XXXVI. ROČNÍK ČÍSLO: 5/2026

Zpravodaj SOKOLA PRAŽSKÉHO

vzdelavatele@sokolprazsky.cz www.sokolprazsky.cz/o-nas/zpravodaj

Památný den sokolstva na pláži u Atlantiku

Pieta i dojetí jsou stejně silné doma jako při výletě do světa

V sobotu 3. října jsem odletěla se skupinou sokolek a sokolů do Nantes ve Francii a odtud jsme odjeli autobusy do Les Sables d´Olonne. V krásném přímořském městě jsme se zúčastnili akce pod názvem Golden Age.

Tato akce se koná každý druhý rok a letos se jí zúčastnilo 2100 gymnastů z 21 zemí. Během tohoto týdne jsme vystoupili s naší skladbou Together dvakrát na pódiu s výhledem na moře. Skladbu jsme nacvičovali pod vedením Helenky Peerové a Lucie Berkové od loňska, abychom ji bezchybně předvedli před diváky.

Les Sables d´Olonne je vzdálené 1500 kilometrů, tak nebylo možné, abych se Památného dne sokolstva zúčastnila ve Spanilé jízdě v Praze jako v minulosti. Netradičně jsme se sešli na písku u moře nejen s dalšími cvičenci z naší výpravy, ale i s cvičenci ze Slovenska. Nechyběly zde ani svíčky, které jsme sice neposílali po řece, ale zapálili jsme je na pláži a položili k symbolu Sokola a datu 8. října.

Kolem hořících svíček jsme vytvořili srdce a zazpívali jsme českou i slovenskou hymnu. Zážitek byl stejně dojemný, jako při akci která v Praze končí u Tyršova domu a u Čertovky.



Organizace Golden Age byla velmi dobrá a příjemně teplé moře zvalo ke koupání. Počasí nás do poloviny týdne překvapilo téměř letními teplotami.

Přestože se ke konci pobytu trochu ochladilo a pokropil nás deštík, vůbec nám to nevadilo. Bundy s kapucí, které byly prozíravě vybrány pro jednotné oblečení naší výpravy menší přepršku bez problémů zvládly a ani vítr během plavby na lodi nám nevadil. Tento sportovní pobyt jsme si všichni užili a týden u moře nás příjemně osvěžil.

Závěrečné setkání ve sportovní hale bylo stejně krásné jako úvodní a organizátoři se s námi rozloučili komponovaným programem, ve kterém nám předvedli část svých skladeb vybraní účastníci.

Nakonec dostal slovo představitel příštího Golden Age, které se bude konat za dva roky v Tiraně a pozval všechny zúčastněné na příští setkání do Albánie.

Eva Barešová

V ČÍSLE



Připomínka na písku
Památný den sokolstva na atlantickém pobřeží

Děčínská oslava
Narozeniny pokaždé jinak

Běhací sváteční den
Sokolský běh republiky

99 let!
Blahopřání Božence

Zážitková sezóna
Kanoisté tráví čas nejen sportem

Papuče v teniskách
Senioři soutěžili

Kašpárek místo radních
Divadlo pobavilo malé diváky místo zastupitelů

Vodácký minitábor
Když děti stále ubývá



Výlet do Děčína

Tradice se dá každý rok prožívat jinak

Nebyl to ledajaký výlet, ale uctění památky narození Miroslava Tyrše.

Do Děčína na náměstí nás odvezl autobus s již nám známým řidičem z Ötzu. Markéta Stluková, jako organizátorka akcí, je skvělá. Vše od ubytování, logistiky i zábavy bylo dokonalé, snad i počasí plné slunce bylo zařízené. Takže jsme si výlet báječně užili. Za to Markétě patří velké DÍKY.

Po vystoupení z autobusu jsme se vydali k zámku, kde jsme viděli domek, kde se doktor Tyrš narodil a žil do svých 4 let. Pak se celá skupina vydala na další výšlap a to na Pastýřskou stěnu, která je jednou z dominant Děčína. Zde se nachází vyhlídková věž s restaurací, které jsme využili k občerstvení.

Ve 12 hodin se konal u pomníku Miroslava Tyrše na břehu Labe slavnostní akt. Odtud se vydal průvod sokolů za hlasitého bubnování centrem města na děčínský zámek.

Velký hlad přepadl nás, svižným krokem jsme tedy vyrazili k restauraci. U dlouhého stolu pro nás 20 bylo veselo a tak nám nekonečné čekání (děčínští nikam nepospíchají) na objednané jídlo moc nevadilo. Za to naše prázdná bříška bědovala, ale po výborném obědě byla spokojena i ona.

Večer někteří až do brzkých ranních hodin protančili střevíce na zámku, kde se konal ples. Některým, i mně, se na ples moc nechtělo, ale zvědavost jak takový zámecký ples vypadá nás přemohla a nakonec jsme se na zahájení 5. reprezentačního plesu vydaly. Atmosféra, živá kapela, vystoupení profi tanečníků, gymnastické variace Šárky Slabé & spol. i ohnivá show nás tak nadchla, že jsme zůstaly a večer si náramně užily.

Druhý den nás čekala plavba lodí do Hřenska. Během plavby nás bavil maskot Sokola, který se líbil nejen dětem, ale i nám dospělákům. Po vylodění v Hřensku jsme skočili do našeho autobusu a uháněli povolenou rychlostí směr klášter sester premonstrátek do Doksan.

Po tomto obrovském areálu nás provedl sympatický průvodce. Nádherně zdobený kostel s románskou kryptou, štukami a výmalbou nás jedním slovem UCHVÁTIL.

Domů jsme se vraceli se spoustou zážitků, na které se příští rok budeme opět těšit. Doufám, že na tuto akci v roce 2027, kdy bude 195. výročí od narození M. Tyrše, pojede ještě více účastníků.

Třeba ty, nebo ty!

Jitka Kašparová, recepční SP









Sokolský běh republiky

Oslava svátku pohybem

Běh pro malé sokolíky

Ve středu na Den české státnosti jsme si celá rodina velmi užili Sokolský běh republiky. Jakožto jedna z mladších účastnic, běžela jsem trať na 100 m. Trať vedla z parku Kampa na nádvoří Tyršova domu přes Čertovku. Součástí rodinného dne byl také bohatý doprovodný program pro mě i pro mé rodiče.

S medailí na krku se mi šlo krásně s tátou a s mámou dom.

V pondělí mi totiž slíbili medaili na cvičení, a když jsem doběhla, tak jsem ji opravdu dostala :o)

Malvína Šimek, 4 roky



Nepochyboval jsem, medaile je moje!

Nathaniel Blažek, 3 roky



Mezi velkými se prosadila naše sokolka!

Prosím redakci, zda by se neujala této skromné, o to víc významné zprávy. Sestra Blanka Lochmanová, cvičitelka R+D se umístila na 2. místě! Dokonce bratr starosta Chlumský vyjádřil dík, že i sokolka se umístila!

hrdá náčelnice Markéta Stluková



KRÁTKÉ ZPRÁVY:

Velké blahopřání!



29. října oslavila naše cvičenka Boženka Antesová neuvěřitelných 99 let. Stejně neuvěřitelné je, že před dvěma lety cvičila na XVII. všesokolském sletu ve skladbě seniorů jako nejstarší cvičenka. Od té doby stále dochází do cvičení v Sokole Pražském do oddílu seniorů.

Přejeme Božence mnoho sil do dalších let a věřím, že se s ní budeme ještě dlouho setkávat v naší krásné sokolovně.

Vzdělavatelé

Poděkování za Věru

Celému kolektivu Sokola Pražského děkujeme za přítomnost při posledním rozloučení se sestrou Věrou Bicanovou. Dík i všem třeba jen za tichou vzpomínku.

Květa Kučerová, sestra

DĚKUJEME



Sezóna zážitků

Ohlédnutí oddílu rychlostní kanoistky za sezonou 2026



Vždy je hezké si připomenout úspěchy, ale to hlavní jsou příjemné zážitky. Oproti jiným sezonám jsme tu letošní od dubna do října strávili za teplého počasí. Deštník, kulich a zimní bunda byly opravdovou výjimkou. Cinkot medailí zní našim uším krásně, a díky patří všem, kteří se o jejich získání i letos zasloužili.

Každoroční seriál závodů jsme započali v Písku, pokračováním byly krátké i dlouhé tratě v Praze, poté na skok do Chomutova a Ústí nad Labem. Jarní měsíce protkávaly přípravné závody v Račicích, které ještě před prázdninami doplnila sobota s nedělí v Kadani a den po vysvědčení parné odpoledne v Sedleci. To celé jsme letos poprvé vyšperkovali o účast na dvoudenních závodech v německém Lipsku, kde se podle tamních zvyklostí závodilo i v neobvyklých štafetách. Předávání dřevěného kolíku z lodě do lodě je zejména u závodních kanoí velkou výzvou. Premiérou a doufejme i novou tradicí je pro nás průjezd smíchovským zdymadlem v Památný den sokolstva, kde účast byla velkolepá a zážitky z akce nezapomenutelné.

Na sklonku sezóny jsme obstáli na mistrovství republiky v dlouhých tratích v Týně nad Vltavou. Úplnou tečkou byl nedělní závod na Častoboři, kde jsme „sedlali“ lodě i v netradičních disciplínách. Naši nadšenci se rádi vidí v denním rozpisu závodu alespoň pětkrát, a tak s radostí usedli do lodí i v kategoriích rodinný mix, pramičky a lachtánek, kde se místo pádel používají ruce.

Přelom letních prázdnin, jako stěžejní období ve vodáckém kalendáři, má pro nás hned dva vrcholy. Prvním z nich je dvoutýdenní soustředění v oblíbeném Kunžaku s dvoufázovým trénováním na vodě, které je hojně doprovázené posilováním, jógou, během a míčovými hrami. Úplnou









samozřejmostí na letním soustředění u rybníku s písčitou pláží je plavání před snídaní, před obědem i před večeří. Není divu, vždyť jsme vodáci.

Tím druhým je čtyřdenní „maraton“ zvaný mistrovství České republiky na krátkých tratích. Jde o každoroční svátek rychlostní kanoistiky konaný na kanále v Račicích. Porovnávání sil s kamarády a soupeři, často v jedné osobě, napříč všemi kraji na jediném místě pohodlně pojme jen LABE aréna. Motivací bylo setkání s mladými členy týmu olympijských nadějí s blýskavými medailemi na krku a výčtem jejich úspěchů.

Malí závodníci, kteří k nám přicházejí, mají své představy o náplni tréninků. Sem tam je skutečným trenérským uměním rozdmýchat v nich jiskru chuti a proměnit ji v ohýnek nadšení pro pádlování, a to alespoň stejným směrem, jakým jede zbytek skupiny. Při tréninku se malí učí naslouchat a velcí se učí trpělivosti.

Díky našim podporovatelům, jejichž počet a tím i výše darů roste, jsme pro děti mohli pořídit několik zánovních a také zbrusu nových lodí.



Je to radost vidět, jak se oddíl rozrůstá. Stávající děti přivedly své kamarády a z rodičů se stali aktivní vodáci. Proměnili tak svou touhu ochutnat náročnost úsilí, které zakouší jejich robátka, a při tréninncích už jen nehledí, ale sami posilují, pádlují a plavou.

Počasí nás pomalu z hladiny vyžene. V době, kdy píšeme tyto řádky, je podzimní soustředění ještě v přípravách. Ale věříme, že se vydaří, a plynule navážeme zimní přípravou. Úterní a čtvrteční podvečery na palubovce a v posilovně, k tomu ty středeční v bazénu.

Pokud nám budou sněhové vločky nakloněny, vyrazíme si i na běžky. Zima se přehoupne a jaro budeme vítat velikonočním soustředěním s vidinou dalších horkých dní a radostí u vody i ve vodě.

Těšte se s námi!

Radovan Křížek, foto J. Zrůst











Papuče byly uspořádány i v roce 2026

Přezůvky k účasti nutné, ale papuče to nejsou!



Ráda se pochlubím, že soutěže „Nechci doma sedět v papučích“ pořádané ses. Danou Absolonovou ve čtvrtek 24. 9. 2026 v našem Sokole Pražském se zúčastnilo 12 našich cvičenek z oddílu Seniorů.

Celkový počet soutěžících byl 17 sester a k tomu bylo zapotřebí 16 pořadatelů, kteří zajišťovali jednotlivá stanoviště zručnosti, obratnosti, dovedností a vědomostních znalostí.

A teď to samotné chlubení – na 1. místě se umístila naše sestra Eva Barešová a na 3. místě naše sestra Marie Horváthová.

Gratuluji vítězkám a děkuji všem zúčastněným sestrám z našeho oddílu.

Děkujeme Daně Absolonové a jejímu týmu za úžasnou přípravu.

Marie Šulcová,
vedoucí oddílu Senioři









Kašpárek ožil na pražském Magistrátu

Místo pražských zastupitelů dětem zahrál divadlo Kašpárek



Loutkové divadlo Sokola Pražského Kašpárek vystoupilo 28. října 2026 v rámci Dne otevřených dveří Magistrátu hlavního města Prahy. A nebylo to na ledajakém místě! Naše loutkové divadélko jsme tentokrát postavili přímo v reprezentativním Zastupitelském sále Nové radnice na Mariánském náměstí.

V jedenáct hodin dopoledne a znovu ve čtyři hodiny odpoledne jsme malým i velkým divákům zahráli pohádku Odvážný Matěj. Příběh statečného chlapce, který se vydává zachránit unesenou princeznu z vodníkovy říše, přinesl napětí, humor, písničky i setkání s pohádkovými postavami.

Pro naše dřevěné marionety to bylo skutečně neobvyklé prostředí. Místo jednání pražských zastupitelů se sálem nesly pohádkové dialogy a místo politických debat se rozhodovalo o osudu princezny.



Naše představení však nekončí posledním zatažením opony. Děti se mohou s loutkami osobně seznámit, pohladit si je a především si vyzkoušet, jaké to je stát se na chvíli loutkohercem. A právě tyto okamžiky patří k nejhezčím. Dětské ruce se opatrně ujímají vahadel, loutky ožívají a z malých diváků se stávají jejich vodiči.



Den otevřených dveří tak nebyl jen příležitostí nahlédnout do běžně nepřístupných prostor pražského magistrátu, ale také setkat se s tradičním českým loutkovým divadlem.

Pro náš soubor bylo vystoupení v Zastupitelském sále nevšedním zážitkem a další příležitostí ukázat, že sokolské loutkové divadlo má i dnes své místo a dokáže oslovit další generace diváků.



A kdo ví? Možná mezi dětmi, které si po představení zkusily vodit naše marionety, vyroste některý z budoucích loutkoherců Kašpárka.

Dana Kešnerová

NABÍDKA



Vodácký minitábor

Protože z velké skupiny ubývalo a ubývalo

V letošním horkém létě v polovině července jsme absolvovali vodácký minitábor na řece Berounce oddílu rodiče a děti - odpolední.



Předpokládaná účast byla 18 rodičů a dětí včetně tří cvičitelek. V pátek jsme se měli sjet v Račicích nad Berounkou, ale tři účastníci odřekli ve středu se slovy, že má prý pršet, čtyři účastníci zrušili svou účast ve čtvrtek a Martínek si rozbil hlavu na čtyři stehy.

V pátek jsme se sešli v kempu v počtu 11 vodáků, postavili stany, nasbírali dřevo na oheň, zašpičatili si klacíky na buřtíky vlastníma rukama a rozdělali oheň. Šli jsme se přetahovat lanem a hrát si s míčem a Víteček si zlomil ruku...

V sobotu ráno v maličkém počtu 10 statečných jsme si vlakem dojeli do Roztok u Křivoklátu pro lodě. Ve slunečném počasí jsme spluli zpět do tábora. Cestou jsme se koupali, zpívali, chytali ryby a taky jsme maličko zmokli.

V táboře jsme proto rozdali medaile všem, kdo se nerozmočili jako kostka cukru.

Nedělní splutí do Nižboru již proběhlo bez úhon!

Veselé léto zažila

Markéta Stluková





Z kalendářů oddílů:

10. 11. - výbor SP

28. 11. - Memoriál Ády Hochmanna

8. 12. - výbor SP

18. 12. - poslední den cvičení v roce 2026

4. 1. 2027 - první den cvičení v roce 2027

13. 2. 2027 - dětský karneval

13. 2. 2027 - šibřinky

13. - 17. 5. 2027 - zájezd do Oetzu

22. - 23. 5. 2027 - Open House

ZPRAVODAJ SOKOLA PRAŽSKÉHO - občasník, vydávání řídí redakční rada (Eva Barešová, Jitka Křepelková, Pavel Žofka). Příspěvky shromažďují vzdělavatelé na adrese vzdelavatele@sokolprazsky.cz. Na této adrese lze též objednat zasílání Zpravodaje a aktuálních informací e-mailem. Za obsah článků ručí autoři. Příspěvky procházejí jazykovou korekturou. Sazba P. Žofka.