TJ SPOJE PRAHA

Večerní Praha
sport-tělovýchova

Roste pěkné tělovýchovné středisko

Ideální komplex sportovišť na Balkáně ● Řada objektů již postavena ● V příštím roce bude dohotoveno hřiště se šestiproudovou atletickou drahou

TJ SPOJE PRAHA

TĚLOVÝCHOVNÁ JEDNOTA DYNAMO ŽIŽKOV SPOJE NA BALKÁNĚ

srdečně zve na

TĚLOVÝCHOVNOU AKADEMII K OBVODNÍMU VEŘEJNÉMU VYSTOUPENÍ

VESELE VPŘED!

která se bude konat

V SOBOTU DNE 16. ČERVNA 1956 VE 20 HOD. V TĚLOČVIČNĚ NA BALKÁNĚ

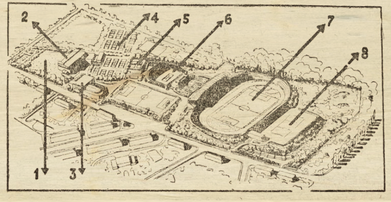
V programu vystoupí:
- BALETNÍ A AKROBATICKÝ SOUBOR ZÁVODNÍHO KLUBU SPOJŮ
- VYCPÁLKŮV SOUBOR PÍSNÍ A TANCŮ, vč. tzv. LIDOVÉ MUZIKY
- PRESIDIUM ODBÍJ. TJ DYNAMO ŽIŽKOV SPOJE
- SOKOLSKÝ VYSTOUPENÍ z VYSOKÁTRU ve MŠKOV
- SKUPINY Z CVIČEBÍ ŠLETVA, DOROSTU a ŽEN ve CHV. SPARTAKIÁDU
- ZÁVĚREČNÉ VYSTOUPENÍ DOROSTU

VSTUPNÉ KČS 3— PŘEDPRODEJ VSTUPENEK V TĚLOCVIČNĚ NA BALKÁNĚ

1 CIHLA NA STAVBU SOKOLOVNY 5 Kčs

Sportovní centrum na Žižkově

Jedno z největších stavenišť akce Z ● Ještě letos očekávají 35.000 hodin



1963 leden - červen 1963

PROGRAM

divadelního souboru tělových. jednoty Spoj Žižkov, Na Balkáně
tel. 818-94, 817-92, stanice el. dráhy 9 a 21 na Chmelnici

Předprodej lístků v kanceláři tělovýchovné jednoty denně 9—17 hodin neb půl hodiny před představením u pokladny divadla. Ceny míst: Kčs 6,—, 5,—, 4,—, 3,—.

TĚLOVÝCHOVNÁ JEDNOTA

SPOJ ŽIŽKOV

NA BALKÁNĚ 812 V PRAZE 3, TELEFON Č. 81792 NEBO 81894

pořádá na počest II. sjezdu ČSTV a u příležitosti 100. výročí založení organizované tělovýchovy v naší vlasti

V SOBOTU DNE 18. ÚNORA 1962 V 19.30 HODIN V DIVADELNÍM SÁLE

SLAVNOSTNÍ AKADEMII

Účinkují: Mládež odboru základní tělesné výchovy a oddílu krasojízdy a členové oddílu šermu.

Recitují Jana Kředbová, Eva Puchmannová a Jan Kříž.

VYCPÁLKŮV SOUBOR PÍSNÍ A TANCŮ ÚKDDS

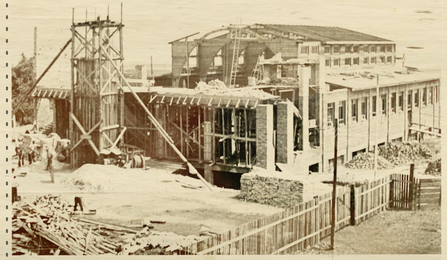
Taneční a pěvecká složka, orchestr a cimbálová muzika.
Vystoupení řídí J. Spitzar a J. Levý.

VSTUPNÉ 3 Kčs

Plep SPORTOVCŮ

V SOBOTU 26. ÚNORA 1972
VE 20 HODIN

K tanci a poslechu hraje orchestr Zdenko Mužíka - Velký sál TJ Spoje
Jednotné vstupné 12 Kčs



DĚTSKÝ * KARNEVAL *

V NEDĚLI 27. ÚNORA 1972
od 15 h. ve velkém sále TJ Spoje

Konferuje Dr. Jan Pixa - Hraje rytmická skupina Zdenko Mužíka - Program
Vstupné: děti 3 Kčs, dospělí 5 Kčs

Zeptali jsme se za vás 11.2.62.

Od mečů samurajů k judu

Sál tělocvičny TJ Spoj Žižkov v Praze na Balkáně je plný drobotiny. Malí kluci, někteří z nich i šestiletí, mají sice právě přestávku — ale přece sedí kolem instruktora v bílém kimonu a mlčí jako pěny. Vladimír Lorenz jim vyprává. Jim i nám. A tak jsme získali odpověď na otázku čtenářky J. Hasprové z Chroustova: „Na olympiádě v Tokiu se bude soutěžit i v judu. Ještě jsem je neviděla. Co to vlastně je?"

Sport, který učí napadeného, jak se ubránit před útočníkem „jemnou cestou" — „ju" (jemný), „do" (cesta).

Je tedy ještě jiná cesta?

Samozřejmě. Ta hrubá, nebezpečná ...

Třeba krvavá ...

Právě ta. Prapůvod vzniku sebeobrany jsou totiž meče japonských samurajů. To byli šlechtici, válečníci, kteří směli nosit dva neobyčejné meče, zhotovené z několika různých druhů oceli. Dělali je i několik let, než meč splnil základní zkoušku: přeseknout 3 cm silný železný prut bez jediného zubu ... Jeden samuraj svými meči přesekal šestí holandským mušketýrům i hlavně mušket.

To opravdu nebyla „jemná cesta".

Nebyla — zvlášť v okamžiku, kdy se měl někdo bránit dvěma mečům holýma rukama. Tak vzniklo džiu-džitsu (jemné umění), o kterém se mluví v kronice Nihon šiki už v roce 230 př. n. l.

Džiu-džitsu je ale nebezpečné.

Ano. Používá údery a chvaty, kterými můžeme i zabít soupeře. Chápejte, bránili se proti dvěma mečům ...

Dobrá. Ale co judo?

To vzniklo z džiu-džitsu v době, kdy samurajové měli po řemesle, protože jim zakázali nosit oba meče. V roce 1882 dr. Džigoro Kano založil vlastní školu juda, které má přísná pravidla. Nedovoluje, a proto také neučí všemu, co by mohlo sebeméně poškodit zdraví soupeře.

Snímek Vl. Přidavka

I když letí po hlavě k zemi?

I tenkrát. Může být vyhozen jen předepsaným způsobem, a pak — judo ho naučilo padat. Je to opravdu „jemná cesta" — vždyť si bere svůj vzor v přírodě ...

Něco jako tygr skáče na ovci a tak ...

Jenom to ne. Japonci milují přírodu, pozorují ji. A tak si všimli, že prudká vichřice vyvrátí velké silné stromy, ale pružnému bambusu neublíží. Ten se pod jejím tlakem ohne, a pak se vrátí ...

Čili — ohni se před soupeřem!

Ne! Využij síly soupeře k jeho porážce! To nás učí judo. Člověk však musí být dobře připraven fyzicky (i když může být mnohem slabší soupeře), i psychicky. Být klidný — Japonci říkají jako hladina jezera. Když je klidná, odráží v ostrých konturách každý obraz (úmysly soupeře!), ale zčeřená obraz zkresluje ...

I to učí judo?

Ano. Vždyť jde o mnoho — zápas naznačuje boj na život a na smrt. A proto končí získáním již jediného bodu — hodem, skrcením, držením nebo páčením, i když vše jen naznačuje.

Když tedy přehodím nebo „uškrtím" své soupeře, tak jsem mistrem ....

Zdaleka ne. Musíš udělat zkoušku, abys získal další ze stupňů odbornosti. A těch je šest KYU žákovských a třináct DAN mistrovských. Nositele poznáš podle barvy pásky na kimonu. Třináctý DAN má jediný člověk na světě, desátý mají jen čtyři, pochopitelně všichni Japonci, u nás je maximálně čtvrtý, já mám třetí ...

Papír nestačí na všechno, co jsme se dověděli. Co je to Aiki-do (umění ztotožnit se se soupeřem, vžít se do jeho myšlení), nebo Gošin jitsu nejmodernější systém sebeobrany. Patří do něho i Kara-to, jehož mistři dokáží přerazit holou rukou sloupec 12 vypálených střešních tašek, anebo holou nohou kopnutím prorazí dřevěnou desku o síle 12 cm? A nebližší si je to princip Kiai — soustředění všech fyzických i psychických sil v jediném okamžiku do jediného bodu. Můžete to vidět — v odborném filmu — a můžete se to i naučit. Tělocvična na žižkovském Balkáně je dost velká a Vl. Lorenz se učil u japonského odborníka ... Ale my zatím do příští neděle pro změnu „přehodíme" téma — na jiné z vašich přání pro rubriku ZEPTÁME SE ZA VÁS.

Ku