



Zpravodaj

SOKOLA PRAŽSKÉHO

vzdelavatele@sokolprazsky.cz

www.sokolprazsky.cz/o-nas/zpravodaj

INFORMACE Z VALNÉ HROMADY DELEGÁTŮ TĚLOCVIČNÉ JEDNOTY SOKOL PRAŽSKÝ

Konané dne 18. března 2026 ve Fügnerově sále sokolovny

Pokud člen SP dosud nepodepsal souhlas se zveřejněním svého jména v písemnostech SP (GDPR), je uveden pouhými iniciálami.

Obsah:

- | | |
|--|---|
| 1. Zpráva starosty Sokola Pražského | 6. Zpráva o činnosti oddílu basketbalu |
| 2. Zpráva náčelnice odboru všestrannosti - ženské složky | 7. Zpráva o činnosti oddílu moderní gymnastiky |
| 3. Zpráva náčelníka odboru všestrannosti - mužské složky | 8. Zpráva o činnosti oddílu rychlostní kanoistiky |
| 4. Zpráva o činnosti vzdělavatelského odboru | 9. Zpráva o činnosti oddílu turistické kanoistiky |
| 5. Zpráva o činnosti oddílu akrobatického rokenrolu | 10. Zpráva o činnosti oddílu jógy |
| | 11. Plán činnosti na rok 2026 |
| | 12. Usnesení Valné hromady T. J. Sokol Pražský |

Zpráva starosty Sokola Pražského

Milé sestry a bratři,

poprvé bych rád přednesl zprávu starosty a informoval Vás o práci, kterou jsme za poslední rok udělali. Vše, co zde budu prezentovat nejsou jen mé zásluhy, ale práce celého vedení. Jmenovitě jednatele Matěje Hrdiny, místostarostky Štěpánky Slámové a hospodáře Adama Konvalinky.

Svou zprávu bych rozdělil na dvě části. V první bych rád stručně vyzdvihl nejvýznamnější akce uplynulého roku a v té druhé shrnul významné body týkající se chodu naší organizace.

Oetz - zde bych chtěl poděkovat Markétě Stlukové za pěknou organizaci. Já jsem měl možnost se výletu do Oetzu zúčastnit poprvé a mám jen slova chvály. Děkuji všem, kteří reprezentovali SP na místním volejbalovém turnaji a i v dalších disciplínách. Krásná přírodní scenérie, ve které se schází sokolové z celé Evropy, je prostě parádní a unikátní.

Další zdařilou akcí, kterou jsme organizovali poprvé byl Den otevřených dveří SP. V tento den jsme se snažili rozšířit povědomí o naší organizaci zejména v Praze 2, ale i dalších městských částech a přilákat tak nové členy do naší jednoty. Myslím si, že nábor přímo v místě naší činnosti je to nejlepší, co můžeme dělat. Účast na sportovních dnech v jiných koutech Prahy málokdy vede k úspěšnému oslovení nových členů. Jen pro upřesnění, od září do naší jednoty vstoupilo 125 nových členů mladších 18 let. Neříkám, že to je pouze zásluhou Dne

otevřených dveří, ale věřím, že tomu napomohl.

Chicago - zde ani netřeba představovat. Velká akce pořádaná ČOS, kdy speciálně vypravená letadla přepravila stovky sokolů za oceán, a to i s velkým zastoupením naší jednoty. Kdo čtete náš zpravodaj, tak jste si mohli přečíst pěkné články od členů, kteří nás zastupovali přímo na místě. Děkuji všem, kteří hrdě reprezentovali naši jednotu na této akci s mezinárodním přesahem.

Další novinkou v našem ročním programu byl Den Sokola Pražského. Příjemně strávené odpoledne v naší loděnici, kdy došlo k propojení všech oddílů SP. Myslím si, že příjemná atmosféra, která panovala celým odpolednem, to je něco, co bychom se měli snažit přenést i do každodenního provozu tady u nás v tělocvičně. Věřím, že jste si všichni tuto akci užili stejně jako já a že si ji zopakujeme i v letošním roce.

Memoriál Ády Hochmanna - necelých 180 závodníků soutěžících ve všestrannosti v našich prostorách? Tak to



tu již dlouhou dobu nebylo. Je to skvělá akce, která si nachází více a více zájemců po celé České republice. Výborná prezentace naší jednoty, takhle by to mělo vypadat. Už teď se těším na příští jubilejní 20. ročník. Věřím, že zájemců bude ještě více a že chlapi organizaci zvládnou stejně bravurně jako v letošním roce.

Už při svém nástupu do funkce jsem měl myšlenku oprášit pro nás velmi zásadní den a to 16. února – den vzniku Tělocvičné jednoty pražské. Myslím si, že tento záměr se povedl a v letošním roce jsme ho oslavili s noblesou. V dopoledních hodinách jsme slavnostně v doprovodu kapely a s účastí starosty ČOS a starosty Prahy 2 uctili památku u pomníku Jindřicha Fügnera a Miroslava Tyrše na Olšanských hřbitovech. V odpoledních hodinách pak došlo na odhalení naší krásné plastiky sokola ve vestibulu, od výtvarníka pana Holuba, vzniklé díky finančnímu příspěvku zesnulého bratra Láška. V této tradici bych rád pokračoval i v dalším roce a přidával další akce s tím spojené.

Tak jako každoročně těsně před valnou hromadou se konaly šibřinky. Letos i s bohatou tombolou, sokolskou stráží a novou hudební skupinou. Musím říct, že mě jako starostu hrálo u srdce, když starosta ČOS Martin Chlumský během vystoupení našich oddílů chválil prezentaci naší

jednoty a kreativnost daných vystoupení. Jen tak dál, pojďme v tomto směru pokračovat.

Během roku proběhlo dalších mnoho akcí v prostorách naší jednoty, ale o těch se určitě dozvíte ve zprávách z jednotlivých oddílů.

Ale teď už od zábavy k práci.

V uplynulém roce jsme zastropovali cenu jak elektřiny, tak plynu. Myslím si, že je to zásadní krok k dobrému plánování rozpočtu naší jednoty. Nejenom že jsme díky zastropování získali skoro o třetinu lepší cenu, ale také dokážeme lépe předpovědět náklady na daný rok. Předtím jsme mohli pouze odhadovat a s událostmi, které se dnes ve světě dějí, je lepší mít alespoň nějaké jistoty.

Sjednotili jsme platby za mobilní operátory, díky čemuž došlo také k výraznému zlevnění daných služeb. Mohli jste zaznamenat změnu telefonního čísla na recepci.

Asi největší změna se opět udála na pozici mzdové účetní. Zde došlo opět ke změně, protože i u nové mzdové účetní, která u nás pracovala zhruba rok a půl, panovaly pochybnosti, jestli máme vše řádně vedeno, jak nám ukládá zákon. Bohužel tyto pochybnosti se při předávání agendy ukázaly jako správné, a trvalo dlouhé měsíce, než se celá věc dala do pořádku. Chtěl bych podotknout, že za pochybení nese zodpovědnost již

bývalá mzdová účetní, která tuto agendu měla externě na starosti. Pevně věřím, že v podobě nové mzdové účetní jsme získali zodpovědného člověka, který naváže na práci ještě předchozí účetní, kdy bylo vše v maximálním pořádku.

Další novinkou je zvýšená aktivita jednoty na sociálních sítích, kdy se snažíme ukazovat veřejnosti naše prostory a cvičení jednotlivých oddílů. Opět řečí čísel, v prvním čtvrtletí se sledovanost našich sociálních sítí pohybovala okolo 2000, zatímco dnes se dostáváme i k číslům okolo 60 000 zhlédnutí za měsíc. Moc pěkné video vzniklo z návštěvy vzdělavatelů ČOS v našem archivu, kdy většina z vás by byla překvapena, jaké historické dokumenty naše jednoty vlastní. Být otevřený, chtít spolupracovat, být zajímavý a na očích nové mladé generaci, to je nejen dle mého názoru směr Sokola, kterým se chceme ubírat. Je to i názor nově zvoleného vedení ČOS, který byl prezentován na programové konferenci s tématem směřování Sokola. Zde celý víkend okolo 150 sokolů z celé ČR debatovalo o svých zkušenostech z jednot, jak přivádí nové členy do sokola, jak spolupracují s jinými spolky v daném městě atd. Pokud chceme, aby nás všechny Sokol přežil, musíme se snažit přivést nové mladé členy, a to nejen cvičit, ale také je dovést k životním hodnotám, sounáležitosti se Sokolem, seznámit je se sokolskými myšlenkami. My jako Sokol Pražský v tom máme velký potenciál být lídrem a ukazovat ten správný směr i ostatním, protože máme bohatou historii, krásné prostory a v neposlední řadě také schopné cvičitele, cvičitelky a trenéry.

Pojďme všichni společně pracovat na dobrém jménu Sokola Pražského, ať můžeme říct, že nemáme jen bohatou historii, ale také léta dalšího rozkvětu před sebou.

Děkuji za pozornost.

Tomáš Reimer, starosta



Zpráva o činnosti odboru všestrannosti za rok 2025 – ženské složky

Žákyně - vedoucí oddílu: Martina Schořová (II. tř.)

Cvičitelé: Hana Blažková (II.tř.), Jana Plachká (II.tř), Jana Povondrová (III.tř.), Petr Schoř (III.tř.), Dana Berková (III.tř.), od září Jana Tétauerová (II. tř.)

Oddíl zákyň fungoval stejně, jako dosud, snad s jedinou drobnou změnou, že od loňského roku máme v oddíle i pár chlapců. Cvičíme pravidelně v pondělí a ve středu od 18 do 19 hodin v historickém sále Sokola Pražského. V roce 2025 bylo v oddíle evidováno 30 dětí. Někteří naši členové se zúčastnili dětského karnevalu, pořádaného v sobotu 8. 3. 2025.

Náplní hodin je cvičení na gymnastickém nářadí, práce s náčiním, kruhové tréninky a přehazovaná. Každou hodinu šplhají cvičenci na tyči a od tohoto roku zkouší někteří šplh na laně a to dokonce i bez přírazu.

V závěru roku jsme Mikuláše s čertem a andělem přivítali nejen cvičením a šplhem na tyči, ale i hrou na housle a klavír některými členkami našeho oddílu. Ostatní je doprovodili zpěvem.

Děkují všem cvičitelkám za jejich pomoc v oddíle, bez které by se naše činnost neobešla.

Aerobik - vedoucí oddílu: Martina Macková

Aktivní cvičitelky: Marta Brychtová, Romana Fousová, Hana Kafková, Daniela Kohoutková, Eliška Macková, Helena Nováková a Iva Smrčková.

Rok 2025 byl pro náš oddíl rokem se zaměřením na propracovanější nabídku typů hodin pro naše cvičenky.

1) První akcí, kterou jsme měly, bylo hned z kraje ledna společné plnění úkolů při znalostní hře Po stopách Josefa Lady. Ve velké zimě jsme absolvovaly 9 zastávek s otázkami během 2 km putování po Praze 2. Cestou jsme ještě stihly shlédnout Betlém - jesličky v kostele u sv. Ignáce na Karlově náměstí a zakončení vycházky bylo v Podskalí na Výtoni, kde jsme se konečně zahřály. Celou hru nás absolvovalo 15 a na památku máme krásné foto.

2) 16. ledna jsme spustily týdenní očištnou akci: Zbav se vánočních kilogramů. Bylo nás šest, které jsme se vzájemně podporovaly a inspirovaly a výsledkem byly nejen fajn pocity, ale i průměrných – 2,034 kg za 5 dní. Takže spokojenost a legrace k tomu....

3) Začátek února byl pro náš oddíl ve znamení sběru vlny, bavlnek a jiných přízí, jež potom vedoucí oddílu (v množství jeden 75 l batoh velký a dvě plné příruční tašky) M. Macková odnesla do nemocnice VFN k předání koordinátorce dobrovolnic. Jedna z dobrovolnic potom z nich vytváří speciální návleky na nohy, jež se využívají při převozu starých lidí. K daru jsme ještě přiložily dopis. A celkově jsme tak posílily krásné vztahy našeho oddílu s VFN - dobrovolnickým oddělením. S ním probíhá také podzimní propojení viz bod 14)

4) Dvě z našich cvičitelek připravily možnost cvičení pro naše členky i o víkend, a to Eliška Macková 16. února Cvičení pro zdravá záda a Marta Brychtová 21. února Pohyb jako lék.

5) 22. a 29. 2. jsme pomáhaly domalovat výzdobové rukávce na šibřinky a dětský karneval - do historického sálu. Kus práce jsme odvedly a ještě jsme se u toho bavily.... Mnoho hodin jsme strávily při přípravě tomboly dětského karnevalu, na který jsme balily 200 cen viz foto.

6) Náčelnice M. Stluková vyjádřila velké pochválení naší cvičence Janě Slabé, která provázela hosty naší jednoty při Open House.

7) 18. května se M. Macková zúčastnila Pískových slavností města Písek a přivezla pěknou sokolskou pískovou vzpomínku.

8) 5. – 9. června 2025 reprezentovalo 5 cvičenek náš oddíl v Ötzu. Byl to krásný zájezd s mnoha disciplínami, kterých se účastnila Jana Boubínová, Dagmar Burešová, Marie Koubková, Bohumila Černá a Martina Macková. Přijely jsme nadšené!

9) V třetím týdnu června jely tři cvičenky na zotavenou společně k moři... M. Stluková, B. Černá a M. Macková. Byly jsem hodně spolu a bylo to moc fajn.

10) V létě jsme hrály hru Prázdniny na vlastní pohon a se 3 družstvy jsme uspěly velmi dobře.

11) Po prázdninách se náš oddíl přejmenoval na Skupinové cvičení žen, za což jsem moc ráda, neboť tak jdeme ruku v ruce se současným vnímáním tělesného pohybu žen. My cvičitelky jsme zapracovaly na nových formách cvičení.

12) Upravily jsme skladbu hodin a pro cvičenky připravily podrobnější popis jednotlivých typů cvičení. A to proto, aby se ženy naučily kombinovat svoje cvičení do lepší efektivity, nebo naopak začaly zkoušet něco nového. Každý rok přinášíme nové





metodiky, např. cvičitelka Eliška Macková ve svých hodinách akcentuje rozvoj mobility, flexibility a síly celého těla a nově využívá bolsterů jakožto nesmírně variabilních složek náčiní. V závěru jejích hodin pak probíhá aromaterapie a podobně nově pojaté jsou i ostatní cvičební jednotky.

13) 15. 9. 2025 jsme se ve vysokém počtu zúčastnily sokolského setkání v loděnici SP – na Císařské louce a celou akci jsme pojaly jako další z vycházek našeho oddílu: vycházka měla varianty a) od Sokola k Výtoni a pak přívozem b) přívozem z Kotevní. Celé odpoledne jsme se krásně bavily, poznaly hodně nových tváří a zahrály si fajn hru. Jen do tance byl zřejmě stud nebo málo pánů tanečníků?

14) Poslední týden října jsme začaly připravovat dobrovolnou sbírku. Byla to aktivita sběru oblečení a doplňků, které naše cvičenky již nepoužívají a chtějí je darovat pro VFN. Akce se jmenuje Jarmark a probíhá v listopadu. (Výtěžek z Jarmarku je věnován na podporu a úhradu canisterapeutických služeb pro malé i velké pacienty VFN. Stejně jako minulý rok se akce konala v obchodním centru Westfield Chodov, zúčastnili se jí především zaměstnanci nemocnice, jejich příbuzní a známí a také my, náš oddíl). Celkově jsme odevzdaly pro nemocnici 42,5 kg (málem nám - mně a mému muži - upadly ruce - neforemné a téměř se to nedalo

odnést...) kvalitního, hezkého oblečení a přispěly jsme tak významnou měrou k vybrání 238 000 Kč na výcvik psů. Naprosto skvělá spolupráce, jsem na ni hrdá.

15) A to je přesně to, co mě nadchává a baví - propojovat dobré lidi s dobrými záměry...Je to přesně ten záměr, který máme i my jako cvičitelky – ukazovat a dopřávat ženám možnost zlepšit fyzickou (a tím i mentální) odolnost, umět se uvolnit, zasmát a naučit se vědomě odpočívat. Naší snahou je, aby se cvičení ve skupině (za pomoci příjemné hudby) stala vyhledávanými a navštěvovanými ještě více než v minulých letech. Moc dobře si uvědomujeme, jak je v současné době důležité sdružovat lidi dobrým záměrem, přinášet do společnosti lehkost a radost. Sama za sebe vnímám, že náš oddíl je takovou optimistickou kotvou v životech našich cvičenek. A věřím, že i ony samy to tak cítí (možná někdy jen podprahově vnímají) a že také i díky tomu přicházejí k nám do Sokola.

16) Přeji si... a také pro to budu maximum dělat dál - novosti a vylepšení. Jak? Chci a inspiroji cvičitelky, aby se školily, praktikovaly, měnily zaběhnuté vzorce, upgradovaly své postupy, přicházely s novými nápady. Proč? Aby naše hodiny byly voňavé, nové, odborně na výši, zároveň však zábavné! Protože je to vše smysluplné! Jakožto jedna z cest pro udržitelné zdraví. Pro ženy všech věkových kategorií!

Ženy - vedoucí oddílu: Jana Plachká

Cvičíme v pondělí a ve středu od 20 hodin. Po rozcvičce se věnujeme hlavně cvičení na náradí. Ceníme si toho, že jsme vytvořily jedno z mála míst, kde si mohou na náradí zacvičit i dospělé ženy, které ho mají rády, ale nemají zájem závodit. V roce 2025 jsme opět přivítaly i některé nové tváře a máme radost z toho, jak dobře do naší party zapadly. Sehraný tým cvičitelek nám dodává sebevědomí a pocit jistoty díky poskytované záchraně a dopomoci. Pro zpestření občas volíme více posilovací cvičení, cvičíme s náčiním, zahrajeme si pingpong nebo si jdeme vyzkoušet svou kondici na boulderovou stěnu.

Stále více děvčat se přidává také ke hře volejbalu. Jsme rády, že můžeme volejbalové tréninky zařazovat přímo do některých našich cvičebních hodin, do nichž jsme přizvaly i členy mužských složek.

Naše „běžecská skupinka“ navázala na úspěchy z předchozího roku a také letos Marta a Jitka reprezentovaly Sokol Pražský na běžeckých akcích (např. Běh republiky). Mají náš obdiv.

V červnu jsme jedno setkání už tradičně uskutečnily v loděnici Sokola Pražského. Tentokrát nám opět přálo počasí – slunečný a teplý večer přímo lákal k projížďce, a tak jsme hned vyrazily na vodu a zamířily pod Vyšehrad, abychom se dotkly jeho skály. Večer jsme pak příjemně zakončily posezením u ohně. Děkujeme kanoistům za jejich každoroční vstřícnost a shovívavost.

Občas se nám podaří vyrazit společně i za kulturou – v uplynulém roce jsme zvládly návštěvu kina i divadla a velký úspěch měly také filmové dílničky pro celou rodinu.

Nejčastější kulturní akcí je ovšem každotýdenní návštěva Sokolíčka po cvičení, kdy si konečně stihneme trochu popovídat. Před Vánoci vyrážíme na večeri do některé z restaurací v okolí. Scházejí se u nás ženy nejrůznějších profesí a je velmi osvěžující bavit se o všem možném i o tématech, se kterými by se každá z nás ve své profesní či společenské bublině běžně nesetkala. Pomáháme si, smějeme se spolu a je nám dobře. Naše účast je hojná a pravidelná a všechny si tento čas pro sebe hýčkáme.

Senioři - vedoucí oddílu: Marie Šulcová (II. tř.)

Náš oddíl má kolem 70 cvičenek, včetně třech mužů. V tomto roce jsme v oddíle měli starosti, protože nám chyběla pro dlouhodobou nemoc cvičitelka Zdena Pavlasová.

Tak jsme se snažili sehnat náhradu a díky cvičitelce Martině Schořové jsme mohli zajistit kvalitní cvičitelku.

Cvičíme 4x týdně a to dvě hodiny dopoledne a dvě hodiny odpoledne.

A tak po vzájemné domluvě odpolední hodiny převzala Martina Schořová a dopolední hodiny Marie Šulcová.

Naše cvičenky jsou velmi aktivní, zúčastňují se ve větším počtu různých nácviků, vystoupení a mnoha dalších akcí.

V lednu to byly taneční hodiny vedené Martinou Schořovou, dále pravidelné setkávání členů Věrné gardy a současně nácviku skladby pro Věrnou gardu.

Také se konala secvičná pro vystoupení Věrné gardy na XXV. sletu amerického Sokola. Celou tuto událost zaznamenala sestra Toušová ve Zpravodaji Sokola Pražského. Zájezd do Ameriky se konal od 22. 6. až do 30. 6. 2025.

V září jako každý rok pořádá Dana Absolonová hravou soutěž pod názvem Nechci sedět doma v papučích. Tam si naši senioři zahrají i vědomostně a ve většině naše ženy vždy obsadí místo na bedně.

V září jsme také jednu pondělní hodinu věnovali výletování do loděnice SP. Spokojeně naše sestry protančily večer Dne Sokola Pražského.

8. 10. je Památný den sokolstva a účast našich cvičenců na akcích byla hojná. Na Kampě se pouštěla po vodě světýlka na památku všem sokolům.

Každý rok pořádáme sbírku peněz na adventní charitativní koncert pro ČT. I letos jsme zaslali, a to 3450 Kč, a celkem již bylo vybráno na tuto akci 63 552 Kč. To vše díky sestře Taueferové, která se o tento výběr mezi cvičenkami pravidelně stará.

R+D Odpolední - vedoucí oddílu: Markéta Stluková

Cvičení se konalo 2 x týdně a to v pondělí a středu od 17 do 18 hodin od 6.1. do 17.12 2025. Zapsáno bylo cca 47 párů a 9 jednotlivců nejmladšího žactva, převážně starších sourozenců.

Vedoucí oddílu byla ses. Markéta Stluková, její zástupkyně ses. Lenka Karhanová, cvičitelský sbor ve složení: sestry Diana Argirova, Eva Barešová, Blanka Blandová, Růžena Brožová (emeritní cvičitelka), Nikola Hrbáčková, Hana Mokříšová, Blanka Lochmanová, Renata Plzáková, od září Tereza Plzáková – pomahatelka, Jana Tétauerová.

Od ledna do května byla s rodiči velká práce. Manipulace s vlastními dětmi jim činila značné problémy, nevnímaly pokyny cvičitelek. Hodiny byly velmi hlučné, pro každou cvičitelku náročné. Ale toto pololetí jsme zvládly bez jediného úrazu. Zvládli jsme i naplánované akce, jako jsou dva turnusy lyžařského výcviku, dětský karneval pro cca 80 dětí, čarodějnická hodina a MDD v naší loděnici včetně zapůjčení raftů.

Děkuji všem cvičitelkám a vodákům za velkou toleranci, hodně vydané energie. Zvládly jsme to!

Vodácký minitábor se v srpnu nekonal. Rodiče se nezvládli přihlásit a nebo nezaplatili zálohu na loď.

V září se však sešla jiná parta! Hodiny jsou akční, tiché, zacvičíme si dostatečně a máme čas i cviky prohlubovat. V hodinách se nám sejde i 27 párů, což je hlasově náročnější, ale spokojených dětí a rodičů je mnohem více.

17. listopadu jsme se tradičně zúčastnili Míčového trojboje v Sokole Karlín. Sladit 6 rodičů a 6 dívek bylo z počátku nemyslitelné, ale přesto se nás sešlo 6 závodnic, 6 rodičů a 3 cvičitelky/organizátorky. Výsledek byl skvělý! Děti jsou hrdými sokoly, medaile jsme si odnesly a rodiče vzpomínají celkem často na tuto akci, jak jsme byli pospolu.

Stále chodíme pravidelně plavat do bazénu v Tyršově domě.

Naše cvičitelky se pravidelně školí a vzdělávají.

Jsem ráda, že si cvičitelky najdou čas i na společné akce jako je víkendové školení na horách a podzimní výlet do moravského sklípku.

Děkuji celému cvičitelskému sboru za pravidelnou docházku do cvičebních hodin, za jejich práci v hodinách i nápady, kterými obohacují cvičení a dětem život.

Markéta Stluková

Zpráva o činnosti odboru všestrannosti za rok 2025 - mužské složky

Oddíl rodičů a dětí

Oddíl R+D dopolední vedla sestra Dana Absolonová a sestra Markéta Rohanová, které se pravidelně střídají. Tento oddíl již dlouhodobě vedou tyto sestry a zvládají připravit a vést cvičební hodinu perfektně v počtu jedné cvičitelky. Na začátku roku jim pomáhala sestra Viki Kolářová. Cvičení jsou v úterý a ve čtvrtek dopoledne od 10 do 11 hodin.

Oddíl předškolních dětí

vedla sestra Markéta Rohanová. V oddíle celoročně pracovala cvičitelka sestra Eliška Peterková, Viki Kolářová, Ivana Linhartová a Šárka Slabá, z cvičitelů Ruda Musil. Z bratrů příležitostně pomáhali Miroslav Vrána,

Pavel Rohan a Jiří Poes. Na hodinách často vypomáhaly ze sletu osvědčené matky, které mají v hodině svoje děti a to Klára Beringer a Marie Šírová. Práce s malými dětmi je velmi náročná a účast cvičitelek v počtu minimálně tří je nutná. Účast na cvičení byla 20 – 25 dětí. Cvičení probíhá vždy v úterý a ve čtvrtek od 17 do 18:15.

Oddíl mladší žactvo

s vedoucím oddílu bratrem Jiřím Poesem, který vedl čtvrteční hodiny. Bratr Matěj Hrdina vedl úterní hodiny. Od druhého pololetí si hodiny proměnili. Tito bratři jsou garanti cvičení. Celé první pololetí velmi pilně cvičil bratr Míra Vrána, v létě však ze zdravotních důvodů ukončil svoji

dlouholetou cvičitelskou práci u dětí. Od podzimu pomáhala sestra Hanka Drahošová, která na podzim udělala zkoušky na III. třídu všestrannosti. Cvičitelé, kteří během roku podle svých možností pomáhali: sestry Markéta Rohanová, Šárka Slabá a bratři Pavel Rohan, Petr Červa a Václav Sýba. V zimních měsících, kdy vodáci jsou v tělocvičně, pomáhal Milan Bubák (trenér vodáků).

Celý rok vedla sestra Šárka Slabá gymnastické družstvo (převážně holčičky, mladší žákyně) a intenzivně s nimi trénovala gymnastiku. Na podzim jí pomáhal bratr Lukáš Endlicher, cvičitel ze Sokola Podolí. Toto družstvo je součástí mladšího

žactva, ale trénuje a cvičí nezávisle na ostatních.

Oddíl mladšího žactva je věkově a výkonnostně nevyrovnaný a proto je třeba na cvičební hodině přítomnosti dvou cvičitelů, aby náplň hodiny mohla být přizpůsobena zdatnosti a umu dětí. Problémem je i nepravidelná účast některých dětí, která je způsobena jednak nemocemi a jednak i jinými volnočasovými aktivitami dětí. Průměrná účast na hodině 10 - 12 dětí, zapsáno jich bylo 15. Hodiny jsou věnovány rozšíření pohybových aktivit dětí, snaze o jejich vyšší tělesnou kondici a kolektivním míčovým sportům. Součástí zvyšování sportovní úrovně a fyzické zdatnosti je i péče o výchovu dětí ke kamarádství a férovému jednání. Cvičební jednotka probíhá v úterý a ve čtvrtek od 18:15 do 19:30.

Oddíl mužů

vedl cvičitel br. Jiří Poes. Cvičители roz-cviček byli bratři L. R., Pavel Rohan, Matěj Hrdina, L. K., P. K. a Jiří Poes. Družstvo zkušených (tj. starších) mužů vedl výborně bratr Jaroslav Hofman. Družstvo mladších mužů vedli střídavě bratři R., Václav Sýba, P. K. a L. K. Dále se pravidelně hrál nohejbal a volejbal. Bratři se scházeli již před začátkem cvičení a na galerii hráli na 2 stolech stolní tenis. V běžných cvičebních hodinách se 1. družstvo věnovalo kondičnímu cvičení na nářadí, akrobacii, či využívalo jako zpestření horolezeckou stěnu.

Činnost oddílu R+D

Dopolední R+D měli v červenci svůj tradiční prázdninový pobyt rodičů a dětí ve Střelských Hošticích. Účast 29 rodičů a dětí včetně vedoucí sestry Dany Absolonové.

Další činností oddílu byly tematické hodiny: Zelený čtvrtek (17. 4. 2025), Čertovská hodinka s nadílkou (2. 12. 2025).

Činnost oddílu předškolní děti

Cílem cvičení je naučit děti běžné pohybové aktivity a to formou cvičení a her.

Běžné cvičební hodiny byly zpestřovány tematickými hodinami s účastí rodičů nebo sourozenců či případným pobytem mimo tělocvičnu SP. Činnost tohoto oddílu je díky sestře Rohanové nesmírně pestrá a zajímavá.

Akce předškolních dětí:

- 21. 1. Zimní olympiáda 19 dětí.
- 8. 4. Koloběžkové závody 25 dětí.
- 15. 4. Velikonoční hodina 21 dětí.
- 15. 5. Sokolský žabák 21 dětí.
- 19. 6. Vodácká hodina 21 dětí
- 11. 11. Dračí hodina 27 dětí.
- 4. 12. Mikulášská hodina 25 dětí.

Činnost oddílu Mladší žáci

V hodinách cvičení je snaha vštípit a naučit děti základním gymnastickým prvkům jak v akrobacii, tak na nářadí. Posílit jejich tělesnou kondici. Pro jejich rozvíjející se pohybové schopnosti jsou zařazovány míčové hry.

15. 5. Sokolský žabák. Memoriálu Rudly Lukáše se účastnilo 22 předškolních dětí a 10 mladších žáků. Tento závod tradičně pořádají cvičitelé mužských složek.

19. 6. rafty na vodě v loděnici SP na Císařské louce pro žáky a předškolní děti. Počasí nám letos vyšlo a tak pokaždé jely 2 rafty plné dětí a 2 dospělých. Někteří odvážlivci se i vykoupani. Po plavbě bylo na břehu tradiční opékání vuřtů. Bylo to velmi příjemné ukončení cvičebního roku.

Činnost gymnastického družstva nejmladších žákyň

5. 4. gymnastické závody v Sokole Vršovice.

15. 5. Sokolský žabák v SP. Závodily 2 cvičenky.

11. 10. Sokol Radotín Chlapácký dvojboj, cvičitelka Šárka Slabá a 4 děvčata

Anna Lichnovská, Valerie Karlová, Robin Endrýsová a Olivia Svobodová. Děvčata v kategorii žákyně I. se umístily v polovině závodního pole, které mělo 18 závodnic. Olivka byla v kategorii žákyně o první (ze dvou závodnic).

29. 11. Memoriál Ády Hochmana, startovaly 4 závodnice.

Činnost oddílu Muži

Oddíl mužů cvičí pravidelně v úterý a ve čtvrtek od 20 do 21:45 hodin. Po společné půlhodinové rozcvičce se muži rozdělí do 3 družstev podle svých zálib. První družstvo se tradičně věnuje cvičení na nářadí, druhé družstvo je ryze sportovní a třetí družstvo tzv. zkušených bratrů cvičí zdravotní tělesnou výchovu. Nejedná se o výkonnostní sport, ale o plné pohybové rekreační využití. Výborným zakončením vlastního cvičení je již dlouholetá možnost občerstvení v našem Sokolíčku, jenž celý rok 2025 vedl br. Tomáš Reimer z basketbalu. Muži se účastnili, nebo spíše organizovali a zajišťovali následující akce.

1. 3. XXVII. ročník šplhu schodištěm. Byl opět posunut rekord ve schodišti a to Matějem Cíglem ze Sokola Brno I časem 4,71 s. Po 20 letech jsme zde měli v kategorii muži opět vlastního závodníka a to Milana Bubáka z oddílu rychlostní kanoistiky.

8. 3. šibřinky na téma Pohádky z večerníčků vystoupili muži pod vedením Petra Červy s velmi náročnou



skladbou mužské akrobacie a gymnastiky. V akrobacii se jednalo například o prvky házená salta ze třípatrové věže chytaná do natažených paží. Vystoupení bylo zahájeno příjezdem Milana Bubáka na monokole jako večerníčka, který rozhazoval pirátské vydání sokolského zpravodaje.

Zpravodaj informoval o činnosti mužů ve sletovém roce 2024 s bohatou fotodokumentací.

24. 4. volejbalový velikonoční turnaj v SP, kterého se účastnily oddíly Braník 12, Braník 10, loutkáři SP, Sokol Pražský 3 týmy. Jedná se o koedukovaná družstva. Tento časově náročný turnaj trval od 18 do 22:45. Vyhlášení výsledků a přátelské posezení s bohatým občerstvením bylo po skončení turnaje v Sokolíčku dlouho do noci.

25. - 27. 4. Závody sokolské všestrannosti (plavání, gymnastika a at-

letika). Účastnil se vodák Milan Bubák.

27. 9. 2025 turnaje ve stolním tenise pořádaného T. J. Sokol Praha – Břevnov se účastnil Karel Flekal a vybojoval 3. místo.

11. 10. Sokol Radotín v chlapáckém dvojboji (kruhy a bradla) nás reprezentoval L. K. a obsadil 12. místo ze 17 startujících.

29. 11. 19. ročník Memoriálu Ády Hochmana. Tento závod v gymnastickém dvojboji (akrobacie a hrazda) je vlajkovou lodí mužů všestrannosti. Letošního závodu se účastnilo 172 závodníků z 20 sokolských jednot, což je nejvyšší účast v historii. Za SP startoval v kategorii mužů Milan Bubák, v kategorii žen Šárka Slabá, která také připravila na závod 4 zákyňky v mladší kategorii. Do zajištění bezproblémového závodu se celkem zapojilo 32 osob, z nichž

většinu tvořili muži všestrannosti, kteří byly výborně doplňováni sestrami (příprava občerstvení pro rozhodčí) a zaměstnanci SP (recepční, šatnáři).

Před vánocemi se hrál v Sokole Braník tradiční volejbalový turnaj, do kterého vyslal SP 2 družstva. Pořadatelé závodu, jakožto domácí závodníci, byli nad síly našich borců, ale atmosféra závodu byla opět vynikající.

Společenskou akcí před koncem cvičení mužů v červnu a v prosinci je společný Kryšpán. Ten se koná tradičně v Sokolíčku. Po půlročním cvičebním maratonu je potřeba si najít i čas na zábavu.

Velké poděkování všem cvičitelům a všem bratrům, kteří přikládají ochotnou ruku a svůj um ke společnému dílu, kterým je naše sportovní činnost v T. J. Sokol Pražský.

Jiří Poes

Zpráva o činnosti vzdělavatelského odboru Sokola Pražského v roce 2025

Vzdělavatelský odbor tvořilo v roce 2025 sedm členů: Eva Barešová, Anna Burešová, Artemis Kavalírová, Jitka Křepelková, Pavla Řihová, Marcela Sodomková a Boris Titzl. Od listopadu se členkou vzdělavatelského odboru stala Helena Jonášová.

Scházeli jsme se jednou měsíčně, v případě aktuálních úkolů podle potřeby průběžně a podle svých možností.

Za jednu z nejdůležitějších oblastí naší činnosti považujeme vydávání Zpravodaje Sokola Pražského. Redakci tvořily sestry Jitka Křepelková, Eva Barešová a bratr Pavel Žofka z oddílu rychlostní kanoistiky, jeho dílem je nápadité výtvarné řešení časopisu.

V roce 2025 jsme vydali 5 čísel zpravodaje. Znamená to shánění příspěvků, oslovení jednotlivých oddílů, aby své příspěvky o činnosti nedávali pouze na sociální sítě, ale aby se mohly archivovat prostřednictvím zpravodaje.

Další činností je předávání aktuálních informací členům SP na nástěnkách, spolupráce s loutkáři, účast na sokolských akcích, provádění skupin návštěvníků individuálně i v rámci Open House.

Leden - proběhla volba vzdělavatelky na další období 2025 – 2028. Všechny přítomné sestry doporučily pokračování Evy Barešové ve funkci.

Přípravy na Open House ve dnech 17. a 18. května 2025. Oslovení dobrovolníků, kteří se budou podílet na provádění návštěvníků sokolovnou a seznamovat je s historií i současností naší sokolovny i historií Sokola. Úklid hrobů na Olšanských hřbitovech před 16. únorem, dnem založení Sokola. Příprava na šibřinky 8. března 2025, shromažďování a třídění tomboly.

Příprava nového čísla Zpravodaje Sokola Pražského. 20. ledna sestra Barešová provedla sokolovnou skupinu z klubu důchodců z Ministerstva zemědělství.

Únor - provedly jsme úklid hrobů na Olšanských hřbitovech, za pomoci údržbářů SP. Příprava na Open House – pro oslovené dobrovolníky z členů Sokola Pražského připravujeme informační materiály. O činnosti divadélka informovala sestra A. Burešová. Přípravě tomboly na šibřinky se věnovaly všechny sestry podle svých možností. Lístky do tomboly vytiskla Jana Kepková. Zpravodaj vyšel kon-

cem února, redakční rada provedla korektury.

Březen - tombola byla úspěšná, při vydávání tomboly se podílely sestry z vzdělavatelského odboru i bratr Titzl. Prodeje lístků tomboly se ujala sestra A. Burešová s Y. Černou. Výtvorná soutěž dětí se tento rok nekonala pro menší zájem dětí a nemožnost na dětském karnevalu předat diplomy a odměny za účast, jak bývalo v minulosti zvykem. Na šibřinkách byl rozdáván pirátský zpravodaj, s jehož obsahem ani formou vzdělavatelský odbor nesouhlasil. Vybraná částka ze sbírky na tučňáka byla odevzdána do pokladny SP.

Valná hromada 27. 3.: schválena účast tří členek vzdělavatelského odboru s volebním právem: sestry Barešová, Křepelková a Řihová. Ostatní členové vzdělavatelského odboru se mohou zúčastnit jako hosté.

Duben - loutkáři informovali o své účasti na přehlídce amatérského loutkového divadla Pražský TAJTRLÍK 29. a 30. 3. 2025. Open House – informace pro průvodce byly předány a se zájemci proběhla 13. května schůzka. Druhé číslo zpravodaje vyšlo 16. dub-

na s informacemi z valné hromady z 27. března. Do dalšího čísla zpravodaje shromáždíme články.

Květen - příprava na Open House: sestra J. Křepelková připravila tři nástěnky s historickými obrázky k vystavení ve Fügnerově sále a stručné informace se základními údaji pro průvodce. Dále byly připraveny obrazové informace k výkladům průvodců. Sestra Štěpánka Slámová připravila fotokoutek, který byl některými návštěvníky využíván. Akce ve dnech 17. a 18. května se účastnili vzdělatelé a sestry Bláhová, Doubková, Stluková, Svobodová, bratři Titzl a Brunner. Sokolovnu navštívilo téměř 500 návštěvníků. Tyršův dům oslavil 100 let od otevření, v týdnu od 19. do 25. května. V sobotu proběhl program kterého se mohli zúčastnit členové SP i členové vzdělatelského odboru. Se starostou br. T. Reimerem byla domluvena spolupráce se vzdělatelským odborem SP a o vydávání Zpravodaje Sokola Pražského.

Červen - Tyršův Oetz se konal 5. - 9. 6. 2025 a zúčastnila se sestra E. Barešová a A. Burešová. Věnc položil starosta T. Reimer. Prapor nesl praporečník bratr P. Schoř. Sestra E. Barešová se zúčastnila XXV. Sletu Amerického Sokola v Chicagu ve skladbě Jdi za štěstím. Do Chicaga se vypravilo téměř 400

sokolek a sokolů. Ze SP i divadélko Kašpárek.

Srpen - návštěva starosty bratra Tomáše Reimera a místostarostky Štěpánky Slámové ve vzdělatelně, kde je provedla archivářka sestra J. Křepelková a E. Barešová. Zemřela sestra Božena Barešová z oddílu seniorů.

Září - Tyršův Děčín 13. a 14. září. Pietní akt se konal u sochy M. Tyrše v sobotu a květiny se stuhou Sokola Pražského položil u sochy bratr T. Reimer. Pochod z nábreží na nádvoří Děčínského zámku prošel zrekonstruovanou Dlouhou milí, ve které rozbitý asfalt nahradily dlažební kostky. Večer se konal sokolský ples na zámku v Děčíně. V Sokole Pražském proběhla 25. září akce Nechci sedět doma v papučích. Akci je potřeba mezi seniory více propagovat. Za vzdělatelský odbor se zúčastnily sestry E. Barešová, A. Burešová a M. Sodomková.

Říjen - příprava na Památný den sokolstva 8. října. Úklid hrobů a položení květin k pomníku J. Fügnera a M. Tyrše provedli vzdělatelé 7. října. 8. října se cyklojízdy zúčastnila sestra E. Barešová. Spanilá jízda sokolů startovala ze Strašnic - výjimečně od sokolovny Sokola Strašnice. Další sokolové vycházeli od Sokola Pražského a z Výtoně. Všichni oblečení v červených tričkách a s transparenty. 27. října proběhl úklid u pomníku J. Fügnera a M. Tyrše na Olšanských hřbitovech a položení věnců i na další hroby O. Schiffnera a J. Scheinera ve spolupráci s údržbáři SP. Na příští šibřinky vzdělatelé navrhli ráz Sokol tančí nebo Roztančený Sokol.

Listopad - 20. listopadu jsme dostali pozvání na výstavu v Emauzích od pana Karla Holuba, který zde vystavoval plastiku sokola vytvořenou pro Sokol Pražský a přiblížil nám nejen svou práci na výrobě této plastiky, ale i na dalších svých dílech. Zúčastnila se sestra P. Říhová a E. Barešová. 27. 11. provedla sestra Barešová delegaci ČOS sokolovnou SP.

Přivítali jsme novou členku, sestru Helenu Jonášovou.

Prosinec - zhodnocení roku 2025, plány na rok 2026 a předvánoční posezení. Open House se v roce 2026 nezúčastníme, ve stejné době se koná Tyršův Oetz, kterého se pravidelně účastní členky vzdělatelského odboru.

Eva Barešová

Zpráva o divadélku Kašpárek:

Soubor loutkového divadla má 7 stálých členů. Členové se pravidelně schází každé pondělí na dvouhodinové schůzce a připravují představení pro děti i dospělé, veřejnost, vystupování na loutkářských přehlídkách i přípravu na zahraniční výjezdy. Loňský rok byl jako již v minulých letech úspěšný, podařilo se mnoho akcí.

Nastudovali jsme v roce 2025 tři nové hry, které mluvíme živě: Odvážný Matěj, Začarovaný Janek a Budulínek. Znamená to, že text se musí loutkoherci naučit zpaměti bez podpory nápovědy a příprava inscenací tak znamená pro vodiče hodně práce. Odměnou za živé mluvení je divácký úspěch, plné hlediště a radost dětí. Naše inscenace jsou doplněny zvukovými a světelnými efekty a důležitou součástí programu je i interaktivní komunikace s dětským divákem, která pomáhá udržet jejich pozornost a vtahuje je přímo do děje. Děti tak nejen sledují příběh, ale aktivně se podílejí na jeho prožívání a snáze chápou jeho poselství. Abychom zvýšili povědomí našeho divadla u dětských diváků, rozdáváme před každým představením dětem průkazku věrného diváka. Při každém shlédnutí představení získávají razítko do průkazky a pěstují si tak vztah k divadlu.

Přehled 13 odehraných představení v roce 2025

Divadelní rok 2025 jsme otevřeli 17. března představením Odvážný Matěj pro sokolíky a veřejnost v naší loutkárně v Sokole Pražském. Pečlivě připravovaná inscenace přepracované hry Dušička z Vodníkova hrníčku, kterou jsme uvedli s živým interaktivním vstupem mezi děti během přestávek a sklídila velký ohlas. Děti velmi pozitivně reagují na komunikaci s hercem



a velmi úspěšně se tak daří udržet jejich pozornost. Děti jsou tak vtaheny do příběhu, uvědomují si děj a to vše přináší edukaci, která vyplývá z charakteru postav a přináší lepší uchopení dějové linky. Představení doprovází zvukové i světelné efekty, které děj ztraktivily. Po představení loutky přicházejí ze zákulisí za dětmi a děti se mohou podívat za scénu a zkusit si vodit loutky na vodící rampě a prohlédnout si scénu zblízka ze zázemí divadla.

29. března jsme s hrou *Odvážný Matěj* vystoupili na *Postupové přehlídce loutkových divadel Pražský Tajrlík* v Hostivaři. Zde jsme získali ocenění za posun v inscenačním projevu a získali cenu za živou interpretaci s dětským divákem.

12. dubna jsme vystoupili s touto hrou v Sokole Jinočany, kde jsme zahráli pro 80 malých i velkých sokolů této jednoty.

Loutková hra *Perníková chaloupka* patří mezi oblíbené klasické hry. Toto zpracování pohádky jsme nastudovali podle spisovatele Františka Langera a zahráli 26. května pro malé sokolíky naší jednoty i veřejnost.

18. května se v loňském roce tradičně konala přehlídka sokolských divadel v Přerově. Z původního počtu 800 loutkových divadel při Sokolu zbylo pouze 30, které byly obnoveny po revoluci. Zde jsme uvedli naši nově nastudovanou hru *Odvážný Matěj* a sklidili velký úspěch za živou interpretaci.

27. červen byl pro nás velký den. Podařilo se nám domluvit s náčelníkem ČOS Petrem Sátkem, že posílíme výpravu českých Sokolů na XXV. sletu amerického Sokola, abychom zahráli jedinečnou hru z pera spisovatelky Kateřiny Tučkové *Jak Sokolští bratři k sestřám přišli*. Loutkovou hru na motivy smyšleného setkání Jindřicha Fugnera, Kateřiny Fugnerové a Miroslava Tyrše na prvních šibřinkách Sokola Pražského jsme zahráli v Sokole Spirit v Chicagu.

Každý rok vyjíždí loutkové divadlo na *KašpárekTour*, aby o prázdninách reprezentovalo sokolské divadlo po celé ČR. 26. července jsme zahráli

na pouti ve *Starých Splavech* pro 120 dětí i dospělých.

Stejně tak jsme 27. července v rámci *KašpárekTour* zahráli v Podještědském muzeu v Českém Dubu, kam se pravidelně vracíme za malými diváky už tradičně.

Poprázdninovou sezonu jsme začali 29. září, abychom novým členům cvičení dětí s rodiči zahráli loutkové představení *Odvážný Matěj*, ukázali jim naši loutkárnu a představili jejich nové dřevěné kamarády.

Další novou hru, kterou jsme nastudovali v roce 2025 *Začarováný Janek*, jsme představili malým sokolíkům i dospělým 10. listopadu jako obvykle v pondělí po cvičení rodičů s dětmi v rámci všestrannosti, kam chodí děti ještě ve cvičebním úboru pro svou pohádku.

Jako již pravidelně vyjíždíme za malými sokoly do Švýcarska, i v minulém roce jsme zahráli 19. listopadu dětem z České školy bez hranic v Curychu představení v českém jazyce a přispěli tak k rozvoji sokolského povědomí a kultivaci českého jazyka dětem, které se narodily ve Švýcarsku českým rodičům.

22. listopadu jsme pak zahráli na setkání krajanů v Lucernu, se kterými se pravidelně scházíme na sokolském srazu v Oetzu.

Hrou *Vánoční sokol* jsme zakončili 10. prosince loutkovou sezonu divadla *Kašpárek*. Tuto hru uvedl soubor *Nástup Sokola Libeň* v rámci výměnného projektu 4 sokolských souborů: *Bubení-*

ček Vinohrady, Baribal Karlín, Nástup Libeň a Kašpárek Sokola Pražského.

Závěr

V sezoně 2025 se soubor *Loutkového divadla Sokola Pražského Kašpárek* vydal novou cestou živé interpretace loutkových představení, která výrazně zvyšuje uměleckou úroveň našich inscenací. Tato forma práce je náročnější na přípravu i herecké dovednosti, ale umožňuje bezprostřední kontakt s divákem a přirozeně vtahuje děti do děje. Naše představení jsou interaktivní, živá a vzdělávací. Pomáhají dětem rozvíjet představivost, jazyk, cit pro příběh i vztah k české kulturní tradici.

Loutkové divadlo *Kašpárek* však není jen kulturní aktivitou – je také živou součástí sokolské tradice a jedním z mála dochovaných loutkových souborů, které v Sokole nepřetržitě předávají divadelní řemeslo další generaci dětí i dospělých. Každé představení znamená desítky hodin práce členů souboru, kteří připravují program pro děti Sokola i veřejnosti.

Podpora loutkového divadla proto není jen podporou jedné kulturní činnosti – je podporou živé tradice a radosti dětí, které se prostřednictvím *Kašpárka* setkávají často poprvé se světem divadla. Věříme proto, že loutkové divadlo *Kašpárek* bude mít i nadále podporu Sokola Pražského, aby mohlo pokračovat ve své práci a přinášet dětem i jejich rodičům radost z živého divadla.

Dana Kešnerová



Zpráva o činnosti oddílu akrobatického rokenrolu za rok 2025

Náš oddíl funguje pod T. J. Sokol Pražský od roku 2001. To znamená, že již 25 let vychováváme nové talenty našeho sportu. Struktura našeho oddílu je rozdělena na tři části.

Pro úplné začátečníky od 6 let máme přípravku. Druhá část našeho oddílu připravuje děti z přípravky, které postupně přecházejí do závodního oddílu, kde jsou závodníci rozděleni do dívčích formací anebo tančí v páru. V juniorském věku se u párů a formací trénují náročnější akrobatické prvky, které v dospělosti ti nejšikovnější sportovci využijí v hlavních seniorských kategoriích. To je třetí a trenérsky nejnáročnější část našeho oddílu.

Současným cílem našeho oddílu akrobatického rokenrolu je příprava talentované mládeže a reprezentační činnost od dětí až po hlavní seniorské kategorie párů a formací na tuzemských a zahraničních soutěžích.

V loňském roce jsme prokázali, že jsme neúspěšnějším oddílem v České republice. Mezi největší úspěchy pokládám 4. místo na mistrovství světa hlavní kategorie B a 9. místo na mistrovství světa juniorů.



V současné době má náš oddíl 80 členů a skoro 50 z nich se pravidelně zúčastňuje tuzemských a zahraničních soutěží.

V postupném rozšiřování našeho oddílu máme velké problémy s obzazením tělocvičen jednoty. Bohužel naše formace musí 3x týdně trénovat na „mramoru“, což není vhodný prostor pro sportovní trénink. Bohužel ani naše špičkové dospělé páry nemají možnost trénovat jinde než v sálu G. V tomto sálu sice máme

gymnastický lanč, ale jsme omezeni výškou stropu.

Závěrem bych chtěla poděkovat všem našim trenérům, sportovcům a rodičům našeho oddílu. Bez Vás bychom nemohli kvalitně fungovat a rozhodně bychom neměli takto skvělé sportovní výsledky.

Štěpánka Slámová,
vedoucí oddílu



Zpráva o činnosti oddílu basketbalu za rok 2025

V roce 2025 jsme opět bojovali v nejvyšších soutěžích České republiky a opět velice úspěšně. Tým mužů předváděl divácky atraktivní basketbal a obsadil po základní části 7. místo v 1. lize. V play off jsme po dramatickém domácím utkání vypadli se Svitavy. B tým mužů obsadil 1. místo v pražském přeboru a získal tak právo startu v celostátní 2. lize mužů. Kategorie U19, U17, U15 i U14 startovali v nejvyšších celostátních soutěžích, ani jedna se však tentokrát neprobojovala na MČR mezi nejlepší čtyři, respektive osm týmů v republice. Účast na MČR se naopak povedla kategorii U11, která obsadila krásné 4. místo. Kategorie U12 pak skončila po těsné prohře ve finále na 2. místě na národním festivalu.

V letních měsících jsme měli několik hráčů v mládežnických reprezentacích ČR, nikdo z nich se však bohužel neprobojoval do finální dvanáctky hráčů, kteří se účastní mistrovství Evropy. I tak



byla účast hráčů v reprezentačních výběrech pro ně velká zkušenost. Na konci srpna se týmy rozjely po celé republice, aby absolvovaly své letní soustředění a tím začaly přípravu na další sezónu. Nejmladší basketbalci zavítali opět do Soběslavi, týmy od kategorie U14 až U19 rozvíjely své basketbalové a kondiční schopnosti v Turnově.

Již tradičně jsme se v roce 2025 účastnili mezinárodní evropské ligy mládeže EYBL, kdy jsme jeden

z turnajů velmi úspěšně pořádali v lednu v naší sokolovně. Další zahraniční zkušeností byla účast v stredoevropské lize CEYBL.

Nejlepší hráči Sokola Pražského si za své výkony vysloužili ne jednu pozvánku do reprezentačních výběrů. Všem hráčům moc gratulujeme!

U16- Dan Demčenko, Hubert Blecha

U18- Šimon Brzák, Tomáš Zronek

SOKOLÍ LET!

Martin Jindra, vedoucí oddílu

Podrobnější a aktuální informace o činnosti našeho oddílu naleznete na našem webu: www.spbasket.cz



Zpráva o činnosti oddílu moderní gymnastiky za rok 2025

V roce 2025 jsme se zúčastnili asi 11 závodů, především v Praze a ve středočeském kraji a to ve volných sestavách a v základním programu výkonnostních tříd. Zúčastnili jsme se přeboru Prahy i přeboru ČOS.

Nejlepší závodnice v kategorii nejmladších byla Alegfra Hajdaraj nejlépe na jarním závodě. V kategorii opět nejmladších Viktorka Smrčková čtvrtá a třetí místa. Tato kategorie byla velmi úspěšná a i další děvčátka získávala své medaile.

Ve volných sestavách pak několikrát vyhrála Elizabeth Pozzi, vyhrála i přebor ČOS, úspěšná byla také její sestra Cathelin a Marya Chobanova. Ve volných startovala i ve starší kategorii Malika Isaeva a opět stupně vítězů.

Nejpočetnější je naše kategorie I. ZP, kde byla nejlepší Tereza Dvořáková do šestého místa. Další se umísťovaly v polovině startovního pole. Toto je vždy nejvíce početná kategorie (třeba i padesát závodnic z ČR).

Dívky vystupovaly i na akademických a plesích.

Soustředění jsme měly formou příměstského tábora.

V tomto roce se opět upravovala a měnila pravidla moderní gymnastiky (nový olympijský cyklus) a trenérka a rozhodčí se zúčastnily spousty školení, seminářů a zkoušek.

R. N., vedoucí oddílu

Zpráva o činnosti oddílu rychlostní kanoistiky za rok 2025

Rok proběhl v zajatých kolejích: **Leden-Březen:** poctivě jsme se připravovali v tělocvičně, v bazénu a posilovně.

Duben: účastnili jsme se Českého poháru žáků v Račicích a také Samba maratonu na Sázavě, kde jsme v půlmaratonu obsadili kompletní stupně vítězů (Otokar Venta - Kristýna Mušková, Petr Horecký - Antonín Horecký, Jan Šámal - Anna Šámalová).

Květen: v rámci Českého poháru jsme závodili na různých místech včetně Prahy, Chomutova, Ústí nad Labem, Nymburku a Žamberku.

Červen: na programu byly závody Českého poháru v Račicích, Kadani a Sedleci.

Červenec: letní soustředění v Kunžaku nám pomohlo zdokonalit naše dovednosti a připravit se na mistrovství České republiky na krátkých tratích, které se konalo v Račicích.

Září: mistrovství České republiky na dlouhých tratích, se konalo v nové lokalitě Hrádek u Pardubic. Mimo to jsme závodili na menších závodech v Černožicích.

Ríjen: závodní sezónu jsme zakončili závody na Častoboři.

Prosinec: vánoční besídka nám přinesla radost a pohodu.

Noví členové - v minulém roce jsme ve svých řadách přivítali 25 nových členů.

Úspěchy

V roce 2025 jsme získali 31 medailí v závodech Českého poháru a

mistrovství České republiky. V kategorii benjamínků medaile získali Jáchym Staněk a Kristýna Mušková. V kategorii žáků získal medaili Kristián Němec. V kategorii veteránů získali medaile Alice Bláhová, Helena Horová, Otokar Venta, Martin Hájek, Petr Horecký a Petr Kolísek.

Na klubové úrovni jsme se v českém poháru benjamínků umístili na 19. místě, v českém poháru mládeže na 32. místě a v českém poháru veteránů na 7. místě.

Šárka Mušková byla díky své výkonnosti zařazena do sportovního centra mládeže (SCM).

Na mezinárodní úrovni se Otokar Venta a Petr Staněk zúčastnili mistrovství Evropy klubových posádek





dračích lodí v Bělehradě odkud přivezli kompletní sadu medailí.

Poděkování - chtěl bych poděkovat všem trenérům, kteří věnují svůj čas práci s dětmi. Jmenovitě bych chtěl poděkovat Radkovi Křížkovi, který zvelebuje loděnici, shání

sponzory, dokumentuje všechny akce, propaguje oddíl a je nezastupitelnou spojkou s ostatními v Sokole. A také bych chtěl poděkovat všem členům, rodičům, vedení a kanceláři Sokola Pražského za vaši podporu.

Závěr

Jsem pyšný na to, že se nám daří tvořit přátelské a motivující prostředí, které dává prostor všem, kteří se chtějí zlepšovat. Těším se na další úspěšný rok!

Otakar Venta, vedoucí oddílu



Zpráva o činnosti oddílu turistické kanoistiky za rok 2025

Činnosti našeho oddílu TK v minulém roce bych rozdělila opět do 5 hlavních bodů:

1. Akce v loděnici (na Císařské louce)
2. Turistické akce mimopražské jednodenní i vícedenní
3. Turistické akce po Praze
4. Vodácké akce jednodenní i vícedenní
5. Kulturní akce

Bod č. 1 - i v tomto roce pokračovaly naše pravidelné čtvrtěční večerní schůzky v loděnici Sokola Pražského na Císařské louce. V létě a na jaře někteří jezdili na vyjížďky kolem loděnice na kánoích a poté bylo vždy posezení venku (nebo i uvnitř v klubovně – dle počasí), několikrát to bylo v minulém roce i u ohně. V zimě jsme měli schůzky uvnitř. Naše schůzky byly často spojené s různými tematickými večery, např. jsme si uspořádali akce - Masopust, Zelený čtvrtek, Vynášení Morany, Letní slavnosti, Malou zabijačku, Jablkový večer, Pouštění světýlek... Hráli jsme i turnaj v šípkách, byli místo schůzky dvakrát na bowlingu... Měli jsme již podruhé vánoční tvoření, tentokrát se zapojila i část mužské části oddílu, a akci Mikulíšek spojenou s vánoční nadílkou.

Bod č. 2 - v turistických akcích mimo Prahu se pokračovalo v jednodenních výšlapech na známá i méně známá místa do přírody, které nejčastěji organizoval Jirka Kolář, např. jsme vyrazili do Srbska, na lom Homolák, na hrad Lipnice... Navštívili jsme hrad Karlštejn a Muzeum betlémů a vyráželi do dalších měst a městeček, kde si členové oddílu, kteří umí a rádi pro nás naplánují výlety, pro nás připravili prohlídku města, okolí a zajímavostí a zajistili celý výlet (zjistili dopravu, občer-

stvení, zajistili vstupy...). Za mne byl moc pěkný výlet do Žatce, města chmele, ale i ostatní výlety se povedly. Březnice byla také moc hezká a poučná. Tu pro nás zorganizovala naše paní správcová Květa Franzová. Během vícedenních akcí jsme poznávali okolí Letohradu a okolí našich oblíbených Stvořidel.

Bod č. 3 - věnovali jsme se hodně i turistice a akcím po Praze. Pokračovaly oblíbené, zvláště v ženské části oddílu, pravidelné vlastivědné vycházky s Alenkou





Kolářovou, byli jsme se podívat na Novém Světě, méně známé, ale nádherné části Hradčan, navštívili jsme nově otevřenou

tech na trase České Vrbné – Kořensko, která se moc povedla a kterou pro nás perfektně zařídil Jirka Kolář.

pískovnu Bílý kůň na východním okraji Prahy, Prokopské údolí a další zajímavá místa. Na konci roku byla tradiční vánoční vycházka po Praze.

Bod č. 4 - samozřejmě byly také vodácké akce jako Výroční plavba spolku, společně jsme se poprvé letos zúčastnili Spanilé jízdy sokolů 8. 10. a jako každý rok jsme pluli Přes tři jezy na raftech. V létě jsme vyrazili na Sázavu. Velkou vícedenní akcí na vodě byla plavba v červnu na vypůjčených hausbo-

Bod č. 5 - věnovali jsme se také společně kulturním akcím, návštěvě divadel, koncertů a výstav. Byli jsme společně na představení Noc na Karlštejně na hradě Karlštejn, chodili jsme na přednášky o Japonsku, které pořádala naše kamarádka z Japonska Hisako na zámku Veleslavín. Dál jsme jezdili na koncerty do Jílového, byli jsme na vánočním koncertě v Divadle v přírodě v Horních Počernicích, kde jsme byli i na představení v létě.

Prostě akcí bylo více než dost, všechny psát ani nebudu, každý si přišel na své, a tak to má být, a tak to plánujeme i v tomto roce, a tak nás to baví! Kdo by se chtěl přijít k nám do loděnice podívat nebo se svézt na lodi či se k nám přidat, je srdečně vítán! Schůzky máme každý čtvrtek od 18 hod na „Cindě“.

Jana Doleželová, vedoucí oddílu

Zpráva o činnosti oddílu jógy za rok 2025

Oddíl jógy nabízí přiměřené kondiční cvičení starším i mladším, ženám i mužům, všem, kdo se chtějí protáhnout, ale netouží po soutěžním poměřování sil. Oddíl začal působit v lednu 1995 a vstupujeme tak v roce 2026 do 31. roku působení.

Poděkování patří kolegyním cvičitelkám Ludmile Nováčkové s její nejpočetnější čtvrtletní skupinou a Mgr. Libuši Simandlové, která je aktivní v práci komise jógy při NČOS a má dobré tipy na semináře. V komisi se scházíme s mimopražskými členy komise jednou ročně v jarním termínu na semináři jógy přístupném veřejnosti a jednou na podzim na srazu župních vedoucích.

Po někdejším lockdownovém a po-lockdownovém propadu návštěvnosti se členská základna oddílu jakž takž stabilizovala a občas přicházejí noví zájemci. Pozorují však, že spíše jen u seniorů je vy-

trvalost v pravidelné docházce na zvolené cvičení.

Využíváme v našem cvičení průpravné cviky, vybrané jógové ásany, práci s energií dechu čili pránájámu – proto je pro nás důležitá možnost fungujícího odvětrání - a občas můžeme pro zpestření zařadit i práci s pomůckami, drobné prvky thajské masáže nebo poznatky z akupresury uší, dlaní a chodidel.

Po asi sedmi pokusech v průběhu těch let najít šikovného nástupce nebo nástupkyni soudím, že ideálem není někdo zvenčí, ale již fungující člen sokolské jednoty, který má porozumění pro sokolskou myšlenku. Kdokoli takový, kdo by byl ochoten se vyškolit na poli jógy, je vítán; přivítám ho nebo ji s otevřenou náručí, abych mohl někdy v budoucnosti předat agendu cvičitele a vedoucího oddílu jógy.

Jakub Brunner,
vedoucí oddílu

PROSBA



Plán činnosti na rok 2026

Cíle:

Podpora rozvoje tělocvičné, sportovní, kulturní a společenské činnosti formou propagace na sociálních sítích a v médiích, např. v Novinách Prahy 2.

Podpora rozvoje tělocvičné, sportovní, kulturní a společenské činnosti v SP se zaměřením na širokou členskou základnu.

Zajištění pravidelné možnosti cvičení pro všechny oddíly bez rozdílu.

Zajištění pořádání tradičních akcí v prostorách Sokola Pražského.

Navázat na plánované opravy a úpravy Sokola Pražského, přilehlého obytného domu a loděnice.

Plánované opravy v roce 2026:

V tomto roce budeme pokračovat pouze v nutných opravách Sokola Pražského. Především se budeme snažit stabilizovat finance jednoty a vytvořit si finanční rezervu pro případ nenadálých investic a havárií, které nás jistě potkají.

**Štěpánka Slámová,
místostarosta**

Usnesení Valné hromady Tělocvičné jednoty Sokol Pražský, konané dne 18. března 2026 ve Fügnerově sále sokolovny

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

1. Valná hromada schvaluje:

Složení komisí:

Zapisovatelé: ses. Markéta Sluková, br. Pavel Žofka.

Ověřovatelé zápisu: br. Martin Jindra, ses. Eva Barešová.

Mandátní komise: br. Michal Kačaba, br. L. R.

Návrhová komise: ses. Nikola Hrbáčková, br. Pavel Rohan, ses. Štěpánka Slámová.

Kandidátní a volební komise: br. Jiří Poes, br. Martin Jindra, ses. Markéta Stluková.

Program valné hromady.

Zprávu starosty o činnosti jednoty za uplynulý rok.

Zprávu o hospodaření jednoty za rok 2025.

Zprávu o kontrole plnění usnesení VH SP 2025.

Zprávu kontrolní komise vč. návrhu na schválení předběžné finanční závěrky za rok 2025.

Návrh předběžné roční závěrky za rok 2025.

Návrh plánu činnosti jednoty na rok 2026.

Návrh rozpočtu jednoty na rok 2026.

2. Valná hromada bere na vědomí:

Zprávu mandátní komise o účasti na valné hromadě.

Zprávy o činnosti odboru všestrannosti muži a ženy.

Zprávy o činnosti oddílů SP.

Zprávu vzdělavatelky.

Činnost kandidátní komise ve složení br. Martin Jindra, br. Jiří Poes, ses. Markéta Stluková.

3. Valná hromada ukládá:

Výboru SP zajistit v roce 2026 splnění schváleného plánu činnosti SP na tento rok.

4. Valná hromada zvolila:

Člena kontrolní komise - br. V. K.

Usnesení bylo schváleno 74 hlasy od 74 v sále přítomných delegátů Valné hromady.

V Praze dne 18. 3. 2026

**Návrhová komise:
ses. Nikola Hrbáčková,
br. Pavel Rohan,
ses. Štěpánka Slámová**