



# Zpravodaj

SOKOLA PRAŽSKÉHO

vzdelavatele@sokolprazsky.cz

www.sokolprazsky.cz/o-nas/zpravodaj



## S radostí a úsměvem, nácvik v plném proudu!

### Ženy se pilně učí skladbu V rytmu srdce

Skladba V rytmu srdce, kterou napsala Kateřina Matušinská, je ve velmi rychlém rytmu s prvky jazzu a swingu, který údajně tepe v rytmu srdce a odtud pochází i název skladby. I přes složitou choreografii, nebo možná právě proto, jsme se sešly ve větším počtu, než jsme očekávaly (22). Aby nám to dobře šlo, tak nám k tanci zpívá Vojtěch Dyk. Přijmuly jsme i cvičenky z jiných jednot, kde



se skladba nenacvičuje. Postupně jsme se zžily a během nácviku si užijeme i spoustu legrace. Už se těšíme, že si zacvičíme i na oblastních sletech v Brandýse nad Labem, Hradci Králové a Voticích. Třešničkou na dortu bude vy-toužený Eden.

**Renata a Tereška Plzákovy**

#### VÝBĚR Z OBSAHU ČÍSLA



#### V rytmu srdce

*Nacvičují ženy*

#### MAH 2023

*Ze zákulisí pořádání soutěže*

#### Karlínský trojboj

*Děti, rodiče, reprezentace, úspěch, medaile*

#### Šibřinky 2024

*Veselé setkání*

#### Karneval

*Předskakuje šibřinkám*

#### Mikulášská vzpomínka

*Na čerta i vysoké Mikuláše budou děti vzpomínat celý život*

#### Kašpárek v Mnichově

*Další úspěch souboru*

#### Mladí v Tallinu

*U17 v mezinárodní konfrontaci*





**KRÁTKÉ ZPRÁVY:****Štědří senioři**

Senioři Sokola Pražského podpořili Centrum pro rodinu a sociální péči v Ostravě při prvním adventním koncertu České televize v neděli 26. listopadu 2023 částkou 4 566 Kč.

**redakce****Memoriál Ády Hochmanna****Zákulisní pohled na konání soutěže**

V Sokole Pražském se 25. 11. 2023 pořádal 18. ročník memoriálu na počest všestranného sportovce Ády Hochmanna. Už potřetí jsem měla příležitost podpořit memoriál přípravou občerstvení. Sestry Helena Dekastellová, Hana Poesová a já jsme připravovaly obložené bagety a chystaly teplé nápoje. Závody se konaly ve Fügnerově sále. Z galerie příbuzní cvičenců se zájmem sledovali závoděnní děti a mladých gymnastů. Viděli jsme nadšení a zápal soutěžích. Také panovalo velké napětí při vyhlášení pořadí na stupních vítězů a předávání cen a diplomů.

**Anna Burešová****Karlínský trojboj****Tradiční listopadová soutěž**

Každým rokem soutěží v Sokole Karlín rodiče i děti v míčovém trojboji. Tomuto trojboji je každý rok věnován sváteční den 17. listopadu.

V loňském roce se zúčastnila karlínského trojboje dvě družstva ze Sokola Pražského. Družstva děvčat a chlapců spolu se svými rodiči. Družstva vedla Markéta Stluková, starala se o vše potřebné a byla stále v jednom kole a ještě si našla čas povzbudit malé závodníky i závodnice.

Vítězové ze závodů v Sokole Pražském sbírali také medaile v Sokole Karlín. Mimo šikovných dětí dokonce úspěšně zabodovala svými dvěma hody do koše maminka Andrea Bendová, která přes svůj aktuální handicap (měla na očích tmavé brýle) jako jediná ze všech závodících rodičů získala dva body ze tří hodů!

Medaile získala také obě družstva a dokonce jsme měli i jednoho sokolíka se třemi medailemi! Malý Jáchym Bo-



hác měl zlatou, stříbrnou u bronzovou medaili (v družstvu, v jednotlivcích i spolu s tátinkem).

Úspěch to byl skutečně velký, protože velká byla i konkurence. Po hubených covidových letech, kdy byla tělocvična poloprázdná, byla nyní úplně plná soutěžících družstev! Přes tuto silnou konkurenci naše družstva slavila úspěch a Sokol Pražský může být na své závodníky hrdý. Získali jsme i jednu mimořádnou pochvalu za fandění a povzbuzování svých soutěžících.

Tato pochvala od pořadatelů nás skutečně velmi potěšila.

Všem našim závodníkům děkujeme za výbornou reprezentaci!

**Eva Barešová, foto Markéta Stluková**



# O šibřinkách 2024

## Každoroční veselé setkání sokolů v historickém sále

Letošní šibřinky v Sokole Pražském se konaly 24. února. Vešli jsme do sálu vyzdobeného podle hesla šibřinek – U jezera. O tu se postaraly sestry Jany – Tetauerová a Povondrová. Po uvítání bratrem Mirkem Vránou a zahájení starostkou Martinou Schořovou za přítomnosti praporu Sokola Pražského začala hrát hudba k tanci, tradičně Pacholata z Benešova. V 21 hodin začal program, který připravily oddíly seniorek, moderní gymnastiky, mužů a rokenrolu. Muži jako piráti a labutě byli neodolatelní. Na programu byla poté tradiční výuka kruhových tanců.

Před půlnocí byla ještě dolosována loterie, o kterou se postaraly sestry vzdělavatelky. O půlnoci nechyběl tradiční sokolský pochod za účasti velké části přítomných. Mozaiky tanců klasických i moderních si všichni do syta užili až do jedné hodiny po půlnoci.

**Pavla Říhová**



## Dětský karneval

### byl jako vždy předskokanem programu šibřinek

Jako každý rok i letos sobotní dopoledne před šibřinkami zaplnily Fügnerův sál děti v karnevalových maskách. Nejen děti, ale i někteří rodiče se převlékli do různých masek a užívali si karnevalové veselí s Honzou Popleťou. Vše kolem karnevalu a hlavně celou tombolu připravovala jako každý rok sestra Iva Smrčková se svými pomocníky, takže spokojenost všech účastníků karnevalu byla hlavně její zásluhou.

DĚKUJEME, IVO!

**redakce**





## Vzpomínka na Mikuláše

### Svátek Mikuláše má v Sokole Pražském zavedený řád, proč jej měnit

V pondělí 4. prosince 2023 se objevil v Sokole Pražském Mikuláš a doprovod mu dělali dva čerti a anděl. Nejprve překvapili cvičenky v oddíle seniorů.

Naštěstí zde nenašli žádnou hříšnou duši a nikoho nemuseli potrestat, a tak neměli námítky k tomu, aby se se všemi cvičenkami vyfotili.



V další hodině cvičení rodičů a dětí už byly děti připravené. Před příchodem Mikuláše s andělem a čerty bylo nářadí, na kterém ještě před chvílí děti cvičily, uklizené a děti v čertovských maskách očekávaly, zda Mikuláš ocení jejich dobré chování v celém roce. Mezi dětmi v čertovském oblečení bylo i několik andělíčků, ale ani andělíčky ani čertíky Mikuláš nemohl nechat potrestat od přítomných čertů, protože všechny děti byly hodné! Ně-

kteří děti dokonce na důkaz dobrého chování odevzdaly černé kartičky na kterých bylo od rodičů potvrzené, že se chovaly celý rok dobře a nezlobily.

Mikuláš, který nám v poslední době omládl a vyrostl tak, že musel dávat ve dveřích pozor na svou vysokou mítru, byl moc spokojený, a tak děti poté co zazpívaly



písničku o děravé punčošce, dostaly za své chování punčošky plné dobrot.

Děkujeme Mikuláši i jeho doprovodu!

**Eva Barešová**





# Soubor Kašpárek zahrál mnichovskému publiku

## Představení divadélka Sokola Pražského v Mnichově v lednu 2024

**M**yšlenka na vystoupení v Mnichově nás napadla hned v roce 2016 po prvním úspěšném zájezdu do Švýcarska do České školy bez hranic. Vůbec jsme netušili jak dlouhá cesta k vystoupení povede. Mnichovská pobočka ČSBS zřejmě neměla vhodné prostory a i dostatečné fondy, ve zdejší pobočce Sokola byla situace podobná.

K obratu došlo až vloni na každoroční vzpomínkové akci v Ötzu, kde nám mnichovský bratr Jarda Verner navrhl oslovit Sudetoněmecké muzeum. Ukázalo se, že to byla skvělá myšlenka s výborným načasováním, protože na přelomu roku 2023/24 chystalo muzeum tématickou výstavu o českém loutkářství sestavenou ze sbírek manželů Anity a Hartmuta Naefeových. Jako doprovodné akce chystali dva workshopy a doplnění živou ukázkou loutkářské tradice se vysloveně nabízelo. Styčnou osobou byla pro nás Ricarda Wolf, se kterou principálka půl roku intenzivně připravovala představení.

Museli jsme zvládnout mnohá úskalí, jedno z nich spočívalo v požadavku muzea na německojazyčné představení. Překlad hry do němčiny se ukázal jako menší problém. Nesmírně rychle si s ním poradila umělá inteligence, která obratem vytvořila zdařilý překlad. Potřeboval pouze malé korekce a překlady slovních hříček a přeřeknutí Kašpárka, bez kterých by příběh ztratil kouzlo. Zatímco českou verzi přestavení jsme chtěli realizovat s živou interpretací, kde všechny role mluví naživo sami herci, pro německou verzi se principálka rozhodla použít takzvanou dělenou interpretaci. Herci pouze vodí loutky a hlasy obstarávají mluviči, kteří přednášejí text z listu.

Tedy, cíl byl jasný, zbývalo jen najít herce, kteří s námi pojedou do Mnichova, nastudovat s nimi text se správným přízvukem a správným přednesem a hotovo! Na mne připadla role Prince, roli Krále získal hilfák Jarda Řeřicha, ale kde vzít Vodníka a Kašpárka? Principálka



oslovila řadu přátel a známých jak z Čech, tak i Německa, ale bez úspěchu. Nakonec Vodník připadnul obětavému Jardovi Vernerovi z Mnichova a Kašpárek našel svého mluviče v Renatě Šíchové z Brodu nad Tichou. To bylo řešení, které by před covidem nikomu ani na mysl nepřišlo! Chtít nastudovat hru se souborem na vzdálenost 450 km? Jenže covid mávnul proutkem a všichni umí s internetem a Teamsy.

Další výzvou, jak se dnes rádo říká, byla výslovnost. Obsah textu člověk brzy pochopí, ale kdo nám vysvětlí, s jakou intonací a výslovností věty číst? Obával jsem se, abychom nemluvili tou protektorátní němčinou s drnčivým R a vyslovováním každého slova zvlášť. Nakonec jsem dostal nápad a vytočil číslo PR oddělení Goethe institutu. Popsal jsem situaci a za chvíli jsem získal kontakt na rodilou mluvčí Therese, která zároveň umí i česky. Následující den, ve středu, jsem jí poslal text a v pátek mi vrátila celou hru načtenou do telefonu!

Začalo usilovné cvičení. Číst si německý text potichu je úplně jiný příběh, nežli přednášet nahlas. Najednou se ukázalo, že mluvidla jsou prostě naučená na některé slabiky a shluky písmen, zatímco jiné přes pysky nejdu... Problémy jsem neměl jen já. Také Jarda Řeřicha stále nemohl najít tu správnou polohu pro svou roli krá-

le. Záviděli jsme Renatě jejího Kašpárka, který přišel na svět „na první dobrou“, jak říkají filmaři.

Zkoušky probíhaly u nás v obývacím pokoji, postavili jsme rodinné divadlo a před něj počítač se zapnutou kamerou. Kolem se sesedli přítomní mluviči a jelo se! Projevila se důkladná příprava a po dvou vzdálených zkouškách jsme bylo nastudováno.

5. ledna přišel den odjezdu. Sbalili jsme divadlo, naložili soubor a vyrazili na Mnichov. Cesta proběhla hladce a pozdě večer jsme dorazili na hotel, který se nacházel pár set metrů od Sudetoněmeckého muzea. Budova muzea působí impozantně, čtyřpatrový objekt z bílého pískovce s moderní architekturou zaujal Lukášovo oko stavebníka.

Následující den ráno nás čekal velký sál se stovkou míst k sezení a vysokým podiem. Rychle jsme postavili scénu a usilovně začali cvičit forbínu, skvělý úvod, ve kterém Lukáš s heligonkou a loutkou Dr. Tyrše představuje historii Sokola, sokolských loutkových divadel a ještě stihne ukázat sokolský kroj, praporek a s dětmi zacvičit pár cviků.

První představení bylo pro sokoly v češtině. Jarda Verner nás ujišťoval, že nebudeme na diváky v přesile. Prý rozeslal pozvánku nejméně stošedesáti kontaktům a že jich aspoň část dozajista přijde.

Nakonec jsme mu dali za pravdu, v sále se nám sešlo kolem čtyřiceti diváků. Představení skvěle vyšlo. Děti napjatě poslouchaly od začátku do konce. Zvláštní rozdíl ve srovnání s našimi sokolíčky, pro které je loutkové divadlo daleko rutinnějším zážitkem...

Německé představení bylo naplánováno na odpoledne. Napjatě jsme odhadovali počet diváků, protože propagaci měla na starosti pouze Ricarda. Plná chodba před sálem nás opravdu překvapila. Nakonec jsme hráli pro více než sto diváků. Na repliky nečekaně reagovalo i dospělé publikum a na závěr jsme se dočkali velkého aplausu!

Po představení jsme si šli prohlédnout loutkářskou expozici. Myslím, že rozsahem 1400 exponátů docela konkuruje loutkářskému muzeu v Chrudimi. Také stálá expozice muzea je pozoruhodná. Shrnuje artefakty ze všech 42 sudetských enkláv na území Československa. Jednotlivé oblasti mezi sebou příliš nekomunikovaly, takže se vyvíjely auto-



nomně, s rozdílnou materiální kulturou, zvyky a dialekty. Všechny exponáty mají dvojjazyčné popisy, takže jsou přístupné i těm, kteří němčinou nevládnou. Pokud do Mnichova někdy zavítáte, rozhodně si tohle muzeum nenechte ujít.

Tím naše angažmá v Sudetoněmeckém muzeu skončilo. Při loučení

jsem velice oceňoval skvělou organizaci a péči. Rozloučili jsme se s příslibem, že pokud dramaturgie muzea bude potřebovat opět loutkové představení, budeme velice rádi a přijedeme.

**Tomáš Kešner**

## Adventní světylka a lampiony na Mrázovce

### Ohňové představení pořádané smíchovskými sokolkami

V pondělí 20. listopadu vyšel průvod dětí s rodiči od hotelu NH Prague City na Smíchově do kopce k hřišti na Mrázovku. Cesta do strmého kopce malé i velké sokoly neodradila, a tak děti se svými rozsvícenými lampiony v doprovodu rodičů brzy dorazily až ke hřišti na vrcholu. To už nastávala tma a dětem ukazovaly cestu jen svítící lampiony. Když lampionový průvod obešel hřiště a dostal se až na vyhlídku nad Prahu, byly u cíle.

Zde mohly děti shlédnout představení, které pro ně přichystaly sestry ze Sokola Smíchov. Letos to nebyl ohňostroj, ale ohnivá show. Ohnivý muž obratně kouzlil do tmy různé efekty a okouzloval všechny přítomné. Jeho ohňové představení nepřerušil ani silný vítr, který se nad Prahou proháněl. Jen mu víc rozfoukával jednotlivé elementy, které zkušený „ohnivec“ několikrát v průběhu show vyměnil. Roztáčel kolem sebe hořící

pásky i různé ohnivé nádoby a díky tomu byla jeho produkce velice efektní. V dále k tomu zářila světa Prahy v údolí pod Mrázovkou.

Při ohnivém show děti nevnímaly chlad a výkon ohnivého muže ocenily dlouhým potleskem.

Po skončení produkce si ještě děti zapálily přinesené prskavky. Poté

plny dojmů odcházely se svými rodiči z kopce dolů a na cestu jim občas zsvítila lanovka svou osvětlenou kabinou. Z kopce se šlo mnohem lépe i když už byla úplná tma, ale tak to s blížícím se adventem bývá.

**Eva Barešová**

**foto Renata Plzánková**





# Křest tučňáka Humboldtova v ZOO Praha

## Podporujeme Buřtíka

V prosinci roku 2023 proběhl v pavilonu tučňáků v ZOO Praha slavnostní křest 135. tučňáka.

Proč právě tohoto tučňáka? Důvodem k tomuto zvláštnímu kroku byl tučňákův pohnutý osud.

Mláďata tučňáka váží po vylíhnutí 65 – 80 gramů a prvních 10 dní jsou slepá. Nejprve je rodiče krmí natrávenou potravou. Když se malý tučňák vylíhl, všechno probíhalo normálně. Rodiče se o něho příkladně starali a nic nenaseřčovalo tomu, že přijde nějaká komplikace. Problém nastal, když rodiče vyhnal z hnízda jiný pár tučňáků a samec vztekloun z německého Mannheimu ještě vyhodil malého tučňáka z hnízda. To bylo 19. den jeho života. Dva dny strávil v péči veterináře, nejprve ho krmili sondou, poté speciální kaší, a pak natrávenými rybami.

Protože pouto mezi ním a rodiči bylo přerušeno, rozhodli se chovatelé odchovat malého tučňáka sami. Nebylo to jednoduché, ale díky jejich dlouholetým zkušenostem se to povedlo. Malý tučňák vyrůstal v zázemí pavilonu tučňáků, dostával



stravu natrávenou pomocí enzymů, aby byla stejná jako od rodičů a v necelých dvou měsících přešel na celé ryby. Měl zde také společnost tří plyšáků. Nejraději měl plyšovou Minnie, ale Spongebob u něho úspěch neměl (chovatelé se ani nedivili).

Malý tučňák dobře prospíval a později se mohl připojit k ostatním tučňákům. „Svého“ chovatele si však stále hlídá a drží se v jeho blízkosti.

Křest 135. tučňáka 2. prosince v pražské ZOO byl slavnostní za účasti mnoha přihlížejících návštěvníků a chovatele tučňáků Jakuba Mezeie. Kmotrem se stal Ondřej Tunka mistr světa ve vodním slalomu, který má díky tomuto sportu k vodě blízko. Mohla by se Ondřejova přezdívka Tuňák změnit na Tučňák? To neodmítl a řekl, že by s tím neměl problém.

Příroda vytvořila krásnou kulisu křtu. Téměř celý den padal sníh a tučňáci se procházeli na čerstvě napadaném sněhu u bazénu a dostávali od svého chovatele něco do zobáku.

Všichni jsme napjatě čekali na odhalení jména 135. tučňáka. Konečně jsme se dočkali a jméno bylo odhaleno! Tučňák dostal jméno Buřtík.

Držme palce tučňáku Buřtíkovi a věrme, že ho už žádné komplikace nečekají!

**Eva Barešová**



Krásná vánoční atmosféra u betléma v ZOO Praha s koněm Převalským, ledním medvědem a gorilou. Sníh přidala příroda začátkem prosince.

DĚKUJEME

## Tučňák Humboldtův





# Finálový turnaj EYBL U17 v Estonském Tallinu

## Konfrontace mladých sokolů s mezinárodní úrovní

**L**etošní ročník turnaje EYBL nás dvakrát zavedl do Estonska.

V prvním turnaji Evropské mládežnické ligy (EYBL) nás hostila z kraje listopadu basketbalová akademie která sídlí nedaleko města Rakvere a druhý turnaj jsme z kraje ledna pořádali u nás na Sokole Pražském. Díky dobrým výkonům na obou turnajích jsme obsadili celkově čtvrté místo, které nám zajistilo finálový turnaj

opět v Estonsku, tentokrát v hlavním městě Tallinu. Chtěl bych moc poděkovat Sokolu Pražskému a rodičům hráčů, kteří nám díky své finanční pomoci umožnili na tento finálový turnaj odcestovat.

Na turnaj jsme odletěli ve čtvrtek 15. 2. v odpoledních hodinách letem přes Varšavu. Turnaj byl velmi dobře zařízen, takže jsme měli zajištěný odvoz z letiště, přímo do nově vzniklého kampusu. Díky rozlosování turnaje jsme mohli v poklidu povečeřet a nalažit se spánkem na páteční dva zápasy. První utkání jsme absolvovali v pátek po polední proti týmu KK Viimsi basketbal, který sídlí nedaleko Tallinu. Bohužel jak už to tak bývá v našem podání na podobných turnajích, ne-



dokázali jsme se vyrovnat s tvrdší a chytřejší hrou soupeře, než na kterou jsme zvyklí v Čechách a tento zápas jsme prohráli.

Druhý zápas nás čekal tentýž den o čtyři hodiny později proti finskému Tapiolan Honka. Zde jsme podali už o poznání lepší výkon než v prvním zápase, nicméně soupeř byl v koncovce šťastnější a vyhrál o 3 body. Regenerace na další sobotní zápas nebyla ideální, jak už to po prohrách bývá, nicméně my jsme věděli, že se z chyb chceme poučit a na turnaji ukázat, že na finálový turnaj patříme právem.

Sobotní utkání proti Centrum Tigers z Osla jsme nezačali dobře, hlavně na útočné polovině, ale postupně se zlepšující hra nesla ovoce.

Nejvíce se nám podařila třetí čtvrtina, kdy jsme soupeři odskočili a utkání již dovedli do vítězného konce. Tím nám boje ve skupině skončily a zbýval nám souboj o konečné 5. místo v turnaji.

K odpolední regeneraci a mentálnímu odpočinku jsme využili Finský záliv (Baltské moře), kde mezi ledovými krami jsme zchladili nohy.

Poslední zápas byl již jasnou záležitostí, neboť

soupeři se na turnaji zranilo několik hráčů a tak jsme více než se soupeřem bojovali s brzkou ranní hodinou zápasu. Sokol Pražský tedy nakonec obsadil pěkné 5. místo v turnaji.

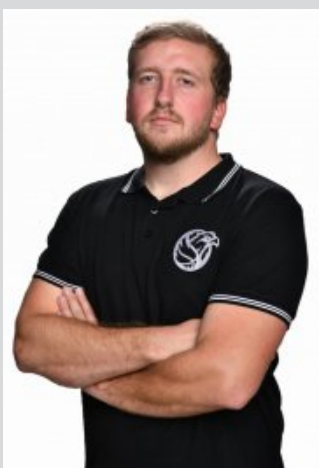
Co je ale podstatné a proč jsme na turnaj odjeli, je konfrontace s mezinárodním basketbalem, který kluky velmi posouvá a my doufáme, že nám pomůže v české lize k dosažení pěkných výsledků a hlavně klukům ukáže, v čem jsou hráči ze zahraničí na tom lépe než oni.

Ted už je jen na nich, jestli je to bude motivovat do další práce a pomůže jim to v jejich basketbalové kariéře.

**Tomáš Reimer**

V sobotu 24. 2. 2024 nás náhle a nečekaně navždy opustil trenér basketbalu Jakub Kološ, bylo mu teprve 30 let. Kuba byl ze sokolské rodiny a byl tak sokolem již od malinka. Byl nejen trenérem, ale i tvůrcem a duší našeho týmu mužů a zároveň i celého oddílu basketu. Kromě trénování mužů a kategorie U19 prošla jeho rukama i řada začínajících basketbalistů v přípravkách. Mimo práce v oddílu basketbalu organizoval i lyžařské zájezdy pro oddíl rodičů a dětí a pracoval pro jednotu i ve výboru. Jeho odchod nás velmi zasáhl a naše další konání v Sokole Pražském již nebude nikdy jako dřív.

**Martin Jindra**



## Z kalendářů oddílů:

**20. 3. - valná hromada SP**

**23. 4. - výbor SP**

**16. - 20. 5. - zájezd do Oetzu**

**21. 5. - výbor SP**

**6. - 9. 6. - předšletová soutěž v SP**

**18. 6. - výbor SP**

**30. 6. - sletový průvod**

**30. 6. - 5. 7. - XVII. všesokolský slet**