

SLOVENSKI SOKOL.

GLASILO SLOVENSKE SOKOLSKE ZVEZE.

ŠTEV. 7.

V LJUBLJANI, 25. JULIJA 1913.

LETO X.

Ob petindvajsetletnici Sokola v Novem mestu.

(Dopis iz Novega mesta.)

Novomeški Sokol praznuje 10. avgusta t. l. petindvajsetletnico svojega obstanka. In ta dan bo pozdravljala naša dolenjska metropola v svoji sredi stotine in stotine slovanskih Sokolov. Slovenska Sokolska Zveza priredi svoj letošnji izlet na ta dan v Novo mesto in mnogobrojne deputacije raznih slovanskih sokolskih društev in drugih gostov se udeleže te slavnosti naše lepe Dolenjske strani. Tako bo 10. avgust za Novo mesto in vso Dolenjsko eden izmed najpomembnejših dni v zadnjih desetletjih. Novo mesto se tega zaveda in Novomeški Sokol in tudi občinski odbor, z g. županom Rosmanom na čelu, se bo potrudil po svojih močeh, da poneso naši slovenski in slovanski gostje kar najlepše spomine in vtise iz našega mesteca v širni slovanski svet. Ta slavnostni dan našega Novomeškega Sokola bodi lepa priča, kako se naše meščanstvo zaveda velikega pomena sokolske ideje za razvoj in napredek slovenskega naroda.

Dolenjski Sokol — tako se je društvo imenovalo ob ustanovitvi — ali sedanji Novomeški Sokol ima za razvoj narodne ideje na Dolenjskem velike zasluge. To društvo je poleg Čitalnice v Novem mestu, ki bo čez dve leti slavila svojo petdesetletnico, največjega pomena za vse narodno življenje na Dolenjskem. Že leta 1865., ko je slavilo Novo mesto 500 letnico svojega obstanka, so se novomeški meščani navdušili za sokolsko idejo, ko je poletel na njihovo slavnost takratni ljubljanski „Južni Sokol“, prvo slovensko sokolsko društvo, pod vodstvom svojega staroste br. dr. Henrika Coste. Novo mesto je sprejelo dične ljubljanske Sokole z velikim navdušenjem; o tem nam priča umetniško izdelana spomenica Južnega Sokola Novemu mestu, polna vznesenih izrazov o novomeškem gostoljubju in o lepoti dolenjske pokrajine, ki jo hrani novomeška občina v svojem arhivu.

Preden se je ustanovilo sokolsko društvo v Novem mestu samem, je poteklo v tistih časih, ko so bila naša mesta še močno ponemčena, seveda še lepo število let. Prvi občni zbor Dolenjskega Sokola je sklical dne 25. julija 1887 br. Ivan Krajec, sedanji ravnatelj mestne hranilnice v Novem mestu, potem ko je bil že malone dve leti načelnikoval pripravljalnemu odboru. Ta dan je torej rojstni dan Novomeškega Sokola. Prvi starosta društva, izvoljen na prvem občnem zboru, je bil br. dr. Franjo Rosina, sedaj odvetnik v Mariboru na Štajerskem. Ta zelo agilni mož je bil potem več let duša vsega društvenega delovanja. V društvo je vstopilo takoj ob ustanovitvi 62 članov, katerim se je pridružilo lepo število rodoljubnih mož iz drugih krajev Dolenjske, tako da se je društvo po pravici imenovalo „Dolenjski Sokol“. Društvo je dobilo že v letu svoje ustanovitve od vojaške uprave staro skladišče, bivšo kapucinsko cerkev, v uporabo in si je tako uredilo še dokaj čedno telovadnico ter si nabavilo vse potrebno telovadno orodje, dasi v prvih časih še niso telovadili sistematično in redno kakor dandanes. Še sedaj se nahaja telovadnica v tem prostoru, ki pa je seveda lepo preurejen in prenovljen. Hiša je sedaj last mestne občine novomeške, ki je šla Sokolu vedno lepo na roko. Leta 1889. je dobil Dolenjski Sokol svoj prapor. Zapisniki o mnogoštevilnih odborovih sejah in občnih zborih pričajo o živahnem društvenem življenju. Prvi voditelj telovadbe je bil br. Ignacij Klinc, sedaj davčni upravitelj v Črnomlju. L. 1893. je društvo sprejelo kot telovadnega učitelja br. Berganta. V društvu so gojili poleg telovadbe tudi streljanje. Prirejali so se mnogi izleti v razne kraje vse Dolenjske, na katerih so tudi redno javno telovadili. Tako so švigale iskre silne sokolske ideje po vseh krajih ljubke naše Dolenjske. V dolgi vrsti 25 let nahajamo v društvenih za-

pisnikov med načelniki, odborniki, vaditelji in člani najrazličnejša imena; načelovali so društvu najodličnejši zastopniki novomeške inteligence in meščanstva v lepi slogi. Družila jih je pač velika sokolsko-demokratska ideja, ki ne pozna razlike med visokimi in najnižjimi sloji človeške družbe. Nastopali so pod istim praporjem vrli meščani, obrtniki, trgovci, veleposestniki, odvetniki, profesorji, zdravniki, uradniki, starejši in mlajši, rokodelski vajenci in pomočniki in šolski otroci. V zadnjih 10 letih je imelo društvo tudi marljiv ženski oddelek, ki se je istotako udeleževal vseh večjih prireditve z lepimi uspehi. Vaditeljica je bila sedanja gospa dr. Celestinova v Črnomlju. Nekaj let je telovadil tudi naraščaj, dokler tega niso preprečile znane razmere.

Društveno življenje se je zlasti od tistega časa na novo poživilo in notranje poglobilo, odkar so prišli iz Ljubljane v Novo mesto nekateri mladi telovadci iz dr. Murnikove šole, prepojeni s pravim sokolskim duhom in s pravo sokolsko idejo, kakor sta jo zamislila velika češka ustanovitelj Sokolstva: Fügner in Tyrš. Bratje Gregorc, Perdan, Kozina, Papež in drugi so s svojim neumornim delom v telovadnici mnogo storili za napredek društva. Od leta 1906 pa do danes se neprenehoma redno in sistematično goji telovadba mlajših telovadcev in starejše vrste; za telovadbo starejših bratov je posebno vnet brat Tomažin. To sistematično sokolsko delo je rodilo lepe uspehe. Število članov je naraslo na 200. V zadnjih letih se je udeležil Dolenjski Sokol, iz katerega je v tem času nastalo „Telovadno društvo Sokol v Novem mestu“, pod vodstvom svojih delavnih starost bratov Vladimirja Vojske in dr. Jakoba Šegule vseh večjih sokolskih prireditve na Slovenskem in Hrvaškem in vse-slovanskih sokolskih zletov v Pragi in Zagrebu. Tudi pri sokolskih tekmah je nastopalo društvo

z lepimi uspehi. Leta 1906 je dobila novomeška vrsta v Zagrebu tretje darilo pri tekmi v nižjem oddelku. Na vsesokolski medzletni tekmi v Ljubljani leta 1910 si je priborila vrsta Novomeške sokolske župe, v kateri so razen brata Fuxa iz Metlike telovadili sami novomeški telovadci, celo prvo darilo v višjem oddelku. Na mednarodni tekmi v Luksemburgu leta 1908 in na tekmi za prvenstvo v Pragi leta 1912 je društvo častno zastopal njegov načelnik br. Perdan.

V društvu se pa tudi ni zanemarjala duševna izobrazba članov telovadcev. V zimskih dneh so se prirejali v prostorih Narodnega doma za telovadce čajni večeri s predavanji in razgovori o raznih strokah znanosti in umetnosti, za kar se je posebno požrtvovalno trudil medicinec Murgel v družbi nekaterih svojih tovarišev visokošolcev. Po smrti pesnika Gregorčiča je priredilo društvo Gregorčičev večer, na katerem je telovadcem predaval opesniku Gregorčiču prof. Dav. Majcen. Statistika javne knjižnice Novomeške čitalnice izpričuje, da so mladi telovadci-Sokoli med najmarljivejšimi izposojevalci knjig. V vrstah teh čilih mladih mož se kaže resno stremenje po izpopolnitvi, po duševnem napredku, dokaz, kako blagodejno vpliva v vsakem oziru silna sokolska ideja na posameznika in s tem na ves narod, ki se zaveda njenega velikega pomena.

Opravičen je moški ponos, s katerim se ozira Novomeški Sokol na prvo četrstoletje svojega življenja. Društvo je sicer v široširnem slovanskem svetu le neznatna vejica, ta vejica pa je pognala na velesilnem mogočnem drevesu slovanskega Sokolstva, kateremu izvor in končni cilj je sila, sila teles, sila duhov, sila src in sila značajev.

In v tem svetem znamenju je naša bodočnost! Novomeškemu Sokolu — Na zdar!

MILA KOUTNÍKOVÁ:

Žena v Sokolu.

(Dalje.)

Ker so se ženski odseki ustanavljali dokaj prenačljeno in na tleh, često zrahljanih samo od trenutnega navdušenja, je dolgo ostalo mnogo nepremišljenega v našem sokolstvu. Žena, vesela, da sme razširiti organizacijo, od njenega postanka tako pomembno za narod, se je dala voditi izključno od srca in ni pojmovala vseh teh vzvišenih nalog, h katerim jo je Sokolstvo moralo vesti in ji pomagati, izpolnjevati te naloge v resnici častno.

Telovadba in zdravje ter lepota telesa.

Telesna vzgoja žene s telovadbo sama še danes ni polno in pravilno umevana. Prvi namen telesne vzgoje je

zdravje in lepota telesa. Pri nas je žal pojem lepote napačen; ni zmislja za gibčnost, eleganco gibov, somerno rast, prirodno lepoto. Pri nobenem drugem narodu ne čislajo tako neestetične debelosti pri moških in zlasti pri ženah. Stvaritelj sokolske vzgoje je bil estet par excellence, ljubil je antično lepoto in jo smatral za umetniško največ vredno. Zastonj pa iščemo med grškimi in rimskimi umotvori kipa ženske, ki bi se odlikovala z debelostjo, ženske, ki bi imela neprirодно umetno prežet stas, skratka, ženske, ki bi bila podobna ženi, ki jo ima današnji povprečni češki človek za lepo. Sokolska vzgoja hoče v prvi vrsti dati ženi prirodno rast in

oblike antične lepote; doseže jih telovadka, ki telovadi primerno, pridno in redno, pa seve ne nosi brezsmiselnega steznika. Ovratnikom, kakor so jih nosile srednjeveške viteške gospe, se smejemo; ali le pogledite v izložbe trgovin s stezniki in uvidite, da bi se človek, ko ne bi obžaloval prirodne lepote teles, ki jih imajo izkazati, moral smejeti, za kaj porablja XX. stoletje svojo bistrumnost. Sokolska telesna vzgoja se mora upirati vsemu neprirodnemu in nezdravemu. Dosti je znano, kakšen vpliv ima steznik na položaj notranjih organov, kako jih stiska in kako prav ta tlak kvarno vpliva na celotno zdravje žene, na specialne njene materine naloge pa tem kvarneje, ker so fini ti ustroji dvojno kočljivi. Edino prosti razvoj usposobi telo, da se uspešno upira pretečim nevarnostim in da je zmožno dati novi generaciji močno in zdravo življenje.

Naše dame imajo edino težnjo: da bi njih telesce bilo prav mehko, pomehkuženo, brez mišic, obrito samo od tolišče. Govoreč o mišicah, nimam na mislih take trdosti in in sile mišic, kakršna tvori lepoto moškega telesa, ampak zmerno mišičevje, ki lepša žensko telo in ga usposablja, premagovati kvarne vnanje vplive. Všečnost v slabosti in brezmočju, kar je bil glavni mik srednjeveške žene, že davno ni časa primerna. Žena vzdihujoča nad par koraki, izgubljajoča zanimanje za vse okoli sebe, za vsako malce gladu in žeje, se že davno kaže prezastarela. Može sami, ki jim je nekdanj godila njih ogromna premoč v odpornosti proti tem vplivom, danes že neradi vidijo ženo, ki vsak užitek sebi in drugim pokvari s tem, da se vdaja neprijetnim telesnim počutkom.

Telovadba lajša obvladanje telesa, tvorec telo trdnješe in vdano vladi duše. Kdor ni izkusil, ne ve, kako ljub je občutek, kadar se človek more vdajati n. pr. užitku prirodne lepote vzlic temu, da je truden, lačen in žejen. Tu seveda mej

telesna vzgoja tesno na npravstveno, zakaj s tako vadbo v obvladovanju telesnih občutkov se krepi volja in oblast nad seboj, uspeh pa je, da ne čutimo, kar nočemo čutiti.

Tudi je treba gojiti od nežne mladosti zlasti pri deklicah zmisel in zanimanje za vse, s čimer je mogoče življenje poplemeniti in obenem poprijetiti, učiti jih uživati male radosti, katerih polno prinaša življenje onim, ki jih znajo uživati. Greši se zategadelj v naši narodni vzgoji, če se pri otroških slavnostih preveč skrbi za hrano v velikem; otroci potem mislijo, da brez jedi in pijače ni užitka in gube zmisel za druge radosti, duševne in npravstvene.

Sokolska telovadba je koristna zdravju žene vsake starosti. Ob svoji obsežnosti vadiva, bogastvu vaj, tudi jako enovitih, koristi že razvoju deklic od 8. leta dalje. Naša mladina je prisiljena sedeti 4—6 in več ur na dan v šolah. Ob najzornejšem navajanju k ravnemu sedenju, ob vsej možni skrbi za zadostno čiščenje in zračenje in dobro razsvetlavo, je to nepremično bivanje v razredih za duševno delo škodljivo zdravju in razvoju otrok, če ni dopolnjeno s temeljito in resno telesno vzgojo. Najsilnejši duh propada v bolehnem ali slabem telesu. Zlasti dekleta potrebujejo naše telovadbe iz treh najmočnejših razlogov: 1. radi svoje slabše telesne konstrukcije, ki jo neugodni vplivi laže preobladajo, nego pri dečkih, 2. ker na deželi dekleta v šolah nimajo niti te sicer nedostatne šolske telovadbe, 3. ker je prav njim treba velike čvrstosti telesne v prvi vrsti in prid novi generaciji, ki ji imajo dati življenje in prav njim domača in šolska vzgoja odkazuje mnogo več sedenja nad raznimi ženskimi deli. Starši bi se morali iznebiti vse neumestne bojzani in vseh strankarskih političnih ozirov in dati povsod svojim otrokom sokolsko telesno vzgojo.

(Dalje prih.)

Navodila za Zvezni izlet v Novo mesto.

Dolžnost načelnika vsakega društva je, da skliče vse članstvo (telovadce, telovadke in člane v kroju), ki hočejo na zlet, k sestanku, kjer mu je prebrati in temeljito razložiti ta navodila.

Splošna navodila za vse članstvo v kroju.

Za posebni vlak dne 10. avgusta 1913. velja tale vozni red:

odhod iz Ljubljane južni kolodvor	ob 6.55	zjutraj
„ „ „ dol. „	„ 7.05	„
„ „ Škofljice	„ 7.23	„
„ „ Grosupljega	„ 7.54	„
„ „ Trebnjega	„ 9.07	„
prihod v Novo mesto	„ 9.55	„
povratak iz Novega mesta	„ 9.11	zvečer
povratak v Ljubljano	„ 12.14	ponoči.

Vozne cene tja in nazaj.

iz Ljubljane južni kolodvor	II. razred 4.90 K	III. razred 2.70 K
„ „ dol. „	II. „ 4.50 „	III. „ 2.50 „
„ Skofljice	„ II. „ 4.10 „	III. „ 2.20 „
„ Grosupljega	„ II. „ 3.50 „	III. „ 1.90 „
„ Trebnjega	„ II. „ 2.10 „	III. „ 1.10 „

Vozni listki se bodo prodajali pred odhodom vlaka pri postajnih blagajnicah.

Da se prepreči naval osobito na ljubljanskih postajah, priporočamo bratom načelnikom, da poberejo zneske za vozino od posameznikov in skupno kupijo vozne listke.

Takoj po prihodu vlaka v Novo mesto se Sokolstvo pred kolodvorom vredi za izprevod v naslednjem redu:

1. Godba.
2. Zvezni prapor (na vsaki strani praporščaka po en namestnik).
3. Tri korake za njim: Zvezno predsedstvo.
4. Tri korake za njim: vsi društveni prapori, po dva praporščaka s svojima namestnikoma v četverostopu.
5. Sokolske župe: obmejne po abecednem redu, Kranjske po abecednem redu, izprevod zaključuje Novomeška župa.

Župe se uredijo tako:

a) 6 korakov za društvenimi prapori, oziroma za zadnjim zborom sprednje župe: župni starosta in načelnik (oziroma namestnika).

b) 3 korake za njimi: reprezentančna četa (župni podstaroste, društveni staroste, ozir. podstaroste) v dvo-redu.

c) 3 korake za njo koraka zbornik prvega župnega zbora, tri korake za njim prvi zbor v predelku (čete v dvo-redu po 12 članov).

d) Drugi zbori v predelkih.

Med posameznimi zbori je presledek devetih korakov. V tem presledku, tri korake pred prvo četo svojega zbora, koraka zbornik. Četniki korakajo 1 korak za sredo svoje čete. Med posameznimi četami je 6 korakov presledka, računjeno od prvega člana sprednje čete do prvega člana naslednje čete.

V posamezne zборе uvrste župni načelniki člane po velikosti brez razlike, h kateremu društvu pripadajo; paziti pa je po možnosti, da se člani enega društva ne uvrste v dva različna zbora. Vsak zbor obsega praviloma 4 čete. Kako je ravnati ob eventualnih prebitkih nad potrebno število bodisi čet v zadnjem zboru, bodisi članov v zadnji četi, oziroma ob eventualnih nedostatkih do tega števila, se določi na zbirališču. Vodnike posameznim zborom (zbornike) določi župni načelnik, zborniki pa pri svojem zboru določijo vodnike posameznim četam (četnike) in pa krajnike.

Trobiti je dovoljeno samo župnim trobentaškim zborom, oziroma društvenim trobentaškim zborom, ki jih župni načelnik določi kot župne. Mesto v izprevodu se jim določi na zbirališču.

Izprevod se ustavi pred mestno hišo, kjer stori Sokolstvo stik po navodilih, ki se dajo bratom župnim načelnikom ali njih namestnikom pred odhodom s kolodvora.

Proporščaki in reprezentančne čete izstopijo in se zbero pred mestno hišo po navodilih rediteljstva. Slede pozdravnih govori.

Po govorih zapoje Sokolstvo prvi del himne „Naprej, zastava Slave!“, ravnajoč se glede takta po godbi, ki bo svirala obenem.

Nato gredo praporščaki in reprezentančne čete zopet k svojim oddelkom. Sokolstvo odkoraka potem v istem redu, kakor je došlo, na telovadišče in se razide.

Vsak udeležnik v kroju je dolžan udeležiti se izprevida ter se bo z vsakaterim, ki se zasači zunaj izprevida, ravnalo kot s prestopnikom reda.

Pozdrave odzdravljajte v izprevodu na primeren način, toda tako, da se ne krši red.

Na telovadišču se prično takoj po razhodu, izprevida izkušnje za popoldansko javno telovadbo. Telovadcem se je **nemudoma** zbrati zanje. (Glej navodila za javno telovadbo.)

Društvena in telovadna obleka, znaki.

Dolžnost načelnika vsakega društva je, da na sestanku, omenjenem uvodoma, pregleda telovadno obleko udeležnikov in udeležnike v kroju podrobno pouči glede obleke. Skrajna čistost v obleki! Išcite časti v tem, da članstvo v vsakem oziru nastopi brez napake.

Brat načelnik, opozori zlasti, da so svilene rdeče srajce prepovedane, da morajo čevlji biti črni (nikakor ne rumeni ali lakasti), da je sokolski plašč vzeti s seboj, če bi deževalo ali se pripravljalo na dež; dalje da morajo telovadni čevlji biti črni brez pet, če pa ima telovadec črne telovadne šlape, da mora imeti nogavice temnomodre barve; da je prepovedano telovadske hlače obleči v čevlje, potegnjene morajo biti čez čevlje in pritrjene pod njimi. Priporoči telovadcem, da vzamejo s seboj dve telovadski srajci.

Opozori zlasti telovadke, da je nastop dovoljen samo v telovadnih čevljih, črnih brez pet! Telovadna obleka telovadk običajna modra, črne nogavice. Na glavi r d e č a r u t a !

Na surki na levi strani je prišiti ozek, 7 cm dolg trak s trobojnim vrhnjim robom z napisom kraja, od koder je tvoje društvo.

Na telovadni srajci sredi prsi je prišiti trak z napisom kraja, od koder je društvo (enak trak, kakor na surki).

Zvezni starosta ima trobojno šerpo, Zvezni načelnik svetlomodro šerpo in trobko. Staroste in podstaroste žup in društev imajo na desni rami trobojno zaponko. Načelniki, župni in društveni, ter vaditelji imajo na desni rami zaponke svetlomodre barve, načelniki poleg tega trobko. Praporščaki imajo na desni rami zaponko rdeče barve ter bele rokavice s širokimi manšetami. Drugi znaki so prepovedani!

Članice nimajo zletnega kroja. Prepovedano jim je, nastopati v kroju, posnetem po moškem kroju in s sokolskimi čepicami.

Telovadno obleko naj vsak telovadec zveže v sveženj ali vrečico. V vrečici vzemite s seboj tudi brisalko, milo, ščet, glavnik itd. Vrečico opremi telovadec s svojim imenom in z imenom župe in društva in jo deni v skupno vrečo (kovčeg itd.) društva, ki jo je opremiti z imenom župe in društva. S kolodvora v Novem mestu se ta vreča odpelje v oblačilnico pri telovadišču.

Redovne vaje. Sestanek naj se porabi tudi za vadbo redovnih vaj z vsemi udeležniki. Redovnim vajam pa naj se tudi poprej v društvih posveti vsa pozornost in se jih je udeležiti vsemu članstvu, ki nastopi v kroju in pri telovadbi.

Vsak udeležnik v kroju se mora vrniti skupno z društvom.

Vedenje med vožnjo, na kolodvorih, na zletu sploh bodi vedno primerno najčistejšemu pojmu o Sokolu.

Navodila za javno telovadbo.

Za izkušnje se morajo telovadci zbrati **takoj** po razhodu izprevida na telovadišču. Bratje župni načelniki zbero telovadce svoje župe ter jih vedejo v oblačilnico, kjer se vsaki župi odkaže njen oddelek. Izkušnje se prično takoj. Najpoprej člani tehničnega odseka preizkusijo izvedbo prostih vaj v posameznih župah. Nato se izvrši uvrstitev na zbirališču, nastop k prostim vajam in skupna izvedba vaj.

Telovadke se morajo istočasno s telovadci zbrati na telovadišču k izkušnji. Odkáže se jim nato oblačilnica. Njih izkušnja se izvrši med tem, ko se bodo pregledovale moške vaje in če treba tudi še med uvrščanjem telovadcev za njihov nastop.

Po izkušnji za moške proste vaje se telovadci na zbirališču takoj uvrste v vrste za orodje ter se preizkusi z njimi nastop k vajam na orodju.

Javna telovadba se začne **točno ob 4.** popoldne po naslednjem **sporedu**: 1. Proste vaje članov 2. Proste vaje žen. 3. Vaje na orodju (brez menjave). 4. Vzorne proste vaje (vaditeljski zbor „Sokola I. v Ljubljani“). 5. Telovadni plesi: a) gavota, b) valček (izbrani telovadci in telovadke „Sokola v Ljubljani“). 6. Vzorna vrsta na orodju (izbrani telovadci S. S. Z.) 7. Hkratne vaje in skupine na več bradljah (izbrani telovadci vseh treh ljubljanskih sokolskih društev).

Vsi telovadci in telovadke morajo biti že **ob polu 4.** oblečeni v telovadno obleko in na zbirališču pripravljeni za uvrščanje k nastopu za proste vaje. Br. župni in društveni načelniki ali njih namestniki, poskrbite, da bo članstvo Vaše župe ali društva pravočasno na svojem mestu!

Priprava orodja. Pozor, župni načelniki! Vsak župni načelnik mora določiti osem bratov, ki se ne udeležijo vaj na orodju, ter se po izkušnji za moške proste vaje zglasiti ž njimi pri br. Zveznem načelniku. Določeni so za pripravo orodja. Navodila dobe na telovadišču.

Nastop k prostim vajah.

1. Telovadci prikorakajo na telovadišče (samo „skozi en vhod“) v 4 enakoštevilnih predelkih v četverostopih. Med posameznimi predelki je razdalje 8 korakov.

2. Ko so vsi predelki na telovadišču, korakajoči na sredi proti strani, nasprotni vhodu, se na povelje: „**Skrati — korak!**“ in „**Stik naprej!**“ vsi predelki hkratu staknejo naprej k prvemu četverostopu vsakega predelka na razdaljo pol koraka med telovadci in korakajo sedaj s skračenimi koraki, eventualno na mestu, ako so prvi četverostopi že dosegli mesta, označena z zastavicami.

3. Nato naredi na povelje „**Desni v desno, levi v levo — v bok!**“ v vseh predelkih istočasno lihi (1., 3., 5. itd.) četverostopi, označeni na zbirališču kot „desni“, pol obrata v desno, sodi, (2., 4., 6. itd.), „levi“, pa istočasno pol obrata v levo.

Obrat in na to pohod se izvede tako: Na „... v bok!“ (glaseč se na desno nogo) naredi levi takoj poluobrat v levo na prstih desne (z obratom raznoimenske) noge, ne stopijo pa z levo nogo v novo smer takoj z dolgimi koraki, ampak jo postavijo na mestu k desni nogi, naredi nato še en korak z desno na mestu, torej dva koraka na mestu v novi smeri, s tretjim (z levo) pa stopijo potem predniki v dolgi korak (vse brez povelja) drugi, tretji in četrti pa izpočetka s skračenimi koraki in zapored z dolgimi, ko dobe prostor za to; — desni pa na „... v bok!“ naredi še en korak na mestu z levo nogo (z njih obratom raznoimensko) v prvotni smeri, se obenem na prstih te noge obrnejo s poluobratom v desno, naredi nato en sam korak (z desno) na mestu v novi smeri, na kar predniki teh četverostopov prestopijo z levo z dolgimi koraki, drugi, tretji, četrti pa, ko dobe za predniki prostor. (Glej podrobno razlago pri „pripravi za nastop“).

Tako se razdeli vsak predelek v dva, vsi torej na osem predelkov. V enakih razdaljah med seboj (8 korakov) ter z razdaljo dolgega koraka med telovadci korakajo štirje predelki, uravnani med seboj, proti eni podolžni strani telovadišča, drugi štirje pa enako proti drugi podolžni strani.

4. Bližajoč se obodom telovadišča (zastavicam), se na povelje: „**Skrati — korak!**... „**Stik naprej!**“ vsi predelki staknejo naprej vsak k svoji prvi vrsti na razdaljo pol koraka od prednjih telovadcev in korakajo sedaj s skračenimi koraki, eventualno na mestu, ako je prva vrsta že dosegla mesto, označeno z zastavicami.

5. Nato naredi na povelje „**Doljnji dol, gornji gor — v bok!**“ vsi predelki hkratu poluobrat in sicer:

po dva ona predelka, ki sta bliže vhodu telovadišča, torej štirje „doljnji“ predelki poluobrat v smer proti vhodni strani telovadišča;

drugi štirje, „gornji“, pa v nasprotno stran.

Obrat in izstop z dolgimi koraki (brez povelja) nalično kakor pri prvem obratu (zgoraj pod 3.). Za te obrate velja pravilo: Telovadci, ki se imajo obrniti v levo stran, naredi na „v bok!“ takoj obrat na desni nogi in na to dva koraka na mestu, tretji korak je dolg (z levo), telovadci pa, ki se imajo obrniti v desno stran, naredi na „v bok!“ še en korak na mestu, z njim vred obrat v desno, na to en

korak na mestu, torej skupaj tudi dva koraka na mestu, samo v različnih smereh, tretji korak (z levo) je dolg. Ker so vsi telovadci pred obratom korakali v razdalji dolgega koraka med seboj, naredi tu vsi, ne samo prve vrste, tretji korak dolg!

6. Ko se bližata prva dva doljnja in prva dva gornja predelka ožjima obodoma telovadišča, skratita korak na povelje „**Prvi predelki! Skrati — korak!**“; druga doljnja in druga gornja predelka (torej srednji štirje) pa korakata z dolgimi koraki naprej, dokler ne prideta na razdaljo enega (dolgega) koraka do predelkov, stopajočih pred njima, na kar, brez povelja, začneta korakati s kratkimi koraki, staknjena s svojima sprednjima predelkoma.

Tako imamo sedaj zopet samo 4 predelke, po enega na vsakem ogalu telovadišča v smeri proti ožjima stranema telovadišča. Prve vrste, prišedši do zastavic pred stranskima obodoma, začnejo korakati na mestu (brez povelja), če ne bi bilo istočasno dano povelje za zavoj (7.). S poveljem se počaka, dokler niso vsi predelki pri svojih zastavicah. Pazite pa, da vsi predelki korakajo enakomerno in po dva in dva uravnana med seboj, da ne bo treba popravka s koraki na mestu.

7. Na povelje: „**Zavoj not — zavij!**“ zavije vsak teh štirih predelkov za 90°, po dva in dva proti sebi, ter korakajo nato drug proti drugemu. Ko prideta tako doljnja dva predelka pred sredo doljnega oboda, gornja dva pa pred sredo gornjega oboda na razdaljo 8 korakov med seboj s čelom drug proti drugemu, začneta, če ne bi predelki na obeh straneh telovadišča istočasno dosegli te razdalje med seboj, poprej vanjo došla predelka korakati na mestu, dokler ne zazveni povelje za zavoj (8.). Da ne bo treba korakanja na mestu, pazite na enakomeren in uravnan pohod!

8. Na povelje: „**V osmerostope not — zavij!**“ zavijejo vsi predelki proti sredi telovadišča ter se na vsaki strani združijo v en osmerostopni predelek. Tako korakata dva osmerostopna predelka (gornji in doljnji) drug proti drugemu.

9. Na povelje: „**Gornji v levo, doljnji v desno — zavij!**“ (dano, ko dojdeta predelka do določenih, z zastavicami označenih mest; tu eventualno, kakor pri 8., na mestu korak, predno zazveni povelje) zavijeta oba predelka za 90° v isto stran, to je proti obodu, nasprotnemu vodnikovi tribuni.

10. Prišedši do tega oboda (do zastavic), se na povelje „**V četverostope — protihod!**“ (poprej event. na mestu korak) vsak osmerostopni predelek razdeli v dva četverostopna predelka s tem, da četverostopi, ki so v osmerostopnem predelku na levi, zavijejo za 180° v levo, desni pa za 180° v desno. Protihod je izvršiti tako, da drugih 90° vsak četverostop zavije med zastavicama, usajenima na določenem mestu.

11. Sedaj korakajo štirje ločeni četverostopni predelki vzporedno v smeri proti vodnikovi tribuni. Med pohodom jim je prehajati v **čelni razstop**, to je razstop za proste vaje naprej. V ta namen je treba, da druge in naslednje vrste skratijo korak, dokler ne dobe do vrste pred njimi razdalje 185 cm (torej razdaljo dveh znamenj, vloženi v tla). Prve četverostopne vrste se ustavijo (brez povelja) na posebej označenem mestu, naslednje pa, ko dojdejo do prvih znamenj za njimi.

12. Nato se izvede bočni razstop. Vodnik dvigne zastavico in napove: „**Bočni prosti razstop!**“ mahne z zastavico navzdol in obenem veli: „**ena!**“, nakar naredita oba krajnika (1. in 4. telovadec) vsakega četverostopa od-

skok (nizek, hiter in gotov) v svojo stran, pri čemer glej vsak, da se takoj uravna in pravilno krije. Srednja telovadca (2. in 3.) vsakega četverostopa ostaneta na „ena“ še nepremična na svojem mestu.

Potem dvigne vodnik zopet zastavico, veli: „**dve!**“ in obenem mahne z zastavico navzdol, nakar naredita oba krajnika in obenem tudi srednja dva telovadca, torej **vsil telovadci** odskok v svojo stran tako, da vsak takoj stoji na svojem znamenju v tleh, **obenem** vsi telovadci **odroče**, da se napake, nastale pri razstopu hitro popravijo. Vsi držijo mirno roke v odročanju.

Vodnik zopet dvigne zastavico, napove: „**Priročiti!**“ mahne z zastavico navzdol in obenem veli: „**zdaj!**“, nakar vsi telovadci z zmernim ploskom na stegna priroče in **ostanejo v pozoru**. Prvikrat preidejo telovadci v odmor (predkoračna staja z desno, zaročno skrbiti na križu) šele na koncu prve vaje.

V primeru večjega števila telovadcev se izvrši nastop v **peterostopih in deseterostopih**. Pri bočnem razstopu ostane potem srednji (3.) telovadec vsakega peterostopa ves čas nepremično na svojem mestu, ter le na „dve!“ odroči.

Izvedba prostih vaj.

Na znamenje s trobko prične godba s fanfaro, nakar pokažejo kazatelji prvo sestavo dvakrat. Nato se ponovi fanfara, po kateri izvedejo vsi telovadci vajo štirikrat. Enako druge sestave. Odmor po vsaki sestavi, izvzemši peto, se izvede takoj na prvo dobo, ki sledi zadnjemu gibu vaje (spetni stoji, priročanju). Iz odmora v **pozor** prehajamo na prve zvoke fanfare in sicer prve fanfare (za kazatelje). **Po peti vaji je ostati v pozoru!**

Proste vaje se izvajajo s čepicami. Če komu čepica pade z glave, jo sme pobrati šele pri odmoru. Z rok čistiti prah ali ga stepati s kolen, ni dovoljeno.

Pozor na kritje in uravnavo!

Odhod od prostih vaj.

Po prostih vajah se izvede bočni sestop podobno kakor razstop: Na „**ena!**“ naredijo vsi telovadci odskok k sredam četverostopov, vsled tega prideta srednja v tesni razstop. Na „**dve!**“ naredita samo krajnika odskok k srednjima, vsi telovadci so sedaj v tesnem razstopu v četverostopih.

Sestop četverostopov naprej (čelni) se izvede na povelje: „**Stik naprej — pohod!**“ Prve četverostopne vrste ostanejo na mestu, vse druge prestopijo in se sklenejo v pohodu naprej; vsaka se zase ustavi, prišedši do razdalje dolgega koraka k prednjim.

Odhod s telovadišča: Na povelje „**V desno zavoj — pohod!**“ zavijejo vsi predelki za 90° v levo (proti obodu, v hodu nasprotnemu). Prvi koraka z dolgimi koraki, zavije ob obodu na desno, nato v sredi zopet na desno, nakar koraka naravnost proti vhodu. Drugi četverostopni predelki gredo po vrsti za njim, stopajo izpočetka s skrajšenimi koraki (event. na mestu), ko pa dobe razdaljo 8 korakov od predelka, idočega pred njimi, prestopijo z dolgimi koraki.

Priprava za nastop k prostim vajah.

A. Na zbirališču uvrste župni načelniki (ali njih namestniki) telovadce svoje župe v četverostopni predelek. Ti predelki si sledijo v redu, ki se določi na zbirališču samem. Ob krajih četverostopov je župnim vodnikom uvrstiti boljše telovadce. Ako v zadnji vrsti župe ni zadosti telovadcev za

četverostop, se izpopolni z eventualnimi ostanki drugih žup ali s telovadci zadnjih vrst zadnjega predelka.

Nato se staknejo vsi predelki v en sam četverostopni predelek, ki se potem razdeli na štiri enake predelke z razdaljo 8 korakov med seboj. Kot vodnik se vsakemu predelku prideli po en član Zveznega tehničnega odseka. Pri izkušnji preizkusi vsak vodnik s svojim predelkom večkrat obrate in zavoje; to stori enkrat tudi še pred javnim nastopom.

B. Za obrate posameznih četverostopov treba, da predelkov vodnik odšteje vse četverostope svojega predelka na desne (lihe) in leve (sode); prvi četverostop je označiti za desnega. Na to se s primernim poveljem preveri, če si je vsak četverostop zapomnil svojo označbo. („Desni, zastop! v desno — v bok!“; „Levi, zastop! v levo — v bok!“; nato hkratna izvedba obrata desnih in levih v istoimensko stran: „Zastop! desni v desno, levi v levo — v bok!“ in nasprotno: „Red! gor — s čelom!“)

Potem vadi vsak predelkov vodnik obrate med pohodom na naslednji način: Na povelje: „Pohod na mestu — pohod!“ začno vsi telovadci stopati na mestu. Na to da za istoimenske in pozneje prav tako za raznoimenske obrate desnih in levih vodnik povelje tako, da se glasi „v bok“ v hipu, ko stopijo telovadci na desno nogo. Za dva koraka na mestu in prvi dolgi korak šteje vodnik: ena, dve, tri.

Pri obratih, z označbo telovadcev **istoimenskih** je torej stvar naslednja: Povelje „desni v desno, levi v levo — v bok!“ je dati tako, da se glasi „desni“ na desno nogo, „v desno“ na levo nogo, „levi“ na desno nogo, „v levo“ na levo nogo — „v bok!“ zopet na desno nogo. Na „v bok!“ se (tu pri istoimenskem obratu) **levi** takoj na desnem stopalu obrnejo za 90° v levo, naredijo na to na „ena“ z levo korak v novi smeri na mestu (torej stopijo z levo poleg desne noge), na „dve“ še en korak z desno na mestu **in obenem zaženo levo nogo v prednoženje** ter nato točno na „tri“ stopijo v dolgem koraku na tla (predniki; 2., 3. in 4. pa iz nižjega prednoženja, docela iztegnjenega, prestopijo v kratki korak; v dolgi korak preidejo, ko dobe prostor). — **Desni** se na „v bok“ (glaseč se na desno nogo) še ne obrnejo, temveč naredijo na „eno“ (sledéčo na „v bok“) z levo nogo še v prvotni smeri korak na mestu in se sedaj šele (na „eno“) obenem obrnejo na stopalu leve noge v desno, stopijo nato v novi smeri z desno nogo na mestu poleg leve noge (na „dve“) in obenem **zaženo levo nogo v prednoženje** (na „dve“ je torej obenem: stopiti z desno nogo na tla in sprožiti levo nogo v prednoženje), na „tri“ pride leva noga iz prednoženja na tla v dolgi korak.

Pri **raznoimenskih** obratih (desni v levo, levi v desno) je izvedba nasprotna. Povelje „desni v levo, levi v desno — v bok!“ je istotako začeti in končati na desno nogo. Toda tu se desni takoj na „v bok!“ obrnejo na desni nogi, levi pa še naredijo korak z levo na mestu in se na njej obrnejo (na „ena“). Desni ravnajo potemtakem tako kakor pri istoimenskih obratih levi, ti pa tako kakor prej desni.

Bratom društvenim načelnikom! Morda se komu zazdi, da je vse to silno komplicirano in težko. V resnici je samo par znanih gibov, sledéčih si na dva različna načina, po tem, kakor je telovadec desni ali levi in pa obrat istoimenski ali raznoimenski. Vsa dozdevna težkost obstoji v tem, da se telovadec hitro zave, katerega izmed obeh načinov mu je v danem primeru izvesti: ali takoj obrat in nato dva koraka na mestu, ali pa še korak na mestu z njim

obenem obrat in na to še en sam korak na mestu. Torej vadba v pazljivosti, v prisotnosti duha, ker so telovadci iz redovnih vaj vajeni, obrate vedno delati na dobo, sledečo povelju „v bok!“ in se obrati navadno delajo z dolgimi koraki in se takoj z dolgimi koraki prestopa v novo smer. Bratje načelniki, vadite torej marljivo v svojem društvu te obrate na zgoraj opisani način, z vsemi telovadci, tudi z onimi, ki se izleta v Novo mesto ne bi udeležili: znati bo to vsem telovadcem drugo leto za nastop k prostim vajam na našem vsesokolskem zletu; v bistvu bo ta nastop v velikem to, kar v malem nastop v Novem mestu. Ako v kakšnem društvu ne bi bilo v telovadnici dosti telovadcev za dva četverostopa — kar se žal včasih tupačam dogaja — se morejo obrati vaditi tudi v tristorih ali dvostopih. —

C. Ko se predelkovi vodniki preverijo, da gredo obrati v redu, preizkusijo pri preizkušnji in, če bo čas, tudi še pred javno telovadbo, nekolikokrat pohod desnih in levih iz štiristorov ven na obe strani. Ker se predelek pred obrati stakne na pol koraka razdalje med četverostopi, imajo desni in levi med pohodom, sledečim obratu, razdaljo dolgega koraka. To korakanje v širjih oblikah in z razdaljo dolgega koraka med telovadci! bratje načelniki, vztrajno vadite v svojem društvu! Enakomeren, pravičen pa neprisiljen korak, točna uravnava!

Pravtako je pridno vaditi zavoje v dvostopu, četverostopu in v širjih oblikah. Skrbno je paziti na to, da sledeče vrste točno na istem mestu zavijajo kakor prednje, da zadnji del predelka ne odbočuje na nasprotno stran, istotako, da razdalja med dvostopi ali četverostopi ni večja, nego je za korakanje neogibno potrebno, ter da so telovadci točno uravnani in kriti!

Nastop telovadk k prostim vajam.

Telovadke prikorakajo na telovadišče v tristorih (ob večjem številu: v četverostopih) v dveh enakih predelkih (ob prihodu na telovadišče sklenjenih). Na določenih, z zastavicami označenih mestih zavijeta na povelje „Zavoj v desno — zavij!“ oba predelka hkratu vsak zase proti obodu, nasprotnemu načelnikovi tribuni, tako da sedaj korakata ločena vzporedno v enaki višini; leve krajne telovadke točno po znamenjih pred seboj, (ob četverostopih: vse štiri telovadke med znamenji v tleh). Prišedši do oboda telovadišča (do zadnjih znamenj) zavije na povelje: „Protihod!“ vsak treh zastopov, iz katerih obstojita tristora, zase v protihodu in sicer: srednji zastop v tesnem protihodu v levo, tako da stopa potem točno po fistih znamenjih nazaj, kakor poprej naprej leve telovadke; leve telovadke naredo zavoj za 180° v levo tako, da pridejo po zavoju na prva znamenja na desno srednjih, desne pa istotako protihod v

desno na prva znamenja na levo srednjih oziroma glede na prvotno smer: na desno srednjih (ob četverostopih: leva dva zastopa zavijeta v protihodu na levo, notranji tesno, krajni na prvo znamenje poleg notranjih; desna dva zastopa nalično na desno). Tako dobe telovadke bočni razstop ter korakajo sedaj po znamenjih pred seboj v smeri proti vodnikovi tribuni; obenem jemljejo v tem pohodu čelni razstop. Ko dojdejo prve telovadke na svoja znamenja, začno korakati na mestu (brez povelja), druge istotako zapored, ko dosežejo svoja mesta. Na povelje „Postati, odročiti — stoj, ena, dve!“ se ustavijo in odroče (na „ena“ pristavijo nogo k nogi, na „dve“ odroče. Nato popravijo telovadke eventualne napake v razstopu in na povelje: „Priročiti — zdaj!“ priroče. Telovadke ostanejo v pozoru.

Izvedba prostih vaj. Vaje se vrše brez kazateljc po 4krat. Odmori po prvih štirih vajah na prvo dobo, sledečo zadnjemu gibu. Po peti vaji ostanejo telovadke v pozoru. Pozor pred 2., 3., 4. in 5. vajo na prve zvoke fanfare.

Sestop in odhod. Sestop se izvrši na povelje „Bočni sestop k sredi — zdaj!“ s hitrimi odkoraki vnanjih telovadk vsakega tristora (čveterostopa) k sredi (pri tristoru ostanejo srednje na mestu, pri čveterostopu se tudi srednje pomaknejo k sebi). Nato čelni sestop na „Stik naprej — pohod!“ kakor pri moških vajah. Na povelje „V desno zavoj — pohod!“ zavije nato desni tristor (četverostop) v protihodu na desno do srede telovadišča, tu pa za 90° na desno, proti izhodu. Levi tristor (četverostop) zavije za 90° na desno in sledi desnemu ter se sklene ž njim; v ta namen desni koraka izpočetka s skračenimi koraki ter šele po stiku z levim prestopi z dolgimi koraki (na povelje).

Nastop vrst k vajam na orodju.

Takoj po odhodu od prostih vaj na zbirališče se vrste, določene za vaje na orodju, uvrste v skupine po 4 vrste. V vsaki skupini se postavijo vaditelji v red, za njimi pa v zastopu njih vrste. Na telovadišče prikorakajo skupine druga za drugo. Ko pride vsaka pred svoj orodni oddelek, vede vsak vaditelj svojo vrsto k orodju, ki se ji odkaže pri izkušnji. Tu se določi tudi red, po katerem se vrste uvrste v posamezne skupine.

Ko dojdejo vrste na svoja mesta, si uredijo orodje in čakajo pri svojem orodju, dokler se ne da znamenje s trobko, da se ima začeti telovadba, ki traja 15 minut. Potem da vodnik zopet znamenje s trobko, na katero je s telovadbo prenehati (vajo izvede samo še telovadec, ki je že pri orodju). Nato se na znamenje s trobko uvrsti vsaka skupina pred svojim orodnim oddelkom v isto tvorbo, v kateri je prišla na telovadišče, in začne na zopetno znamenje korakati; prišedši do srede, zavije proti izhodu in odide.

Vestnik slovenskega Sokolstva.

Zlet Goriške Sokolske Župe v Podgori pri Gorici dne 6. julija 1913.

Podgora, zadnja slovenska občina v smeri proti Furlaniji, je obhajala ta dan prelep narodni praznik. Od vseh strani Goriške so prihitali čvrsti sinovi soške dežele, da se preizkusijo v sokolskem delu. Dobre pol ure hoda iz Gorice

v svežem jutranjem zraku so te pozdravljale slovenske zastave. Od vseh strani prihajajo tekmovalci. V narodni gostilnici „pri Brgantu“ dobiš okrepcila; veselo nam strežejo zavedne podgorske Slovenke.

Na lepo prirejenem telovadišču se zbirajo tekmovalci in sodniki; pripravljajo orodje. Točno ob polu 6. rano

naznani strel iz topiča pričetek tekme. Tekmovalo je 65 telovadcev in sicer 10 v srednjem ter 55 v nižjem oddelku v vajah, ki so predpisane za III. slovenski vsesokolski zlet, in sicer je bila na vseh orodjih že vnaprej določena druga vaja. Razen na glavnih orodjih se je tekmovalo še v metanju krogle, plezanju, skoku v višino in daljino, teku; srednji oddelek še na krogih. Tekma je pričela o resnem stremeljenju po napredku in bo mnogo pripomogla k nadaljnjemu razvoju orodne telovadbe Goriške Sokolske Župe.

V zletnih prostih vajah so tekmovali vsi telovadci, ki so nastopili popoldne pri javni telovadbi. Za tekmo je bila izžrebana prva prosta vaja. Vodniki so izvedli poljubni nastop, ki je bil tudi ocenjen. Pri tem so bile redovne vaje društva iz Gorice (32 telovadcev, nač. Kranjc) izvedene izborna, z nenavadno točnostjo; ni mnogo zaostajalo društvo Šturije-Ajdovščina (nač. Brajnik). V prosti vaji je bilo najboljše ocenjeno društvo iz Gradišča, potem Gorica, Kojsko, Št. Andrež, Solkan, Ajdovščina, Podgora-Selo, Dornberg, Rihenberg, Kobarid, Škrbina, Bilje, Miren, Dornberg-Žalošče, Dobrovo, Brje, Prvačina. V izžrebani prosti vaji je tekmovalo 151 telovadcev. Pri tekmi, pri izkušnjah, je v presledkih deževalo, kar pa ni motilo dela.

Popoldne so sprejeli tržaške brate. V izprevodu je bil 301 član. Izprevod je odšel iz Gorice proti trem po ovinkih čez Soški most proti Podgori, insicer skozi mesto tiho in z zavitimi zastavami... V okolici je dobra sokolska godba iz Kojskega in Prvačine veselo zaigrala slovanske koračnice. Ob prihodu sokolskega izprevoda na telovadišče je pozdravil Sokolstvo vrli podgorski župan g. Klančič na čelu občinskega zastopa. Odgovorili so v vznesenih besedah: br. dr. Irgolič v imenu G. S. Ž., br. dr. Vilfan v imenu tržaške župe in br. Bogumil Kajzelj v imenu S. S. Z.

Po govorih so Sokoli navdušeno zapeli: Hej Slovani!

Javna telovadba se je pričela ob 5. namesto ob 4. Zelo so ugajale proste vaje, mnogo bolje izvajane nego nastop, ki ga je kazil neenak korak. Najbolje se je posrečila 5. vaja. K lepemu uspehu je brezdvomno mnogo pripomogla dopoldanska tekma. Pri javni telovadbi je sodelovalo v prostih vajah 176 telovadcev. 34 članic iz raznih društev G. S. Ž. je nastopilo s 4 za vsesokolski zlet v Ljubljani določenimi vajami za članice dobro; gotovo pa dokaj pohvalni uspeh izpodbudi sestre še k popolnejši pripravi za drugoletni zlet. Orodna telovadba, vzorna vrsta na krogih in nastop 44 dečkov goriškega trg. obrt. naraščaja, je pričal o jako skrbni pripravi.

Tehnični odsek G. S. Ž., na čelu mu brat Saunig, je izvršil lepo delo in žel zato od mnogobrojnega občinstva zaslužen priznanje. Goriška župa je mnogo napredovala v kratkem času.

Kako dobro to de Slovincu iz središča Slovenije, ko se daleč doli na jugu v lepi slovenski zemlji preveri na svoje oči o goreči zavednosti domačinov, ki tu v Podgori junaško branijo slovensko zemljo in jezik svoj!

Slovensko Sokolsko Zvezo so zastopali člani predsedstva tajnik br. Kajzelj, R. Boltavzar in podnačelnik Drenik.

D.

Zlet celjskega okrožja v Šmartnem pri Slov. Gradcu dne 13. julija 1913.

Udeležnike je pripeljal poseben vlak iz Celja. Medpotoma pa so se pridružili bratje in občinstvo iz Žalca, Braslovč, Šoštanja in Velenja. Na kolodvoru se je članstvo v kroju, 93 po številu, vredilo v štiristope in odkorakalo proti telovadišču. Pred telovadiščem je bil pozdrav. Nastop je bil napovedan na 1/25 pop., pa se je nekoliko zakasnil. Občinstva, zlasti kmečkega ljudstva, jako veliko. Nastopilo je 39 članov s prostimi vajami za III. vsesokolski zlet. Izvedba je mnogo trpela radi zelo slabih, neravnih tal in vsled par novincev, ki vaj še niso dobro obladali. Kritje je bilo zlasti pri peti slabo. Članic je nastopilo 19 s štirimi vajami. Bilo je 12 sestra iz Šoštanja, 5 iz Celja, 2 iz Vranskega. Na tako neravnih tleh so te vaje v resnici zelo težke. Iz tega vzroka tudi izvedba ni bila dobra. Opazil pa sem lahko, da bi posebno nekaj sestra iz Šoštanja na boljših tleh delalo te vaje prav lepo. Spričo neugodnih tal pa je trpela izvedba posameznih gibov in zlasti še skladnost in kritje. Omenjam še en vzrok slabe izvedbe: štetje! Štetje je vse osminke, ne samo one, na katere pade gib; tu pa se osminke sploh niso štele. Pravilno štetje je eden glavnih pogojev dobre in pravilne izvedbe. Prazen je ugovor, da bi bilo štetje teh „in“ ter sploh osminke samo podpiranje lenobe. Potem bi bilo sploh vsako štetje podpiranje lenobe, zlasti pa še izvajanje na godbo.

Uvedle so se te osminke radi daljših gibov. Ponekod je še celo osminka premalo, treba je razdeliti še to v dve šestnajstinki. Zakaj? Radi precizne in docela skladne izvedbe! Če imaš n. pr. med prvo in drugo dobo takozvani vmesni položaj, ni prav nič s a m o o b s e b i umeven čas, kdaj narediš gib do njega. Delaš ga lahko, oziroma pričneš delati, že na drugo šestnajstinko ali pa šele na četrto. Ako opuščas pri štetju poudarjanje osminke (t. j. tretje šestnajstinke), prepuščas začetek giba čutu posameznikov. Ta čut pa ni pri vseh enak in zgodi se ti lahko, da prične del telovadcev gib izvajati na drugo šestnajstinko, nekaj na tretjo, drugi pa na četrto. Da pri tem skladnost trpi, je čisto gotovo. Torej bratje, štejmo rajši vse osminke, da je lažje dosežna skladnost in da štejemo že enkrat vsi enako in pravilno.

Pri orodni telovadbi je nastopilo 5 vrst, in sicer 2 iz Celja, 1 iz Braslovč, 1 iz Šoštanja in 1 iz Žalca. Nastop na orodju je bil dober. Vzorna vrsta je nastopila na drogu in pokazala lepe vrhunške vaje. Po telovadbi je nagoovoril zbrano Sokolstvo in ljudstvo g. dr. Železnikar, predsednik tamošnje C. M. podružnice, ki je obhajala ta dan 25letnico. Zahvalil se je Sokolstvu za pomoč in izrazil upanje, da bodo tudi tu kmalu vzrasli novi bratje. Za njim je govoril še br. Smertnik, ki je v kratkih, jedrnatih besedah razložil ljudstvu pomen in delovanje Sokolstva in pozivljaj ljudstvo k narodni požrtvovalnosti. Potem sta govorila še potovalni učitelj C. M. družbe Ante Beg in pa dr. Kukovec iz Celja. Veselica po telovadbi je bila jako lepo obiskana in le težko se je ločilo zbrano ljudstvo od Sokolov, katere je posebni vlak zopet odpeljal proti Celju. Na nekaterih kolodvorih nam je še priletel na uho izzivajoč „heil“, pa Sokolstvo je oštalo mirno, le v duši si je marsikdo predstavljal čas, ko se narod naš prebudi in ko bo za izdajalci in izzivači na naši zemlji izginila vsaka sled. Na zdar!

S. V.