodenní výlet do Benátek n. Jizerou a s návštěvou Sokolského parku v Dolním Slivně, původně hřbitova, s památníkem matky Miroslava Tyrše, která tam byla pohřbena. Benátečtí sokolové nám připravili prohlídku místního zámku a sokolovny. Tam nás přivítaly sestry s milým občerstvením. Zúčastnilo se 38 našich členů, 5 hostů a 5 členů sokola Libeň. Do libeňské sokolovny byly již před tím uspořádány dvě exkurze.

Pravidelně jsme se zúčastňovali společenských a památkových akcí, pečovali o hroby na Olšanech, - ve spolupráci s výborem SP, hlavně s. Stlukovou byl vyřešen problém Schiffnerova hrobu: bude převzat do adoptivní péče jako jediný hrob SP. Oficiálních akcí ČOS se zúčastňoval hlavně bratr Křemen jako člen sokolské stráže ČOS.- Jedná se o jednotku praporečnicků, kteří byli, jako první vyškoleni Hradní stráží. Slavnostní „Jízdy Prahou“ k výročí Pražského povstání se jako pamětnice zúčastnila s. Evaldová, stejně jako Sokolského památného dne v Tyršově domě a br. Křemen.

Frekventanti 3. kurzu sokolských praporečnicků si vyžádali prohlídku naší sokolovny, provázeli je D. Evaldová a L. Křemen, který se mimořádně dobře připravil. Akce byla velmi oceněna, hlavně bratrem praporečnickem z Vídeňského Sokola.

Sestra Křepelková pravidelně pečovala o obsah vzdělavatelské skříňky v koridoru i nástěnky ve vstupní hale. Pořádila obrazové materiály k publikaci o historii šibřinek. V archivu objevila pozůstalost po první náčelnici ČOS Miladě Malé, která se převážně netýkala SP a proto byla se souhlasem výboru předána pracovním Národního muzea, se kterými už dříve navázala setra Křepelková velmi přínosnou spolupráci.

Uskutečnili jsme pravidelnou sbírku pro ZOO na našeho adoptovaného tučňáka, která vynesla dokonce o 300 Kč víc, než potřebných 5000Kč. Pravidelná soutěž dětských výkresů vyhlášená na Mikuláše, byla o šibřinkách vyhodnocena a děti odměněny drobnými dárky – zajišťovaly sestry Kavalírová a Linhartová. Ta také zajistila bohatou dokumentaci z dětského karnevalu a Šibřinek (foto i video).

Sestry Říhová a Evaldová se zúčastnily semináře pro činovníky ČOS a sestra Činčerová s Evaldovou školení pro práci se seniory v Tyršově domě. Zbývá snad už jen naše loutkové divadlo, kterým s můžeme pochlubit.

V minimální sestavě osmi osob uspořádali během roku 2015 celkem 33 představení, z toho 8 pro naše nejmenší, 3 pro veřejnost, 10 pro školy, 2 charitativní v Mladotově domě na Hradčanech, navázali na novou tradici „letní loutkohraní“ v Krchlabech u Kutné Hory a 3x hráli na loutkářských soustředěních, odkud si přivezli řadu diplomů. Přihlásili se jim 2 zájemci z vodáckého oddílu, mají zájem, ale nedostatek času jim brání v tom, aby byli vždy k dispozici. Stále je vítán každý, kdo je ochoten podřídit se loutkářské řeholi a osvojit si potřebné dovednosti. Není to tak těžké, když jen jediná současná členka – a principálka – měla před nástupem k nám s pimprlaty nějakou zkušenost!

Takže končím výzvou: Pište do Zpravodaje, přijďte s námi spolupracovat do vzdělavatelského odboru i z jiných oddílů než je všestrannost a hrajte s pimprlaty! Děkuji za výdrž při poslouchání.

Nazdar!

Dagmar Evaldová

## Moderní gymnastika

V roce 2015 jsme měli všechny kategorie v MG, povinný, kombinovaný i volný program. Další rozšiřování z kapacitních důvodů již není možné.

V ZP nám startují dívky nar.2009, kde je nejlepší Alice Duchoňová, která vyhrála několik závodů v Praze, v další kategorii je nejúspěšnější Rozárka Krčmářová i ta má několik vítězství.

V kombinovaných sestavách je nejlepší Kristýna Chudybová a ve volných sestavách Nicola Chudybová.



Všechny závodnice startovaly na závodech v Praze, ale i dalších městech ČR, podle toho, kde byly závody vypsané. Na MČR je poměrně těžké dosáhnout, protože startují třeba jen 2 závodnice z Prahy.

Již nedílnou součástí našeho programu je spolupráce s HaP muzikál. Naše dívky vystupují v muzikálech v Hybernii, ale i na dalších akcích s mezinárodní účastí tanečníků a muzikálových zpěváků. Vystupujeme rovněž na plesích, drobnou ukázkou bylo vystoupení na Šibřinkách. V červenci byla Nicola s muzikálem v Itálii, děvčata byla na soustředění v Jilemnicích, kde máme příležitost se připravit na další rok.

Renata Nechanická, trenérka

## Zpráva náčelníka odboru všestrannosti za období od 1. 1. 2015 do 31. 12. 2015

### Mužské cvičitelské sbory:

Dopolední **oddíl R+D** (rodičů a dětí) vedla sestra Dana Absolonová s Markétou Rohanovou. Cvičitelky se na hodinách střídaly. Průměrná docházka na cvičení byla 15 – 20 párů, zapsáno do cvičení bylo 30 párů.

**Oddíl PD** (předškolních dětí) vedla s. Jana Povondrová, které pomáhaly během roku cvičitelky: Helena Linhartová, Eva Barešová, Markéta Rohanová, Hana Schořová a od podzimu sestra Julie Schořová. Oddíl má cvičební hodiny v úterý a ve čtvrtek od



17,00 – 18,00. Průměrná docházka na cvičení bylo 10 – 15 dětí, zapsáno do cvičení bylo 20 dětí.

**Oddíl mladšího žactva** vedl br. Václav Sýba a během roku mu pomáhali: sestry Eliška Peterková, Marie Kohoutková a Markéta Rohanová, bratři Pavel Rohan, Miroslav Vrána, Matěj Hrdina a Jiří Poes. V oddíle bylo zapsáno 40 dětí, průměrná docházka je 20 dětí.

**Oddíl mužů** vedoucí cvičitel br. Jiří Poes. Vedoucími družstev a cvičiteli rozcviček byli bratři Leoš Rohan, Pavel Rohan, Matěj Hrdina, Jan Štěpánek, Petr Schoř a Miroslav Vrána. Oddíl starších mužů vedl bratr Jaroslav Hofman. Do oddílu mužů bylo zapsáno celkem 55 cvičenců, průměrná docházka je 30 mužů.

Na podzim úspěšně absolvovala sestra Markéta Rohanová školení cvičitelů předškolních dětí II. třídy a bratr Radek Korecký získal školení cvičitelů všestrannosti IV. třídy.

Náplň cvičebních hodin: seznámit cvičence, již od předškolního věku, se základy SG, atletiky a sportovních i zábavných her se zaměřením na rozvoj obratnosti, síly, správného držení těla. Do cvičebních hodin jsou zařazeny u oddílu mužů i rekreačně provozované sporty jako malý florbal, sálový fotbal, nohejbal, odbíjená, stolní tenis, líný tenis, bouldrová stěna a kondiční posilování.

## **Činnost oddílů**

### Oddíl mužů

Na Šibřinkách konaných 7. 2. na téma: „Listování historií“ vystoupilo pod vedením br. Miroslava Vrány cca 13 mužů ve skladbě Mažoretky na Radeckého pochod. V koedukované skladbě Svět dětí 1880 vystoupili cvičitelé mužských složek spolu s ženskými složkami na píseň Nevadí. Miroslav Vrána také celé šibřinky moderoval. Uspořádání 19. ročníku šplhu schodištěm dne 7. 3. 2015, kterého se účastnilo celkem 52 závodníků včetně dorostenců a žen z 19 sportovních oddílů z celé republiky. Tento ročník měl nejpočetnější závodnické pole v dosavadní historii. Bohužel v tomto závodě jsme dlouhodobě pouze organizátoři, bez vlastní závodnické základny. Vlastní podrobná zpráva o závodě byla zveřejněna v našem sokolském zpravodaji.

Uspořádání závodu Sokolského žabáka jako Memoriál Rudolfa Lukáše dne 23. 4. 2015. Závod pořádá cvičitelský sbor pro oddíl předškolních dětí a oddíl mladších žáků. Děti berou závod nesmírně vážně a urputně bojují o vítězství.

Výpomoc při zajištění pořadatelů na Závody sokolské všestrannosti konané ve dnech 24. 4. – 26.4. Bratři Josef Březina, Jan Štěpánek a Jiří Poes vypomáhali při atletických závodech v sobotu.

Účast na Sokolgymu v Tyršově domě dne 23. 5. 2015 ve skladbě „25 let spolu“, což byla koláž z vystoupení mužů na posledních 3 sokolských sletech. Účastnilo se 8 mužů SP (bratři Březina, Hofman, Krejčí, Lášek, Šebek, Šír, Václavík a Vrána, jenž zajišťoval nácvik).

S toutéž skladbou a s počtem 9 mužů (přibyl br. Poes) se vystoupilo v rámci kulturněsportovní vložky při vernisáži výstavy „Budování státu“ v Národní galerii v Holešovicích (Veletržní palác) dne 19.11. Dne 29. 11. u příležitosti oslav 130 let župy Jana Podlipného se vystoupilo na akademii v sokolovně Královské Vinohrady.

Na gymnestrádě v Helsinkách v červenci vystoupili ve skladbě „Generace společně“ 4 bratři (Lášek, Novotný, Příborský, Vrána – zajišťoval nácvik). S toutéž skladbou vystoupili i na župní akademii Jana Podlipného na Královských Vinohradech.

Bratr Jaroslav Pižl cvičil na Sokolské gymnastradě v Tyršově domě, tak ve Vinohradské sokolovně u příležitosti oslav 130 let župy Jana Podlipného ve skladbě Věrné gardy.

Plaveckého závodu : "O pohár starostů pražských žup", se 6. 11. účastnili bratři Rohan Pavel, Štěpánek a Vyhňák.

28. 11. uspořádání 12. ročník Memoriálu Ády Hochmana (závod v dvojboji, hrazda a gymnastika), kterého se účastnilo 137 závodníků ze 17 sokolských jednot.

Pro všechny dětské složky naší jednoty zajišťoval v koordinaci s oddílem basketbalu bratr Miroslav Vrána v prosinci tradičního Mikuláše.

#### Oddíl Rodičů a dětí:

Pravidelná tělocvičná činnost tradičně v dopoledních hodinách. Kromě toho oddíl uspořádal:

Letní tábor pro rodiče a děti ve Střelských Hořticích ve dnech 16.8- 22.8. Vedoucím tábora byla sestra Dana Absolonová.

Oddíl navštívil během roku 3x loutkové představení v loutkovém divadle SP. Jednalo se o představení: „O koníčkovi se zlatými křídly“ a „Dušička z vodníkovy hrníčka“ Návštěvnost představení byla cca 10 – 18 párů.

Oddíl uspořádal námětové cvičební hodiny na téma:

- 2.4. Zelený čtvrtek (10 párů)

- 30.4. Čarodějnice (17 párů)

- 2. 6. MDD (18 párů)

- 3.11. Halloween (16 párů)

- 8.12. Čertovská hodinka (20 párů)

Oddíl se účastnil vzdělávacích akcí ÚŠ ČOS, kam vyslal demonstrační (ukázkové) páry:

- 14.3. Školení cvičitelů III. Třídy RDPD – TD (7 párů)

- 16.5. Školení cvičitelů II. Třídy RDPD – TD (6 párů)

- 11.10. Seminář Náradí pro RDPD – TJ. Sokol I. Smíchov (8 párů)

#### Oddíl předškolních dětí:

Zajišťoval pravidelné cvičení pro děti. Cvičení je formou her a nejjednodušších pohybových aktivit směřováno k tomu, aby děti získávali radost z pohybu. Oddíl uspořádal 10. 12. lampionový průvod na Dětský ostrov, kde si děti zaspotovaly na umístěném sportovním náčiní, zazpívaly koledy a pouštěly skořápkové lodičky po Vltavě. Této akce se účastnili rodiče.

#### Oddíl mladších žáků:

Činnost tohoto oddílu je velmi pestrá a bohatá, a je zpracována samostatně formou přílohy, kterou vypracoval vedoucí oddílu br. Václav Sýba. Dále oddíl pořádá o víkendech výlety do okolí Prahy, v zimním

období sobotní programy v tělocvičně a uspořádal v červenci tradiční 14 denní dětský tábor na Rosičce. Bratr Václav Sýba je hlavním organizátorem a vedoucím těchto akcí.

Díky obětavé práci cvičitelského sboru a mnoha dalších sester a bratří naší jednoty je zajišťován nejen základní tělovýchovný program, ale i další akce, přispívající do aktivního sokolského života naší jednoty. Všem sestřím a bratrům za jejich záslužnou a často i vyčerpávající práci mnohokrát děkuji a přeji jim mnoho pevného zdraví, síly a elánu pro tuto nelehkou a náročnou práci i v letošním roce.

V Praze 23. března 2016 br. Jiří Poes

náčelník mužů Sokola Pražského

## Zpráva o činnosti odboru všestrannosti za rok 2015 – ženské složky



Cvičební rok 2015 v oddílech ženských složek byl zahájen 5. ledna a trval až do 18. prosince. Počet členů v ženských složkách byl k 31. 12. 2015 440.

Počet cvičitelek a cvičitelů v ženských složkách je 41 (II. třída 18, III. třída 22, IV. třída 1). Činnost ve všech oddílech probíhala dle pravidelného rozvrhu cvičebních hodin. Kromě pravidelných hodin se konaly nácviky na slet v Brně a v Plzni a nácviky na vystoupení na Šibřinkách. Dále oddíly RD a seniorů navštěvovaly páteční hodiny plavání v Tyršově domě. Děti z oddílu RD jsou pravidelní diváci našeho loutkového divadla.

### Oddíl RD odpolední – vedoucí: Růžena Brožová

Cvičitelé oddílu jsou: Albína Bedrníčková – dlouhodobě nemocná, Nikola Hrbáčková, Karel Hübner, Hana Mokříšová, Eva Ottová – dlouhodobě nemocná, Renáta Plzánková, Markéta Stluková, Marie Šulcová, Lenka Karhanová, Marie Kostlivá a Jana Náprstková, Linda Laputka, Blanka Lochmanová a Blanka Blandová.

Oddíl s velkou základnou cvičenců, v roce 2015 cvičilo zde přes 60 párů rodičů a dětí a 12 dětí v družstvu starších sourozenců.

Cvičební den je pondělí a středa od 17-18h.

Cvičení je zaměřeno na získávání pohybových dovedností, rozvíjení psychických schopností, orientaci v prostoru, cvičení na nářadí, základy akrobacie, míčové hry, tanečky, cvičení s říkanky, základy atletiky, lyžování a nově i základy plavání. Oddíl pokračuje s družstvem nejmladšího žactva, které vede v pondělí Marie Kostlivá a Jana Náprstková a ve středu Linda Laputka a Blanka Lochmanová.

Děti se pravidelně zúčastňují přeborů ve sportovní gymnastice, atletice a míčového trojboje.

### Oddíl žákyň - vedoucí oddílu: Martina Schořová

Cvičitelky: Nicola Bednářová, Hana Schořová

Cvičení probíhá v pondělí a ve středu, od 18:00 do 19:00h. V oddíle žákyň bylo zapsáno 17 žákyň, s průměrnou účastí 13 děvčat. Na hodinách probíhá především gymnastika s využitím nářadí, případně náčiní, které je v SP k dispozici, dále šplh, míčové hry, jako je přehazovaná, nebo vybíjená a pochopitelně i soutěže a hry závodivé, vhodné pro tuto věkovou kategorii.

Žákyně se zúčastnily závodů sokolské všestrannosti Praha – Open, v plavání a atletice. V plavání, ačkoli nejmladší, ve své kategorii, naše Ida Raiterová vybojovala krásné 3. místo, v rámci celé naší župy a Ema Raiterová se umístila na krásném 5. místě. Dále Ida zabojovala i v atletice, kde skončila na 22. místě.

Čtyři děvčata (Ida, Ema, Klárka a Karolínka) se zúčastnila soutěže „Poznej svou sokolovnu“.

V květnu jsme uspořádaly výlet do Brdských lesů a v červnu vodáckou hodinu, kde si členky našeho oddílu osvojily ovládání plavidel, resp. raftu.

6. 11. byla členkou štafetového družstva Ida Raiterová v plavání.

V prosinci se cvičenky již tradičně, zúčastnily Mikulášské hodiny. Přerostlý Mikuláš byl již loni předmětem obdivu a tak jsme moc rádi, že své účinkování zopakovali i v letošním roce.

Děkuji za práci všem cvičitelkám, které v tomto oddíle pracují, že věnují svůj volný čas, práci s dětmi v naší jednotě. Martina Schořová

#### **Oddíl mladších žen – vedoucí: Anna Poustecká**

V současné době se nekonají pravidelné hodiny z důvodu nízkého počtu cvičenců

Cvičební den je pondělí a středa 19 - 20h.

#### **Oddíl žen – vedoucí: Anna Poustecká**

Cvičitelkami v oddíle jsou: Iveta Webrová, Jana Bednářová, Jitka Frimlová, Maruška Brčáková a Jana Povondrová.

Cvičenek je 25. Cvičební den je pondělí a středa 20 - 22h

Oddíl je rozdělen do čtyř družstev podle výkonnosti a věku, tak aby se cvičenky mohly fyzicky rozvíjet a přispívat ke svému zdraví.

1. družstvo vede sestra Webrová spolu se sestrou Bednářovou. Zaměřuje se na sportovní gymnastiku a cvičení na nářadí.
2. družstvo vede sestra Povondrová a cvičí rovněž na nářadí
3. družstvo vede sestra Frimlová a specializuje se na zdravotní tělocvik
4. družstvo vede sestra Brčáková. Družstvo seniorek cvičí především s overbaly, gymbaly, na lavičkách a žebřinách.

Ve středu je kondiční cvičení s hudbou celou hodinu. Vede sestra Frimlová a Poustecká.

Několik cvičenek se zúčastnilo sletu v Brně a v Plzni.

#### **Oddíl seniorů a seniorek – vedoucí: Věra Bicanová.**

Další cvičitelkou oddílu je Marie Šulcová.

Cvičební den je pondělí a středa 16 - 17h a úterý a čtvrtek 9 - 10h.

Oddíl s největší základnou cvičenců, zapsáno 152 členů.

Cvičení je zaměřeno na zdravotní tělocvik, kondiční cvičení a cvičení s náčiním. Obě cvičitelky se snaží udržet kolektivního ducha v oddíle. Cvičenci se zúčastňují společně kulturních, společenských i sportovních akcí. Pomáhají při pořádání Memoriálu Ády Hochmana.

V roce 2015 se náš oddíl zúčastnil mnoha akcí:

- 7. 2. se cvičenky zúčastnily na vystoupení Šibřinek
- 22. 5. -25. 5. zájezd do Oetzu
- 6.6. Sokolské Brno
- 24. 6. prohlídka sokolovny
- 27.6. Plzeňské slavnosti
- 7.9. -13. 9. zájezd do Bibione
- 11. 9. dny Evropsk.kult.dědictví + Noc sokoloven
- 6. 11. závody v plavání v Tyršově domě o Pohár starostů (1. místo)
- 28.11. Memoriál Ády Hochmana- pomoc při pořádání

Na 1. adventní koncert bylo vybráno 3 350,- Kč charitativní akce - Adventní koncerty vysílané Českou televizí.

Každý sudý pátek chodíme plavat do Tyršova domu.

Je to oddíl, který má vysokou účast v dopoledních i odpoledních hodinách. Jejich morálka platební je 100%. Ze zdravotních důvodů některé cvičenky odcházejí, ale zároveň nové přicházejí. Ale kádr stále zůstává a na jejich tělech je to vidět. Průměrná účast v hodině je 48, nejvíce 65 a nejméně 33 cvičenek.

#### **Oddíl aerobiku – vedoucí: Martina Macková**

Cvičitelkami jsou Romana Fousová, Klára Malínková, Helena Nováková, Iva Smrčková, Daniela Kohoutková. Neaktivní cvičitelkami z důvodu rodičovské dovolené jsou Dana Perézová a Marie Kohoutková.

Počet cvičenek je 68.

Cvičební hodiny jsou rozloženy tak, aby je bylo možné efektivně kombinovat. Pondělní a čtvrteční hodiny jsme nově koncipovali tak, aby splňovaly nejnovější trendy – tedy posilování jádra těla – zpevňování velkých svalových skupin, včetně hlubokých svalů břicha a zad.

Poprvé jsme zařadili cvičení s balančními plochami. Ty při vysokém počtu cvičenek kombinujeme s náčiním Bossu, takže cvičební jednotka je pestrá. Variabilitu čtvrtečních hodin jsme nastavili v rámci sudých a lichých týdnů. Cvičitelky jsou snáze zastupitelné a tento systém se ukázal praktickým také pro cvičenky, poznávají nové formy hodin a zvyšuje se tak pravděpodobnost, že budou chodit častěji.

V dalších hodinách hojně využíváme kmitací tyče a nově (díky tomu, že nám jednota umožnila objednat další velké míče) cvičení s velkými míči, jež má formu zdravotního cvičení.

Co vidíme jako možnou oblast zlepšení, je vzdělávání cvičitelek. Současný způsob života - skloubení profesních, rodinných a cvičitelských aktivit je natolik náročnou oblastí života ženy..... Nezbyvá mnoho času ani sil, abychom absolvovaly (my cvičitelky) náročná víkendová školení. Právě proto jsme konzultovaly tuto

záležitost individuálně a snažily se najít východisko. Jsme domluvené na nevelkých, ale průběžných školeních, která nás budou (pomalu, ale jistě) posunovat v odbornostech. Jsme totiž rády - a opravdu musím říci, že si vážíme toho, že nám Sokol umožňuje vzdělávat se – že jsou nám tato školení placena. Je to pro nás určitá forma odměny, poděkování....

Cílem do dalšího roku pro oddíl aerobiku je vytvořit partu cvičenek, která (tak jako každoročně) nepojede jenom k moři, ale vydá se také na společný víkend či půjde za kulturou.....!!!

Cvičební rok 2015

## **Únor**

Ozdravný pobyt s lyžařským výcvikem má 18 letou tradici. Pořádali jsme 2 turnusy na Šumavě v penzionu Paulík Nový Dvůr pod Churáňovem, v 1. se zúčastnilo 38 RD, a ve 2. 40 RD. Hlavní vedoucí a instruktorkou byla Blanka Blandová, instruktoři: Nikola Hrbáčková, Hana Hrdinová, Jakub Kološ a Aleš Hrdina. Zdravotnice a cvičitelka Růžena Brožová.

7. 2. se také uskutečnil dětský karneval. Zúčastnilo se přes 120 dětí. Tradičně proběhly soutěže a tombola a velká tancovačka. Do organizace bylo zapojeno 6 cvičitelek.

Po dětském karnevalu se uskutečnily Šibřinky, kde v komponované programu vystoupily cvičenky a cvičitelky oddílu RD, žen, mladších žen, seniorů a aerobiku.

## **Březen**

Výlet do Lán u příležitosti narození prvního československého prezidenta T. G. Masaryka. Zúčastnili se členové oddílu seniorů a žen.

## **Duben**

Oddíl RD uspořádal veřejnou hodinu, která se nesla v duchu oslav čarodějnic. Kromě hodů koštětem, tance s koštětem, přetahování a loupání perníčku děti přednášely básničku o perníkové chaloupce. Zúčastnilo se 60 dětí a 12 cvičitelek. Dále oddíl RD uskutečnil Jarního hodinu a zúčastnil se městského kola ve sportovní gymnastice. Zúčastnilo 8 dětí, vítěz Rafael Krbec, 2 cvičitelky.

## **Květen**

Tradiční dětský den a zároveň poslední cvičební hodina před prázdninami oddílu RD se konala v loděnici.

V květnu oddíl žákyň uspořádal výlet do Brdských lesů.

22. 5. - 25. 5. zájezd do Oetzu – účast cvičenců z oddílu Seniorů, RD odpolední, Žákyň.

## **Červen**

6. 6. Sokolské Brno – účast cvičenek z našich řad

24. 6. prohlídka sokolovny – pomoc při zajištění

27. 6. Plzeňské slavnosti – účast cvičenek z našich řad



Městské kolo atletických závodů, účast 8 párů RD, 4 NŽ, 1. Místo Albert Spěvák, družstvo děvčat skončilo v rámci Prahy na 3. místě.

Oddíl žákyň absolvoval vodáckou hodinu v loděnici SP.

### **Červenec – Srpen**

Minitábory byly celkem 3. 4 dny v Sedmihorkách – 18 RD a 2 vedoucí, vodácký 3 denní Kácov na Sázavě – 22 účastníků na raftech a 1 vedoucí, 7 dnů v Beskydech na kolech – 18 RD + 1 vedoucí.

Oddíl aerobiku poslední srpnový týden zorganizoval zájezd do Chorvatska na ostrov Pag. Pobytový zájezd byl doplněn o 2 hodiny cvičení během dne.

### **Září**

Začátek nového cvičebního roku.

7. 9. -13. 9. zájezd do Bibione – rekondiční pobyt spojený se cvičením pod vedením zkušené cvičitelky Věry Bicanové a pod organizací další zkušené cvičitelky Růženy Brožové.

11. 9. dny Evropského kulturního dědictví + Noc sokoloven – pomoc při zajištění

### **Listopad**

Lampionový průvod na Mrázovku, účast 25 rodin s dětmi a 5 cvičitelek.

Míčový trojboj, městské kolo, hod, kop a hod na koš. 8 párů RD, 5 NŽ, 5 cvičitelek a 2 rozhodčí. Obě družstva RD získaly medaile.

Vycházka 17. 11. do Chval – 11 RD + 2 cvičitelky.

6. 11. proběhly tradiční plavecké závody v Tyršově domě. V závodě o Pohár starostů jsme získali 1. místo.

### **Prosinec**

Veřejnou Čertovskou hodinu s návštěvou Mikuláše a čerta uspořádal oddíl RD. 62 párů převlečených za čerty předvedlo pravý čertí rej. Malí čertíci dostali nadílku plnou dobrot, uhlí a brambor.

Mikuláš se svým pomocníkem čertem navštívil také hodinu žákyň, aby jim předal nadílku. Vánoční Kryšpán proběhl 16. 12. ve večerních hodinách.

Rok 2015 byl bohatý na sportovní úspěchy. Získali jsme župní pohár pro kategorii RD a předškoláky, děti z oddílu RD odpolední přivezli medaile z atletických závodů, gymnastického přeboru Prahy i z Míčového trojboje. Žákyně Ida Raiterová získala 3. místo v plavání v Praha – Open.

Některé sestry cvičitelky se kvůli zdravotním komplikacím nemohou zúčastnit cvičebních hodin. Držíme jim palce, aby komplikace brzy překonaly a opět zavítali mezi nás.

Děkuji proto všem, kteří pomáhaly zastupovat nepřítomné sestry cvičitelky, ale i ty, které je navštívily během léčení! Poděkování patří všem sestrám i bratrům, kteří pomáhají v oddílech i při akcích konaných mimo oddílové hodiny.

Zpracovala: Nikola Hrbáčková

## Zpráva oddílu basketbalu za rok 2015



Oddíl basketbalu pokračoval i v roce 2014 v nadprůměrně úspěšném působení v soutěžích ČBF a při výchově mladých basketbalistů. Na výchově mladých hráčů, kterých je v oddílu basketbalu aktivních přes 200, se podílí celkem 12 trenérů, většinou s nejvyšší trenérskou kvalifikací České Basketbalové Federace.

I v loňském roce jsme v prostorách Sokola Pražského pořádali jeden z turnajů Mistrovství České republiky. Toto mistrovství bylo vydařeným vrcholem sezóny pro tým v kategorii U14 – Mladší Žáci, kteří pod vedením trenéra Matěje Veselého získali mistrovský titul. Pořadatelství MČR současně umožnilo ukázat a připomenou mnoha hostům, divákům a mladým hráčům TJ SOKOL PRAŽSKÝ nejen jako basketbalový oddíl, ale také jako tělocvičnou jednotu s bohatou historií a tradicemi, na které by se obzvláště v dnešní době nemělo zapomínat.

I další čtyři týmy (Junioři, Starší Žáci, Starší Minižáci a Nejmladší Minižáci) se zúčastnili závěrečných turnajů o Mistra republiky.



### Výsledky a úspěchy týmů v jednotlivých kategoriích:

<b>A tým Mužů</b>	1. liga muži	- <b>8. místo</b>
<b>B tým Mužů</b>	Pražský přebor B	- <b>postup do Pražského přeboru A</b>
<b>Junioři</b>	Extraliga U19	- <b>4. místo na MČR</b>
<b>Kadeti</b>	Extraliga U17	- <b>7. místo</b>
<b>Starší Žáci</b>	Extraliga	- <b>4. místo na MČR</b>
<b>Mladší Žáci</b>	Extraliga	- <b>1. místo na MČR</b>
<b>Starší Minižáci</b>	Pražský Přebor, MČR	- <b>1. místo PP + 2. místo na MČR</b>
<b>Mladší Minižáci</b>	Pražský Přebor, MČR	- <b>2. místo PP</b>
<b>Nejmladší Minižáci</b>	Pražský Přebor, MČR	- <b>1. místo PP + 3. místo na MČR</b>

### Úspěšní hráči a reprezentanti Sokola Pražského:

<b>Tomáš Vyoral</b>	člen národního týmu Mužů, hráč Kooperativa NBL (nejvyšší soutěž mužů)
<b>Adam Pecháček</b>	člen národního týmu U20, hráč Kooperativa NBL (nejvyšší soutěž mužů)
<b>Filip Kroutil</b>	člen národního týmu U20, hráč Kooperativa NBL (nejvyšší soutěž mužů)
<b>Matyáš Hering</b>	hráč Northwest Nazarene University (NCAA II)
<b>Ondřej Kohout</b>	hráč Kooperativa NBL (nejvyšší soutěž mužů)
<b>Lukáš Bažant</b>	hráč Kooperativa NBL (nejvyšší soutěž mužů)
<b>Tomáš Gavenda</b>	hráč Kooperativa NBL (nejvyšší soutěž mužů)
<b>Filip Čeněk</b>	člen národního týmu U18
<b>Michael Hartig</b>	člen národního týmu U18 (3 na 3 FIBA)
<b>Daniel Kačer</b>	člen národního týmu U16

## **Rozvoj oddílu basketbalu**

V uplynulém roce se dále podařilo rozšířit spolupráci basketbalového oddílu s partnerskými subjekty v oblasti fyzioterapeutické péče, lékařské péče a v oblasti kondiční přípravy. Nejen díky těmto změnám byl Basketbalový oddíl Sokol Pražský v roce 2015 zařazen do systému Sportovně Talentované Mládeže ČBF, jako jedno ze Sportovních Center Mládeže. Toto zařazení potvrzuje kvalitní práci všech trenérů a vedení oddílu a zařazuje basketbalový oddíl mezi nejlepší republikové kluby v mládežnických kategoriích. Oddíl basketbalu nabízí svým hráčům velmi dobré podmínky pro přípravu a výkonnostní růst.

Děkujeme touto cestou všem, kteří se podílejí na dobrém fungování a podpoře našeho basketbalového oddílu, ve kterém vychováváme nejen skvělé basketbalisty ale i skvělé lidi a osobnosti.

JSME TÝM, JSME SOKOL PRAŽSKÝ! Podrobnější a aktuální informace o činnosti našeho oddílu naleznete na našem webu: [www.spbasket.cz](http://www.spbasket.cz)

Renata Severová

## **Usnesení Valné hromady Tělocvičné jednoty Sokol Pražský, konané dne 23. března 2016 ve Fügnerově sále sokolovny**

Valná Hromada Tělocvičné jednoty Sokol Pražský (dále jen jednota):

### **1. Bere na vědomí:**

Složení komisí:

- Zapisovatelé: ses. Markéta Stluková, br. Pavel Žofka
- Ověřovatelé zápisu: br. Jaromír Šír, ses. Pavla Říhová, ses. Libuše Kašparová
- Kandidátní komise: br. Jiří Poes, ses. Nikola Hrbáčková a ses. Milena Jindrová
- Volební komise: br. Jiří Poes, ses. Nikola Hrbáčková, ses. Milena Jindrová, ses. Eliška Kouklíková, br. Matěj Veselý
- Mandátová komise: br. Adam Konvalinka, ses. Renata Plzáková, br. Jakub Kološ
- Návrhová komise: ses. Milada kratochvílová, br. Vladimír Krejčí, ses. Renata Severová
- Pracovní předseda VH: br. Jiří Dolejš

Zprávu kandidátní komise

### **2. Schvaluje:**

- Program valné hromady.
- Zprávu starostky jednoty.
- Zprávu o kontrole plnění usnesení valné hromady Sokola Pražského, konané dne 26. 3. 2015.
- Zprávu hospodáře o hospodaření jednoty včetně finanční závěrky za rok 2015.
- Zprávy o činnosti jednotlivých oddílů jednoty a odboru všestrannosti.
- Zprávu kontrolní komise za rok 2015.
- Plán činnosti jednoty na rok 2016 ve znění přílohy č. 1.
- Rozpočet jednoty na rok 2016 ve znění přílohy č. 2.

### **3. Bere na vědomí:**

- Volbu náčelníka br. Jiřího Poes, místonáčelníka br. Pavla Rohana.

- Volbu náčelnice ses. Hrbáčkové, místonáčelnice ses. Bednářové.
- Volbu vzdělavatele ses. Jitky Křepelkové.
- Volbu vedoucí odboru sportu ses. Jindrové.

#### 4. Zvolila na volební období 2016 – 2019

- Starosta ses. Martina Schořová
- Místostarosta br. Zdeněk Slepíčka
- Jednatel br. Jiří Kolář

#### 5. Další členové výboru:

- Br. Jakub Brunner
- Br. Adam Konvalinka
- Ses. Jaroslava Chudomská
- Ses. Renata Nechanická
- Br. Miroslav Vrána
- Ses. Markéta Stluková
- Br. Zdeněk Soldán
- Br. Pavel Žofka

Náhradník: br. Václav Šulc

#### 6. Členové kontrolní komise:

- Ses. Nováková
- Ses. Kratochvílová
- Br. Hrdina
- Br. Krejčí

#### 10. Valná hromada nenavrhl žádného kandidáta na starostu ČOS ani do kontrolní komise župy

Usnesení bylo schváleno 76 hlasy ze 76 přítomných delegátů valné hromady. V Praze dne 23. 3. 2016,  
Návrhová komise: Ses. Kratochvílová, Br. Krejčí, Ses. Severová.



Prapor Sokola Pražského zahajoval XV. Vsesokolský slet.

#### ZPRAVODAJ SOKOLA PRAŽSKÉHO

Občasník, vede redakční rada. Příspěvky shromažďují vzdělavatelé na adrese [vzdelavatele@sokolprazsky.cz](mailto:vzdelavatele@sokolprazsky.cz).