

VESTNIK

SOKOLSKE ŽUPE CELJE

Leto V.

Celje, 15. decembra 1935.

Štev. 10.

DR. MILKO HRAŠOVEC:

Občni zbori društev

Le malo tednov nas loči od časa, ko bodo bratje in sestre poklicani, da na občnih zborih izvolijo upravo, ki ji poverijo za bodoče leto vodstvo društva.

Občni zbor je pomemben dan, gotovo najvažnejši za vsako društvo v celotnem časovnem razdobju.

Iz tega razloga temu vprašanju posvečamo v našem glasilu nekaj vrst. Ukoreninjena, za to pa slaba, v nekaterih krajih skrajno nemarna razvada je, da prihaja sokolsko članstvo na društvene občne zборе popolnoma nepripravljeno in neinformirano. Pri velikem številu društev smatra članstvo občni zbor le za formalnost, ki jo pravila od članstva zahtevajo in ko je treba pač prikimati, da stara uprava tudi v bodočem letu vodi društvo. Poznamo pa tudi mnogo društev, kjer pri določitvi kandidatov za člane uprav na občnih zborih ne igra nobene vloge zmožnost, temveč odločajo le osebni razlogi.

Par večerov pri kakem omizju, par nezadovoljnejšev, ki hočejo spremembo ne oziraje se na to, ali bodo spremembe društvu v prid ali v kvar, in kriza je tu.

V mnogih slučajih trpi vsled takih kriz društvo dolgo vrsto let, ker je posledica osebnostnega gledanja tudi osebna užaljenost.

In ker ima vsaka oseba svoje pristaše, nastaja v društvih razkol, ki je vse prej kot v prid naši organizaciji.

Zato naj sokolsko članstvo smatra za svojo dolžnost, da se za občni zbor dobro pripravi.

V čem obstoja ta priprava?

V prvi vrsti v tem, da vsak pripadnik organizacije v kraju svojega bivanja pretehta zmožnosti vseh onih, ki pridejo v poštev kot osebe, ki jim je mogoče poveriti vodstvo društva. Pri teh pa naj odločuje v prvi vrsti volja in veselje do dela, kar je včasih važnejše kot sposobnost za delo.

Najbolj sposobni ljudje so v mnogih slučajih delu v kvar,

če nimajo volje in veselja, da z obema rokama za delo zagrabijo

Mi rabimo delavcev, ki so, kot naša organizacija večno nezadovoljni, ki iščejo novih potov, ki si nalagajo novih naporov, da pridejo do višje in popolnejše stopnje.

Pri iskanju teh bratov in sester naj padejo vsi oziri na desno in levo: ne ugled osebe, ne stan, ne njegove premoževalske razmere, le volja in sposobnost naj odločujejo. Pomnite, da pripravnih delavcev v nobenem, še tako malem kraju ne manjka. Le poiskati jih je treba in jih postaviti na pravo mesto in uspeh ne more izostati.

Zgrešeno in v temelju napačno je tudi načelo, da je treba na občnih zborih stare sokolske delavce čimbolj nadomeščati z mladino. Isto velja glede načela, ki se na zborih tudi naglaša, češ, mladina nima pojma o delu, mladina ne sme v upravo in edino stari sokolski delavci so poklicani, da delajo in vodijo društvo.

Da so stari sokolski borci po svoji izkušnosti, prevdarnosti in borbenosti temelj društev, tega ni moči zanikati.

Da pa je za polet in za življenje, za sokolsko razgibanost, za iskanje novih smeri in za vsestranski napredek treba mnogih mladih in zdravih sil, je jasno. Kajti baš v posrečenem sodelovanju starih izkušenih borcev in mladih borbenih in idealnih delavcev je jedro zadovoljivega dela in napredka v društvi.

Kar je starejšemu prehitro, je mlademu prepočasno, kar je starejšemu tvegano, je za mladino glede uspeha jasno: v medsebojni izmenjavi misli med stari in mladim, v boju med starejšo sokolsko generacijo, ki odhaja, in med mlajšo, ki prihaja in prevzema posle, sloni napredek, ki ga vodi sokolska ideja.

Pred občnimi zbori se naj povsod vršijo članski sestanki, ki se jih naj udeleži vse, kar sokolsko čuti in kar sokolsko dela. Tu se naj oko v oko, pa na bratski način razjasni vse, kar je glede dela v preteklem letu in glede dela za bodoče leto potrebno razjasnitve.

Tu naj oni, ki so bili z delom uprave nezadovoljni, svojo nezadovoljnost na primeren način iznesejo, tu se naj razmotriva, kje in kako je treba delo poglobiti in poboljšati, in tu se naj končno iz vidikov, ki sem jih popisal, izberejo oni, ki naj društvo v bodočem letu vodijo.

Občni zbor sam naj poteka dostojanstveno in mirno. Vedite, da se občnih zborov udeleži mnogo ljudi, ki iz poteka občnih zborov sklepajo in sodijo o naši organizaciji!

Še enkrat podčrtavam: vse, kar je nezdravega, kar je spornega, kar je treba razčistiti in poboljšati, vse se naj izvrši

na članskih sestankih. Občni zbor sam naj bo dobro pripravljen: po trajanju kratek, po vsebini poročil pa dostojen: verna slika dela in življenja v društvu.

Funkcionarji naj v skrbno izdelanih poročilih iznesejo vse, kar je važnega v poslovni dobi, o kateri poročajo.

Debata o poročilih bodi stvarna. Pri volitvah pa naj sokolsko bratsko članstvo z disciplino dokaže svojo zrelost. Če boste, bratje in sestre, ravnali na občnih zborih in v pripravah zanje v smernicah, ki sem jih navedel, sem prepričan, da boste dosegli dvoje: krepko delo in napredek v svojem društvu v novem poslovnem letu in porast moči in ugleda društva. In to je danes nujno potrebno, ker nasprotniki Sokolstva z budnimi očmi motrijo naše delo.

Zato z veseljem in voljo v novo delovno leto 1936. To bodi naše gesto, to bodi naš cilj!

PRELOG MILOŠ:

Vzgoja sokolske mladine

Povsem drugače je s trgovsko-obrtno mladino. Komu pa niso znane bedne razmere vajenca iz trgovine, zlasti pa še iz obrti? Delo mu je večno, saj zase nima niti najmanj časa. Nadzoruje ga tuja oseba, ki ga večkrat smatra za zgolj delavca, a manj za človeka. Vzgoja je mnogokrat vzgoja trde pesti. Taka mladina, res, da več vzdrži, pač pa rada pade moralno sredi težkega in mestnega življenja. Tu je zopet treba, da poseže v življenje teh naših, skoro bi rekel, naših najboljših — sokolski vzgojitelj. Radi svoje okretnosti je kaj rada pripravljena mu slediti, a ovire so tam, kjer se ne uvidevajo potrebe druge vzgoje in drugih vplivov. Treba je to odstraniti z vljudnimi in dobrimi stiki z mojstri in nato še le pridemo k vzgoji, najbolje s podporo mojstra. Vajenci so zelo dovzetni za razna kulturna in socialna vprašanja, saj pa tudi prihajajo v stike z mnogimi ljudmi, mnogo tudi vidijo in slišijo. In ta mnogostranost je pogosto vzrok, da zajdejo taki vajenci na stranska pota, če jih pravočasno ne prestreže sokolski ali kak drug vzgojitelj. Povdarjam pa, da so radi svoje dovzetnosti manj vztrajni in bo sokolski vzgojitelj moral skoro bolj misliti na to, kako jih bo obdržal Sokolstvu, kar je velike važnosti. Ti sloji namreč tvorijo meščanstvo v glavnem; za Sokolstvo in dobrobit naroda pa gotovo ni vseeno, kakšno je to meščanstvo v nacionalnem in kulturnem oziru.

Srednješolska mladina je najbolj dovzetna idealom in to daleč od vsake realnosti. Tako tudi rabimo — kulturno, pri duševnem delu. Njo potrebuje Sokolstvo zelo pri svoji narodni

misiji, zato si jo moramo pridobiti vso — ni kompromisa. Dovedna je idejam. Če se je ne prime pravočasno sokolska miselnost, postane nasprotna in kot taka nam je silno nevarna. Največkrat je pa ta mladina tudi slabo vzgojena. Smatra se za nekako gospodo nad drugimi in tudi idejno vzvišena. To napačno vzgojo morajo vzgojitelji dijaštva najenergičneje zatirati, drugače se razbohoti in postane škodljiva ne samo družbi, temveč tudi Sokolstvu, ki mu je eno izmed glavnih načel — demokratičnost. Ta mladina naj spozna, da ni kasta, ki nič ne dela in živi na tuje stroške, temveč je potrebna, da s svojim duhom in svojim znanjem služi narodu kakor kdo drugi.

Že večkrat sem omenil, da mladina rada zapušča naše vrste in s tem je ne samo izgubimo, pač pa nam postane nasprotna in celo nevarna. Zato hočem izgovoriti nekaj besed o tem, kako ohranimo mladino Sokolu. Mislim, da je tudi tukaj kriva napačna vzgoja in napačno postopanje z mladino, pa bodisi od vodnikov ali drugih delavcev. Neki del krivde leži tudi v splošnem delovanju posameznih enot. Je tako ali drugače, mladina nam odpada, dolžnost prosvete in vzgoje sokolske je, da to razmotriva in skuša najti pota, da bi se ta odpadek zmanjšal in povečal prestop k starejšim oddelkom, oziroma k članstvu. Prvo sredstvo bi bilo to, da bi postopali z mladino v glavnem tako, kot sem si zamislil v tem predavanju, priporočal bi še pa sledeče: Mladino, ki je zrela za prestop, bi naj imela društva stalno v evidenci, torej v nekakih seznamih, v katere naj imata vpogled vsaj oba vodnika v poštev prihajajočih oddelkov. Nešteto krat je kriv sam vodnik višjega oddelka, če je prestrog, ali ne zna mladine tako zaposliti, kakor si sama želi. Važno je, da jo zaposlujemo času primerno, tako v telovadbi, kakor v prosveti. Ves čas siliti mladež na orodje ali ji delati pridige, je kvarno. Najpestrejših gostih prosvetnih prireditev se bo mladina naveličala. Bodi tedaj pri vzgoji taktik! Poleti boš gojil igre, telovadbo na prostem, plavanje, izprehode, izlete v gore, manj gledališke igre. Pozimi zopet orodje, smučenje, razne mladinske sestanke, zabave, mladinske popoldneve, šah ter drugo. Kjer imajo lutkovno gledališče, še program bolj obogatijo. Pri vsem tem naj mladina sama sodeluje, si izbira po lastni volji panoge udejstvovanja. Mladina, tako dobro zaposlena, mora sedaj k vodniku, ki mladine v tem oziru ne razume. Ni čudno, da izostaja ter vztrajajo le najidealnejši. Vodnik je pa lahko tudi najidealnejši, vendar imajo prestopniki predsodke, ki izvirajo iz plašljivosti, boječnosti. Dober vodnik in vzgojitelj bo znal vse to premostiti in to baš s tem, da se spozna pravočasno z vsemi prehodniki. Mladina takoj spozna vodnikove vrline, prehod k njemu se bo izvršil brez pretresov.

Šolske počitnice kakor tudi običajne letne pri sokolski telovadbi, nam močno razredčijo vsako leto vrste. Misliji bomo morali na to, da bomo pripravili mladino za prestop pred počitnicami. Počitnice so pač doba velike prostosti, ni potem čudno, da mladež, posebno še 14-letniki, ne pridejo več v telovadnico, posebno še pa tam, kjer jih nihče ne opozarja na Sokola in ne vabi na telovadišče. Pred počitnicami bo po naših ediciah treba urediti prestop, v jeseni pa le vpis. Tudi v češkem Sokolu so danes ta vprašanja aktualna in zamišljajo si jih na ta način: Pred počitnicami se poslovimo od prestopajočih dečkov in deklic prav prisrčno. Razgovarjamo se o spominih v Sokolu, predočimo jim, kako so v sokolskih vrstah doraščali, se učili telovaditi, pridobili so si mnogo spretnosti in še marsikaj. V spomin se jim lahko da diploma ali knjižica; za slovo jim napravimo izlet ali zabavni sestanek; spored naj v glavnem izvedejo sami; obsega naj tudi zaobljubo mladine, da pride po počitnicah zopet v sokolske vrste. Sestavi se še lahko program po njihovi želji. Ni priporočljivo vabiti na te sestanke drugih ljudi, le vodnik višjega oddelka naj bo prisoten. Vsa prireditelj mora imeti značaj domačnosti. Tako izveden prehod bo gotovo rodil uspehe, poskusite ga, bratje, izvesti po vaših društvih, zlasti s 14-letniki, in se sami prepričajte o uspehih!

Se pa sliši večkrat, zlasti od nasprotnikov telovadbe na orodju, da mladina ne mara orodja, ali ga celo mrzi. Pravim in trdim, da to ni res in da tam, kjer se ne nudi mladini nič orodja, odpade procentualno veliko več telovadcev kot tam, kjer se vadi tudi na orodju. Poglejte deco, ko pridirja do orodja, je že na njem. Tudi učitelji mi bodo morali priznati, da je mladina kar ogorčena, če se izvede telovadna ura brez orodja. Dober vaditelj zna urediti telovadbo na orodju tako, da ne škodi mladini. Orodna telovadba bo še pač ostala srce sokolske telesne vzgoje, okoli katere se sučejo vse ostale panoge.

Kakor se je izvršil prehod v skupini, tako se priporoča, da ostane ta skupina skupaj tudi v novem oddelku v isti vrsti, vsaj nekoliko časa. Ne trgajmo prijateljstev, s tem vzgajamo samotarje, ki jih današnji družabni red zometuje.

Tudi pametno taborenje napravlja močnejše vezi med vodnikom in mladino. Vpliv vodnika je med taborenjem velik, mladina se prepaja sokolsko in tak naraščajnik bo brez dvoma po počitnicah zopet prišel k telovadbi. Pri vsem tem gladkem poteku prehoda je pa glavna hiba nedostatek starejših, izkušenih vzgojiteljev in vaditeljev in pomanjkljivo sodelovanje društvenih odborov. Prosvetarji imajo tu zopet široko polje, trdo delo, ki bo pa rodilo uspeh.

Nepopolno bi bilo moje razpravljanje, ako bi šel preko važne panoge mladinske vzgoje, to je državljanske vz-

go je naše sokolske mladine. Dr. O. P. je jasno izpregovoril: »Državljska vzgoja je za popolno ozdravljenje našega jugoslovenskega narodnega življenja, za okrepitev našega narodnega in državnega edinstva tako važen postulat, da moramo nemudoma z vsemi silami pri vseh ustanovah od družine preko šole in društev sistematično pričeti z državljsko vzgojo.« Sokolstvo to nacionalno misijo že vrši, dalo si je to tudi v svoj program, vendar mislim, da je dobro, če o tem nekako razmislimo in delo v edinicah glede narodnostne in državljske vzgoje podesetorimo. Oglejmo si naše sosede, kaj storijo v tem oziru! Naš narod je še preveč pod predvojnimi vplivom, da bi ne bil potreben narodnostne in državljske vzgoje. Začeti je treba pri sokolskih najmanjših in v nekaj letih bo tu novi rod, prepojen s pravim nacionalnim duhom. Z novim rodom doseči še lepšo bodočnost Jugoslavije, to so pa naše največje naloge, bratje prosvetni delavci, bratje »Sokoli«!

† Br. Miro Černigoj

V tihi jeseni je ugasnilo Tvoje življenje, Miro. Legel si v grob v dobi, ko je bil Tvoj duh najbolj aktiven in Tvoja bistra glava polna najlepših načrtov. Kratka, pa tem bolj bogata je bila Tvoja življenjska pot, začrtana v duhu vzvišenih naukov nesmrtnega Tyrša, po kateri si hodil z železno doslednostjo.

V solnčni Primorski, ob sinji Adriji Ti je tekla zibelka in tam si preživel svoja otroška leta in se radoval srečne mladosti, dokler ni črni sovrag ugrabil naših krajev. Svobode sin si moral bežati in si našel svoj drugi dom ob bistri Savinji, v našem Celju. In tu si se predal z vso svojo ognjevitostjo narodu in Jugoslaviji. Od sokolske dece si prestopil v dijaških letih k naraščaju in ves prosti čas si prebil, če si le mogel, v telovadnici med brati, navdušujoč jih s svojim optimizmom in delavnostjo. Kako dobro si doumel bistvo in globino sokolske misli, dokazuje najbolj to, da si že kot naraščajnik, še bolj pa pozneje kot član, stalno vodil vrste in tudi oddelke ter pomagal pri prosvetnem delu. Ni minil nastop ali akademija, ne da bi Ti, Miro, sodeloval bodisi kot organizator ali pa, in to največkrat, kot telovadec! Dobro se Te spominjam še od naraščaja, pred očmi mi lebdi Tvoja slika, slika brata Mira s smehom na ustnicah in s pesmijo v grlu, ko je prihajal v telovadnico, da pomaga, kjer je bilo treba. V Tvojem srcu ni bilo sovraštva in odprto je bilo vsakemu iskrenemu Jugoslovniku, vsakdo je na-

šel pri Tebi dober svet in polni novih življenjskih moči smo odhajali od Tebe. Vedno smo videli v Tebi vzornika in vodjo, vedno je bil Tvoj glas odločilen, Tvoj nastop merodajen in vendar nismo slišali niti besedice samohvale iz Tvojih ust! Le nekaj je grenilo Tvoje življenje in Ti preganjalo smeh z usten: žalostna usoda naših bratov izven meja! Dobro si vedel, da bo edino močna Jugoslovija lahko pregnala temo nad njimi na severu in zapadu in je zato veljalo le njej vse Tvoje delo in mladost. Najprej dolžnost, potem šele počitek! je bilo Tvoje geslo in sledil si mu vedno. Komaj si vstal z bolniške postelje, že si se znova oprijel dela, ki ga pa nisi dovršil, ker Ti je nepojmljiva usoda pretrgala nit življenja.

Miro! Črna tuga je legla v naša srca, ko smo izvedeli, da je prenehalo biti Tvoje zlato srce in je za vedno ugasnil sij Tvojih ponosnih oči. Kratko, pa toliko bolj plodovitosno je bilo Tvoje življenje in kamorkoli pogledam, povsod najdem sledove Tvojega truda. V neprekinjenem delu si se izoblikoval v Sokola, ki nam je bil in nam bo svetel vzor, kačipot, ki nam bo vedno kazal, kakšen mora biti sin jugoslovanske matere!

Počivaj v miru, Miro, Tvoje delo nadaljujemo! — er —

Miru Černigoju v spomin

Kako zelo je bil med nami in z nami Miro Černigoj! Tako zelo, da smo in bomo še dolgo uverjeni, da vse to ni res, kar so pisali o njem in o pogrebu njegovem. Saj ga bomo nenadoma spet zagledali, ko pojde po celjski ulici visoko vzravnani, z mislijo pod jasnimi, ponosnim čelom, z bogato, idealno mislijo. Ali pa se bo zgodilo, da ga spet srečamo na kateri taki prireditvi, ki na njej ne bo manjkal, on ne. Nasmehnil se bo, v roke si bomo segli, in vse to, kar nas je hotelo begati, bo demantirano in vsem nam odleže spet. In v telovadnici bo izpregovoril pred sokolsko vrsto. Njegova misel, beseda njegova bo vodila, misel mladega, močrega, čistega, tako zgodaj v sebi dozorelega človeka bo segala v mlade duše, bo vanje sadila od svojega bogastva, da še tam raste in cvete in rodi žlahtne sadove v ljubezni in delu za tisti narod, ki mu je bil Miro tako ves do kraja vdan in je njegovi bodočnosti tako zelo zvesto in nesebično služil.

In vendar leži tu pred nami časopis s črnoobroblijenim imenom njegovim. In vendar so ga pokopali in toliko priče je bilo tam in solz. Ali je torej bilo res? To jesensko solnce je svoj zlati sijaj sipalo njemu v grob, zadnjič še, in potem so ga v

krsti nam in solncu zakrile grude, ki so trdo padale kakor nam na srca, na skrušena, bedna, osirotela.

Tista noč, ki je v njej umiral on, bila je vsa v zvezdah. Mimo njegovega okna sem šel, ko je umiral, obstal sem in zrl gor v okno in v zvezde. In žal mi je bilo do smrti zanj, ki mu zadnje žive trenutke sijajo zvezde, ki bi mu mogle blesteti bogato kako dolgo še!

Živel je Miro kratko, ali vendar bi se dal napisati življenjepiš o njem, dvaindvajsetletniku. Koliko obširnejši in bogatejši bi tak življenjepiš bil od življenjepisov kolikih osemdesetletnikov! Ne vem, morda je to tragika baš naša slovenska, da nam najboljša življenja ugašajo, še preden se razplamte v vsem žaru. Kaj vse bi nam njegovo življenje lahko povedalo o borbi za pot, za prostor, za solnce, koliko trpkih besed o vsem, kar je dragega izgubil, ko je zapuščal rodno pokrajino onkraj v meso našega narodnega telesa zarezanih meja, kako je tu med nami bil z nami v dobrem in slabem, v radostnem in bridkem, in kako mogočno je moral ljubiti vse naše, da je vselej zmagovito ostalo ono, s čimer se je ogreval v idealnem optimizmu, ki mu ga je dajal krepak duh.

Njegova pot je kruto končana. Podlegel je, padel je kot borec, junak, ne da bi bil v sebi omahnil. Zato mu je bilo slovo težko, prestal pa ga je s heroizmom, čeprav je moral z muko zapustiti nedoseženih še toliko ciljev, ki so se mu obetali lepi in borbe vredni. Ali, morda mu je bila prihranjena prevara, ki bi ga bila strla kdaj v duši? Ne, njega ne, samo njega ne! Presilen je bil, prebogat sam v sebi, čemu njemu vse drugo, saj je bil cilj v njem in sam v sebi se ne bi bil varal nikoli! In naj bi bilo tolikokrat močnejše od njega, kar ga je obdajalo v svetu, trdem, hladnem, ciničnem.

Tako pa je šel, ali zatonil ni. Sije nam iz daljin, blesti se nam vzor njegov, in samo na nas je, da ga vidimo in razumemo in mu sledimo povsod. Sledimo v delu in v borbi, v življenju in v smrti. In ko mu sledimo tudi v poslednjem koraku, ki ga je Miro Černigoj storil, tedaj naj nam bo dobro vsem, njemu in nam ž njim!

R.

M. PRELOG:

Vadbene ure za deco obojega spola

36. u r a .

Osnova:

Razgibanje s plazenjem in tekom pod raznim orodjem.

Vaje v stoji enonožno s pomočjo tovariša.

Viso oporno in ravnotežne vaje na dvovišinski bradlji.

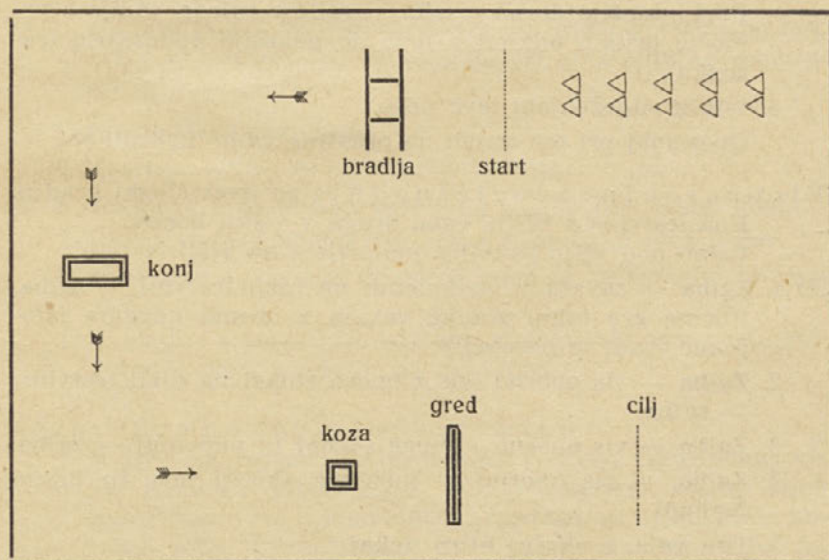
Boj za palico v odmerjenem prostoru.

Skoki med dvema vrvicama (skozi okno) — zviševanje in zблиževanje vrvic.

Igra: »Kdo bo dobil večkratki?«

Razgibanje s plazenjem in s tekom pod raznim orodjem.

1. Ob strani telovadnice razpostavimo razna orodja: bradljo, konja, koza, gred (lahko tudi stole). Deco postavimo v red, redove ali dvojne redove. Na povelje stečejo po telovadišču, nakar se splazijo pod omenjenim orodjem, dokler se dodobra ne razgibljejo.



2. Dve ali tri vrste tekmujejo, katera prva preide vsa postavljena orodja in pride prvi do cilja.

Vaje v stojeni nožni s pomočjo tovariša.

Deco razštejemo na »prve« in »druge«, dvojice so obrnjene s čelom k sebi.

1. ▽ ▽ ▽ ▽

2. △ △ △ △

- A) 1. »Prvi« prednožijo desno visoko (lehti poljubno), »Drugi« so v stoji razkoračno ter primejo noge prvih, prvi vadijo menoma odklone v desno in v levo. (Pri takih vajah s pomočjo se telovadci bolj potrudijo, ker nastane v dvojicah tekmovalje, kdo se bo lepše in močneje odklonil.) Menjajo!

Isto s prednoženjem leve noge.

3. = 1., a prvi vadijo menoma predklone in zaklone.

4. = 3. vaja s prednoženjem leve noge.

5. »Prvi« — na levo krug! — zanožite z desno, roke na tilnik — vadite menoma predklone in zaklone — seveda drugi zopet pomagajo!

6. Vaja 5. z zanoženjem leve.

- B) 1. Vadijo iste vaje z globljimi odkloni, predklon in zakloni.

2. V redovih: ◁ ◁ ◁ ◁ ◁ drugi

 < < < < < prvi

Prvi odnožijo desno visoko — roke v bok in vadijo s pomočjo drugih odklon v levo do položaja vodoravno (razovka).

3. Isto z odnoženjem leve noge.

Opozarjaj pri teh vajah na pravilne vdihe in izdihe!

Visoporno in ravnotežne vaje na dvovišinski bradlji.

Ena lestvina v višini čela, druga v višini bokov.

Čelno pod višjo lestvino, nadprijem na višji lestvini:

- A) 1. Zgiba — zavesa v podkolenih na nižji lestvini — zgiba. (Če ne gre takoj gladko zavesa z obema nogama istočasno, vadi to posebej!)
2. Zgiba — visoporno (vis z oporo stopal na nižji lestvini) — zgiba.
3. Zgiba — visoporno — noge skrčuj in napenjaj — zgiba.
4. Zgiba — visoporno — menoma skrčuj levo in desno (pohod).
5. Ista vaja, a skrčuj hitro (tekaj)!

- B) Najprej ponovi in vadi vis oporno in pazi na lepo izvedbo!
1. Zgiba — vis oporno — vis ležno na nižji lestvini — preprijem z desno na nižjo lestvino in z lokom v d. sed na nižji lestvini — obrat v klek na nižji lestvini s prijemom desne na višjo lestvino — seskok v vis čepno.
 2. Ista vaja z odročevanjem menoma desne in leve.
 3. Iz kleka preidite v vzporo čepno na nižji lestvini z oprijemom na višji lestvini — noge skrčujte in napenjajte — seskok nazaj!
 4. = 3., a iz vzpore čepno vadi menoma vzporo čepno odnožno z desno in z levo — seskok nazaj!
 5. Četrto vajo vadi hitreje — seskok nazaj z uleknenjem in odročanjem!

Boj za palice v odmerjenem prostoru.

1. Na tla odmerimo primeren prostor, najbolje v obliki kvadrata. Po dva in dva gresta v ta prostor, kjer skušata drug drugemu iztrgati palico, kakor je opisano v 24. uri. Premagan je tudi oni, ki prestopi označeni prostor; torej je igra otežkočena, ker skušata drug drugega poleg pretezanja za palico hkratu izriniti iz prostora.
2. Tekma vrst. Vrsta, ki ima več zmagovalcev iz boja dvojic, zmaga.

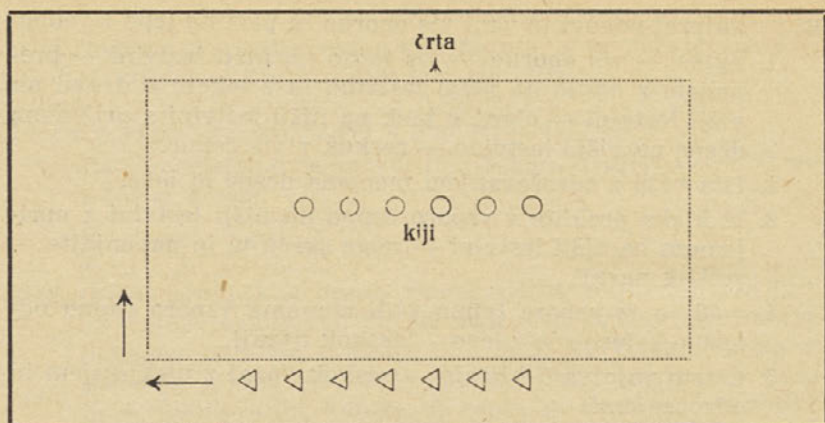
Skoki med dvema vrvicama (skozi okno) — zviševanje in zblíževanje vrvic.

Postavi stojala z dvema vrvicama, nižjo v višini 50 cm, višjo po uvidevnosti, da skočijo vsi brez dotikov spodnje ali zgornje vrvice.

- A) 1. Preskakujte poljubno!
2. Zgornja vrvica se polagoma znižuje.
- B) 1. Skakajte med obema vrvicama z odzivom desne noge!
2. Skakajte med obema vrvicama z odzivom leve noge!
3. Skakanje z odzivom določene noge in zniževanje zgornje vrvice.
4. Skakanje s poljubnim odzivom, zniževanje zgornje in zviševanje spodnje vrvice po uvidevnosti.

Igra: »Kdo bo dobil večkrat kij?«

V sredino telovadišča postavimo v ravno vrsto nekaj kijev (polovico toliko kijev, kot je igralcev). Okrog kijev potegnemo črto v enakomerni razdalji od kijev. Deca koraka, teka in vadi razne vaje zunaj označene črte, na



dani znak pa steče po kije. Polovica igralcev ostane brez kijev. Oni, ki so dobili vsakič kij, so zmagovalci. Če je to samo eden, dva, dobita za nagrado kako častno nalogo, recimo dežurstvo v prihodnji uri.

Igranje otežujemo:

- A) Korak, tek, tekajo in počepujejo, tekajo in poklekujejo, tekajo in sedajo itd.
- B) Tekajo in vadijo dvojne obrate, tekajo po štirih, po treh, poskakujejo kot zajček, poskakujejo po eni nogi in se vrtijo itd.

Vplivaj na deco, zlasti višjo, da bo gojila smučanje! Posvarjaj pa mladež pred škodljivim pretiranjem!

(Dalje)

S. BURJA:

Vadbene ure za člane

18. u r a .

Uvodne vaje. Ponavljalj vaje po lastni izbiri!

Bradlja dobočno: Osnova: vzpora vzklopno v sed raznožno pred rokama, vzpora vzklopno, kolo zanožno.

Iz stoje bočno sredi bradlje naskokoma v vzporo:

1. Predkoleb — zakoleb — s predkolebom spad v oporo na lehteh vzosno — vzpora vzklopno v sed raznožno pred rokama — sesed prednožno sosožno not ter z zakolebom $\frac{1}{4}$ obrat strižno v l. v sed raznožno pred rokama — pre-

prijem pred telo — stoja na ramenih — drža — preval sklonjeno naprej v sed snožno na d. lestvino — sesed prednožno sonožno v l.

2. Vadi vzporo vzklopno v sed raznožno — spad v oporo na lehteh! Navodila najdeš v 13. uri str. 144.
3. Predkoleb — z zakolebom vzpora ležno za rokama raznožno — s premahom d. naprej in predkolebom leve vsed raznožno pred rokama — sesed prednožno sonožno not v zakoleb — ponoviti — sesed prednožno sonožno v d.
4. Predkoleb — z zakolebom vzpora ležno za rokama raznožno — kolo zanožno z d. — ponavljaj!
5. Vadi vzporo vzklopno — spad — in kolo zanožno!

D r o g d o k o č n o. Osnova: naupor v podkolenu.

1. Naskokoma predkoleb — zakoleb — s predkolebom vis oporno — zakoleb (v visu oporno) — podmetno koleb — v zakolebu seskok.
2. Naskokoma predkoleb — zakoleb — s predkolebom zavesa v d. podkolenu (telovadec mora obe nogi prinesiti do droga) — zakoleb v zavesi — v drugem zakolebu naupor v d. podkolenu — premah odnožno z l. v sed snožno — spad v zaveso — vis v podkolenih — vzročiti — kolebanje v visu v podkolenih s pomočjo vaditelja, ki drži koleba-jočega za lehti — v predkolebu seskok.
3. Z zibom podmetno koleb — s predkolebom prevlek v vis zadaj (noge prevleči skrčene in pusti, da te koleb sam nese ter šele v visu vznožno skrčeno zadaj iztegni noge!) — predkoleb v visu zadaj — v predkolebu seskok.
4. Vadi naupor v predkolenu, kolebanje v visu v podkolenih in seskok, prevlek v vis zadaj!

D o l g a k o l e b n i c a: Osnova: podteki in preteki, poskoki. Ponovitev iz prejšnjih ur.

I g r a: a) Petelinji boj v vrstah, skupno. b) Samojedec. Igralci, največ 15, stoje v redu, držeč se okoli pasu srednjega. Prvi v vrsti predstavlja »glavo« samojedca in skuša v svoji požrešnosti odgristi lasten rep, t. j. zadnjega telovadca v vrsti. Kadar glava vlovi rep, postane glava rep in naslednji postane glava.

19. u r a.

U v o d n e v a j e. Ponavljaj vaje po lastni izbiri!

B r a d l j a d v o v i š i n s k a. Osnova: meti odnožno: kolo — naupor soroč — vzmik.

Višina lestev običajna.

Iz visa stojno čelno pod višjo lestvino, nadprijem na višji lestvini:

1. Z odzivom in zgibo kolo odnožno z l. v stojo na tleh — premah odnožno z d. — premah odnožno z l. v vis ležno — zavesa — oprijem z rokami na tla — seskok. Varovanje.
2. Z odzivom in zgibo kolo odnožno z l. v stojo na tleh — premah odnožno z d. — z oporo l. stopala in odzivom na nižji lestvini vzmik spredaj v vzporo na višji lestvini — sevlek naprej v zaveso na nižji lestvini — oprijem z rokami na tla — seskok.
3. Naskokoma vis oporno (s stopali) na nižji lestvini skršeno — naupor soroč v vzporo na višji lestvini — preprijem z d. na nižjo lestvino — zanožka v d.
4. Naskokoma z oporo na nižji lestvini naupor soroč v vzporo na višji lestvini — sevlek v vis vzosno spredaj — prevlek v vis zadaj — s prevlekom vis vzosno spredaj — z odzivom l. od nižje lestvine vzmik spredaj v vzporo na višji lestvini — preprijem z d. na nižjo lestvino — zanožka v d.
5. Vadi kolo odnožno v zgibi in naupor!

Odpori.

1. Dva s hrbti skupaj skušata drug drugega premakniti z mesta.
2. Dva s čelom skupaj, predročiti, roke vzklopljene, dlan ob dlan, lehti morajo biti napete.
3. Rešitev iz objema. A objema B-ja bodisi okrog pasu ali okrog prsi, B se skuša rešiti. Ponavljati in zamenjati vloge!
4. Boj za palice. Polovica vrste ima palice v rokah, druga polovica pa skuša v določenem času odvzeti palice prvim.
5. Prvi odroči, drugi položi roke na nadlehti prvega in tlači roke v priročenje. Zamenjati!
6. Prvi roke zaročno skrči — drugi stoji za njim in skuša komolce zbližati. Zamenjati!

Skok v daljino in višino obenem.

Obračaj pažnjo na dober odziv in dvig v višino!

P. n. naročnike, ki še dolgujejo na naročnini za leto 1935. nujno prosimo, da jo čimpreje nakažejo. Uprava Vestnika ima napram tiskarni svoje obveznosti, ki jih ne more poravnati, ako naročniki ne vršijo svojih dolžnosti.

Občni zbori

Poslovno leto se bliža koncu. V nekaj dneh nastopi Novo leto in z njim doba občnih zborov bratskih društev in čet. Člen 21. društvenih pravil je bil na letošnji savezni skupščini v toliko spremenjen, da morajo biti vse društvene skupščine končane do 10. februarja. Čete naj skličejo svoje občne zборе sporazumno z matičnimi društvi toliko poprej, da bo imelo matično društvo na svojem občnem zboru že izid občnega zbora pripadajoče čete. Bratska društva naj skrbijo, da skličejo skupščine pravočasno in ne odlagajo z njimi do skrajnega roka, to je do 10. februarja ali da bi ga celo prekoračila. Pazite, da bo članstvo izvedelo za občni zbor vsaj 8 dni poprej, da bo poučeno o dnevnem redu. Občni zbor prijavite pristojnemu sreskemu načelstvu. Te prijave so bile prejšnja leta kolkovine proste, medtem ko jih je treba sedaj kolkovati s kolkom za Din 5.—. Kraj, dan in uro skupščine prijavite pravočasno tudi župi.

V upravo ne volite večjega števila bratov in sester, kakor to predvideva člen 17. pravilnika. Navedeni člen omogoča zadostno število članov uprave tudi številčno močnejšim društvom. Pri izbiri nove uprave zasledujte edino cilj, da navežete na svoj krog le brate in sestre, ki bodo radevolje in z ljubeznijo sodelovali. Ako ste pri izbiri v dvomih, se opirajte le na to, od katerega od predlaganih bo imela edinica več koristi. Od izvolitve uprave sta odvisna delo in napredek društva (čete). Zato je treba biti za občni zbor pripravljen, ker od njega zavisi usoda edinice. Premalo zanimanje na občnih zborih je v največ primerih zakrivilo, da so se pojavile med letom težkoče ali celo zastoj. Izbira bodi svobodna v duhu naših načel. Pri izglasovanju odloča večina. Ako je ta pravilno ugotovljena, zoper izid volitev ni pritožbe. Izjema bi bila dana, ako posamezniki med izvoljenimi ne ustrezajo pogojem, izvirajočim iz pravic in dolžnosti sokolskega funkcionarja in odbornika. Člani nadzornega odbora (rač. pregled.) so ločeni in se jih ne voli še posebej v upravo, tako da ne morejo imeti hkrati dve funkciji. Ko boste poslali župi listo novoizvoljene uprave, pristanite tudi točno krstno ime in če mogoče poklic izvoljenega. Župna uprava pošlje radi vpisa v savezno kartoteko en izvod liste tudi bratskemu Savezu, radi česar so navedeni podatki potrebni. Novo upravo prijavite tudi pristojnemu sreskemu načelstvu.

Podrobnosti o načinu glasovanja, o pravici do glasovanja in do izvolitve, o dnevnem redu skupščine itd. so razvidne iz pravilnikov in poznejših dopolnil k pravilniku.

Kakor vsako leto, bo gotovo tudi letos bratski Savez izdal novoletno poslanico, ki jo na občnem zboru navzočim prečitajte.

Želja nas vseh je, da bi se glavne skupščine vršile v bratškem sporazumu in potekle v slogi, v dobrobit in napredek društev in čet.

Novi smučarski sodniki

Pred savezno smučarsko izpitno komisijo so napravili dne 8. decembra 1935 v Celju smučarski izpit sledeči bratje:

Br. Pintar Franc, Sv. Pavel pri Preboldu,

» Prestor Jože, Celje,

» Poljšak Rastko, Laško,

» Gala Gojmir, Trbovlje,

» Svet Ivo, Šoštanj,

» Šparhakec Jože, Celje,

» Božič Pavle, Celje,

» Pertot Stanko, Celje,

s. Čebela Ana, Celje.

Celjska župa ima sedaj 25 smučarskih sodnikov in dve sodnici.

12. januarja 1936 so župne smučarske tekme pri Celjski koči. Pripravljajte se!

R A Z N O

Sokolsko smučarstvo v letu 1934./35.

Savez je izdal statistiko o gibanju naših sokolskih smučarjev, iz česar posnemamo, da je gojilo prejšnje leto smučarstvo v 22. župah 158 društev. Skupno je 10.385 sok. smučarjev. Med temi je bilo tekmovalcev vseh oddelkov 4.268 na daljavo in 287 v skokih. Župnih tekem je bilo 12, društvenih 102, izletov 210 in tečajev 26.

Celjska župa ima 1.754 smučarjev Sokolov v 30 društvih, 25 sodnikov in 2 sodnici, 530 tekmovalcev. Izletov je bilo 43. Napredek od prejšnjega leta 215 smučarjev.

Bratom in sestram, naraščaju in deci, pripadnikom Sokolskih društev v župi, želi dobro, dela in uspehov polno

NOVO LETO

Sokolska župa Celje