



Zpravodaj

SOKOLA PRAŽSKÉHO

SPECIÁL

vzdelavatele@sokolprazsky.cz

www.sokolprazsky.cz/o-nas/zpravodaj

INFORMACE Z VALNÉ HROMADY DELEGÁTŮ TĚLOCVIČNÉ JEDNOTY SOKOL PRAŽSKÝ

Konané dne 21. března 2018 ve Fügnerově sále sokolovny

Obsah:

1. Zpráva starostky Sokola Pražského
2. Zpráva náčelnice odboru všestrannosti - ženské složky
3. Zpráva náčelníka odboru všestrannosti - mužské složky
4. Zpráva o činnosti vzdělavatelského odboru
5. Zpráva o činnosti oddílu akrobatického rokenrolu
6. Zpráva o činnosti oddílu basketbalu
7. Zpráva o činnosti oddílu moderní gymnastiky
8. Zpráva o činnosti oddílu rychlostní kanoistiky
9. Zpráva o činnosti oddílu turistické kanoistiky
10. Zpráva o činnosti oddílu jógy
11. Usnesení Valné hromady TJ Sokol Pražský

Zpráva starostky Sokola Pražského

Milé sestry, milí bratři, vážení hosté, vstoupili jsme do dalšího roku a je na nás, abychom zhodnotili ten uplynulý. Máme za sebou opět spoustu akcí, o kterých nám zde po-referují zejména vedoucí jednotlivých oddílů a odborů, případně jejich zástupci, já se ve své zprávě letmo dotknu jen několika z nich. V únoru jsme opět uspořádali velmi úspěšný dětský karneval, kterého se zúčastnila zhruba stovka dětí a večer pak tradiční šibřinky, které se nesly v rázu „Co Čech, to muzikant“. Poprvé v novodobé historii Sokola Pražského jsme oslovili profesionálního kreslíře a požádali jej o zpracování šibřinkovského plakátu. Vždyť v minulosti se také podíleli na jeho zpracování významní malíři či kreslíři. Loni padl pomyslný los na Jiřího Gruse. Mám velkou radost, že měl takový úspěch! Nemohu zde opět nezmínit obrovský dík každému, kdo se na konání šibřinek podí-

lel. Ať již Věrece Bicanové, která se postarala nejen o prodej vstupenek, ale i o ubrusy na stoly, Ivě Smrčkové a „jejím“ děvčatům, pod jejímž laskavým velením proběhl úžasný dětský karneval a pochopitelně šibřinkovému nestorovi Mirkovi Vránovi a jeho pomocníkům ať již s výzdobou, nebo přípravou stolů a židlí a následném úklidu. Je za touto akcí spousta ochotných rukou a já všem moc děkuji. Jako hlavní aktivitu, která odstartovala již v loňském roce mně zde dovolu- te zmínit zejména tu sokolskou hlavní činnost, která sice vyvrcholí až v letošním roce, ale s nácvičky se započalo již v tom loňském. Ano, mám na mysli XVI. všesokolský slet. Děkuji všem, kteří se této výzvy nezalekli a dali se na nácvič- ník některé z hromadných skladeb. Ráda bych zde zdůraznila, že naše jednota zaujímá významné místo mezi nácvičujícími jednotami množ- stvím nácvičovaných skladeb. Z cel- kového počtu jedenácti u nás

nacvičujeme deset z nich. Vlastně se tím plní mé přání vyslovené na mi- nulé valné hromadě, a sice aby Sokol Pražský jako nejstarší sokolská jednota důstojně reprezentoval na následujícím všesokolském sletu Tyršův odkaz. Dlužno podotknout, že to není věc, která by se týkala jen všestrannosti, ale s ohledem na prostorové kapacity naší sokolovny se tato věc týká nás všech. Oddílům, které nenacvičují, děkuji za uvolnění prostorů k nácvičkám, nácvičujícím zase za trpělivost ohledně leckdy skromných prostorů k nácvičce, proto- že se nacvičuje nejen „na mramo- ru“ a v úzkém sále Tomáše Černého, ale i na chodbách. Podmínky vskutku „spartánské“, ale snášeny takřkajíc „sokolsky“ s dobrou náladou, jak jsem si měla možnost všimnout. Co mě ale mrzí je, že pouze jednotlivci, které bych bohatě spočítala na prstech jedné ruky, přispěli na slet koupí více sletových známek, než pouze v povinné míře, tedy 1 ks/rok.

Připomínám, že známka stojí 50 Kč. A za cvičence do 18 let dokonce tento symbolický poplatek zaplatila naše jednota. Jistě, měli jsme na mysli, abychom mladé rodiny zbytečně nezatežovali dalšími poplatky, pokud mají napjatý rodinný rozpočet, ale že by se zde nenašly rodiny, které tak zásadně nemusí počítat a mohly by tedy přikoupit jednu nebo dvě známky navíc a podpořit tak sokolskou akci, to se mi vážně nezdá a docela mě to mrzí. Tak mě napadá, že se vlastně po delší době vracím k tématu otázky: „Co mohu já jako jedinac udělat pro Sokol?“ Prosím, odložte na chvíli svoji tradiční otázku: „Co může udělat Sokol pro mne?“ a položte si jí pro změnu obráceně a třeba někoho z Vás napadne, že přikoupit si nějakou tu sletovou známku navíc je docela dobrý počin.

V loňském roce připravil Sokol Vídeň velkolepou oslavu ke stému výročí jeho vzniku. Sokol Pražský vypravil autobus zájemců o tuto akci a snad se nemýlím, když zde řeknu, že všem účastníkům se moc líbila. Ráda bych z tohoto místa ještě jednou poděkovala vídeňskému Sokolu za milé pozvání. Jako poděkování za něj jsem ve slavnostních prostorách nádherné vídeňské radnice předala župnímu starostovi Thomasi Frey – Maternovi pamětní stříbrnou medaili.

Jsem moc ráda, že loutkové divadlo dále pokračuje ve svých cestách a loni opět navštívili členové našeho souboru jak Švýcarsko, tak i český venkov. Podrobněji o tom jistě uslyšíme ve zprávě sestry vzdělavatelky. Když jsem u naší činnosti, ráda bych připomněla, že pro letošní rok je ještě pár volných míst do tyrolského Oetzu, kam se každoročně jezdíme poklonit památce dr. Miroslava Tyrše, který zde v srpnu roku 1884 tragicky zahynul. Jedná se vlastně o prodloužený víkend, strávený v nádherné horské krajině, v milé společnosti sokolů nejen z naší jednoty a celé republiky, ale i ze zahraničí. Bližší informace jsou v posledním Zpravodaji Sokola Pražského, přihlášky také na recepci. Když jsem zmínila náš zpravodaj, chci moc poděkovat za to, že se nám daří nacházet členy jednoty, kteří jsou ochotni věnovat se jeho

vydávání, i všem, kteří přispívají. Myslím, že jeho obsahová hodnota i grafické zpracování neustále stoupá! Chci moc poděkovat naší vzdělavatelce Jitce Křepelkové, která opakovaně organizuje velmi zajímavé procházky po Olšanských hřbitovech, kde je pohřbeno mnoho sokolů. Vřele všem tuto procházku doporučuji. Vsadím se, že se určitě dozvíte něco nového a hlavně zajímavého, co jste předtím nevěděli!

Dovolu mi prosím zde poděkovat tajemnici Janě Kepkové, fakturantce Dagmar Jakubičkové a v neposlední řadě naší účetní Miluši Chrobákové. Díky nim získáváme granty, kterými pak můžeme přispívat do oddílů na vybavení a hlavně na odměny trenérům a cvičitelům. Víím, že je to stojí plno času a energie a chci, aby to věděli i členové jednoty. Ani této agendě se nevyhnulo navýšení papírování a dokládání správného čerpání dotací a grantů.

V uplynulých, či velmi brzy nadcházejících dnech oslavili, či oslaví, naši cvičitelé, trenéři, nebo činovníci významná životní jubilea. Budu možná trochu nediskrétní, ale snad mi to oslavenci odpustí. Ráda bych totiž, abyste si všichni uvědomili, jak dobře můžete i ve vysokém věku vypadat, když budete „sokolovat“. Protože ono „sokolování“ udržuje nejen svěží tělo, ale i mysl. Osmdesátku oslavil Ladislav Toman, stále aktivní trenér rychlostních kanoistů, 85 let potom cvičitelka Hana Mokříšová a Olga Nováková, členka kontrolní komise SP. Devadesátku potom dlouholetá cvičitelka Hana Kokošková, bývalá členka výboru jednoty a šibřinkové komise, dále člen loutkářského sboru Jaroslav Pižl a Dagmar Evaldová, kterou snad ani nemusím představovat, ale aspoň zmíním, že se významně podílela na znovuoživení ČOS i Sokola Pražského po sametové revoluci a je členkou vzdělavatelského odboru obou zmíněných organizací.

Konec cvičitelské dráhy ze zdravotních důvodů nám avizuje Věra Bicanová a proto bych jí chtěla moc poděkovat za celoživotní přínos pro jednotu. Pevně věřím, že návrat na cvičitelský praktikábl je stále možný a věříme v něj!

Již tradičně bych vám zde ráda představila nejúspěšnější reprezentanty naší jednoty.

Za oddíl všestrannosti je to Anička Hrbáčková, která si domů odnesla zlato z celopražských závodů v atletice, v kategorii dívek. Závody pořádalo pražské trojžupí spolu se Sportem pro všechny. A takový bonbónek nakonec: Anička byla dokonce lepší, než vítěz z kategorie chlapců!

Dále pak Lia Filáková, která zvítězila ve své kategorii v pražském závodě míčového víceboje a Patricie Imrichová, která si ze stejných závodů odnesla bronzovou medaili.

Za oddíl moderní gymnastiky je to Lucie Stanková, která vybojovala stříbrnou medaili v pražských závodech a zúčastnila se mistrovství republiky.

Za oddíl rychlostní kanoistiky je to reprezentant, který vybojoval stříbrnou medaili na mistrovství republiky dorostenců K4 na 1000 m – Dan Sedláček.

Za oddíl basketbalu jsou jimi: člen reprezentace ČR, účastník Mistrovství Evropy kadetů Tadeáš Manas a 1. hráč světového žebříčku v kategorii do 18ti let ve hře 3x3 (varianta basketbalu) Daniel Kačer. Dále je to družstvo starších minižáků - ročník 2004, kteří pod vedením Renáty Severové a Milana Voračky vybojovali 3. místo na mistrovství republiky v kategorii U13 jsou to: Bičík Jonáš, Hauzer Ondřej, Liakos Christos, Lilele Cedric, Lízálek Robert, Louda Jakub, Lukeš Filip, Neubauer Jan, Palla Sebastián, Pietsch Tomáš, Rázga Edgar, Růžička Adam, Svojtka Lukáš a Šťovíček Petr.

Mezi dětskými páry akrobatického rokenrolu získal pár Matvej Leshchinskiy s partnerkou Karolínou Zelenkovou titul Sportovce roku 2017 v kategorii Děti.

Pouze rok společného tréninku stačil páru Richard Zadák a Valerie Horská ke vstupu mezi českou žakovskou elitu. Zvítězili v anketě Sportovce roku 2017 Českého svazu akrobatického rokenrolu. Získali 2. místo na MČR.

Nominaci na Olympiádu neolympijských sportů neboli Světové hry, kam se nominovalo

pouze 12 párů z celého světa, byli nominováni členové našeho oddílu akrobatického rokenrolu Lenka Richtrová a Marek Divoký. Marek s Lenkou se na tomto prestižním šampionátu umístili na finálovém, 6. místě. Navíc byli celý rok 2017 a stále jsou v TOP 10 světového žebříčku.

Mé poděkování patří všem oceněným, ale stejně tak i jejich trenérům.

Ještě Vám dlužím jeden statistický údaj, který se týká naší členské základny. Minulý rok jsme měli 1128 členů.

Loni jsem vás informovala o oslovení naší jednoty Českými přístavy ohledně pozemku pod naší loděnicí. Na vyzývací dopis jsme odpověděli, ovšem dosud žádná odezva nepřišla. Vyčkáváme tedy na reakci protistrany. Podobné jednání, ačkoli tenkrát v rovině osobní, nikoli jen dopisové, jsem měla s Českými přístavy 24. 4. v roce 2008. Následovala 9ti letá odmlka. Takže uvidíme, jak se celá kauza bude nadále vyvíjet. Pomyslný míč je momentálně na straně protistrany a tak zatím čekáme na reakci.

Tolik asi k dění v naší jednotě a nyní mi dovolu, abych vás pozvala na XVI. všesokolský slet, který začne průvodem Prahou 1. 7. a vyvrcholí hromadnými vystoupeními 5. a 6. července ve vršovickém Edenu. Vsesokolský

slet není jen zážitkem pro cvičence, ale i pro diváky. Doufám, že se s vámi v Edenu potkám, ať již na značce nebo alespoň na tribuně.

Než skončím svoji zprávu, musím zde zmínit zásadní slavnostní událost letošního roku, kterou je oslava významného výročí naší republiky - 100 let od jejího vzniku. Až teprve v kontextu spojení čísel 156 let Sokola a 100 let republiky jsem si uvědomila, jak mladá je vlastně naše země. Navzdory svému pomyslnému mládí však v žádném případě nevedla klidný život. To, že republika vznikla, je zásluhou především sokolů, o tom není sporu. Hrdě podporujme oslavy stého výročí Československa, byť již dnes jsou to republiky dvě: Čechy a Slovensko. Před sto lety nám naši bratři a sestry bojovali doslova vlastní krví svobodu a nezávislost. A i přesto, že jsme si ji na mnoho let nechali vzít, máme je konečně zase zpět a nedovolme nikomu nám je zase ukrást! To, že svobodu si musíme zasloužit a demokracie si žádá kázeň, lidskost i vzájemný respekt, všichni asi víme. Bohužel, to však jsou vlastnosti, které nejsou nám lidem přirozené, ale vlastnosti, kterým se musíme stále učit a proto bychom měli v tomto duchu na sobě stále pracovat!

Václav Havel kdysi řekl: "Možná se ptáte, o jaké republice

sním. Odpovídám o republice samostatné, svobodné, demokratické, o republice hospodářsky prosperující a zároveň sociálně spravedlivé, zkrátka o republice lidské, která slouží člověku, a proto má naději, že i člověk poslouží jí." Domnívám se, že za takovou republiku bojovali i v roce 1918 naši předkové, sestry a bratři. O takovou republiku bychom měli bojovat i my a nezklamat jejich víru, naději a ideály, se kterými za naši zemi pokládali životy. Je především na nás, na sokolech, abychom při práci s naší mládeží podporovali pokračování těchto myšlenek a ideály našich předků pomohli přetavit ve skutečnost.

Děkuji činovníkům, trenérům i cvičitelům za Vaši poctivě odvedenou práci jak s dětmi, tak i seniory, ale i mládeží a dospělými. Všechny věkové kategorie i všechny oddíly jsou stejně důležité. Děkuji také zaměstnancům, kteří každodenně odvádějí neskutečné množství práce, aniž bychom si to uvědomovali. Díky, že Vás máme!

Přeji vám Všem hlavně pevné zdraví, lásku, dobré přátele a osobní spokojenost, která je základním stavebním kamenem pro spokojený život každého z nás.

Děkuji za Vaši pozornost.

Martina Schořová, starostka

Zpráva o činnosti odboru všestrannosti za rok 2017 – ženské složky

Cvičební rok 2017 v oddílech ženských složek byl zahájen 2. ledna a trval až do 21. prosince.

Počet členů v ženských složkách byl k 31. 12. 2017 456. Počet cvičitelek a cvičitelů v ženských složkách je 35 (I. třída 1, II. třída 12, III. třída 21, IV. třída 1).

Činnost ve všech oddílech probíhala dle pravidelného rozvrhu cvičebních hodin. Od května 2017 jsme začaly nacvičovat na slet, který se uskuteční v červenci 2018.

Kromě pravidelných hodin se konaly 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, Renáta Plzánková,



Markéta Stluková, Marie Šulcová, Lenka Karhanová, Jana Tetaurová (rodičovská dovolená), Blanka Lochmanová, Blanka Blandová, Diana Argirová a Hana Schořová.

Cvičení se konalo 2x týdně a to v pondělí a středu od 17 do 18 hodin a zapsáno bylo cca 60 párů a 10 jednotlivců nejmladšího žactva, převážně starší sourozenci. Cvičební hodina měla vždy 3 části: 1. Rozcvičku s různým náčiním, míči, švihadly, kroužky apod., s hudbou a říkankami, 2. Cvičení na nářadí, základy akrobacie, posilování, orientace v prostoru, míčové hry, trampolíny, gym-gam, skluzavky, kruhy, houpačka, žebřík, žebřiny, bedny, barevné sestavy a různé průlezky. Návlek na závody v gymnastice atletice a míčovým trojboji. 3. Na závěr hodiny různé hry, tanečky se zpěvem a hudbou, hry se strachovým pytlkem a padáky apod.

Průměrná účast v hodině R+D - odpolední je 32 párů a 6 jednotlivců, někteří chodí pouze 1x týdně.

Oddíl žákyň - vedoucí oddílu: Martina Schořová

Cvičitelky: Hana Schořová

Cvičební hodiny žákyň jsou již mnoho let pravidelně v pondělí a ve středu, od 18 do 19 hod. Oddíl se neustále rozrůstá a v roce 2017 v něm bylo zapsáno 22 dívek. Cvičíme především na gymnastickém nářadí a s různým náčiním, hodiny také doplňujeme oblíbenou přehazovanou.

Pravidelně po rozcvičce šplháme a na závěr hodiny pořádáme nějakou soutěž nebo hru. Někdy do hodiny zapojujeme základní dovednosti s míčem, případně stolní tenis. Od října začalo 8 žákyň nacvičovat pod vedením Hanky Schořové skladbu V peřině.

Oddíl mladších žen - vedoucí: Anna Poustecká

V současné době se nekonají pravidelné hodiny z důvodu nízkého počtu cvičenců. Cvičební den je pondělí a středa od 19 do 20 hod.

Oddíl žen - vedoucí: Anna Poustecká

Cvičitelkami v oddíle jsou: Iveta Webrová, Jana Bednářová, Jitka

Frimlová, Maruška Brčáková - dlouhodobě nemocná a Jana Povondrová.

Cvičenek je 25. Cvičební den je pondělí a středa od 20 do 22 hod. Oddíl je rozdělen do čtyř družstev podle výkonnosti a věku, tak aby se cvičenky mohly fyzicky rozvíjet a přispívat ke svému zdraví. První družstvo vede sestra Webrová spolu se sestrou Bednářovou. Zaměřuje se na sportovní gymnastiku a cvičení na nářadí. Druhé družstvo vede sestra Povondrová a cvičí rovněž na nářadí. Třetí družstvo vede sestra Frimlová a specializuje se na zdravotní tělocvik. Ve středu je kondiční cvičení s hudbou celou hodinu. Vede sestra Frimlová a Poustecká. Cvičenky se zúčastnily vystoupení na Šibřinkách. Zúčastnily se také zájezdu do Vídně na oslavy výročí Sokola Vídeň.

Oddíl seniorů a seniorek - vedoucí: Věra Bicanová

Další cvičitelkou je Marie Šulcová. V březnu 2017 onemocněla Věra Bicanová a všechny její hodiny převzala do konce roku Marie Šulcová.

Cvičební den je pondělí a středa od 16 do 17 hod a úterý a čtvrtek od 9 do 10 hod. Oddíl s největší základnou cvičenců, zapsáno 130 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. Cvičenci a cvičenky začali již nacvičovat skladbu na slet: Princezna republika, Cesta a Ženobraní. V roce 2017 se náš oddíl zúčastnil mnoha akcí - cvičenky se zúčastnily vystoupení v rámci šibřinek, zájezdu do Oetzu, zájezdu do Bibione, závodů v plavání v Tyršově domě o Pohár starostů, Memoriál Ády Hochmana pomáhali pořádat a každý sudý pátek chodí plavat do Tyršova domu. Je to oddíl, který má vysokou účast v dopoledních

i odpoledních hodinách. Morálka platební je 100%. Ze zdravotních důvodů někteří cvičenci odcházejí, ale zároveň noví přicházejí. Kádr stále zůstává a na jejich tělech je to vidět.

Oddíl aerobiku - vedoucí: Martina Macková

Cvičitelkami jsou Romana Fousová, Klára Malínková, Helena Nováková, Iva Smrčková, Daniela Kohoutková - mateřská dovolená.

Počet cvičenek je 75. Cvičební hodiny jsou rozloženy tak, aby je bylo možno efektivně kombinovat. Zavedli jsme nové formy cvičení - na balančních plochách, trénink Bosu Core a cvičení s velkými míči zaměřené na posilování a stretching. V tomto roce se náš oddíl účastnil Šibřinek se skladbou s boa, kde se cvičenky proměnily v Pepíky. Také náš každoroční výjezd k moři v posledním týdnu srpna se vydařil. Vedla ho Klára Malínková, cvičilo se dvakrát 2 hod denně. Skladba cvičebních hodin - Kondiční cvičení Lady, Balanční plochy, uvolnění a dech, Body form, Aerobic low a Body styling, Body styling a posilovací posudky, Pilates a overbally, Bossu core.

Cvičební rok 2017

Únor

Ozdravný pobyt s lyžařským výcvikem má 20 letou tradici. Pořádali jsme 2 turnusy na Šumavě v penzionu Paulík Nový Dvůr pod Churáňovem, v prvním se zúčastnilo 30 RD, a ve druhém 45 RD. Hlavní vedoucí a instruktorkou byla Blanka Blandová, instruktoři: Nikola Hrbáčková, Hana Hrdinová, Jakub Kološ a Aleš Hrdina. Zdravotnice a cvičitelka Růžena Brožová.

24. 2. se také uskutečnil dětský karneval. Zúčastnilo se přes 119 dětí. Tradičně proběhly soutěže a tombole a velká tancovačka. Do organizace bylo zapojeno 5 cvičitelek.

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

Březen

Výlet do Lán u příležitosti narození prvního československého preziden-

ta 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 loupaní perníčku děti přednášely básničku o perníkové chaloupce. Zúčastnilo se 50 párů a 12 cvičitelů. Dále oddíl RD účastnil Sokolského Žabáka – účast 7 dětí a získaly 1. a 3. místo ve skoku do dálky.

Květen

Výlet na kolech okolo Třeboně – 5 dní, 12 párů.

Tradiční dětský den a zároveň poslední cvičební hodina před prázdninami oddílu RD se konala v loděnici. Účast byla 50 páru.

V květnu oddíl žákyň uspořádal výlet do Brdských lesů.

Červen

Zájezd do Oetzu – účast cvičenců a cvičitelů z oddílu Seniorů, RD odpolední, žákyň.

Městské kolo atletických závodů, účast 8 párů RD, 4 PD, 4 NŽ, obě družstva byla třetí a Elízabet Sedláková, Darius Argirow a Anna Hrbáčková byli první v jednotlivcích v župě a Anna Hrbáčková byla první v jednotlivcích celopražsky.

Oddíl žákyň absolvoval vodáckou hodinu v loděnici SP.

Červenec – Srpen

Vodácký víkend na Berounce pořádala oddíl RD odpolední – 28 párů RD a 3 cvičitelky.

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.

Zájezd do Bibione – rekondiční pobyt spojený se cvičením pod vedením Hanky Mokříšové a pod organizací další zkušené cvičitelky Růženy Brožové.

Sokol spolu v pohybu – akce se účastnilo 9 seniorů a seniorek Sokola Pražského

Říjen

Výlet do Bludiště v kukuřici – 4 páry RD

Listopad

Lampionový průvod na Mrázovku, účast 28 rodin s dětmi a 5 cvičitelů. Míčový trojboj, městské kolo, hod, kop a hod na koš – 6 párů RD, mix PD 2, 6 NŽ, 4 cvičitelů a 2 rozhodčí. Družstvo RD získalo medaili. Proběhly tradiční plavecké závody v Tyršově domě o Pohár starostů.

Prosinec

Veřejnou Čertovskou hodinu s návštěvou Mikuláše a čerta uspořádal oddíl RD. 58 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 13. 12. ve večerních hodinách.

Rok 2017 byl bohatý i na sportovní úspěchy. Děti z oddílu RD odpolední přivezli medaile z atletických závodů, gymnastického přeboru Prahy i z Míčového trojboje.

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 sestřím i bratrům, kteří pomáhají v oddílech i při akcích konaných mimo oddílové hodiny.

Nikola Hrbáčková, náčelnice

Zpráva o činnosti odboru všestrannosti za rok 2017 - mužské složky

Mužské cvičitelské sbory:

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

Oddíl PD (předškolních dětí) vedla do června sestra Julie Schořová. Od září vedla oddíl sestra Markéta Rohanová. V oddíle dále pracovaly jako cvičitelky Hana Schořová, Jana Povondrová, Jana Plachká. Od května pomáhaly s oddílem 2 nové cvičitelky, sestra Monika Švejdomá a Lucie Jírová. V září se vrátila cvičitelka sestra Helena Linhartová. Oddíl má cvičební hodiny v úterý a ve čtvrtek od 17,00 do 18,00. Průměrná docházka na cvičení

bylo 15 dětí, zapsáno do cvičení bylo 25 dětí.

Oddíl mladšího žactva vedl br. Václav Sýba a během roku mu pomáhali sestry Eliška Peterková a Markéta Rohanová, bratři Pavel Rohan, Miroslav Vrána, Matěj Hrdina, Jiří Poes a Radoje Korecký. V oddíle bylo zapsáno 25 dětí, průměrná docházka byla 15 dětí (chlapci a děvčata).

Oddíl mužů, vedoucí cvičitel br. Jiří Poes. Vedoucími družstev a cvičiteli rozvíček byli bratři Leoš Rohan, Pavel Rohan, Matěj Hrdina, Jan Štěpánek, Petr Schoř a Miroslav Vrána. Družstvo starších mužů vedl bratr Jaroslav Hofman. Družstvo mladších mužů vedli střídavě bratři Rohani. Do oddílu mužů bylo zapsáno celkem 55

cvičenců, průměrná docházka byla 25 mužů.

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, boulderová stěna a kondiční posilování.

Činnost oddílů:

Oddíl mužů:

Na Šibřinkách konaných 18. 2. na téma: „Co Čech, to muzikant“ vystoupili muži ve dvou scénkách. Zvláštní pozornost zasluží scénka, kterou

připravil a nazpíval bratr Štěpánek. Jednalo se o sokolskou operetu Vítězství myšlenky sokolské.

Uspořádání 21. ročníku šplhu schodištěm dne 4. 3. 2017, kterého se účastnilo celkem 52 závodníků včetně dorostenců a žen z 15 sportovních jednot z celé republiky. Jediným naším reprezentantem je v dorostenecké kategorii Antonín Řeřicha. O závodě je vlastní zpráva.

Uspořádání závodu Sokolského žabáka jako Memoriál Rudolfa Lukáše dne 27. 4. 2017. Závod pořádá cvičitelský sbor pro oddíl předškolních dětí a oddíl mladších žáků. Děti berou závod nesmírně vážně a urputně bojují o vítězství.

Plaveckého závodu „O pohár starostů pražských žup“ se v listopadu účastnili 4 bratři.

Od října nacvičoval bratr Miroslav Vrána skladbu Borci na XVI. Vše-sokolský slet 2018. Nácvičku se účastnilo cca 20 mužů.

Zástupci SP se v počtu 8 (včetně 3 dorostenců) účastnili v Písku 3. 12. školní silové části mužské skladby Borci.

8. 12. uspořádání 14. ročníku Memoriálu Ády Hochmana (závod v dvojboji,

hrazda a gymnastika), kterého se účastnilo 151 závodníků a 24 rozhodčích.

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 9. 7. - 15. 7. Tábora se účastnilo 42 účastníků a 2 vedoucí (Dana Absolonová a Renáta Krejčová). Vedoucím tábora byla sestra Dana Absolonová.

Oddíl předškolních dětí:

Běžné cvičební hodiny byly zpestřovány tematickými hodinami s účastí rodičů nebo sourozenců či případným pobytem mimo tělocvičnu SP. Mezi tyto akce lze zařadit duben – koloběžkové závody červen – atletické klání na Vinohradech

říjen – draci nad Petřínem listopad - Adventní světýlka na Střeleckém ostrově

Oddíl uspořádal jednodenní výlety: květen – vláčkem do Dalejského údolí červen – kanoji po Berounce

Oddíl mladších žáků:

Činnost tohoto oddílu byla v loňském roce omezena pouze na cvičení v Sokole Pražském. Cvičební jednotka probíhá v úterý a ve čtvrtek od 18,00 do 19,00. Starší děti pak zůstávají ve čtvrtek na sportovní hry až do 19,30. Oddíl se zúčastnil čtvrtého ročníku Sokolského žabáka dne 27. 4. Na podzim začali nacvičovat 3 dorostenci silovou část mužské skladby Borci na XVI. Vše-sokolský slet v Praze.

Díky obětavé práci cvičitelského sboru a mnoha dalších sester a bratrů naší jednoty je zajišťován nejen základní tělovýchovný program, ale i další akce, přispívající do aktivního sokolského života naší jednoty, vedoucí často k propagaci a dobrému jménu naší TJ SP. 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.

Jiří Poes, náčelník

Zpráva o činnosti vzdělávacího odboru za rok 2017

Členy odboru byli Eva Barešová, Dagmar Evaldová, Libuše Kašparová, Artemis Kavalírová, Pavel Kroupa, Jitka Křepelková, Helena Linhartová, Pavla Říhová, jako host pro grafické zpracování Zpravodaje Sokola Pražského Marie Kostlivá a nově Marcela Sodomková. V průběhu roku odešla v důsledku přestěhování mimo Prahu Marie Kostlivá a řádnou členkou odboru se stala Marcela Sodomková.

Scházelí jsme se pravidelně jednou měsíčně, nepřítomnost byla vždy řádně omluvena.

Za jednu z nejdůležitějších činností odboru považujeme vydávání Zpravodaje Sokola Pražského. V průběhu roku byla řádně ustavena redakční rada ve složení Dagmar Evaldová, Jitka Křepelková, Marcela Sodomková a Pavel Žofka jako host vzdělávacího odboru. Bratr Žofka

se koncem roku ujal grafického zpracování po bratru Kešnerovi. Zpravodaj je občasník, vychází ročně 6 čísel, z nichž jedno jarní je věnováno dokumentům projednávaným valnou hromadou. Časopis nám nahrazuje kroniku Sokola Pražského, proto se snažíme o jeho pestrost. Vážíme si jeho přispěvatelů i čtenářů, jsme vděční jak za ohlasy, tak za příspěvky z řad členstva. Zpravodaj vydáváme v podobě elektronické, kterou ho dostává cca 100 zájemců, v tištěné podobě bývá k dispozici v bistro Kafičko a v omezeném množství i dalším zájemcům u recepce sokolovny. Všechna čísla jsou přístupná na webových stránkách Sokola Pražského.

Členové vzdělávacího odboru se pravidelně podílejí na přípravách šibřinek, zejména při organizování

tomboly a získávání sponzorských i členských darů. Pravidelně je organizována odborem soutěž dětských kreseb na stanovené téma (2017 Jedeme na hory), která je vždy vyhodnocena na únorovém karnevalu, kde děti jsou za svá díla odměňovány. Této oblasti se věnují sestry Linhartová a Kavalírová.

Jako v předchozím roce jsme opakovali Popovídání o historii Sokola u hrobů zakladatelů Sokola a nevyznamnějších představitelů Sokola Pražského na Olšanských hřbitovech, které připravovaly sestry Křepelková a Říhová. Povídání se opakovalo dvakrát za účasti 20 osob, poté se nám ozvali i zájemci z jiných sokolských jednot.

Jako každoročně v době výročí republiky a svátku Věch svatých jsme kyticemi ozdobili sokolské hroby

na Olšanských hřbitovech a pečujeme o jejich pořádek.

Na nástěnkách v sokolovně se snažíme informovat členstvo nejen o událostech naší jednoty, ale i o jiných sokolských akcích v Praze, také o sokolských pořadech ve sdělovacích prostředcích.

Stejně jako každým rokem jsme pořádali finanční sbírku na podporu tučňáka Humboldtova v ZOO v Praze. Adopční listinu vždy vystavujeme, v loňském roce jsme o akci v ZOO připravili výstavku. Jako poděkování dostáváme vždy 4 vstupenky do ZOO, které předáváme dětským oddílům SP.

Výkonnou složkou vzdělávacího odboru SP je loutkové divadlo Kašpárek Sokola Pražského, jehož principálkou je sestra Libuše Kašparová. Soubor má 7 stálých členů a dalších 6 z řad SP, kteří podle potřeby spolupracují zejména v oblasti recitační. Posilou byly v minulém roce Anna Burešová a Dana Michlová. Při hraní divadélko využívá playback, i když v minulém roce byla na reper-

toáru hra, kterou bylo možné prezentovat s živým mluveným slovem.

V nové zimní pohádce se poprvé spojily živě i dvě děti. Svěpomocí si naši divadelníci pořídili skládací maňáskovou scénu.

Návštěvníky představení jsou převážně děti ze SP, rozvíjela se ale i spolupráce se dvěma mateřskými a třemi základními školami. Pro veřejnost se uskutečnilo 5 představení, která byla inzerována prostřednictvím novin Prahy 2 a na našich webových stránkách.

Tradiční bylo vánoční vystoupení v Mladotově domě na Hradčanech. Kašpárek SP se účastnil i dvou loutkářských přehlídek. V březnu to bylo před odbornou porotou a v květnu v Přerově na celostátní přehlídce sokolských loutkových divadel. Náročnou akcí souboru by zájezd do Švýcarska na pozvání České školy bez hranic v září minulého roku. V Zurichu byla uvedena pohádka Dušička z vodníkovy hrnička, jednou česky a jednou německy. Počátkem července se několik členů souboru vydalo na

letní loutkohraní Kašpárek tour.

V několika městech uvedli mluvenou pohádku Perníková chaloupka a hru Pláštěnka. Ta byla později zfilmována studenty filmové školy. Začátkem minulého roku - při kratší spolupráci s divadélkem - nastudoval hru Plyšový Žoferda Petr Skácel.

V prosinci obdrželo divadélko od sokolské jednoty v Jincích dárek v podobě 20 starších již nepoužívaných marionet. Nutné opravy se ujal Lukáš Janota.

Členové vzdělávacího odboru si váží aktivní spolupráce se Sbírkou a Archivem tělesné výchovy a sportu Národního muzea jakož i s Národním archivem.

Děkujeme všem zaměstnancům Sokola Pražského, kteří jsou nám v naší činnosti ochotně nápomocni tam, kde naše technické možnosti nestačí a také všem aktivním členům a členkám SP, kteří, ač nejsou členy odboru, s chutí a bez výhrad spolupracují.

**Jitka Křepelková,
vzdělávatelka**

Zpráva o činnosti oddílu akrobatického rokenrolu za rok 2017

Náš oddíl zaznamenal velký úspěch našeho nejlepšího tanečního páru Marka Divokého a Lenky Richtrové. Tento pár vybojoval nominaci na Světové hry, což je Olympiáda neolympijských sportů. Na Světové hry v Polské Wroclawi se mohlo nominovat pouze 12 párů z celého světa. Marek s Lenkou se na tomto prestižním šampionátu umístili na finálovém 6. místě. Tím však jejich úspěchy nekončí. Po celý rok 2017 byli a stále jsou v TOP 10 světového žebříčku. Koncem roku se také stali Hvězdou roku Českého svazu akrobatického rock and rollu. V květnu 2018 je Česká obec sokolská vyhlásila na sokolském sportovci roku na 3. místo v individuálních sportech. Tento pár nás prostě skvěle reprezentuje.

Velký mezinárodní úspěch dosáhla i dívčí formace Falcon girls, která obsadila na Světovém poháru ve Slovinské Ljublani 4. místo.

ČSAR vyhledává každý rok anketu Sportovec roku ve všech soutěžních

kategoriích. Náš oddíl tak vyhrál titul Sportovec roku 2017 v kategorii děti, žáci a dívčí formace. Rok 2017 byl tedy obrovským sportovním úspěchem.

Ale naše činnost není jen soutěžní. Právě naše rokenrolová taneční školička je velmi oblíbená pro děti, které teprve svůj sport hledají. Stále spolupracujeme s družinou při ZŠ Štěpánská, kde máme již 15 dětí, které pravidelně vodíme do Sokola. Další pobočkou našeho oddílu je rokenrolová školička při KC Zahradka v Praze 4.

Naše činnost je opravdu bohatá. Ročně jsme se zúčastnili 14 tuzemských soutěží a 9 zahraničních, včetně Mistrovství světa a Evropy od žáků, juniorů až po kategorii A.

V létě jsme se již pravidelně zúčastnili letního soustředění na Kladně.

V letošním sletovém roce připravuje vystoupení akrobatického rokenrolu na Sokol GALA v O2 aréně, takže nyní přidáváme ještě další tré-

ninky na nácvič této skladby. Tímto bych Vás chtěla pozvat na Sokol GALA, který bude 3. 7. 2018.

**Štěpánka Slámová,
vedoucí oddílu**

PROSBA

Tučňák Humboldtův



Zpráva o činnosti oddílu basketbalu za rok 2017



Oddíl basketbalu pokračoval i v roce 2017 v 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 14

trenérů, většina z nich vlastní nejvyšší trenérskou kvalifikaci České Basketbalové Federace (ČBF).

V loňském roce měla opět družstva Sokola Pražského kategorií U13 – U19 možnost hrát nejvyšší soutěže České republiky, v kterých se neztratila. Starší minižáci přivezli z MČR bronzové medaile a starší a mladší žáci si připsali na MČR shodně 4. místa.

V loňském roce se v prostorách Sokola Pražského na úvod sezóny pořádal turnaj Sokol Grand Prix v kategorii kadetů, který naši hráči vyhráli. Zároveň se družstva Sokola Pražského během roku účastnila mezinárodních turnajů v Belgii, Francii či Německu. Všude důstojně a hrdě reprezentovala nejen samotný oddíl basketbalu, ale především celou naši tělocvičnou jednotu.

Výsledky a úspěchy týmů v jednotlivých kategoriích:

A tým Mužů	1. liga muži	7. místo (8. po základní části)
B tým Mužů	Pražský přebor A	5. místo
Junioři	Extraliga U19	10. místo (10. po základní části)
Kadeti	Extraliga U17	6. místo (6. po základní části)
Starší Žáci	Extraliga	4. místo na MČR (3. po základní části)
Mladší Žáci	Extraliga	4. místo na MČR (2. po základní části)
Starší Minižáci	Pražský Přebor, MČR	1. místo PP + 3. místo na MČR
Mladší Minižáci	Pražský Přebor, MČR	7. místo PP
Nejmladší Minižáci	Pražský Přebor	3. místo PP

Úspěšní hráči a reprezentanti Sokola Pražského:

Tomáš Vyoral	člen národního týmu Mužů ČR, hráč Kooperativa NBL (nejvyšší soutěž mužů)
Adam Pecháček	člen širšího výběru národního týmu mužů ČR, hráč
Filip Kroutil	člen národního týmu U20, hráč Kooperativa NBL (nejvyšší soutěž mužů)
Ondřej Kohout	hráč Kooperativa NBL (nejvyšší soutěž mužů)
Lukáš Bažant	hráč Kooperativa NBL (nejvyšší soutěž mužů)
Tomáš Gavenda	hráč Kooperativa NBL (nejvyšší soutěž mužů)
Jan Kozina	hráč Kooperativa NBL (nejvyšší soutěž mužů)
Vladimír Dolanský	hráč Kooperativa NBL (nejvyšší soutěž mužů)
Daniel Kačer	člen národního týmu 3x3 U18
David Potužník	člen národního týmu 3x3 U18
Jiří Šícha	člen národního týmu U17
Tadeáš Manas	člen národního týmu U16
Adam Prokůpek	člen širšího výběru národního týmu U16

Rozvoj oddílu basketbalu

V uplynulém roce pokračoval basketbalový oddíl ve spolupráci s partnerskými subjekty v oblasti fyzioterapeutické a lékařské péče a v oblasti kondiční přípravy. Hráči basketbalového klubu SP jsou tak zajištěni nejen po stránce basketbalové přípravy skupinou licencovaných a zkušených trenérů, ale poskytnutý servis přesahuje i do jiných oblastí nutných pro komplexní a zdravý pohybový rozvoj. Důležitým prvkem pro získávání nejen basketbalových zkušeností byly účasti na mezinárodních turnajích, ve kterých chce basketbalový oddíl pokračovat i v následujících

sezónách. Basketbalový klub SP si svoji systematickou práci při výchově mladých talentů stále upevňuje místo v 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.

Jsme rádi, že oddíl basketbalu může nabízet svým hráčům velmi dobré podmínky pro přípravu a výkonnostní růst na úrovni nejlepších basketbalových center v České republice.

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 s úctou k sokolským tradicím a historii.

JSME TÝM, JSME SOKOL PRAŽSKÝ!
Podrobnější a aktuální informace o činnosti našeho oddílu naleznete na našem webu www.spbasket.cz.

Matěj Veselý,
šéftrenér SCM

Zpráva o činnosti oddílu moderní gymnastiky za rok 2017

Oddíl MG má závodnice různých výkonnostních i věkových kategorií, které se zúčastňují mistrovských, přebornických soutěží, ale i pohárových závodů, např. v Táboře, Jiřetíně, Ústí nad Labem, Plzni.

Mezi nejúspěšnější v kategorii nejmladších je Sofie Papina a Malika Isaeva (1. a 2. místo v Poháru v Praze).

V kategorii III. VTp velmi úspěšně závodila Lucie Staňková, která byla na několika závodech do

6. místa, ale největším úspěchem bylo 2. místo na Přeboru Prahy a postup na MČR do Kyjova. I na základě těchto úspěchů závodila ve společné skladbě VS Prahy s obručemi, kde na MČR byly na 2. místě. Stejně talentovaná je i Rozárka Krčmářová (její nejlepší je 5. místo v Táboře).

Také sestra Lucky Tereza Staňková si na závodech vyzkoušela stoupinky a to na 1. místě pohárového závodu v Praze, rovněž Nicola Chu-

dybová se neztratila a v kadetkách byla na 3. místě v Plzni.

Děvčata vystoupila i na plese na Žofíně, otisk gymnastiky najdete i v muzikálu Daniela Landy – Krysař v divadle Kalich a Kristýna Chudybová absolvovala trenérský kurz a stala se instruktorkou MG.

Každoročně většinu sestav a skladeb vymyslíme na soustředění v Jilemnici.

**Renata Nechanická,
vedoucí oddílu**

Zpráva o činnosti oddílu rychlostní kanoistiky SP za rok 2017

Vážené sestry, vážení bratři!

Minulý rok jsme se v oddílu rychlostní kanoistiky snažili o stabilizaci kádrů a stanovení si priorit směřování našich snah. Je nutné si uvědomit, že závodní sport v jakémkoliv odvětví v dnešním světě, pokud má přinést nějaké významnější výsledky, vyžaduje plné nasazení funkcionářů, trenérů a zejména i samotných závodníků. A to ne až v dospělosti, ale mnohem dříve. V našem sportu musí dojít k takovému odevzdání se svému koníčku řádově od vstupu do dorostu, tedy kolem patnáctého roku věku.

A tady jsme si museli ujasnit, na co naše síly stačí, to znamená na co máme disponované závodníky, jaké máme prostorové a materiální možnosti a hlavně nakolik jsme ochotni a zejména schopni všichni zúčastnění obětovat ve prospěch tohoto všeho svůj volný čas. Výsledkem ujasnění je rozdělení závodní části oddílu na přiměřeně velké vě-

kové a výkonnostní skupiny s přiměřeně možností stanovenou náplní sportovní činnosti. Chceme umožnit sportování všem kdo přijdou, ale opravdu se věnovat můžeme jen některým.

Na sezonu 2017 jsme se připravovali podobně jako každý rok. Kromě běžné přípravy v běhu, plavání, posilování jsme absolvovali zimní běžkové soustředění, vybraní jedinci jarní soustředění v Itálii v teple, poté na Slapech na Obozu a celý oddíl soustředění na Slapské Častoborě začátkem prázdnin. Při vrcholu sezóny, Mistrovství ČR v Račicích, jsme neměli nijak přehnaná očekávání, právě kvůli zmíněnému komplexu našich možností. Kromě benjamínků, kteří své krátké tratě jezdí bez výrazovacích jízd, čímž pádem i ti naši získali pár medailí, jsme mezi mládeží dosáhli jen k jedné další stříbrné medaili, kterou získal Dan Sedláček v hromadné posádce čtyřkajaku.

Několikrát byli naši borci v hlavním finále, ale bez medaile. Mezi veterány na deblkanoi „řádil“ Otakar Venta se ziskem zlaté a stříbrné medaile.

Mimo stěžejní závod roku jsme se zapojením rodičů objezdili zejména s malými závodníky řadu závodů po republice, a to s většími či menšími úspěchy. Činíme tak pro podporu obecné sportovní práce, aby se každý schopnější závodník během roku dobral alespoň k nějakému pěknému výsledku, který ho podpoří v další dřině.

Jako vždy bychom v závěru zprávy, na nejdůležitějším místě, rádi poděkovali všem, kteří umožňují oddílu kvalitní přípravu v loděnici, v sokolovně, v bazénech a zvláště pak všem závodníkům za snahu a výkony a rodičům za podporu.

**Ladislav Toman, vedoucí oddílu,
Jiří Mládek, Ondřej Matoušek,
trenéři**

Zpráva o činnosti oddílu turistické kanoistiky za rok 2017

Oddíl turistické kanoistiky měl v roce 2017 celkem cca 40 členů. Z tohoto počtu se asi polovina členů účastní akcí pořádaných oddílem jen v omezeném rozsahu a loděnici využívá především k uskladnění vlastní lodě či potřeb pro činnost potápění.

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 2017 pokračoval vodácký oddíl ve své hlavní aktivitě na divokých vodách.

Podle plánu činnosti oddílu jsme uskutečnili 8 vodáckých akcí. Začalo to březnovým splutím Vlašimské Blanice a ještě v březnu jsme si uživali divokých vod vodácky nejkrásnějšího úseku Sázavy, zvaného Stvořidla, V květnu přišla na řadu poznávací plavba po horní Sázavě pod Žďárem a

koncem tohoto měsíce jsme pokračovali splutím dolního úseku Sázavy kolem četných historických trampských osad pod Medníkem. V polovině června pak byla už tradiční dvoudenní dětská plavba po Sázavě jako náborová akce pro naše vnoučata. Koncem června uspořádala mužská část oddílu oblíbenou tzv. Letní relaxační plavbu, tentokrát po Sázavě ze Zruče do Chocerad. V měsíci září jsme spolu se starostkou a jejím

manželem zajišťovali poslední etapu cesty sokolské sletové štafety po Vltavě z Císařské louky na Kampu k sídlu ČOS. A poslední vodácká akce byla tradičně o státním svátku 28. září, kdy jsme se na našich dvou raftech se zúčastnili hromadné akce pořádané skautskou organizací a to plavby Napříč Prahou přes 3 pražské jezy od loděnice na Císařské louce do Holešovic.

Významná část 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 při třídní akci poznávali okolí řeky Doubravy s jeho přírodní rezervací v hlubokém skalnatém kaňonu a pak přešli k Sečské přehradě na Chrudimce a přes Seč, kde jsme společně s místními obyvateli pálili čarodějnice, došli k hradu Lichnice a pak dolů do Třemosnice. V září jsme byli na pěším prodlouženém víkendů na Šumavě v Horské Kvildě. Již tradičně jsme 17. listopadu vystoupili na významnou českou horu, tentokrát opět po třech letech přišel na řadu Říp a na něm obvyklé herecké a pěvecké vystoupení dvou částí výpravy před rotundou sv. Jiří a sv. Vojtěcha na jeho vrcholu. Kromě hlavních turistických akcí jsme uskutečnili ještě několik jednodenních výletů v okolí Prahy.

Ze zimních lyžařských akcí jsme opět lednový týdenní pobyt v Bedřichově v Jizerských horách, tentokrát konečně s pořádným množstvím sněhu. Po něm následoval tradiční a oblíbený čtyřdenní lyžařský zájezd na Lipno. A tak jsme lyžování kombinovali s pěšími vycházkami i každodenními zápasy ve stolním tenisu, odpočinkem v akvacentru a nezbytným zpěvem s kytarami.

Část naší činnosti je věnována i dětem. V roce 2017 jsme pro ně pořádali už zmíněnou dětskou plavbu po Sázavě, dětský den v loděnici pro děti či vnučata našich členů a mikulášskou besídku v loděnici, na které byla účast téměř 40 lidí – dětí, rodičů i prarodičů. Kromě toho jsme spolupracovali na dětském dni v loděnici, který tam pořádal oddíl cvičení rodičů a dětí.

Pamětihodná byla i společná dovolená dvanácti členů oddílu v USA, kde kromě návštěvy Las Vegas, Hollywoodu a výstupu na nejvyšší horu Arizony spluli na raftech divoké přeje řeky Rio Grande, v jejichž vodách skončilo několik čepic s logem Sokola Pražského.

Jednou z nejkrásnějších oddílových akcí byla i roce 2017 tradiční předvánoční vycházka Prahou, spojená se zpěvem koled u vánočního stromu na Pražském hradě na náměstí u Sv. Jiří, pak u jesliček na Kampě s cílem na Staroměstském ná-

městí. Pravidelně se společně zúčastňujeme i kulturních akcí, zejména koncertů či divadelních představení. Každoročně se společně i loučíme se starým rokem a zahajujeme nový rok – novou vodáckou sezónu, tentokrát jsme to spojili s vycházkou kolem Vltavy k Barrandovským terasám a přest most Inteligence na Silvestra. 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 s kytarou, případně promítáním fotek a videí z našich proběhlých akcí.

A samozřejmě všemi akcemi se prolíná hlavní smysl činnosti aktivní části oddílu, která si už léta říká Rafťový spolek Tyrš – tedy učinit naši současnost trochu veselejší.

Pro rok 2018 plány našich akcí visí na nástěnce v sokolovně a 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,
vedoucí oddílu**

Zpráva o činnosti oddílu jógy za rok 2017

V posledních letech a tak i v loňském roce se nám, oddílu jógy, daří udržovat tři večerní cvičení. Úterní, středeční a čtvrteční, všechna začínají v 19 hodin. Kromě možnosti stát se členem oddílu a jednoty nadále někteří jedinci využívají i možnost zaplatit si jednorázově 90 Kč za 90 minut jógových aktivit. Tím celkový počet účastníků kolísá mezi přibližně mezi 40 a 50 členy.

Jóga má cvičební i relaxační složku, nejvhodnější je samozřejmě pro zdravé jedince, ale poměrně často ji rádi využívají i ti, kdo potřebují obnovit pochroumané zdraví. Někdy ji vyhledávají i aktivní sportovci jako doplněk; v gymnastice a atletice jde

hlavně o rozvoj síly a rychlosti, jóga se více soustřeďuje na pomalý rozvoj ohebnosti a pružnosti a vedle protahovacích cviků má i oddíl zvaný pránájáma, to je vědomá práce s energií dechu.

Jóga je spíše nesoutěžní obor. Dalo by se jistě soutěžit v tom, kdo vydrží déle stát na hlavě nebo lépe zaplést nohy do lotosové pozice, ale těžko se dá soutěžit v tom, kdo lépe dýchá, krouží očima nebo relaxuje. Navzdory tomu, že nesbíráme zlaté, stříbrné ani bronzové medaile ze soutěží a klání, věřím, že jóga dobře doplňuje širokou paletu nabídky aktivit naší sokolské jednoty.

Hlavní úterní cvičitelkou je Libuše

Simandlová, já vedu středeční a Hana Vittková čtvrteční cvičení.

V loňském červenci a srpnu jsem 1x týdně vedl letní cvičení na trávníku na Vyšehradě, občas jako vedoucí oddílu při souběhu s basketbalovými zápasy pořádám sobotní seminář, kde ve 2-3 hodinách můžeme jít více do detailu i do hloubky.

Každý z nás tří cvičitelů má své zavedené postupy, já se například tradičně loučím starodávným rčením, které znám z knih významného českého jogína a myslitele Dr. Eduarda Tomáše, a které v překladu zní „Ať jsou všechny bytosti šťastné.“

Tak buďte také šťastní.

Jakub Brunner, vedoucí oddílu

Plán činnosti na rok 2018

- Podpora dalšího rozvoje tělocvičné, sportovní, kulturní a společenské činnosti v SP se zaměřením na rozšíření členské základny
- Zajištění akcí prováděných v SP (memoriál A. Hochmanna, Dětský karneval, Šibřinky, Šplh schodištěm, zájezd do Oetzu, dětský lyžařský zájezd na Šumavě, letní tábor, turnaj Sokol Grand Prix v basketbale, sletový turnaj v basketbale)
- Účast na XVI. všesokolském sletu 2018
- Jako v loňském roce, i letos bychom chtěli navázat na proces oprav, úprav, rekonstrukcí a zútulnění prostor jednoty

Usnesení

Valné hromady Tělocvičné jednoty Sokol Pražský, konané dne 21. března 2018 ve Fügnerově sále sokolovny

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

1. Schvaluje složení komisí:

Zapisovatelé: ses. Markéta Stluková, br. Pavel Žofka

Ověřovatelé zápisu: br. Jaromír Šír, br. Tomáš Reimer, ses. Marcela Sodomková

Mandátová komise: ses. Eva Barešová, ses. Dagmar Hübnerová, br. Jakub Kološ

Návrhová komise: br. Vladimír Krejčí, br. Matěj Veselý, br. Zdeněk Soldán

Bere na vědomí zprávu mandátové komise – přítomno 69 delegátů z 86 pozvaných

2. Schvaluje:

Program valné hromady.

Zprávu starostky jednoty.

Zprávu o kontrole plnění usnesení valné hromady Sokola Pražského, konané dne 23. 3. 2017.

Zprávu hospodáře o hospodaření jednoty včetně návrhu na schválení roční účetní závěrky závěrky za rok 2017.

Zprávu kontrolní komise za rok 2017.

Definitivní roční účetní závěrku k 31. 12. 2017.

Plán činnosti jednoty na rok 2018 ve znění přílohy č. 1.

Rozpočet jednoty na rok 2018 ve znění přílohy č. 2.

3. Bere na vědomí:

Zprávy o činnosti jednotlivých oddílů jednoty a odboru všestrannosti.

Usnesení bylo schváleno 73 hlasy z 73 přítomných delegátů valné hromady.

V Praze dne 21. 3. 2018

Návrhová komise:
br. Vladimír Krejčí
br. Matěj Veselý
br. Zdeněk Soldán

