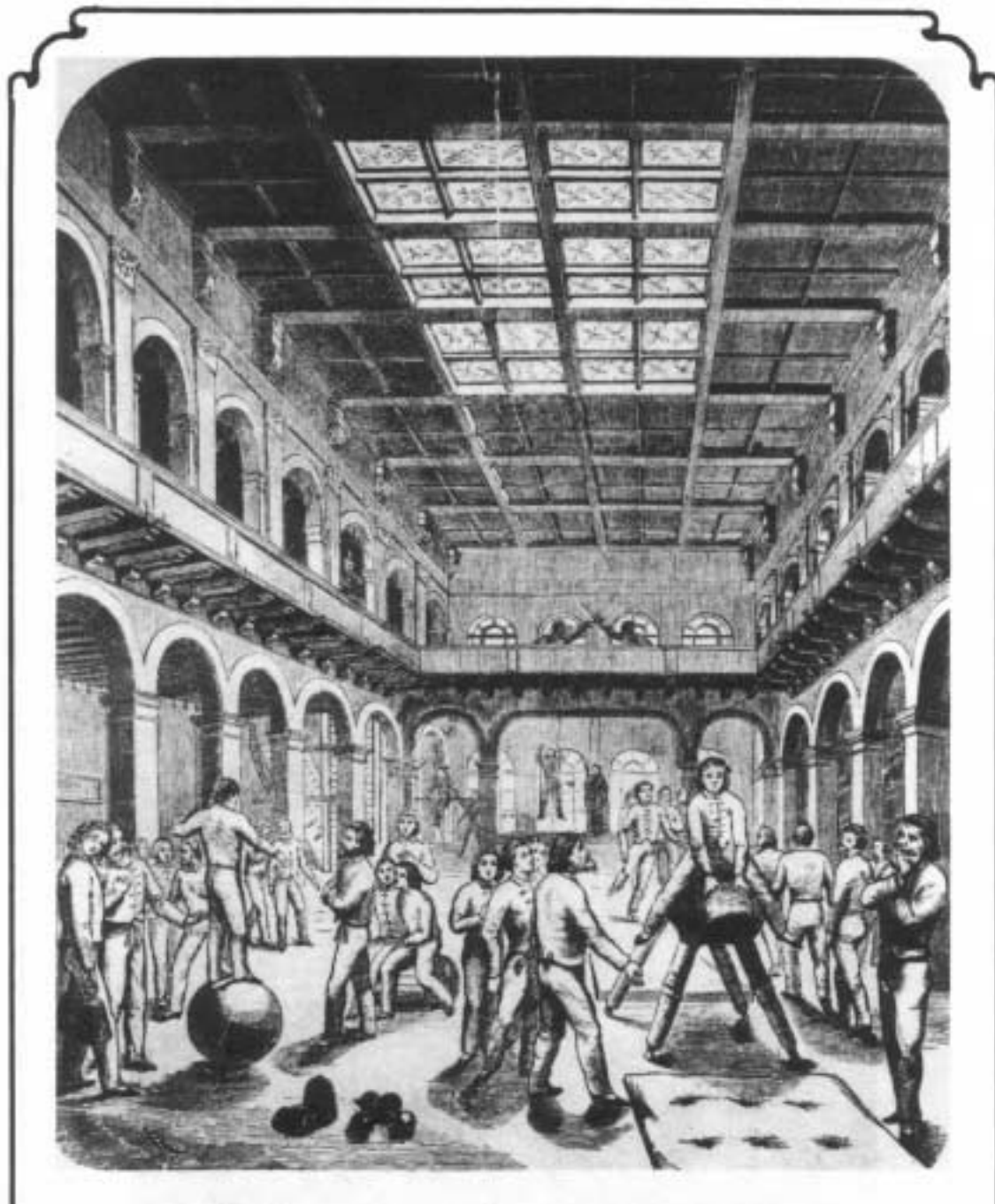




SOKOLÍK

*Nepravidelný zpravodaj TV Sokol Mníchov
prosinec 2004*



O kolik let je mnichovský Sokol mladší či starší, než zobrazený dřevoryt sokolského cvičení v Praze z roku 1869?



Milí čtenáři, příznivci, přátelé, sestry a bratři.

Vydáním, které máte v rukou, se vracíme se k našemu starému názvu SOKOLÍK, časopisu, který nás doprovázel od založení naší jednoty. Měl pěkný formát, mohli jsme ho snadno rozmnožovat, byl rovněž objemnější než pozdější Věstníky a Zvěstníky. Zkrátka - byl to náš starý časopis - a je tady zas! Věřím, že nejen členům naší jednoty, ale i všem Sokolům a našim novějším příznivcům bude jeho podoba i obsah milý jako nám před 30 lety.



Jak jsme vlastně začínali? Patřil jsem k malému hloučku zakládajících nadšenců, kteří stáli u kolébky již třetího Sokola v Mnichově. Problémy s německými úřady, zajištění tělocvičny a napojení na již stávající Sokol ve světě nás notně zaměstnávaly. Neměli jsme to lehké.

Vzpomínám na první Vánoce po založení naší organizace. Měli jsme návštěvu, která u nás trávila celé Vánoční svátky. Na Štědrý večer asi ve tři odpoledne u nás zazvonil zvonek a do bytu vstoupil prozatímní náčelník Sokola (valná hromada mohla být svolána až po roce úspěšné činnosti). Vykládal nám, že byl u sokolů v Paříži, kde sbíral zkušenosti s řízením jednoty. Banky byly už zavřeny a on neměl peníze, aby překlenul Vánoční svátky. Požádal o zapůjčení 100 DM. Prozíravá manželka byla proti. Nic mi nezbývalo. Půjčil jsem si tedy 100 DM od návštěvy a obdařil "náčelníka" vyžádaným obnosem. Po svátcích jsem se dověděl, že dotyčný takto obešel a ošálil všechny zakladatele. Pochopitelně ode všech řádně vybral stejný obnos. Už jsme jej - ani peníze - nikdy neviděli. Přesto nikdo nelamentoval a o to intenzivněji jsme se pustili do práce.

Prvním velkým dílem naší jednoty bylo setkání v Oetzu. S nápadem přišel bratr Pejskar. Ti, kdo poslouchali Svobodnou Evropu, ho pravidelně slýchali pod pseudonymem Jožka Pero. Dr. Alena Benešová, tehdejší jednatelka, zajistila všechna povolení ke stanování, táboráku a co já vím, co vše je ještě nutné. Také kompletní organizaci zvládla na výtečnou. Sešla se nás malá skupinka asi padesáti lidí. Sami jsme si museli posekat louku, naložit, a odvézt trávu a vše pořádně připravit. To ještě v Rakousku nebyl tak rozšířen turistický ruch a ani to nebylo tak drahé. Pamatuji si, že se místní na nás divně dívali, když jsme poprvé s praporem pochodovali k pamětní desce zakladatele Sokola dr. Miroslava Tyrše.

Dnes považuje Obecní úřad v Oetzu za samozřejmé, že každým rokem přijede spousta sokolů z celého světa uctít památku svého zakladatele. I letos se nás sešlo hodně. Počasí nám přálo, organizace neměla chyb (soudím podle toho, že si nikdo nestěžoval). Všichni byli spokojeni.

Dalším průkopnickým, náročným podnikem, byl Tyršův memoriál v běhu na lyžích. Jeho iniciátorem byl bratr Paul, který pro první ročník daroval také poháry. Nepamatuji si, kdik let jsme běhali s čísly na prsou s nápisem Sokol München. Pamatuji se však dobře na jeden ročník v Jachenau. Udělal jsem nábor u nás ve firmě - a měl jsem úspěch. Asi 10 německých spolupracovníků se zúčastnilo našeho memoriálu navíc. Nevím jestli jsem je zlákal na poháry a medaile, které jsme měli připraveny pro vítěze. Faktem však bylo, že nikdo z hostů si žádný pohár ani medaili neodnesl. V práci si kolegové postěžovali: Vždyť jste sami profesionálové! A já jsem odpověděl: Ne, my jsme soklové! Náš Tyršův memoriál vyhrál totiž bratr Malý, který také zvítězil na mistrovství Bavorska.

Ani cvičení na nářadí jsme nezanedbávali. Měli jsme štěstí, že členy naší jednoty byli manželé Svobodovi, profesori tělocviku ze Stuttgartu. Vypracovali novou soustavu cvičení na

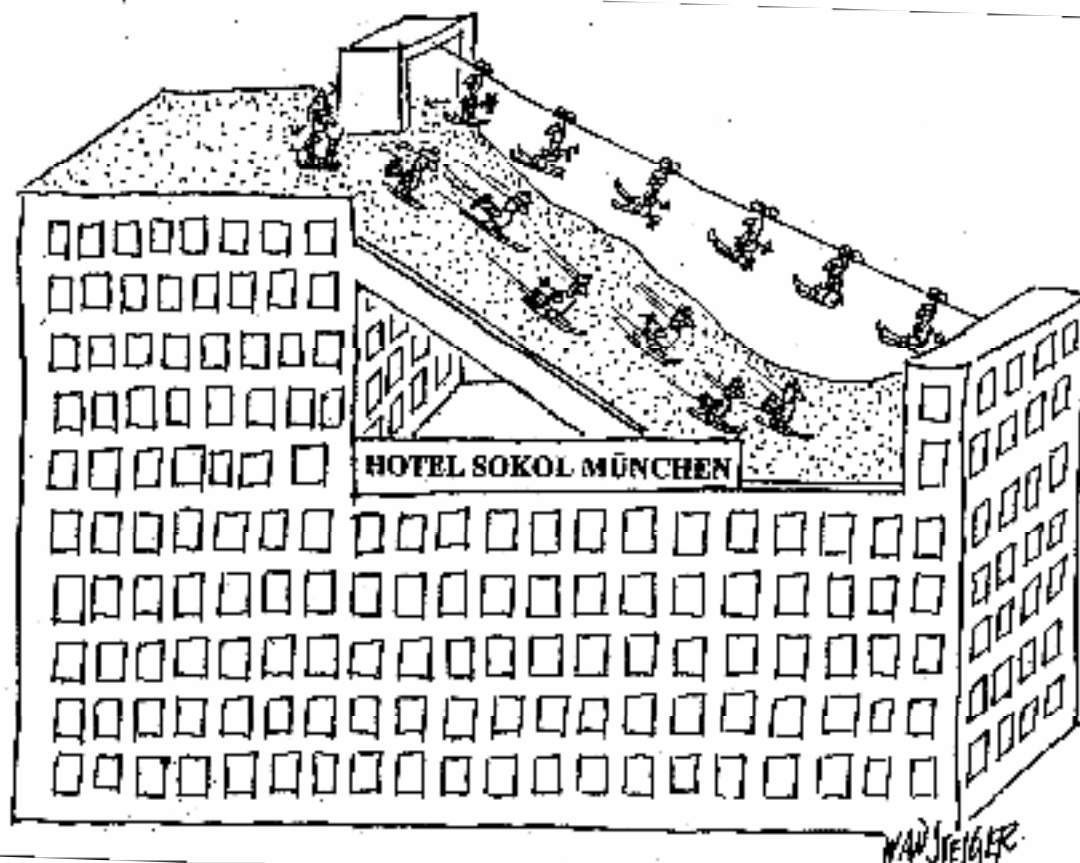
náradí. Každý cvičenec si mohl vybrat sestavu, na kterou si troufal. Byly to závody evropských žup - vídeňské, švýcarské a západoevropské. My, mnichovští sokolové a sokolky jsme reprezentovali župu západoevropskou. Díky rodině Svobodů v kategorii mužů a sester Maroušové a Kuře v kategorii žen jsme pro Sokol Mnichov vybojovali jen ta první místa. Bohužel československý reprezentant a olympionik Josef Svoboda už není mezi námi. Díky Tobě, Josefe.

Nemohu také nevzpomenout naši účast na Sokolských sletech v zahraničí a po sametové revoluci i dvakrát v Praze. Slet ve Vídni, dva slety v Curychu zanechaly v nás nezapomenutelné vzpomínky. Ten poslední byl v Paříži. Členové naší jednoty, kteří se ho zúčastnili, mají na něj velice hezké vzpomínky. Zájezd autobusem zorganizoval náš dlouholetý jednatel bratr Tino Marino. Pochopitelně jsme si vychutnali sletové dny v překrásné pařížské atmosféře. Pobyt ve Francii jsme si prodloužili a po sletu jsme si prohlédli zámky na řece Loire. Týden jsme putovali od jednoho krásného k ještě krásnějšímu zámku.

O horolezectví, volejbalu a kultuře příště.

Otevřel se nám nový-starý svět. Zjistili jsme, že prostřednictvím Sokola se nám otevřela brána do celého světa. Musíme však i nadále být aktivní! Dnes se nám podařilo to, co by si přálo mnoho sokolských jednot. Přišli k nám noví, mladí členové a dokonce se již aktivně podílejí na vedení i činnosti jednoty. To považuji za velký úspěch. A k tomu přeji mnoho zdarů!

Jan V. Trunčík
Starosta



K z a m y š l e n í

Nad posledními událostmi v naší mnichovské jednotě

Proč jsou některé sestry a bratři sami proti sobě?

“ rozčílilo bývalou jednatelku Jitku Scholz natolik že začala křičet: “Chceš nám rozbít Sokol!!“, když zjistila, že členové postavili protikandidáta na starostu?

“ se odvolaný starosta Karel Pokorný nyní rozčiluje, když na předešlých schůzích chtěl sám funkci několikrát složit?

“ se v posledních 4 letech “panování“ br. Pokorného rajtovalo na změně našich stanov a přitom se neumělo se staršími i mladšími členy zacházet? (Petr, Jarka, Vašek, Pavla, Tomáš aj.)

“ nedovedli zvládnout tento generační problém, který nový výbor elegantně vyřešil hned na první ustavující schůzi?

“ se mermo mocí chtěl bývalý starosta a jednatelka udržet ve funkcích, které nebyli schopni zvládnout?

“ založili ze vzdoru nový spolek, když v naší tradiční 30tileté jednotě opět gymnastika a odbíjená bezvadně funguje? (viz také letošní skvělou organizaci Oetzu, za kterou sklízí náš nový výbor ze všech stran pochvalu)

“ ten jejich nově založený spolek používá stejného jména Sokol Mnichov?

“ se tyto lidé (vyhoštění z naší jednoty 13.09.2004 za nesokolské jednání) chtějí vlastně pohybovat v našem stínu - třeba v případě Radio Praha?

“ se starají o naši jednotu tím, že nás bezúspěšně žalují u soudu a pomlouvají pamflety v okolním světě?

“ my tím pádem máme řešit jejich problémy?

“ už nám konečně nedají pokoja nehrají si na vlastním písečku?

A K O N E Č N Ě

Proč se nám teď po březnových volbách pod pláštěm nového výboru opět líbí chodit do tělocvičny a plánovat do budoucna programy?

O tom všem se zamyslel Váš br. Tino



JAHN, Friedrich Ludwig

Dr Miroslav Tyrš (17.9.1832 v Děčíně) založil Sokol. První jednotka byl Sokol Pražský, založený 16.2.1862. Tyrš – říkájí historikové – byl ovlivněn z Německa, kde „Turnvereine“, čili tělovýchovné jednoty existovaly již od roku 1811.*

Zakladatelem byl Friedrich Ludwig Jahn (1778 – 1852 – 74 let), německý pedagog. Založil tzv. „Nationale Turnbewegung“ v 19 století. Jahn se narodil 11. srpna 1778 v Lanzu (Prignitz). V roce 1810 byl učitelem v Berlíně a v roce 1811 otevřel sportovní hřiště v Hasenheide. Záměrem „Turnvaters - Otce cvičení“, dnes bychom řekli gymnastiky, bylo cvičením přispět k duchovnímu obnovení Pruska a k vytvoření německého národního uvědomění.

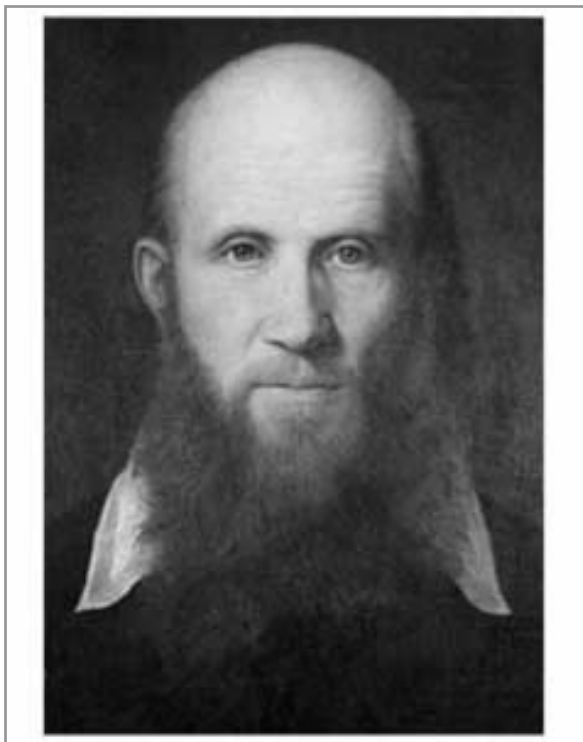
Založením Sokola byl vytvořen nástroj k soustavné a uvědomělé výchově nového pokolení, který během desetiletí dokázal národ připravit pro naše osvobození.

Jahn vstoupil v roce 1813 na krátkou dobu do Freikorpu, který vedl Lützov.

Freikorp - toto „Dobrovolné sdružení“ bylo určeno k dobrovolné službě pod vojenským velením v případě války. Tak bojovali příslušníci Freikorpu ve válce proti Napoleonovi I. (1813 – 1815). Bylo to slavné tažení pod černo-červeno-zlatou vlajkou (do dneška barvy Německa). Nejen Prušáci, ale i ostatní Němci byli zakladateli „Jednotného a svobodného hnutí“ a nakonec založili Burschenschaft (studentské hnutí). Freikorpy byly podřízeny Nejvyššímu velení vojska až do Versaillské smlouvy a pak Německému vojsku (Wehrmacht). Bojovaly i na Baltu proti bolševikům. Byly použity i proti revolučním hnutím, jako proti vyvolání tzv. Mnichovské republiky (1919). Těchto ca 200 formací (s 400.000 členy) bylo s jejich protidemokratickým a pravičáckým programem nebezpečím pro novou republiku. Byly odpovědné za politické vraždy (Rosa Luxemburg, Karl Liebknecht a další). Po rozpuštění zakládali bývalí

členové tajné spolky a paramilitantní bojové svazy (kupř. SA).

Jahn byl pak spoluúčasten i při zakládání Burschenschaftu. Jak jsme již nahoře řekli, bylo to studentské hnutí, které založili 1815 v Jeně příslušníci Freikorpu. Propagovali zprvu jednotu Německa,



demokratické svobody a uctívali bývalou Německou císařskou říši. Burschenschaften se brzy rozmohly na velice silnou organizaci, nebylo univerzity a vysoké školy, kde by nebyly založeny. Po obnovení Německé říše v roce 1871 po mnohých změnách a rozpadu buněk se vyvinuly v konzervativní a nacionalistický spolek. Od roku 1949 jsou aktivní i když dnes v rozporuplné a nejednotné tradiční činnosti.

Jahn se zapletl – snad to měl být dokonce jeho nápad – do vraždy Augusta von Kotzebue a byl odsouzen do pevnostního vězení a byl pak až do roku 1840 pod policejním dozorem.

Kotzebue, August von (1716 – 1819) byl německý dramatik, byl i politicky činný, byl právníkem na Weimarském dvoře, vstoupil do ruských carských

služeb, žil jeden čas ve Vídni, pak opět v Rusku, za svojí tvorbu byl poslán na krátký čas na Sibiř, rehabilitován a poslán jako generální konzul Ruska do Königsbergu. Ve službách cara Alexandra I. cestoval po Německu, založil *Literarischen Wochenblatt* (Literární týdeník) a za kritiku hnutí *Burschenschaft* byl zavražděn.



Jahn vynalezl bradla (Barren) a hrazdu (Reck) a vůbec zavedl cvičení na nářadí což mělo pěstovat sílu a osobní disciplínu. V roce 1816 vydal knihu *Deutsche Turnkunst – Německé cvičení*. V roce 1841 byl uskutečněn první „Turnfest - slet“ ve Frankfurtu n. M. V roce 1868 byla založena *Deutsche Turnerschaft* – Německý tělocvičný spolek. Švéd Pehr Henrick Ling zavedl cvičení s kruhy, kužely a malými balony s důrazem na rytmus a tělesnou koordinaci což byl základ rytmické sportovní gymnastiky. Jahn zemřel 15 října 1852 ve Freyburgu / Ustrut.

Pokud bychom snad zapochybovali nad vhodností tohoto vzoru pro založení Sokola je třeba si připomenout tehdejší situaci ve světě – tedy hlavně v Německu. Válčilo se na všech stranách a každý s každým. Nesourodost panovala v politice

a v řízení státu. Chvilkové vlády střídaly brzy ty jiné. A u nás? Boje za jazyk, za politickou svobodu a taky tak nějak jedni proti druhým. A tak není divu, že jsme odkoukli ten základ i tu myšlenku: „ve zdravém těle zdravý duch“. Boj za národní osvobození nebyla žádná dětská hra na vojáčky, Sokolové byli (aniž by museli vraždit) oporou nových myšlenek doma, na frontě za první světové války v Rusku, Byli oporou Masarykovi v těžkých dobách zakládání republiky. Byli činiči za nacistické okupace v podzemí, byli nenáviděni od komunistů až k zatykání a k popravám v nedávné době.

Ladislav Pavlík

Prameny: Barbara Rusch, Wieland Eschenhagen z Microsoft – Enzyklopädie

PRO ZAJÍMAVOST Z HISTORIE

Sokol byl založen Dr. Miroslavem Tyršem a Jindřichem Fügnerem 16.02.1862 ustavující valnou hromadou s názvem „Český tělocvičný spolek Sokola Pražského“. Hned od založení byl vlastně nositelem malé české národní skupiny, obklopené Němci a Habsburky.

Kolem této doby začaly vycházet i česky psané knihy, na příklad Božena Němcová nebo Jan Neruda i silně politicky založený František Palacký, tehdy členem Českého zemského úřadu. Z tohoto českého obrození se vlastně každý stal Sokolem a přispěl tak k národnímu uvědomění, které vyvrcholilo sokolským Sletem v roce 1938. Na Strahovském stadionu, velikém jako osm fotbalových hřišť, cvičilo prostná:

30 000 mužů
18 000 žen
7 000 dorostenců
5 000 žen (cvičení s míčem)

dohromady 60 000 sokolů

Na dnešní dobu jsou tato čísla pro Sokol nepředstavitelná.

Tino Marino

31. setkání v Tyršově Oetzu 29.- 31. května 2004

Naše letošní, již tradiční setkání v rakouském Oetzu se uskutečnilo ve znamení 120. výročí tragického úmrtí zakladatele našeho sokolského hnutí Dr. Miroslava Tyrše.

Po třech letech jsme opět převzali organizaci tohoto mezinárodního setkání Sokolů a tento úkol nás přímo vyzýval a zavazoval k důstojnému uspořádání této akce při tak významném jubileu.

Přípravy setkání byly spojeny s velkými organizačními problémy, které způsobila změna ve vedení naší sokolské organizace po nových volbách. Odvolení funkcionářů starého předsednictva z neznámých důvodů bojkotovali předání podkladů důležitých pro organizaci celého setkání včetně adres a důležité korespondence s veřejnoprávními orgány obce Oetz. Byl to nemalý úkol vše vypátrat a zorganizovat, získat potřebná povolení, sociální zařízení a ostatní věci spojené s přípravou této náročné akce. S vynaložením velkého pracovního úsilí nového předsednictva a díky zkušenostem dlouhodobých členů naší jednoty se podařilo všechny úkoly zvládnout a zajistit důstojné, a dle mého názoru, moc pěkné setkání.

Jediné, co jsme zajistit ani ovlivnit nemohli, bylo počasí, které nás ale ani letos nenechalo na holičkách a po všechny dny bylo krásné, slunečné a teplé.



V sobotu 29. května bylo setkání zahájeno již tradičním, volejbalovým turnajem za účasti týmů z Čech, Moravy, Německa a Švýcarska. Večer byl uspořádán tradiční táborový oheň u kterého se opět setkali bratři a sestry, kteří se již rok neviděli a při opékání buřtů zavzpomínali na léta minulá, na své známé a na ty, kteří již nejsou mezi námi. Táborová atmosféra byla velmi krásně hudebně podladěna vystoupením Vycpálkova souboru a hrou na kytary. Všichni si zazpívali a zanotovali národní i trampské písničky a rozcházeli se pak s velice dobrými podíty do svých příbytků.

Následující neděle byla ve znamení pokračování volejbalového turnaje, běhu kolem Piburského jezera a



dětských sportovních her. V hotelu Piburger See probíhala separátně schůze Zahraniční obce sokolské, jejímž programem bylo mimo jiné projednávání událostí v naší organizaci, o kterých jste byli všichni již informováni ve formě různých článků, peticí apod. Jen tento bod

snad negativně ovlivnil jinak velice dobré setkání Sokolů v Oetzu.



v provizorně postaveném přístřešku. Tato akce měla u později už nedostávalo.

V pondělí se uskutečnila zádušní mše za Dr. Miroslava Tyrše s kulturním vystoupením Vycpálkova souboru a po srazu u dřevěného mostu přes řeku Ache se všichni přítomní odebrali k pamětním deskám Dr. M. Tyrše, kde bylo celé slavnostní setkání oficiálně položím kytic ukončeno.



Co říci závěrem? Snad poděkovat všem, kteří se účastnili na organizaci tohoto velice krásného setkání, všem jeho účastníkům, Tyršově domu v Praze, Generálnímu konsolátu v Mnichově, Mnichovskému faráři panu Švehlovi, Českému kulturnímu centru v Mnichově, Vycpálkovcům a i zástupcům a občanům rakouské obce Oetz.

Osobně bych chtěl poděkovat našemu starostovi bratru Jendovi Trunčíkovi a jeho ženě Alence za osobní zajištění všech povolení v Oetzu, za organizaci občerstvení a za Jendova maratónská sezení při jednáních ZOS, bratru Ivanu Steigerovi za grafické zajištění pozvánky včetně jejího vytištění a distribuce, bratru Tomášovi Mrtvému a sestře Pavle Vorel za vynikající guláš, bratru Petru Rekovi za organizaci volejbalového turnaje, bratru Vladimíru Benešovi za přípravy a průběh táborových ohňů, náčelnici Evě Steigerové, sestře Alence Benešové, sestře Jarce Ungerové a jejím muži Honzovi za pomoc při výstavbě, organizaci, zajišťování a průběhu celého setkání, Jirkovi Hofmanovi také za pomoc při organizaci, za fotodokumentaci a za administrativní práce přímo v Oetzu a nakonec i všem sportovcům, kteří nás čestně zastupovali na sportovních akcích.

Naše organizace odpověděla tak na neustálý bojkot a kritiku některých našich bývalých členů a potvrdila v Oetzu staré rčení, že „jen v jednotě je síla“, a pokud někdo něco dělá z přesvědčení a z lásky, bez ohledu na volný čas, tak je to také na výsledku vidět.

Všichni se těšíme na příští setkání v Oetzu, které organizuje v roce 2005 Vídeňská sokolská organizace, které přejeme krásné počasí a hodně úspěchů.

Se sokolským pozdravem

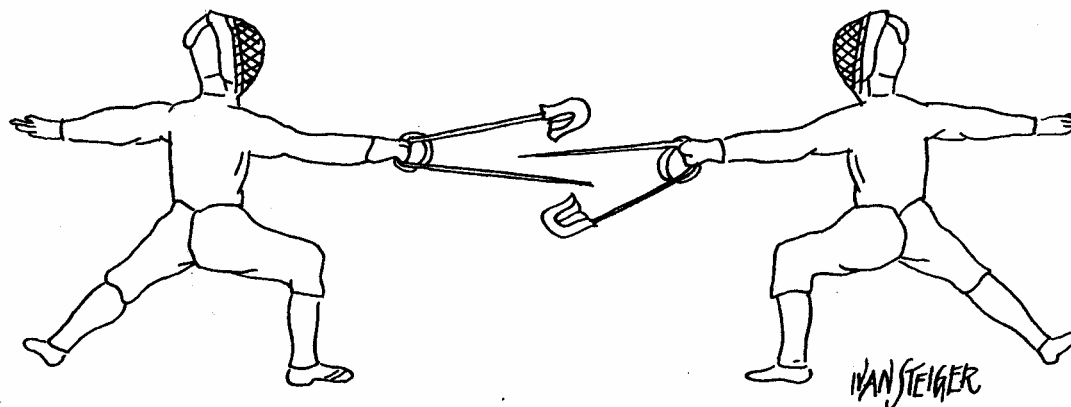
Zdeněk Hanzl



Výbor Sokola Mnichov

zvolený na valné hromadě dne 3.3.2004

starosta	Jan Truncík	jan.truncik@sokol-muenchen.de
místostarostka	Jaroslava Unger	jarka.unger@sokol-muenchen.de
jednatel	Tomáš Mrtvý	tomas.mrtvy@sokol-muenchen.de
pokladní	Alena Hardenberg	alena.hardenberg@sokol-muenchen.de
náčelník	Zdeněk Hanzl	zdenek.hanzl@sokol-muenchen.de
náčelnice	Eva Steiger	eva.steiger@sokol-muenchen.de
vzdělavatel	Jiří Hofman	Jiri.hofman@sokol-muenchen.de
revizor	Ivan Steiger	ivan.steiger@sokol-muenchen.de
revizor	Jiří Knobloch	jiri.knobloch@sokol-muenchen.de



Kompenzační cvičení

Volejbal je jeden z nejtěžších sportů na koordinaci pohybu a jeden z mála, kde neexistuje nerozhodný výsledek. Tato kolektivní hra vznikla v roce 1895 v USA a patří mezi nejvyhledávanější rekreační sporty. Může se hrát prakticky všude: na hřištích, na trávě, na plážích, v písku, v chatových osadách, halách a tělocvičnách. Nedochází zde k osobním, kontaktním soubojům. Na zranění je relativně bezpečný, přesto ale patří k jedné z nejnáročnějších technických disciplín, kde zapojujeme do hry prakticky celé tělo.

Ze své zkušenosti ligové hráčky a trenérky vím, jak je důležité se na hru připravit, řádně se rozcvičit, protáhnout veškeré úpony a rozehrát svalstvo. Jedině tak jsme schopni zvládnout tento výkon bez zranění.

Po dvou hodinách volejbalu ale už nikdo z nás nemyslí na uvolnění hrou zatíženého organismu, protože tuto fázi přechodu z aktivního do pasivního, klidového stavu, většinou z neznalosti podceňujeme. K tomu uvolnění poslouží kompenzační cvičení, která cíleně působí na jednotlivé složky pohybového systému.

Z řady mnohých bych vám proto chtěla namátkou doporučit pár jednoduchých cviků. Cvičení provádíme velmi pomalu.

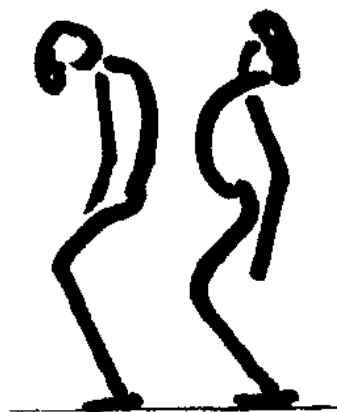
Pavla Vorel

Uvolňovací cvičení zaměřené na oblast pletence ramenního, páteř a svalů hrudníku:

Cvičení 1:

- *podsadíme pánev vpřed, ramena vtočíme dovnitř,*
- *vysuneme pánev vzad, zakloníme hlavu.*

Pozn.: v průběhu pohybu si uvědomujeme stavy napětí a uvolnění v oblasti pánve, bedrech, v hrudníku a krční části páteře a v ramenou. Celý cyklus opakujeme tři až pětkrát zcela bez švihů (řízeným pohybem) s pocitem harmonického, uvolněného pohybu.



Uvolňovací cvičení zaměřená na svalové skupiny obepínající kyčelní klouby:

Cvičení 2:

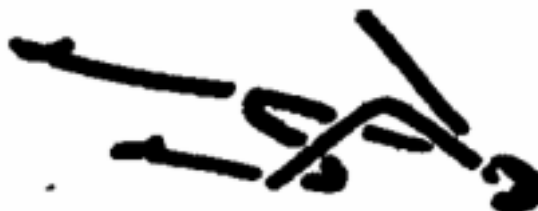
- *leh na zádech, skrčit přednožmo pravou nohu,*
- *přitahujeme její stehno oběma rukama k trupu, levou ruku pak přiložíme na kyčel a přitlačujeme pánev k zemi a současně pravou ruku, která je položena na vnitřní straně pokrčeného kolena, pasivně tlačíme koleno zevně do strany. Po dosažení individuálního maxima pomalu napínáme nohu v kolenu a suneme ji po zemi až do přinožení.*



- Opakujeme totéž druhou nohou.

Cvičení 3:

- leh na břicho, paže podél těla, dlaně dolů,
- pokrčíme únožmo pravou nohu a postupně ji pomocí pravé ruky přitáhneme k trupu,
- po krátké výdrži vrátíme nohu do původní polohy,
- při cvičení neustále tlačíme pánev směrem k podložce, koleno přitom opisuje po zemi co největší kruh.



Cvičení přejata z knihy Význam vyrovňovacích cvičení v životě člověka, J. a Z. Kopřivovi, Sokol Brno I, Studio pohybových aktivit.

JAK SNÍŽIT STAV CHOLESTERINU?

Docela jednoduše, přijď v pondělí do naší tělocvičny na gymnastiku!

Přišel jsem na toto tajemství náhodou asi tak před třiceti lety, když na mě padla únava a nechut' k práci a já se rozhodl navštívit lékaře. Po prohlídce usoudil, že se musím v životě uskromnit, co se jídla a pití týče. Dal mě do ruky papír co všechno nesmím. Po přečtení povídám „no to je prima, to budu asi tak do tří neděl na hřbitově“. On se začal smát, takhle to od nikoho ještě neslyšel. Když se uklidnil, tak se rozpovídal.

Víte mladý muži, já Vám prozradím, jak vy trávíte své dny. Ráno sjedete výtahem dolů do garáže, sednete si za volant a jedete do jiné garáže. Vyjedete výtahem nahoru a sednete si za rýsovací prkno. Když přestanete pracovat, sjedete výtahem dolů a historie se opakuje. Po večeri sedíte před televizí anebo hrajete s přáteli karty. A při všech těchto akcích ještě pokouřujete. Při jeho řeči si myslím, ten chlap mě asi od někudy zná, jak by to jinak všechno věděl?

Přednášku ukončil elegantním způsobem: „Also gut a tu dietu zapomeňte“ když mi slíbíte, že do svého života zařadíte trochu pohybu, omezíte kouření a pití alkoholu. Punkt.

Po večeri jsme s manželkou vymysleli, že třeba ty schody v obou směrech mohu vyběhnout a to ostatní bez problému omezit. Po uložení dětí ke spánku jsme na radu lékaře šli na procházku.

Za pár dní k nám přišli naši známí a Jindra najednou povídá jestli vím, že v Mnichově existuje Sokol a co kdybychom se tam šli podívat. Šli jsme a od té doby se můj zdravotní problém sám od sebe vyřešil.

Za ta dlouhá léta jsme v tělocvičně vystřídali několik druhů moderní gymnastiky a na konec uznali, že pro všechny „ročníky“ je nejlepší ta zdravotní, na kterou teď máme kvalifikovanou cvičitelku s malým poplatkem 2.50 Euro za hod. na osobu. Scházíme se každé pondělí, mimo školních prázdnin, přesně v 18 hod. ve škole v Heimhauser Str.23 ve Schwabingu u Anglické zahrady v tělocvičně v 1. patře. K cvičení je potřeba jenom 2 cm silná gumová podložka a cvičky nebo tenisky. Máme ještě volnou kapacitu, tak udělej i Ty něco pro své zdraví. Jste všichni vřele vítáni!! Stanice U-Bahnu Münchner Freiheit.

A nakonec k té gymnastice ještě jednu zdravotní radu: „An apple a day keeps the doctor away“.

Nazdar Váš Tino

První sokolský volejbalový turnaj v Mnichově 2005

Už jsme si pomalu zvykli, že se všude kolem nás hraje dobře volejbal. Sokolové ve Švýcarsku mají několik turnajů do roka a také ve Vídni se pořád něco děje. Jenom my stále přešlapujeme na místě a plníme program akcí narychlo, nebo akcemi, které jsou jen papírové, pasivní. Vypadá to pěkně, ale abychom si vydobyli v našem okolí respekt to nestačí.

Donedávna se u nás v Mnichově volejbal spíše plácal, než hrál. K naší smůle je to také kvůli stísněným prostorám v naší hale. S postupným náborem nových členů se však úroveň podstatně zvýšila. Na volejbalový mix-turnaj ve Vídni v roce 2002 jsme si už troufli - byli jsme třetí - ale je nutno podotknout, že jsme si na tuto akci půjčili tři hráče z Česka. Ale přece jenom to je úspěch.

Pro soustavné rozpory uvnitř jednoty se potom nedělo rok nic. Nikdo neměl chuť ani zájem. A až na jaře 2004, po valné hromadě, kdy se vzduch vyčistil, jsme se zúčastnili turnaje v Basileji. Tam jsme skončili bez cizí pomoci třetí. Moc se nám to líbilo a rozhodli jsme se, že



musíme pro náš image také něco dělat, tudíž hrát volejbal, a ne jenom pasivně přihlížet.

Z mladších členů naší jednoty se každý snaží, pochopitelně podle svých možností, přispět k zvýšení úrovně tohoto krásného sportu. Máme mezi námi lidi, kteří volejbalu rozumí a s jejich pomocí si troufneme konečně volejbalový turnaj v Mnichově uspořádat. Termín a halu máme (01. - 02.10.2005) - teď jen kdo ze spřátelených sokolských jednot v blízkém nebo vzdáleném zahraničí nás svojí účastí podpoří. Je to náš první turnaj a doufáme, že ne poslední. Chtěli bychom z této akce udělat tradici.

Termín akce jsme záměrně vybrali v říjnu. Je před volejbalovou sezonou a zároveň se v této době koná u nás v Mnichově Oktoberfest, pivní slavnost, vedle památek jistě zajímavá mnichovská atrakce.

Takže neváhejte a přijďte, moc se na vás těšíme.

Tomáš Mrtvý

Ivan Steiger

Cestou do Sokola

Velice poutavý i naučný podčárnik o slavných jménech, ulicích, popisných číslech i schodištích domů, kolem nichž se dá jezdit na kole do cvičení.

Bavorský **Montmartre** začíná ve čtvrtém poschodí našeho domu, přesně řečeno o patro níže, u nejproslavenějších mnichovských dveří v **Eisabethstraße** číslo pět. Zde nedlouho žil a byl kladivem ubit **Walter Sedlmayr**, herec, představitel mnichovských strejců a policajtů, dobrý režisér, náš pan domácí.

Onu vražednou neděli jsme kladivo neslyšeli, radovali jsme se z víkendu na letním bytě a přesto na mne podezření padlo. Pár dní před událostí jsem se s panem domácím neshodl o nájemném. Pan domácí netušil, jak rychle se náš spor urovná. Byt ve třetím patře se proslavil již dříve. Obýval jsem jej jako ateliér dvacet let před událostí. Na zdech, na nichž pan domácí skončil, visely dříve moje kresby, na policích postávala vystavená autička a mašinky. Podezřelým jsem se stal ještě jednou, když byl na našem dvoře odstřelen Sedlmayrův pejsek **Moritz**. Avšak mám alibi, neboť během střelby (jsem jediný oprávněný držitel střelné zbraně v domě) jsem hleděl do zahrady na kvičení nebohého pejska z oken naší podkrovní střížny s korunním svědkem Fišárkem Aloisem.

Naše cesta do Sokola napínavě pokračuje v temném průjezdu našeho domu, kde uchováváme jízdní kola. Vyjždíme nejdříve k poště v **Agnesstraße**, která na přelomu minulého století revolučně zvýraznila spolu s první transformační elektrostanicí vesnickou důležitost **Eisabethplatzu** s bydlíštěm malíře a kreslíře **Karla Arnolda**, 24 tržními stánky a řeznictvím

s nuceným výsekem masa. Sem k poště, kam cestou do Sokola odevzdáváme každé pondělí psaní, se z **Isabellastraße** od **Nordfriedhofu** kolem domu **Franz Josefa Strauße** protahují a vznášejí živí i neživí - těžko od sebe rozeznatelní duchové surrealismu, probuzení básní **Guillauma Apollinaire** "táhnoucí se hospodami od márnice Nordfriedhofu až k Anglické zahradě". Apollinaire pokřtil Mnichov na "Isar-Athen".

V **Georgenstraße**, kde žil a pracoval spisovatel **Lion Feuchtwanger**, zatáčíme vlevo do **Friedrichstraße**. Hned na kraji ulice v čísle jedna po léta žil a maloval **Wassily Kandinsky**. Naproti v rajcovním Hinterhausu s číslem čtyři, s úchvatným výhledem do univerzitní zahrady, tvořil mnichovský rodák **Franz Marc**. Zvěřena z nedaleké Anglické zahrady a stájí jízdní mu mohla sloužit jako předloha pro jeho modré koně, žluto-červenozelené krávy a srnky ve sněhu. Franz Marc padl u Verdunu.

Wassily Kandinsky a **Gabriele Münter** spoluzakladatelé tvůrčí skupiny "**Der blaue Reiter**", vrcholu schwabingské umělecké epochy kolem 1900 se poprvé uviděli, jak praví jejich deníky, v **Hohenzollernstraße**. Tam, v čísle 23 obýval třetí patro secesního domu **Oskar Maria Graf**. Srdce malířky Münter zahořelo a přestěhovalo se ke Kandinskému, (přestože přednostně portérovala Jawlenského) a brzo se společná domácnost nerozlučných umělců přemístila kousíček "za roh" do **Ainmillerstraße**. V sousedním domě básnil **Rainer Maria Rilke**, v čísle 31

krátce i **Thomas Mann** a v zahradním domku číslo 32 **Paul Klee**.

Konec **Friedrichstraße** označuje číslo 18: jeden z nejkrásnějších paláců Schwabingu, ověnčen muzicírujícími andílky, jeden z mnoha domicilů satirického časopisu "**Simplicissimus**" shlížejícího se frankoidně v montmartrovské předloze "Gil Blas illustré". Redakce vystřídala ve Schwabingu snad půl tuctu adres a spolu s ní se od roku 1896 stěhovali i pánové redaktori, autoři, humoristé a geniální kreslíři **Olaf Gulbransson**, **Ferdinand von Reznicek** i **Rudolf Wilke**.

Ocitáme se ve **Franz-Joseph-Straße**. První i druhé patro čísla 42 obýval spisovatel a autor erotické "Lulu" **Frank Wedekind**. V čísle 18 sídlila jedna doba redakce "Simplicissimus", a po patrech bydleli přispěvatelé nezřídka navštěvováni českými malíři a kreslíři studujícími na akademii v Mnichově, přivydělávajícími si na studia kreslením "vtipů". Dnes v přízemí tohoto domu ordinuje můj sedmdesátiletý "zázračný" ortopéd, ruský emigrant britského občanství Dr. Barnett (Sprechstunden 9-12 Uhr).

Naproti v zahradním domu čísla 13, skrytém novostavbou na nečekaně malebném dvoře filosofoval **Theodor Lessing**, o čtyřicet let později zde hráli kuličky **Hans und Sophie Scholl**. V čísle devět pak, s přehnanými pseudokorintskými sloupy pobýval ve druhém patře spisovatel **Ludwig Thoma** a na počátku Franz-Joseph-Straße, tam kde ji protíná Leopoldstrasse a kde stojí dnes rožák Hypovereinsbank, sídlil a tvořil (s telefonním přípojem!) **Thomas Mann**. Tamtéž se narodily jeho děti **Erika**, **Klaus**, **Golo** a **Monika**.

Leopoldstraße poskytla třikrát bydlíště **Heinrichu Mannovi**, v čísle 59, 61 a 108, nežli se přestěhoval do nedaleké **Tengstraße** 37 (zde bydlel v č. 34 po válce **Leonhard Frank**), odtud opět do Leopoldstraße do penzionu Richter. V Leopoldstraße začínal i **Albert Langen**

slavný nakladatel i vydavatel skandinávské, francouzské a ruské literatury, vedoucí nákladný život Dandy a Playboye. V Leopoldstraße bydlel takřka každý umělec aspoň jednou.

Ve třetím patře v **Giselastraße** 23 žil mistr **Alexej von Jawlensky**, jehož individuální meditativní tváře ztvárněny nejjednoduššími formami, daly předlohu mnoha epigonům. Na místě Jawlenského bydlíště nyní stojí moderní administrativní moloch.

Do cvičení, máme-li naspěch, jezdíme spodem přes **Mandlstraße**. Dodnes nevím, zdali název ulice pochází od mandlování, nebo mandlí. Tam do čísla 8 s výhledem do Anglické zahrady a s vlastním malým přístavištěm na břehu kanálu se přestěhoval Olaf Gulbransson s kamarádem Reznickem. V roce 1906 dům zakoupil pro nakladatelství Albert Langen. V čísle 14, dnešním Standesamt, jsme odsvědčili manželství Milana Schulze s Janou a sami zde slavnostně odpřisáhli, že náš sňatek uzavřený v Praze, byl prohlášen za v Německu platný. Na konci ulice ve druhém patře čísla 26 bojoval o syntézu slova i čáry na počátku století litoměřický rodák **Alfred Kubin**. Na jeho počest je nad vstupem usazena pamětní deska. Zde se zrodil jeho román "Die andere Seite", zde ilustroval Kubin takřka celou démonickou světovou literaturu, Poe, E.T.A Hoffmanna a Dostojevského nebo Nervalu, až mu to měli za zlé.

Za zády se teď nachází Katolická akademie, kam jako členové jednou ročně docházíme k oslavám v zahradě skrytém zámečku. **Zámeček Suresnes** dokládá, že Schwabing v přeneseném slova smyslu začíná v Paříži, neboť je spojen s Nymphenburským zámkem stejně jako zámeček Suresnes na okraji Paříže (jehož je kopie) s Versailles. Tehdá zpusťšený zámeček sloužil jako ateliér pro **Paula Klee**, bydlícího jedenáct let naproti ve **Feilitzschstraße** v čísle 31, naproti slavnému uměleckému lokálu **Seerose**.

Z oken Paula Klee ve čtvrtém patře je dodnes vidět nejen do farské zahrady, ale i do oken naší tělocvičny, do dámské i pánské šatny a naopak. V domě pozdějšího hostince Seerose v létě 1900 dokončil Thomas Mann "**Buddenbrooky**". Pamětní deska na domě v Giselastrasse číslo 15 je umístěna omylem.

Nejstěhovavějším umělcem byl, zdá se **Thomas Mann**, v tomto pořadí: Z Marktstraße se v roce 1898 přestěhoval do Haimhauserstraße. V letech 1899-1901 se přestěhoval do čísla 32 ve Feilitzschstraße a odtud do čísla 5 ve stejné ulici. Následoval pobyt v Römmerstraße. V následujícím roce se mu zalíbilo v Giselastraße, následně v Konradstraße, poté v Ainmillerstraße. Pět dalších let vydržel ve Franz-Joseph-Straße.

Cestou vzduchem přes **Ungererstraße** lze nahlédnout k domu, v němž prožil valnou část svého tvůrčího života spisovatel "ztracené" generace **Wolfgang Koeppen**. Odtud je jen pár kroků k **Fuchsstraße** číslo 2 k **Erichu Kästnerovi**. Pamětní desku Ericha Kästnera s datem 1946-53 nalezneme na půvabné vilce. Básník a autor "Emila a detektivů", "Kuličky a Tonika" a mnoha nezapomenutelných dětských knih se naštěstí nedožil výstavby bloku "Fuchsbau", neboť se včas přestěhoval do Erich Kästner Straße (!).

Cestou domů pak mjíme ještě **Beichstraße** číslo 9, (dnes novostavba) kde žil v přízemí spisovatel a básník **Gustav Meyrink** autor světového úspěchu "Golem" a "Valpuřiny noci".

V přízemí v **Kaiserstraße** číslo 46 celý rok 1900-1901 neplatil nájem jistý pan Meyer, vlastním jménem **Vladimír Iliič Lenin**. V letech sedmdesátých nás v noci probudila exploze. To Vladimíru Uljanovi uletěl nos a ucho z pamětní desky. Obyvatelé domu se rozhodli, že už tam pro jistotu žádnou pamětní desku v budoucnu nechtějí, proto tam není. Pamětní deska není ani v **Siegfriedstraße** 14, kde revolucionář bydlel opět pod jiným jménem a kde činží rovněž dodnes dluží. **Hitler Adolf** sídlil 1912-14 ve třetím patře **Schleißheimer Straße** 24.

Vracíme se domů do Elisabethstraße číslo 5, kde jednoho dne sdělí kolemjdoucím tabule upevněná na domě, že odtud chodil každé pondělí do Sokola autor tohoto podčárníku. Když pak autor se svou ženou dosyta vydovádění v tělocvičně, syti a na žízni ukojení, hodlají příští den doma protáhnout svůj "Muskelkater" na kruzích - ani už jim nepřijde, že háky kruhů do stropního trámu zašrouboval synovi Rudlovi v roce 1920 jeho tatínek Heß.





Sokol Mníchov

Kalendář akcí 2005

Datum	Akce	Organizuje
04. prosince 2004	Mikulášská zábava v Českém kulturním Centru, Mníchov	Jarka Unger, Zdeněk Hanzl
24. prosince 2004	České vánoční koledy na Viktualienmarktu za doprovodu br. faráře Švehly	Jenda Trunčík
22. ledna 2005	Lyžování – Brauneck / Lenggries	Jirka Hofman
19. února 2005	Horská zimní pěší túra do Partnachklamm	Jirka Hofman
Březen 2005	Prohlídka Pražského hradu včetně veřejnosti nepřístupných prostor	Ivan Steiger
9.-10. dubna 2005	Volejbalový turnaj v Basileji	Zdeněk Hanzl
14.- 16. května 2005	Sokolské setkání v Oetzu	Sokol Vídeň
Červen 2005	Grilování u Steigerů v Chiemgau	Eva a Ivan Steiger
Červenec 2005	Opékání ryb na Feldmochingersee, Mníchov	Zdeněk Hanzl
24. září 2005	Horská túra na Karwendelspitze	Jirka Hofman
1.- 2. října 2005	Volejbalový turnaj Mníchov	Zdeněk Hanzl, Tomáš Mrtvý
Listopad 2005	Sokolský ples	Výbor

Akce jsou určeny v šem členům a příznivcům Sokola Mníchov. Pro bližší informace a přihlášení se obraťte na organizátora nebo na adresu: info@sokol-muenchen.de

Pravidelné cvičení probíhá v tělocvičně školy v Heimhauserstraße 23, München-Schwabing

		Vede
pondělí 18:00	gymnastika	Eva Steiger
pondělí 19:00	volejbal	Zdeněk Hanzl

SOKOLÍK

Vydává: TV Sokol München – Tělocvičná jednota Sokol München e.V., VR 11107
c/o Tomáš Mrtvý, Balanstraße 168a, D-81549 München, Tel. 089/ 680 967 84
email: tomas.mrtvy@sokol-muenchen.de

Kresby: Ivan Steiger

Fotografie a redakce: Jiří Hofman