



SOKOL

I
56663**VESTNIK SOKOLSKE ŽUPE LJUBLJANA**

Š T E V I L K A 1 • L E T N I K I • J U N I J 1 9 3 6

Bratom in sestram!

Po daljšem presledku desetih let ima ljubljanska sokolska župa spet svoje glasilo. Mislimo, da nam ni treba še posebej poudarjati, kako veliko moč ima tiskana beseda in da je zato potrebna vsakemu pokretu, posebno še sokolskemu.

Župno glasilo je mimo osebnih stikov najtrdnjša vez med župnim vodstvom in posameznimi edinicami, vez, ki je zlasti pri tako razsežni župi, kakor je naša, lahko rečemo, življenjskega pomena.

Prav v sedanjih težavnih časih pa nam je takšen list še posebno potreben, ker bomo lahko z njega pomočjo kazali našemu članstvu pravo pot Tyrševega sokolstva in se hkrati tudi najuspešneje borili zoper razne očite in skrite nasprotnike sokolstva.

List bo prinašal članke idejne in strokovne vsebine, vadbeno tvarino, vesti in razpise župe in okrožij ter književna poročila. Mimo tega bo zasledoval tudi vse ostale pojave, ki so kakorkoli v zvezi s Sokolstvom, in zavzel do njih pravilno in jasno stališče. Sprejemal pa bo rad tudi članke o splošnih življenjskih vprašanjih.

Župa sama bo objavljala v listu vse razpise in navodila, ki jih je izdajala doslej z okrožnicami, in bodo seveda te objave za vse edince obvezne. Edino prav nujni razpisi, ki ne bodo mogli počakati prihodnje številke lista, se bodo tudi še za naprej objavljali s posebnimi okrožnicami.

Glasilo bo pa seveda na razpolago tudi vsemu članstvu župe, ki bo lahko v njem podajalo svoje misli in predloge za okrepitev in poživitev dela v naši župi.

Vsebina lista bo pozitivna, to se pravi, da v njem ne bo prostora za različno stokanje in tarnanje, kar pa spet nikakor ne izključuje stvarne in smotrne kritike našega sokolskega dela, brez katere je vsak napredek nemogoč.

Samo ob sebi se razume, da bo list lahko izvrševal nalogo, ki mu je načrtana, samo tedaj, če bo sodelovalo pri tem vse članstvo župe. Vsakdo, kdor kolikaj zmore, mora postati njegov naročnik in čitatelj. Vsaka edinica bi pa morala naročiti vsaj po dva izvoda, enega za

vaditeljski zbor, drugega za odbor in ostalo članstvo. Tu bi ne smel obveljati noben izgovor, zakaj društvo, ki bi ne zmoglo teh 48 dinarjev na leto (toliko bo namreč naročnina za dve številki) za svoj list, pač ni vredno sokolskega imena.

Vsi tisti pa, ki čutijo, da so za to sposobni, naj sodelujejo pri listu s prispevki, da bô vsebina lista čim bolj pestra in zanimiva. A tudi bratje in sestre, ki morda nimajo posebnega daru za pisanje, pa imajo kakšno dobro misel ali koristen predlog, naj to sporoče uredništvu, ki bo tudi takšne prispevke v primerni obliki rado objavilo. Rokopisi, ki naj bodo pisani jasno in razločno, in sicer vedno s a m o n a e n o s t r a n, naj se pošiljajo na naslov: Dušan Podgornik, Ljubljana, Poštna hranilnica.

Kdorkoli ima kdaj kakšen dvom ali vprašanje ali pa potrebuje kakšnega nasveta v sokolskih zadevah, naj se kar obrne pismeno na uredništvo, ki bo na vsa takšna vprašanja odgovarjalo v listu, in sicer v posebnem razpredelku.

»Sokol« bo izhajal vsakega prvega v mesecu na približno 16 straneh, razen julija in avgusta meseca, ko izide dvojna številka. List bo stal 24 dinarjev na leto, posamezna številka pa 2 dinarja. Naročnina zanj naj se plačuje po priloženi položnici na čekovni račun št. 13.746.

Članstvu, naraščaju in deci!

Po dolgem presledku treh let smo naposled pred velikim dejstvom, pred zletom ljubljanske župe sokolske, ki bo dne 13. in 14. junija 1936.

Kaj je nam sokolom ta župni zlet? Največji delavnik in hkrati največji praznik. **D e l a v n i k**, ker mora pokazati delavnost, vztrajnost, red in nezlomljivo odpornost vseh pripadnikov naše župe, članstva, naraščaja in dece. Zlet bo pokazal, kako je 80 društev in čet naše župe porabilo čas od zadnjega župnega zleta leta 1932. Dokazal bo nadalje, da zbira naš narod v sokolstvu delavne državljane, ki vkljub duhovni in socialni stiski z optimizmom in skrajno poštenostjo dvigajo narodu zaupanje v njegovo moč in boljšo bodočnost. Ne more nas motiti niti sedanje gospodarsko stanje, ker je naše delo odvisno le od naše volje. Nazadnje naj ta delavnik tudi pokaže, da ne bomo Jugoslovani nikdar lovili v svoja jadra tujih sap ter idej nasilja in laži, ki se v našem narodu, dokler je нравno zdrav, ne morejo ukoreniniti. Bistvena lastnost Slovanov sta svoboda in demokratizem. Sokolska misel enakosti, svobode in bratstva, pravilno spoznana in občutena ter v narodu s čistimi zgledi praktično tolmačena, ustreza vsem potrebam naroda in vsem pogojem za njegov duhovni in telesni preporod.

Iz te zavesti o prodirljivosti sokolske misli izvira naše delo, naša vztrajnost, naša odpornost in naš ponos. Zlet bo pokazal, da je število čistih in doslednih sokolov tako veliko, da pomeni sokolska misel življenjski nazor našega naroda. Zato smo prepričani, da bo vsak naš pripadnik, od članstva pa do dece, porabil preostanek časa za to, da bo sebe telesno in duhovno pripravil za svoje najboljše sodelovanje na zletu. Zato tudi vemo, da društvene uprave, vaditeljski in prosvetni zbori ter vse mlade sokolske čete v

telovadnicah, pa tudi starejši delavci pripravljajo svoj pohod na župni zlet. Kakor mravljišča naj bodo naša sokolska gnezda v teh kratkih tednih, ki nas še ločijo od dneva naše velike preizkušnje. Naj zavihrajo vsi naši prapori, naj zarde vse sokolske srajce kakor makovo polje sredi sveže prirode.

Vse to hočemo storiti! Zato bo naš župni zlet tudi največji p r a z n i k. Med zletnimi slavnostmi bo razvit župni prapor, dar našega mladega sokolskega brata, Nj. Vel. kralja Petra II. In čemu velja ta pozornost? Le vzvišeni sokolski misli in našemu plemenitemu delu!

Zato izurite telo, oborožite duha in očistite srce za ta naš delovni p r a z n i k.

Zletu: Zdravo!

Stane Flegar,
tajnik.

Jelica Vazzazova,
načelnica.

dr. Josip Pipenbacher,
starosta.

Albin Smole,
načelnik.

Janez Poharc,
prosvetar.

Josip Rus:

Svobodna disciplina

Na hitri pogled se človeku zazdi, da bi moglo biti med svobodo in disciplino nasprotje. Toda ne samo, da ni nasprotja, svoboda in disciplina se neločljivo družita in na svojstven način opremljata duševne in telesne sile zdravega človeka za uspešno, нравno udejstvovanje. Brez svobode in discipline bi ne mogli izvrševati dejanj, ki pričajo o izjemni stopnji človeka v stvarstvu. Svoboda duha omogoča nastanek dejanj, od discipline sta pa odvisna izvršitev in uspeh. Brez čudežne sposobnosti, ki jo imenujemo duhovnost, bi ne poznali ničesar tega, kar nam pomeni delo, gospodarstvo, družba, kultura, odgovornost, pravo, нравnost, poštenost in še mnogo drugih duhovnih vrednot.

Vsako dejanje, vsako delo je proizvod duha, delujočega svobodno s prirodnimi in duševnimi silami človeka. Duh, duša in telo nastopajo v dejanju enotno, toda z nadrejeno, vodilno vlogo duha, ki telesne in duševne sile zbira, ustroji in vodi k učinku. Dejanja so vrhunec človeka, v njih se izraža njegovo pravo bistvo, on sam, jaz, ki živi, dela, odločuje, se zaveda, odgovarja, on, ki je v odločevanju neodvisno, svobodno bitje. Z dejanji nastajajo socialna razmerja, odgovornost, нравnost, pravičnost, pravo, temelji kulture. Duh se dviga nad brezmejno ravnino prirodnega stvarstva, osvetljuje, prikazuje, odkriva svet in življenje pod seboj in stvariteljsko posega vanj, razdruževalno, spojevalno in oplojevalno. Svoboda duha je vir spoznanja resnice in zmote.

Toda delovanje duha je sestavno vezano z delovanjem prirodnih sil, ki se javljajo v človeku v njegovi telesni in duševni naravi. Ta del nam je skupen z ostalimi živimi bitji v vesoljstvu. Z vsem svojim telesnim in duševnim bistvom smo vkovani v večno se presnavljajoči prirodni snovni svet. Telo ima svojo razvojno pot, svoj ustroj delovanja po zakonih prirode, ki jih ne moremo preurediti. Iz prirodno urejenih telesnih in duševnih sil črpa svojo moč, ki jo razvija v dejanja.

Izkustvo nam kaže, da tu ni nasprotja. Med svobodo duha in prirodnimi zakoni vlada takšno soglasje, da zadobi svoboda šele po dejavnem stiku duha, po dejanjih, z redom vesoljstva svoj pravi izraz in smisel. Svoboda duha in zakonitost prirode se združujeta v novo stvarnost, ki se prikazuje v naših dejanjih.

Nikdar se dovolj ne zavedamo pomena in obsežnosti reda. Vedno iznova trčimo na razmerja, ki zahtevajo, da se uravnamo po njih. Red je poleg biti in bistva tretji činitelj sveta in življenja. S čudovitim omrežjem prepleta in vzdržuje vesoljstvo v skladju. Vanj posegamo z dejanji in usmerjamo v njem delujoče sile. Kakor električni tok zavalovi, če pritiskemo na gumb, po omrežju k usmerjenemu učinku, tako dosega dejanje človeka po omrežju reda vesoljstva svoj učinek. Svobodno v duhu zasujemo dejanje, z lastnimi telesnimi, duševnimi in s silami prirode ga izvršimo.

Svoboda in red sta osnovi našega udejstvovanja, ustvarjanja. Naša dejanja so pravilna, npravna, če je naše delovanje v skladu z redom vesoljstva. V takem udejstvovanju sta pomen in smisel človeka.

Če hočemo biti sposobni za polnovredna dejanja, potrebujemo znanja, razgleda, pregleda, poglobitve v svet stvarnosti, širokega obzorja, zlasti pa zmerom svežih telesnih sil. Le telesno polnovreden človek lahko po zgoraj podanem motrenju doseže polno duhovno sposobnost za polnovredna dejanja. Dovršeno delo razodeva sposobnega delavca, ki se iz lastne nagibnosti, z vztrajnostjo in doslednostjo, s popolno, prostovoljno osebno disciplino približuje stopnji vrhunške sposobnosti. Zdrava misel, plemenito čuvstvovanje, neutešljivo stremljenje, pogumna odločnost so njegove notranje sile pod zaščito telesnih moči.

Sposoben delavec je proizvajalec kulturnih vrednot, branitelj svobode, steber npravnega in socialnega reda.

Na stopnjo polnovrednega človeka vodi samo vzgojna pot svobodne discipline.

Bratje in sestre naprej, navzgor k vzoru!

Dr. Josip Pipenbacher:

Kdo je sokol

Razume se, da moraš biti član sokolske organizacije, če hočeš, da ti gre ime sokol. Vendar ne nosijo vsi pripadniki sokolstva tega naslova z isto pravico, nekateri celo popolnoma neupravičeno. Poglejmo, katera dela in kakšne lastnosti morajo dičiti človeka, da zasluži viteško ime sokol.

Sokol goji v telovadnici s smotrnim delom telesno moč in lepoto ter jači duha, samozavest in pogum, da more zvesto in uspešno služiti kralju, narodu in domovini. S samozatajevanjem se sokol ogiblje vsega, kar bi utegnilo škodovati telesni čilosti in duševni jakosti. Zmerno življenje je torej ena prvih lastnosti sokola, ki hoče širiti sokolstvo z uspešnimi sredstvi. Zato je sokol tudi hud nasprotnik zlasti alkohola, ki uničuje zdravje in gospodarsko blaginjo poedinca in celote. Poleg treznosti, ki je najmočnejši činitelj pri graditvi sreče naroda ter gospodarske in politične moči države, je boj proti nezmernemu uživanju nikotina in boj proti kajenju ena pglavitnih zahtev mladinske sokolske vzgoje. In ker imajo zgledi mnogo večjo prepričevalno in privlačno moč kakor navdušeni govori o lepoti sokolske misli, mora sokol kazati z dejanjem, da njegove besede niso v navzkrižju z njegovimi dejanji. Sokolu morajo narekovati zlasti na višjih in

najvišjih njegovih položajih javnega udejstvovanja nesebičnost, požrtvovalnost in poštenost tisti način postopka, ki rodi zadovoljstvo, spoštovanje in ljubezen do javnih organov in širi splošno korist in srečo. Sokol ima vedno pred očmi blaginjo naroda in domovine, sokol je neprijatelj nizke sebičnosti, ki škoduje občemu blagru, in neizprosni nasprotnik vseh izrastkov in panog korupcije.

Sokol ima vero v Boga, ki je višek popolnosti. Ta vera ni vera mržnje, sovraštva, nestrpnosti. Ta vera je vera našega nesmrtnega kralja sokola, ki je gledal v vsakem državljanu človeka in brata neglede na njegovo veroizpoved, ki je v enaki meri gradil in pomagal graditi božje hrame pravoslavnim, rimsko-katoliškim in muslimanskim državljanom. Ta vera torej ne izključuje vzajemnega občevanja ljudi različnih nazorov bodisi katerekoli vrste, ta vera gleda na človeka brez predsodkov, ta vera pravi, da morejo plemenita in uspešna dela vzgoje opravljati dobri in navdušeni Jugoslovani, pa najsi bodo njih učenci iste ali druge veroizpovedi. Le na ta način se lahko doseže tisto vzajemno upoštevanje in složnost vseh Jugoslovanov, ki je za korist, srečo, moč in veličino naše države neogibno potrebna. Kdor širi in zagovarja nasprotno nazore, ni prijatelj naše skupne domovine!

Sokol mrzi neodkritosrčnost, nepoštenost in prevaro, hinavstvo, zavist in sovraštvo. Sokol ne pozna kompromisa in popustljivosti, kadar je treba braniti lepo, dobro, resnično in pravično stvar. Sokol obsoja samogoltnost ter izrabljanje družabnega in službenega položaja za neupravičeno dosego gospodarskih dobrin bodisi za kogarkoli. Sokol goji v svojem domoljubnem sreču neugasno poželenje, da sebe in narod svoj telesno in duševno povzdigne in plemeniti. Krepke mišice in jekleni živci, bister pogled in vedro čelo, skromnost, prijaznost, veselost, treznost, varčnost, požrtvovalnost, usmiljenost do siromaka in trpečega brata, vdanost in hvaležnost proti dobrotnikom, trdna neupogljiva volja, združena z navdušenostjo do lepote, pravice in resnice, čut dolžnosti in odgovornosti ter goreča domovinska ljubezen: to so bistvene kreposti pravega sokola.

Ta svojstva telesa in duha so sredstva, ki krčijo trnjevo pot do sreče naroda, do moči in slave domovine. Resno se potrudimo, da jih pridobimo! Zakaj le tako bo mogoče, da ob nezlomljivi volji ter zgledni vnemi in vztrajnosti ustvarimo duhovno, нравno in s tem politično in gospodarsko ureditev naše lepe Jugoslavije.

Sestram!

Čaka nas velika in težka preizkušnja — župni zlet dne 14. junija. Ne bo to prva večja prireditve v naši župi, bo pa zato tolikanj bolj pomembna, zakaj v prilikah in težavah, v katerih dandanes sokolstvo živi, bo ta zlet velikega pomena za naše nadaljnje delo in uspeh. Sestre, za nas bo to dan, ko bomo pokazale, na kakšni stopnji je naše delo, koliko smo napredovale, v čem smo se izboljšale.

Delovanje žene v sokolstvu je široko odprto na vseh poljih. Iz skromnih početkov našega sodelovanja v sokolski organizaciji so se naše vrste pomnožile in s tem tudi naše želje in stremljenja. Priznana nam je popolna enakopravnost z našimi brati, toda same se s temi pravicami večkrat nismo mogle okoristiti, ker nismo imele dovolj dobrih in izurjenih sester, ki bi svoje delo tudi v tem smislu izvrševale. »Ženske naj vodi ženska!« To naj bo naše osnovno in vodilno načelo. Še imamo nekaj edinic v naši župi, kjer

se to načelo za zdaj še ne izvaja. Izkušajmo to čimprej popraviti. Dvignimo svoje ženske oddelke na višjo stopnjo s tem, da najprej sebe in svoje naj-ožje sodelavke usposobimo za tako delo, da bomo lahko potem pritegnile še ostale sestre, jih navdušile in obdržale v naših vrstah ter jim vcepile našo sokolsko misel in voljo za doseg naših idealnih smotrov.

Sestre! Oprimate se z vso resnostjo in skrbnostjo priprav za naš župni zlet, ki naj bo nekak pregled sposobnosti in delavnosti naših načelnic in vodnic ter nova stopnja k uspešnejši in lepši bodočnosti. Samo naprej, niti koraka nazaj!

Zdravo!

Načelnica.

Fr. L.:

Čemu sokolski fabori

Pomlajena priroda nas vabi v svoje naročje. Tam, v mili prirodi, med svežim zelenjem čutimo, da smo del te prirode, od katere se nikdar ne smemo ločiti. Ali čutite to ojačeno delovanje pljuč, ta silni utrip srca? Ven, sokoli, v svobodno naravo, k izvoru resnice, ki je nepotvorjena edino še v naravi. To resnico iščemo, tej resnici se sokoli klanjamo.

In ta lepa priroda je naša last. Naši predniki so z velikimi žrtvami rešili ta košček zemlje, našo domovino. Brez žrtev naših očetov bi tavalj zdaj tudi mi Jugoslovani po svetu, kakor cigani in židje. Dolga stoletja smo služili tujcu. Zgradili smo Nemcem Dunaj, Madžarom Budimpešto, plemičem gradove in samostane. Naše žene so rodile tujcu, naša dekleta pa so bila gnoj za pomlajevanje degenerirane rase plemiških užitkarjev. Zato pa smo sami ostali berači, zato imamo še dandanes skale sredi polja, trnje po vrtovih in puščavo ob morju. Vse dotlej, dokler je bil duh vkovan v verige. Kakor hitro je pa s prosveto oživel duh svobode, so oživljene mišice strgale tudi verige duhovnega robstva.

Še z večjimi žrtvami smo si priborili narodno svobodo. To svobodo so v klavnici narodov na konici meča izvojevali tisti posamezniki, ki so bili prežeti s svobodnim in sokolskim duhom. Svoboda je zmagala nad nasiljem. Resnica je samo ena, in to resnico mi sokoli vedno in povsod glasno izpričujemo: duh sokolski je zgradil to državo in samo duh svobodnega sokolstva bo ohranil tudi vbodoče narodu svobodo.

Če jo hočemo res ohraniti, je treba samo dela in poštenja, a tega neizmerno veliko. Te lastnosti dobivamo v trdi šoli sokolske vzgoje. Ob mejnike naše domovine butajo valovi nasilja velikih narodov, ki ne znajo živeti brez sužnjev. Naši sosedje imajo uprte svoje pohlepne oči v našo zemljo, že pripravljajo duhovno pot za podjarmljenje Balkana. Evropa je kakor s smodnikom nabit sod: le majhen potres in vse se bo premaknilo v tečajih.

Toda naš narod in vsi tisti, ki naj bi odgovarjali za usodo tega naroda, delajo in živijo, kakor bi vsega tega ne videli. Med narodom same razprtije, sebičnost, častihlepje, vladoželjnost, grabežljivost, da bogata zemlja ne more dati kruha niti 15 milijonom skromnih Jugoslovanov. Brezvestni koristolovci stremijo največkrat le za tem, da ustrezijo svojim neplemenitim stremljenjem, ne menč se, ali bo ta košček zemlje ostal našem narodu ali pa bo postal plen tujca. Grabežljivim brezdomcem je domovina prazna beseda. Zato 20 let preprirov za oblast, narod pa umira navzlic naravnim bogastvom. S plemenskimi, verskimi, strankarskimi in osebnimi interesi razdvajajo narod. Zato vlada nasilje namesto demokracije, laž namesto delavnosti.

Sokolstvo je edino, ki dviga brez hinavščine, brez zahrbtnosti misli in preračunljivosti državno trobojnico, ono je edino prepričano, da si moremo samo v svobodni državi zagotoviti svoboden razvoj in napredek. Mi edini tudi verujemo, da mora zmagati luč nad temo, duh nad materijo. Zato urimo naše mišice, zato dvigamo našega duha.

Domovina priznava sokolstvu to delo ter prvenstvene zasluge za nastanek in obstanek svobode naroda. Zato je popolnoma naravno, da tudi danes ta dan, v dobi splošnega omejevanja svobode, sokolstvo lahko svobodno dela in govori, vzlic zakletim sovražnikom sokolske misli. Mi se dobro zavedamo, da ta naša sokolska svoboda ni miloščina, ampak s poštenim delom krvavo zaslužena pravica. In ta naša pravica je zahteva neodvisnega naroda. Če bi se pa v tej zemlji, ustvarjeni po sokolskem prizadevanju, našel kdo, ki bi hotel samo malo omejevati to svobodo sokolskega delovanja po Tyrševih načelih, tedaj bi se dvignile sokolske legije in pokazale, kaj ukazuje Tyršev duh, česa smo se naučili od očeta Fügnerja in s kakšnim orožjem smo se opremili v sokolskih kovačnicah. Silne sokolske legije združenega slovanstva bi pokazale, kako se za svobodo ne — umira, ampak živi in bori. Mi hočemo za svobodo živeti in se boriti proti sovražnikom naše svobode. Zato je v očeh sokolskih legijonarjev, mladih in smelih, starih in izkušenih, neugasljiv ogenj, ki izvira iz te zavesti, iz ponosa, čistosti stremljenja in poštenosti dela. V roki moč, v mislih domovina! Moška sila in ženska milina sta v naših vrstah povezani v slovansko krepost, ki bo kljubovala vsem sovražnikom svobode, zunaj in znotraj naših meja. Ker to vemo, ker se za to noč in dan telesno in duhovno pripravljamo, je naša vest čista. Zato med nami ni nestrpnosti, ne sovraštva.

Prirajamo sokolske tabore, da pregledamo naše vrste, da jih še bolj strnemo in izpodbodemo. Naj ti tabori pokažejo, če smo že takšni, kakršni hočemo biti. Tudi v naših vrstah so posamezniki pod neznosnimi razmerami klonili. Sokolstvo mora biti kos tudi novim, težjim razmeram. Jedro novega dela je v odločni volji, da iz sedanjega življenja preidemo v pravo prvobitno in nepotvorjeno sokolsko življenje. Vsak naš pripadnik neglede na starost in spol mora postati v naši organizaciji dejaven. Naše delo smo usmerili v take prireditve, ki omogočajo sodelovanje vseh pripadnikov. V večjih društvih, posebno pa v mestih, hira delo zato, ker velika večina starejšega članstva več ne sodeluje. Ne prihaja na občne zборе, ne obiskuje javnih nastopov, izkratka: tisto članstvo, ki o njem mislimo, da je že vzgojeno in socialno več ali manj neodvisno, je za naše delo mrtvo. Tem razmeram moramo z vsemi sredstvi napraviti konec. Kakor pa te razmere niso nastale naenkrat, tako jih tudi ne moremo na en mah odpraviti. Treba bo veliko postopnega in premišljenega podrobnega dela. Duh časa, zgledi v češko-slovaškem sokolstvu in po drugih državah in posebej potrebe našega, z vseh strani ogroženega naroda zahtevajo, da se sokolstvo v svojem delu brez-pogojno prerodi in poživi. Zato hoče župno vodstvo s prirejanjem taborov utreti temu delu široko in svobodno pot. Vsi za enega, eden za vse! Nikomur suženj, a bratu brat. Pred nasiljem katerekoli vrste in s katerekoli strani nikdar ne klone svobodni sokolski duh. Ne upognemo kolena, ne hrbtenice. Na naših licih ni krinke, ne izpačenosti. Med nami naj tudi ne bo omahljivcev. Strogemu redu se zavestno in prostovoljno pokoravamo, ker vemo, da v časih težke preizkušnje narod brez discipline propade. In mi nečemo, mi ne smemo nikdar več propasti. Zato ljubimo red in delo, ki sta bistvo sokola. Naše življenje je tako tesno povezano z usodo naroda, da se od nje nikdar ne moremo oddvojiti. Izšli smo iz naroda in prihajamo nazaj v narod. Za nas sokole je pojem življenja krit s pojmom naroda in države.

Taki smo! Še boljši hočemo biti! Sokolska misel ter svoboda in sreča naroda so nam smisel življenja. Takšno življenje je pa kakor junaška pesem, nikdar izpeta, večno mlada in živa. Zato pa: **Le naprej, sokolske legije!**

Pesem sokolskih legij

Korakoma

1. Le na-prej, brez mi-ru za so-kol-skim prapo-rom,
 dokler boj ni kon-čan za svo-bo-do, za naš dom.
 Naj vi-har le hru-mi, vsak na svojem mestu stoj!
 V žilah kri nam ki-pi, udri na so-vraž-ni roj!

2. Sokol vsak je junak, da za dom življenje rad.
 Kdor Slovan, mu je drag, po jeziku, duhu brat.
 Kakor lev v bojni gnev na sovraga planemo,
 Fügner naš, oče naš, za Teboj vsi stopamo!
3. V roki meč, žar v očeh, v žilah polje rdeča kri:
 mir s teboj, dragi dom, če sovražnik ti preti:
 do višav, k solncu gor dvigne krila sokol tvoj,
 Tyršev duh vodi nas, pelji nas v junaški boj!

Kje so sokolski kroji?

Že nekaj let opazamo, da je število krojev pri javnih sokolskih prireditvah od leta do leta manjše, nikar da bi raslo. Mučno je tudi, če vidimo, kako korakata pri pogrebih za sokolsko zastavo po eden ali dva četverostopa.

Nekdaj, zlasti pred vojno, se je izkoristil vsak nastop sokolstva v kroju za manifestacijo in razširjenje sokolske misli. In to v časih, ko je bodla rdeča srajca Nemce in nemškutarje, posebno pa vlado v oči in je bilo za marsikoga združeno z neprijetnimi posledicami, če se je pokazal v sokolski srajci na ulici. Zlasti državni uradnik, pa tudi marsikateri zasebni uslužbenec je moral imeti precej zavednosti, a tudi poguma, da je oblekel rdečo srajco. Dandanašnji se tega nikomur ni bati, in navzlic temu je število krojev ob raznih slavnostnih prilikah razmeroma veliko manjše kakor nekdanje čase.

Vzrokov tega žalostnega pojava je več, toda nobeden ni takšen, da bi bil lahko članstvu v obrambo ali opravičilo. Poglavitni vzrok je pač pomanjkanje sokolske zavednosti in strogolednosti. Kadar Zveza, župa ali društvo pozove svoje članstvo, da pride v kroju, je dolžnost prav vsakega člana, ki ima kroj, da ga obleče in se prireditve udeleži. Tudi to je namreč ena izmed dolžnosti, ki jo vsak član prostovoljno prevzame, ko stopi v sokolske vrste.

Pri vseh nastopih zadnjega časa pogrešamo zlasti mlajše članstvo. Z veseljem gledamo pri sprevednih starejše sokole, ki se ne izmaknejo nobeni sokolski prireditvi, mladine pa skoraj ni videti. Prejšnje čase je vsakdo s ponosom in z veseljem oblekel rdečo srajco, danes ta dan se pa članstvo, zlasti mlajše, kar nekam sramuje, da bi se pokazalo na cesti v sokolskem kroju. Menda ni treba posebej poudariti, da član oziroma članica, ki se sramujeta kroja, nista prava sokola.

Zadnja leta se je pri nas razpasla grda razvada, da na razne popolnoma sokolske prireditve niti zvezni, župni in društveni odborniki ne prihajajo več v kroju. S tem dajejo, ne vemo, ali se sami zavedajo tega ali ne, članstvu, ki ima kroj, kaj slab zgled. Kako hočemo zahtevati od ostalega članstva, da obleče sokolski kroj za društveno javno telovadbo, če pa n. pr. niti odborniki društva ne smatrajo za potrebno, da to store! Mislimo, da tudi ne vpliva vzgojno na članstvo, če prihajajo zvezni in župni odposlanci na sokolske javne nastope v civilu.

Žalostno je tudi, da po nekaterih društvih pred svojo letno javno telovadbo na seji razpravljajo in sklepajo o tem, ali naj se za članstvo odredi kroj ali ne. Kdaj pa naj potem obleče sokol kroj, če ne na dan svojega vsakoletnega sokolskega praznika — na dan javne telovadbe?

To je samo nekaj misli o tej za sokolstvo vsekakor zelo pomembni stvari. Dolžnost vaditeljev in odbornikov je, da vzgajajo članstvo tudi na to stran, posamezniki pa lahko mimo tega, da sami store zmerom svojo dolžnost, tudi z osebnim prigovarjanjem pri članih pomorejo sokolskim javnim nastopom v kroju do čim večjega in mogočnejšega uspeha. Najlepša priložnost se nam nudi prav zdaj ob župnem zletu, na katerem moramo tudi s številom slavnostnih krojev pokazati, da v naši župi čut dolžnosti in navdušenja za sokolsko stvar še nista zamrla. Naj bi bil letošnji župni zlet prva stopnja k preroditvi našega članstva tudi na to stran! P.

S. T.:

»Držite se pokonci!«

Slaba drža se ne sklada z zdravjem,
a zdravje in lepota sta nerazdružna.

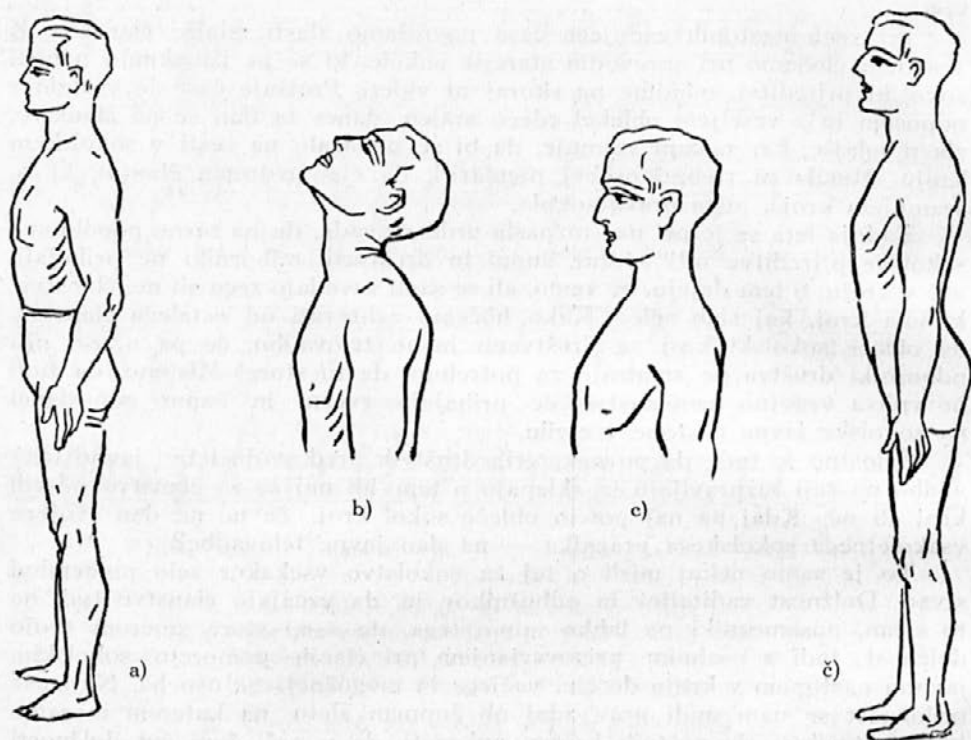
Demény.

Te besede nam je zapisal leta 1926. v 5./6. številki »Prednjaka« brat Murnik v svoji lepi razpravi enakega imena, v kateri je opozarjal na velikanski pomen pokončne drže za človeško življenje.

V držbi se izraža osebnost. Bojazljivec »leze vase«, hinavec se drži »prihuljeno«, bahač se »napihuje«, ta se »ponaša«, oni pa »nos visoko nosi«. Kajne, pri vsakem teh izrazov ti stopi živo pred oči natančna podoba tistega človeka? V n a n j i lik, njegova drža, pa tudi njegov n o t r a n j i lik, njegov z n a č a j, ki ga tako neposredno vidimo, in sicer izraženege prav v n a n j e m liku. Z nezmotljivim nagonom je s temi in podobnimi

besedami izrazilo ljudstvo tesno povezanost duše in drže telesa, ustvarilo je pa tudi natančno besedno sliko tega razmerja.

Drugače se držiš, če si pobit, žalosten ali če te »tišči« strah, drugače spet, če si »dobre« ali celo »prešerne« volje. Enkrat »v gube ležeš«: hrbtenica se ti boči, ramena povešajo, glava takisto. Drugič si vzravnani, prsi so vzbočene, glava vzdignjena, veselo in »odkrito« gledaš.



Tako se izraža vsaka duševna nastrojenost v čisto določeni, njej svojski obliki telesne drže. Popolnoma razumljivo je, da učinkuje ta povezanost tudi v nasprotni smeri: da telesna drža učinkuje na duševno nastrojenje. Navidezno neznamenit, pa pomemben primer iz vsakdanjega življenja: vsakomur se je že kdo ve kolikokrat pripetilo, da si je pregнал slabo voljo s tem, da se je odločno vzravnal in vzdignil glavo. Skušnja potrjuje, da si z gojenjem lepe, prave drže vzgojimo tudi vedrejši značaj, vedrejšo dušo; ta pa je nepoplačljivo bogastvo.

Dobra drža pa ne učinkuje zgolj na dušno zdravje, marveč tudi na zdravje telesa, zlasti pljuč — s tem pa na vse ostale ustroje. Poizkusi na primer samo, kako lahko in prosto dihaš, če si vzravnani in so prsi vzbočene, kako težko pa, če so prsi vdrté, postava sključena. Ta preprosti poizkus na lastnem živem telesu je prepričevalnejši in očitnejši kakor vse dopovedovanje. Dihanje je pa merilo in činitelj bolj ali manj zdravega, bolj ali manj čilega življenja. Prav o teh rečeh je mnogo povedal brat Murnik v razpravi, ki smo jo imenovali na začetku.

Nič manjši ni pomen drže za lepoto. Lepo telo je pa spet velikanskega pomena za življenje slehernega živega bitja; tem bolj za človeka, pa naj si bo otrok ali mož, starec ali ženska. Zato telovadimo v veliki meri s stremljenjem, da storimo telo stasitejše, da zlepšamo njegove oblike in

oplemenitimo držo kot bistveno prvino telesne lepote in s tem zdravja. Telo, pa naj bo še tako lepih oblik, ni lepo, če se tudi lepo ne drži. To velja za človeka in za žival. Najlepši človek je grd, če se ne drži prav.

Še prav posebno neločljiva sta pojma »dobra drža« in »telovadec« ali »telovadka«. Tako tesno sta zvezana, da si, brž ko zaslišimo besedo »telovadec«, že predočujemo čvrstega moža ali čvrsto žensko, ki se držita ravno kakor jelka. Po naših telovadnicah in pri javnih nastopih vidimo žal pogosto »telovadce« in »telovadke«, ki se drže in hodijo kakor potepena žival (druge primere res ni): povešena ramena, povešena glava, sključen hrbet in prihuljen pogled dajejo sliko nemogočega »telovadca«.

Toliko je teh pojav, da vsakdo lahko vidi, da pri nas na držo skoraj nič ne pazimo. Res sta redka vaditelj in vaditeljica, ki bi opozarjala svoje gojence in gojenke na primerno držo. In vendar bi morala biti slehernemu našemu človeku dobra drža v navadi; čisto nezavestno bi se moral držati pokonci, samo zato, ker so ga tega navadili. Skoraj vsi dandanašnji poklici s svojimi enostranskimi opravki vsiljujejo slabo in prav slabo držo, ki se ji sčasoma tako privadiš, da se je niti ne zavedaš več. Stvar vaditeljev in vaditeljic je, da naravnajo pozornost telovadcev in telovadk na to slabost dandanašnjega rodu. Z redkimi izjemami prihajajo v telovadnice skoraj sami ljudje s pokvarjeno držo. Zato mora biti prvo vzgojno prizadevanje vaditelja, da vcepi novincu razumevanje za pravilno držo vselej in povsod. Če telovadec ve, kako se mora držati, in če ve, da se ne drži prav, potem bo na držo tudi pozoren in se bo trudil, da se bo držal prav, ne le v telovadnici, ampak tudi izven nje.

Opozarjamo ob vsaki priliki na pravilno držo (glej sliko a). Posebno neprisiljeno lahko to storimo pri prostih in pri redovnih vajah, pri zboru in pri podobnih priložnostih.

Naj opozorim še na nekatere pogoste napake pri držah, ki jih imajo slabo poučeni za pravilne.

Stoj kakorkoli, trebuh ne sme moleti naprej; toda skriti ga ne smeš s tem, da premočno ulekneš križ in porineš sedalo nazaj (sedlasti križ — glej sliko č). Ramen ne vleci pretirano nazaj, da ti štrlijo iz hrbtne obrisa. Glave ne zaklanjaj (glej sliko b), zakaj s tem drže ne poboljšaš, ampak jo še poslabšaš. Zaradi ravnovesja se namreč prirodne krivine hrbtenice povečajo. Vzdigni glavo tako, da jo držiš naravnost pokonci (glej sliko c), in jo v tem položaju potisni naravnost nazaj (pritegni brado). S tem zravnaš vboklost tilnika in izboklost hrbta. Če stojiš v pozoru, naj ne bodo prsti stopal vsaksebi več kakor za dolžino lastnega stopala.

Vaditelji in vaditeljice, zlasti mladine, pripravite tiste, ki so se zaupali vašemu znanju in vaši vestnosti, tako, da bomo stopali na župnem zletu kakor gozd mladih jelk; vsi od najmlajšega do najstarejšega! Naj ljudje vidijo, da prihajajo sokolski telovadci in telovadke!

Lojze Lubej:

Vzpora v zakolebu na bradlji

Ta prvina spada v vadbeno vrsto opor in njih izmen. Je izrazito kolebna vaja in ni potrebna zanjo nobena posebna telesna moč, da jo izvedeš dovršeno. Če hočeš naučiti to vajo novinca, ga nauči najprej kolebanja v opori na zgornjih lehteh in kolebanja v vzpori. Dobro je, če vadi tudi vzpiranje

iz skleka v vzporo kolebno, in sicer: v predkolebu sklek, v zakolebu vzpora, in glej, da je pri vzpiranju nagnjen dovolj naprej, to je, da so ramena pred rokami.

Vzporo v zakolebu razloži in pokaži takole: Naskoči na lestvini v oporo na lehteh. Lehti naj bodo pri tem toliko napete, da ni nevarnosti, da bi zmuznili med lestvini. Takoj z naskokom ali pa s predkolebom vznesi noge v oporo vzosno tako, da je vse telo nad lestvinama, še bolj, spodnji del trupa naj bo višji ko ramena, noge približno vodoravno, kolena nad glavo. Nato razvij koleb; z rokami krepko stisni lestvini, da imaš trden prijem. Potem proži noge in trup v kotu 60° živahno, vendar ne s sunkom navzgor tako, da napravijo prsti nog čim večji lok, obenem pa pritezaj z lehtmi ramena čim bliže rok, ki trdno drže lestvini. Ramena morajo biti pri rokah že takrat, ko so stopala nog še v najvišjem položaju. Telo je pri tem še vedno malo sklonjeno ali togo, nikakor ga pa ne smeš ulekniti. Glave ne zaklanjaj! Od tu naprej podaljšaj gibanje telesa, ne da bi ga prekinil, z enako hitrostjo v čim večjem loku med lestvini in še dalje nazaj čim višje nad lestvini. Pazi, da je telo ves čas napeto, ker bi, ko bi ga uleknil, le zmanjšal silo koleba. Ramena morajo ostati ves čas popolnoma pri rokah. šele takrat, ko preidejo noge nad lestvini, jih s prožnim odzivom zgornjih lehti prenese naprej preko rok. Hkrati tudi vzpri, prav za prav, napni lehti. Tako boš dosegel pravilno, malo naprej nagnjeno držo telesa. Glava naj bo vedno v podaljšku trupa. Lepo je, če delaš vzporo tako visoko, da doseže telo vsaj vodoravni položaj.

Na enak način je treba delati vzporo v zakolebu po prevalu naprej sklonjeno ali iz stoje na ramenih. Razlika je samo v tem, da ne pritegneš ramen k rokam, ampak moraš preprijeti z rokami čisto blizu ramen, kakor hitro si prevalil telo sklonjeno v oporo vzosno na zgornjih lehteh. Tega prevala in preprijema ne delaj nikdar z naglico, ampak popolnoma umirjeno, vendar gladko spojeno z naslednjo prvino.

Prav tako se dela tudi vzpora v zakolebu po prevalu naprej uleknjeno, le način, kako razviješ koleb, je bistveno drugačen. Iz stoje na ramenih spusti togo telo (ne uleknjeno) z vso težo navzdol, a glej, da preprimeš z rokami čimprej in čim bliže k ramenom. Prijem lestvin naj bo krepak, da se z drsanjem zgornjih lehti ne zmanjša sila koleba, tisti pa, ki imajo nežnejšo kožo, se s tem tudi ognejo skelečim posledicam takega drsanja. Najlepše je, če med preprijemanjem v prevalu razročiš, a paziti moraš, da potem oprimeš lestvini, preden preide telo pod lestvini.

Če delaš vzporo v zakolebu pravilno, jo boš lahko delal tudi v stojo na ramenih. Glej, da razviješ dovolj velik koleb. Ramena, ki so čisto blizu rok, prenese nizko preko njih šele takrat, ko prehaja telo iz poševnega v navpični položaj. Ne tišči komolcev k telesu, zgornje lehti morajo biti med vajo vodoravne. Telesa ne sklanjaj.

Vzpora v zakolebu v stojo na rokah v vzpori je za bolj izurjene telovadce, ki popolnoma obvladajo svoje telo v tej stoji. Vzpora sama se dela tako, kakor vzpora v stojo na ramenih, kakor hitro pa prehaja telo iz vodoravnega v poševni položaj, je treba pričeti vzpirati. Odriv z zgornjimi lehtmi od lestvin mora biti močnejši kakor pri navadni vzpori. Kakor hitro pričneš vzpirati, pritegni komolce k telesu. To ti olajša vzpiranje in omogoči, da lažje obvladaš telo. Ko prehajaš v stojo na rokah, mora biti togo telo nagnjeno prav tako naprej, kakor pri obratnem prehodu razovno iz stoje v vzporo.

Pri učenju in izvajanju pazi na lepo držo telesa in vseh njegovih delov. Ta prvina z različnimi vezavami ni težka, a učinkuje le tedaj, če je lepo izvedena.

Župni zlet

PRIPRAVE ZA ŽUPNI ZLET

Letošnji naš župni zlet naj ne bo samo manifestacija rdečih srajc, ampak bodi hkrati tudi verna slika našega notranjega dela, in naj pokaže plodove vztrajnega, smotrnega in požrtvovalnega telesno- in duševno - vzgojnega prizadevanja v mirnem zatišju naših telovadnic, telovadišč in drugih naših vzgojnih prostorov.

Najlepša slika naše vsestranske vzgoje pa bo strogoreden nastop vseh naših pripadnikov od dece do članstva. Nihče ne sme ostati doma, kadar ga kliče v zbor sokolska dolžnost. Nihče se ne sme niti v mislih odtegniti našemu skupnemu nastopu, češ tudi brez mene se bo lahko izvršilo vse po določenem sporedu, saj nihče še opazil ne bo, da me ni. Kadar gre za korist celote, ne sme obveljati noben neopravičljiv zadržek in ne sme biti med nami prav nobenega brezbriznega člana in članice. Dokazimo javnosti, da smo strogo redna sokolska vojska, ki ne pozna nobenih ovir, ampak je zmeraj in ob vsakem času tam, kjer je treba. Prostovoljna strogo rednost, ki je najtežja, a hkrati tudi najlepša sokolska vrlina, naj nam preide v meso in kri in naj pokaže enega glavnih sadov naše vzgoje: podreditev lastne volje vsakega posameznika skupni stvari. Ko to dosežemo, šele tedaj lahko postanemo deležni smotrne sokolske vzgoje, šele tedaj storimo prvi korak do popolnega sokola, do dobrega, značajnega človeka, ki je najvišji smoter vsega našega hotenja in stremljenja.

Nikakor pa ni še zadosti, da se vsi odzovemo pozivu v zbor, ampak vsakdo mora tisti dan tudi drugače pokazati, da je vreden član sokolske organizacije. Vsak naj bo točno ob določenem času na mestu, ki mu bo odkazano. Tudi ene minute ne sme zamuditi. Le tako se bo lahko razvijal zlet točno in neovirano.

Naša velika prireditev bo pa seveda uspela na vse strani le tedaj, če bo vsakdo izmed nas strogo reden tudi takrat, kadar ne bo korakal v zboru ali pa dejansko sodeloval pri tej ali oni točki sporeda, torej tudi takrat, ko bo slučajno prost. Na ulicah, cestah in trgih, na izprehajališčih, v javnih prostorih itd., torej prav povsod, kjerkoli se bo v zletnih dnevih mudil, naj

se vede vsak posameznik dostojanstveno, neoporečno, vzorno. Da bo pa to še bolj poudarjeno, mora biti seveda tudi vsa naša oprema v najlepšem redu. Zlasti slavnostni in telovadni kroj morata ustrezati vsem sokolskim določilom. Posebej naj poudarimo: h kroju s a m o črni čevlji!

Zadnji čas so se naše vrste nekoliko razredčile. Prav je tako! Ni več tistih, ki niso imeli nič iskati med nami, in tako so ostali sokolstvu zvesti samo tisti, ki so pripravljeni, da se povsod in pri vsaki priložnosti neustrašeno in vztrajno bore za njegova načela. To prečiščenje našega članstva je sokolstvu samo v korist. Zato pa mora članstvo, ki je iz globokega prepričanja ostalo zvesto sokolski misli, nastopiti z vso strogo rednostjo, da tako javno dokaže svojo neomajno voljo in pogum ter pokaže vzvišeno vrednoto našega smotrnega in nesebičnega dela.

Pripraviti se pa moramo na vse točke javne telovadbe enako skrbno in vestno, zakaj vsaka teh točk mora biti viden izraz našega notranjega smotrnega delovanja.

Kakor vselej, bodo tudi na tem zletu višek skupne zletne proste vaje vseh oddelkov. Da bodo pa te vaje uspele tako, kakor je treba, ni odvisno zgolj od načelnikov in načelnic, od vaditeljev in vadiateljic, ampak tudi od vsakega posameznika in vsake posameznice. Izkoristite ta kratki čas, ki nas še loči od zleta, z vso vestnostjo in marljivostjo! Vadite proste vaje z vso vnemo! Toda ta vadba naj ne bo dolgočasna in enolična, da ne utruji duha in telesa ter ne odžene telovadcev iz telovadnice.

Vadba prostih vaj ne sme biti samo neprestano ponavljanje vse sestave. Kakor hitro si namreč telovadec proste vaje vtisne v spomin, je že prepričan, da jih zna in da je vsako nadaljnje ponavljanje samo nepotrebno mučenje. V resnici pa ni tako. Proste vaje zna zares samo tisti, ki popolnoma in natanko obvlada vsak posamezni gib sestave. Zato je treba obrniti vso pozornost prav na posamezne gibe. Urite in gladite, kar se da, razne gibe lehti, trupa in nog in jih vadite tudi posamezno. To bo poživilo vadbo, pa tudi koristilo celotni izvedbi vaj.

Skladnost prostih vaj, brez katere ni uspeha, je pri vsakem skupnem nastopu, zlasti pa še pri večjem, kakršen je župni zlet, odvisna od tega, kako so izvedeni posamezni gibi posameznih telovadcev. Posebno pomembno je to pri daljših gibih lehti, to je pri čelnih in bočnih lokih in krogih, pri katerih se najteže doseže skladnost. Za primer naj omenimo samo četrti takt druge sestave za člane, kjer se mora na prvi dve dobi napraviti bočni krog z desnico, na naslednji dve dobi istega takta pa bočni krog z levico. Samo s skrbno vadbo vsakega posameznika boste dosegli skladnost pri vseh telovadcih svojega društva. Če bo pa vsako društvo storilo na to stran svojo dolžnost, bo seveda potem tudi nastop vseh stotin telovadcev in telovadk na župnem zletu takšen, kakor je treba. Že pri manjšem številu telovadcev opazi bistro oko vodnika ali vodnice oddelka vse napake, ki motijo skladnost, še tolikanj bolj pa moti neskladnost pri velikem številu nastopajočih, kjer tudi nevajeno oko laika precej zapazi vsako pogreško, ki kvari povezanost gibov in skladnost izvedbe.

Pri vseh oddelkih pazite tudi na temeljno stoji telovadcev. Od pravilne držbe trupa in glave je namreč odvisna tudi pravilna izvedba tega ali drugega giba. Če temeljna drža ni pravilna, mora telovadec hote ali nehoti zavzeti najprej pravilni položaj, da lahko napravi nameravani gib. S tem pa že tisti gib zakesni, vsled česar seveda trpi skladnost.

Nadalje vadite pridno razstope in sestope pri posameznih sestavah, pri čemer je treba zlasti paziti na kritje. Pri članskih prostih vajah glejte zlasti na razstop pred prvo sestavo, kjer je v drugem taktu na drugo dobo določen pozdrav »Zdravo!«. Zahtevajte od vsakega telovadca, da vzklikne kratko in glasno, kar bo pomoglo k temu, da bo pri skupnem nastopu zaoril iz vseh stoterih grl en sam silen, mogočen »Zdravo!«. Razen razstopa v širino urite tudi razstop v globino, ki ga je treba napraviti že med pohodom. Nič ni bolj neprijetno za gledalca, kakor če vidi, da so nastopajoči, ki gredo po končanem rajalnem pohodu na svoje značke, korakali predaleč in se morajo potem pomikati spet nazaj, da dobe pravilno razdaljo. Nastop sam izgubi s tem ves svoj mogočni učinek in pusti v gledalcu neprijeten občutek.

Ne pozabite tudi na redovne vaje, ki jih vadite z vsemi brati, ki bodo sodelovali

na župnem zletu v slavnostnem kroju pri sprevedu in pri ostalih točkah sporeda (pri razvitju prapora itd.), da bo njih nastop vzoren. Pri odmoru se na povelje »Na mestu voljno!« pomakne po novem leva noga naprej, in ne več desna, kakor je bilo to doslej. Med pohodom je treba po vsakem povelju poudariti prvi korak. Še prav posebno pa urite zavoje med pohodom, da ne bodo nastajale neokusne vijuge, kar se vidi malone pri vseh javnih nastopih.

Kakor smo rekli, je le še malo časa do župnega zleta, toda z resno voljo ter z vztrajnim in smotrnim delom bomo tudi v tem kratkem času lahko še marsikaj popravili, izboljšali in tako dobro pripravljene nastopili na zletu.

Podrobnejša navodila dobite o pravem času.

Načelnštvo.

NAVODILA ZA ŽUPNI ZLET

Spored:

V soboto, dne 13. junija, ob 16. uri: Izbirne tekme članov in članic za zvezne tekme v Subotici na telovadišču Ljubljanskega Sokola, če bi šel dež, pa v Narodnem domu.

V nedeljo, dne 14. junija (na telovadišču Ljubljanskega Sokola).

Ob 8. uri: izkušnje vseh oddelkov (deca, žen. naraščaj, moški naraščaj, članice, člani, starejši bratje).

Ob 11. uri: razvitje župne zastave.

Ob 11.30 uri: spreved po mestu.

Ob 15. uri: javna telovadba:

1. Redovne vaje članov,
2. proste vaje ženskega naraščaja,
3. proste vaje dece,
4. hkratne vaje članov na bradljah,
5. proste vaje moškega naraščaja,
6. proste vaje starejših bratov,
7. vaje na orodju (vsi oddelki),
8. proste vaje članic,
9. proste vaje članov,
10. izmenski tek članov (400 × 300 × 200 × 100 m),
11. konjenica.

Načelnštvo si pridržuje pravico, da ta spored izpremeni.

Obleka.

Za sprevid: člani, moški naraščaj in moška deca slavnostni krog; članice, naraščajnice in ženska deca telovadni krog in čevlji; članice, ki imajo slavnostni krog, gredo v slavnostnem krogu.

Za telovadbo: pri redovnih vajah so člani v popolnem slavnostnem krogu; starejši bratje nastopijo k prostim vajam v slavnostnem krogu brez surke; člani, ki sodelujejo pri izmenskem teku, se preoblečejo po prostih vajah v obleko, ki je določena za proste panoge; pripadniki vseh oddelkov (razen starejših bratov) pa nastopijo k prostim vajam in k vajam na orodju v odrejenem telovadnem krogu. Vsi ženski oddelki imajo telovadne čevlje s kratkimi belimi nogavicami, naraščajnice mimo tega še rdeč trak v lasih.

Na slavnostnih krogih ne smejo biti drugi znaki in okraski, kakor samo določeni trak z napisom.

Načelniki in načelnice odgovarjajo za pravilno obleko svojega članstva.

Slačilnice

bodo na sejmišču zraven telovadišča. Če bi se v tem kaj izpremenilo, bomo sporočili v dnevnikih.

Tisti bratje, ki bodo sodelovali pri redovnih vajah in pri prostih vajah, se bodo preoblekli v telovadno obleko na telovadišču, kjer bo za to določen primeren prostor.

Vsi, ki sodelujejo morajo priti s prvimi jutrnjimi vlaki v Ljubljano, razen tistih z dolenske stran, ki pridejo z vlakom ob 8,51. Pojdite naravnost na telovadišče.

Ne nosite s seboj vrednostnih predmetov (zlatnine in podobnih reči), denarja pa le toliko, kolikor ga potrebujete za ta dan.

Zupni zlet bo ob vsakem vremenu. Sokolski ponos nam veleva, da bomo v vsakem primeru ob določenem času vsi na svojem mestu.

Društvene vesti

IZ ŽIVLJENJA SOKOLA I — LJUBLJANA - TABOR

To društvo ni samo eno največjih v naši sokolski zvezi, ampak je hkrati tudi med najmarljivejšimi. S svojimi 1300 pripadniki opravlja pomembno prosvetno nalogo v vzhodnem delu Ljubljane. Zaradi odporne moči vzgojenih pripadnikov je stalno v nezmanjšani delavnosti. To dokazujejo močni telovadni oddelki: 80 članov, 40 članic, 60 ženskega naraščaja, 90 moškega naraščaja in 150 dece. Da zmaguje društvo v teh težkih časih toliko dela, ima največje zasluge društveni vaditeljski zbor, ki šteje 35 članov in članic. Člani tega zbora so lahko zgled vztrajnosti in delavnosti. Tako je brat Tone Gorjanc praznoval letos 15 letnico, odkar vodi moško dečo pri Sokolu I. Brat Anton Trebec je lani prekočal 50. leto rojstva, brat Ivan Prosenec pa je to obletnico praznoval letos v krogu moškega naraščaja, katerega priljubljeni vodnik je že dolgo vrsto let. Vsi trije, ki so vzor vestnosti, rednosti in delavnosti, so vse svoje življe-

nje posvetili Sokolu. Navzlic velikemu delu ima pa vaditeljski zbor še dovolj sile, da je najmočnejši vir tudi za višje sokolske edinice. Tako je vodstvo ljubljanskega okrožja poverjeno članstvu s Tabora, v župnem strokovnem odboru pa deluje kar 15 članov in članic s Tabora.

Seveda je temu primerno delavna tudi društvena uprava z vsemi svojimi odseki, ki skrbi za tisočera pomembna vprašanja, vzorno vodi obširno društveno gospodarstvo in varuje svetle tradicije taborske družine.

Vreme društvenim zimskim in pomladanskim prireditvam letos ni bilo naklonjeno. Dne 5. aprila je bila čajanka naraščaja, za katero je pestri družabni spored sestavil naraščaj sam. Naraščaj se je udeležil prireditve polnoštevno ter je v prijetni družabnosti in zabavi preživel nedeljski popoldan. Dne 3. maja je priredilo društvo preizkušnjo strogorednosti telovadnega članstva in naraščaja pod geslom: »Prerrojene sokolske legije«. Članstvo in naraščaj je bilo o prireditvi obveščeno taj-

no, po trojkah. Vzlic največji plohi se je točno ob napovedanem času zbralo 168 oseb obojega spola. Ker zaradi slabe poti niso mogli izvesti nameravanega pešizleta, so v četverstopih pevajoč odkorakali na Tabor in tam predelavali snov za društveni javni nastop. Dne 10. maja je bila dobro obiskana in dobro pripravljena dečja akademija, ki je že vsa povojna leta priljubljena tradicija »očeta« dece brata Toneta Gorjanca. Dne 17. maja bi se bilo moralo društvo udeležiti pešizleta in nastopa V. skupka »Prerojenih sokolskih legij« ljubljanske župe. Vse je bilo najlepše pripravljeno, kakih 500 Taborjanov pa kar ni moglo razumeti, da lahko nedolžna narava uniči toliko lepih nad in veselega pričako-

vanja. Spet je slabo vreme onemogočilo prireditve. Taborske telovadne vrste pa niso nikdar v zadregi. Zakaj ima društvo svojo lepo telovadnico? Popoldne so se zbrali v njej vsi telovadni oddelki z društveno godbo vred in izvedli popoln poizkusni nastop: v prostih vajah, redovnih vajah, skokih, metih in v narodnih kolih. Pesem je odmevala v dvorani, lica so žarela. V delu in prijetni družabnosti je minil popoldan. Vse delovanje društva je zdaj usmerjeno v delo za čim lepši društveni telovadni nastop, ki bo dne 7. junija, za župni zlet in za vse ostale velike prireditve, ki se bodo vrstile v poletnih mesecih.

Objave

Izbirne tekme za zvezne tekme v Subotici.

Razpisujemo izbirne tekme članov in članic za zvezne tekme v Subotici.

Tekme bodo v soboto, dne 13. junija, na telovadišču Ljubljanskega Sokola. Začetek točno ob 16. uri. Vrsti, ki bi ne bila ob tem času v sa popolnoma pripravljena za delo, se odbije od končnega uspeha 10 točk. Kazen za zamudo velja tudi za posameznice.

Obleka po določbah tekmovalnega reda.

Tekmovalce in tekmovalke je treba prijaviti do dne 8. junija. Po tem dnevu ne bomo sprejeli nobene prijave več. Posameznice je treba prijaviti imenoma, vrste po številu, oboje pa z znanambo, v katerem oddelku kdo tekmuje.

V prijavi naj se pove tudi, koliko bratov in koliko sester bi prenočevalo v Ljubljani, ker morajo vsi tekmovalci in tekmovalke sodelovati drugi dan pri župnem zletu. Prenočišča na slami bodo zastonj.

Župno načelništvo.

