

# ♣ SERM



90157 10101 9V

1996

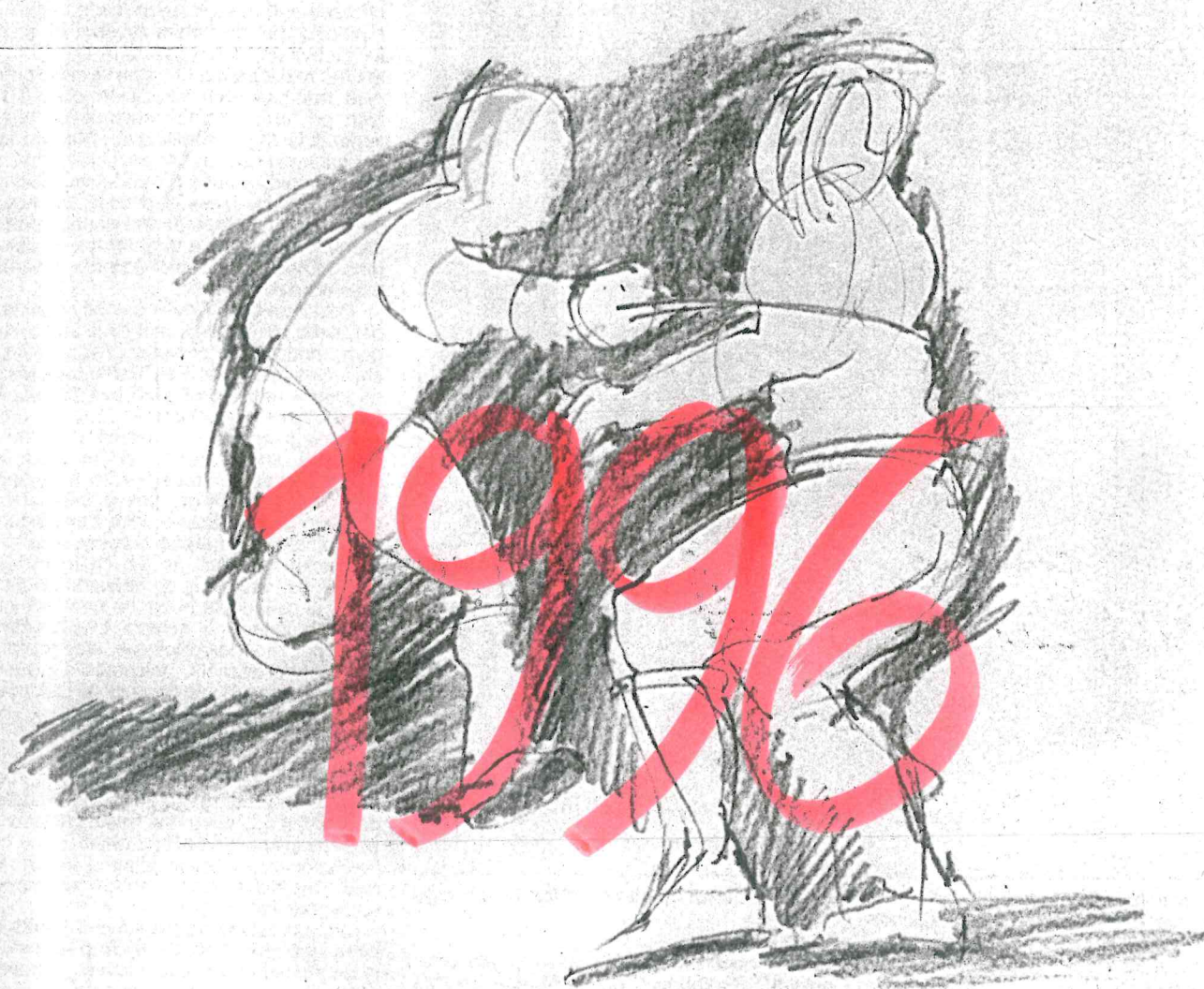
SEEK A BOD

with the...  
...  
...  
...  
...  
...  
...  
...

1996  
...  
...  
...



# Ve jménu tradice



Některé sporty se těší obecnému zájmu  
a jejich protagonisté se vyhřívají na výsluní sponzorské přízně.  
Jiné, v dobrém slova smyslu elitní sporty prozatím stojí v jejich stínu.  
První Investiční a.s., jako seriózní a úspěšná investiční společnost,  
podporuje ušlechtilé sportovní disciplíny, které nezaplňují ochozy,  
ale navazují na starou dobrou tradici.

Proto se také stala sponzorem  
Českého šermířského svazu.

# IPB

První Investiční a.s.  
Člen finanční skupiny IPB Group



V ý s l e d k o v á l i s t i n a 1 9 9 6

Cena MTS  
Praha 3. - 4. 2. 96  
Kord muži a junioři  
41 závodníků /18 juniorů/

13. M. Pokorný /5./

Cena Maso Hroznětín  
K. Vary 10. 2. 96  
Kord kadeti  
12 závodníků

1. M. Michalík

Velká cena Securité  
K. Vary 3. 3. 96  
Kord muži  
27 závodníků

24. M. Pokorný

Pražský turnaj mládeže  
Praha 9. 3. 96  
Fleret žáci  
50 žáků

7. O. Brejcha

17. - 32. M. Černý  
J. Kaše

Mistrovství ČR  
K. Vary 23. 3. 96  
Kord juniorky  
26 závodnic

16. L. Michalíková  
25. K. Novotná

Cena Prahy, 13. ročník, MT  
Praha 30. 3. 96  
Kord ženy  
38 závodnic

32. K. Novotná  
34. L. Michalíková

Akademické mistrovství ČR  
Praha 3. 4. 96  
Kord muži  
28 závodníků

9. J. Voldřich  
11. M. Pokorný

Cena USK Praha  
Praha 20. 4. 96  
Kord ženy a juniorky  
24 závodnic

12. K. Novotná  
19. L. Michalíková

0 cenu Dejvic  
Praha 21. 4. 96  
Kord muži a ženy /III. vt./  
46 závodníků 15 závodnic

3. M. Michalík

3. L. Michalíková

6. M. Janča

7. K. Novotná

14. J. Bajer

Štít města Písku  
Písek 4. - 5. 5. 96  
Fleret

50 žáků 20 žaček 10 ml. žáků

12. O. Brejcha

8. B. Bajer, 6. Š. Kaše

22. J. Kaše

10. T. Brabec

32. M. Černý

37. Š. Kaše

41. T. Brabec

45. M. Soukeník

17 kadetů

7 kadetek

7. J. Kaše

7. B. Bajerová

15. M. Černý

Mistrovství ČR  
Praha 11. 5. 96

Kord kadeti a kadetky /j + dr./  
48 závodníků 22 závodnic 10 družstev

8. M. Michalík

8. L. Michalíková

8. Loko Plzeň

23. J. Bajer

9. K. Novotná

30. O. Brejcha

III. Test Open 1996

Praha 18. 5. 96

Kord kadet., žáci, kadet., žačky /j+dr/  
23 závodníků 27 závodnic

6. M. Michalík

3. L. Michalíková

14. J. Bajer

7. K. Novotná

20. B. Bajerová

x žaček

2. B. Bajerová



Mistrovství ČR  
Olomouc 25. 5. 96  
Kord junioři  
26 závodníků

8. M. Michalík  
14. J. Bajer  
16. M. Janča

Mistrovství ČR  
Praha 1. 6. 96  
Kord muži a ženy  
40 závodnic

14. L. Michalíková  
15. K. Novotná

Mistrovství ČR  
Praha-Hostýnská 8. 6. 96  
Fleret kadeti  
40 závodníků

28. O. Brejcha  
29. J. Kaše

Mistrovství ČR  
Zlín 15. 6. 96  
Fleret žáci  
60 závodníků

17. - 32. O. Brejcha  
J. Kaše  
M. Černý

Štít města Písku  
Písek 5. - 6. 10. 96  
Fleret kadeti a žáci  
43 závodníků

17. O. Brejcha  
33.-42. J. Kaše

Turnaj Sokola Vršovice  
Praha 5. - 6. 10. 96  
Kord muži a junioři  
53 závodníků /25 juniorů/  
32. M. Michalík /19./  
35. M. Janča /12./

Cena listu Promenáda  
K. Vary 6. 10. 96  
Kord juniorky  
15 závodnic

6. M. Singrová

26 turnajů  
23 finálových umístění

Lázeňský pohár, 28. ročník, MT  
K. Vary 19. 10. 96

Kord muži  
79 závodníků

53. M. Janča  
70. M. Pokorný

Lázeňský pohár, 1. ročník, MT  
K. Vary 20. 10. 96

Kord ženy  
30 závodnic

15. M. Singrová  
23. L. Michalíková  
27. K. Novotná

Krůbův memoriál  
Praha 20. 10. 96  
Fleret žáci  
43 žáků

17. M. Černý  
33.-42. Š. Kaše  
T. Brabec

CZECH OPEN, IV. ročník  
Praha 2. 11. 96

Kord kadeti/ky/, žáci/čky/.  
39 závodníků 16 závodnic

5. M. Michalík 2. K. Novotná  
17. O. Brejcha  
32. J. Kaše

Malešický turnaj, 4. ročník, MT  
Praha 23. 11. 96

Fleret žáci a žákyně  
44 žáků 17 žákyň

24. M. Černý 9. B. Bajerová  
30.-32. J. Kaše  
Š. Kaše

Memoriál Ing. V. Podlahy  
K. Vary 23. - 24. 11. 96  
Kord kadeti/tky/, žáci/čky/.

24 kadetů 20 žáků 10 žákyň

1. M. Michalík 8. P. Hránek 7. B. Bajerová  
18. O. Brejcha

Ještědský pohár  
Liberec 30. 11. 96  
Kord junioři  
36 závodníků

13. M. Michalík

# POHAR METROSTAVU

# DIPLOM

**P O K O R N Ý   M a r e k**

**za 5. místo**

**v šermu kordem - junioři**

**jednotlivci**

**3. - 4. února 1996**



**KLUB ŠERMU  
SECOND PRAHA**

*Handwritten signature*



# DIPLOM

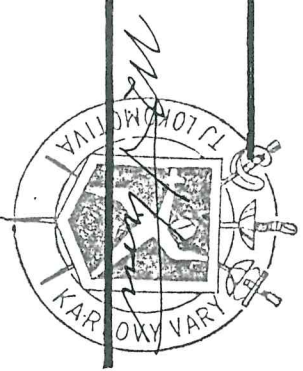
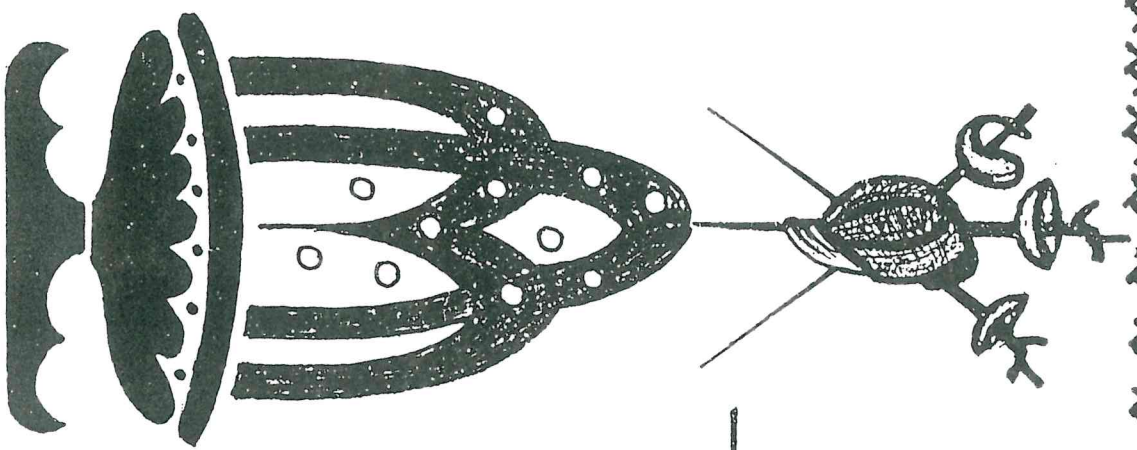
" CENA PRAO HROZENĚTIN "

MICHAL MICHALÍK

KORD - KADETI

1. místo

10.2.96





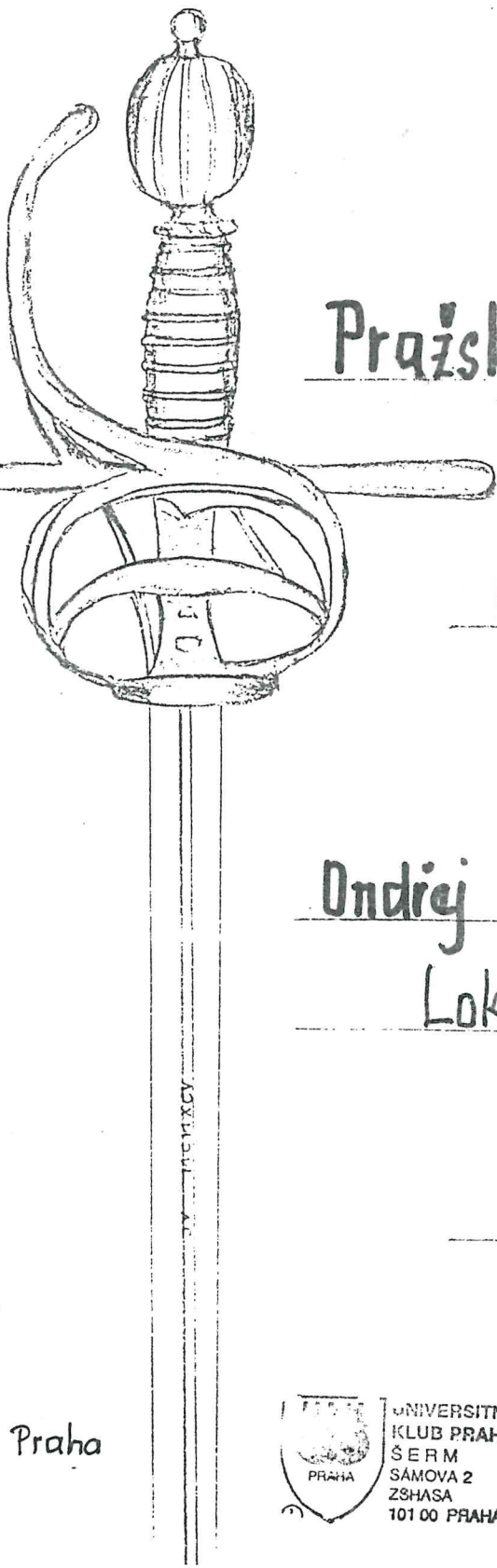
*[Handwritten signature]*

*[Faint handwritten text]*

*[Faint handwritten text]*



# DIPLOM



Pražský turnaj mládeže

Flet žáci

Ondřej Brejcha

Loko Plzeň

7. místo

9.3.1996 Praha



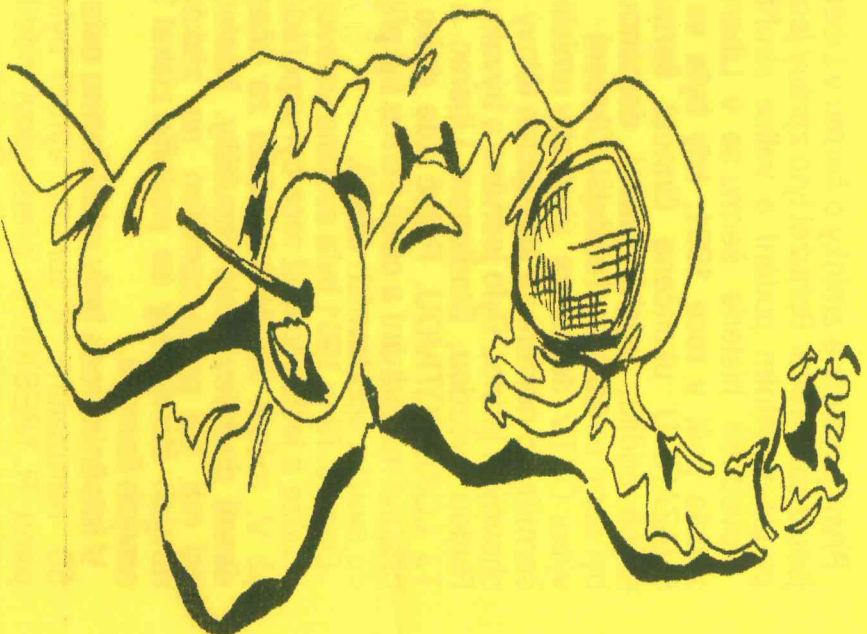
UNIVERSITNÍ SPORTOVNÍ  
KLUB PRAHA  
ŠERM  
SÁMOVA 2  
ZŠHASA  
101 00 PRAHA 10

*Vince*

# TJ LOKOMOTIVA LIBEREC

## oddíl ŠERMU

### pořádá



# 1. EUROREGION OPEN

13. a 14. DUBNA 1996

KORD ŽÁCI  
KORD KADETI

# 1. EUROREGION OPEN

disciplína:  
kord žáci a kadeti

pořadatel:  
šermířský oddíl TJ LOKOMOTIVA  
Jablonecká 21, Liberec

ředitel:  
p. Petr BRABEC, Gagarinova 786  
460 07 LIBEREC  
tel/fax ++42-48-485630

místo:  
tělocvična TJ LOKOMOTIVA,  
Jablonecká 21, tramvaj směr  
Lidové sady do stanice  
nám. F.X. Šaldy. Vpravo okolo hotelu  
"Dům rekreace" po cca 300m  
TJ LOKOMOTIVA

datum:  
SO 13. 4. 1996 od 10 hodin  
kord žáci  
NE 14. 4. 1996 od 10 hodin  
kord kadeti  
prezentace končí v 9 50 hod

přihlášky:  
na adresu ředitele součteže do 10. 4. 1996  
ubytování:  
spolu s přihláškou do 1. 4. 1996

upozornění:  
vstup do tělocvičny pouze po přezutí  
závodníci startují na vlastní nebezpečí

# 1. EUROREGION OPEN

discipline:  
épée pupils and kadets

organizer:  
šermířský oddíl TJ LOKOMOTIVA  
Jablonecká 21, Liberec

director:  
Mr. Petr BRABEC, Gagarinova 786  
460 07 LIBEREC  
tel/fax ++42-48-485630

place:  
TJ LOKOMOTIVA, Jablonecká 21  
take a tram going to Lidové sady, get off on  
F.X.Šalda place. Pas the hotel "Dům rekreace"  
turn to the right and follow Jablonecká str. for  
about 300m to TJ LOKOMOTIVA

date:  
SAT 13. 4. 1996 since 10 o'clock  
pupils épée (born in 1981 and later)  
SUN 14. 4. 1996 since 10 o'clock  
kadets épée (born in 1979 and later)  
attendance ends at 9 50 a.m.

applications:  
to send them, please, to the address of  
the director until 9 50 a.m.

lodging:  
send them together with the application  
until 1. 4. 1996

notice:  
you may enter the gymnasium with special  
shoes only  
each competitor is responsible for him self  
and the security of his equipment



# 1. EUROREGION OPEN

# 1. EUROREGION OPEN

# 50. LET ŠERMU V LIBERCI

disziplin:  
degen Kadetts (geboren in 1979 und junger) und  
Schulter (geboren in 1981 und junger)

veranstalter:  
šermířský oddíl TJ LOKOMOTIVA  
Jablonecká 21, Liberec

direktor:  
Herr. Petr BRABEC, Gagarinova 786  
460 07 LIBEREC  
tel/fax ++42-48-485630

ort:  
TJ LOKOMOTIVA, Jablonecká 21  
Strapenbahn richtung Lidové sady auf  
Šalda Platzaussteigen, ans Hotel "Dům rekreace"  
vorbeigehen, nach rechts abbiegen, und  
"Jablonecká str." für etwa 300m folgen

termin:  
Samstag, den 13. 4. 1996 ab 10 uhr  
degen Schuler  
Sonntag, den 14. 4. 1996 ab 10 uhr  
degen Kadets  
streich termin 9 50  
meldungen

an die adresse des direktors  
meldeschlup: 10. 4. 1996

unterkunft:  
zusammen mit anmeldungen  
bis 1. 4. 1996

haftung:  
eintritt in die turnhalle nur mit  
lesonderen schuhen  
jeder fechterist für seine sicherheit  
verantwortlich



První poválečné zmínky o šermu v Liberci jsou z roku 1946. Bohužel tyto zprávy jsou pouze v ústním podání a velice strohé. Novodobá historie šermu se v Liberci začala psát v roce 1961, kdy byla ve SVAZARMU ukončena činnost šermířských oddílů, jejichž hlavní doménou byl šerm bodákem. Tehdejší Okresní výbor ČSTV dostal za úkol, aby umístil šermíře do některé ze stávajících tělovýchovných jednot. Bylo jednáno s bývalou Rudou hvězdou, Stadiionem Liberec a TJ LOKOMOTIVOU. Právě zde došlo k příznivému jednání a oddíl šermu byl přijat do svazku sportovních oddílů.

Dne 18. října 1961 byla svolána ustavující schůze a ještěv tomtéž roce byl uspořádán již V. ročník Ještědského štitu za účasti deseti družstev z celé republiky. Následující rok byl po té zaměřen na získání nových členů, kdy se podařilo získat 37 nových šermířů.

V letošním roce tedy oddíl šermu oslaví 50. narozeniny. K tomuto výročí byla panu R. NIESIGOVÍ předsedovi oddílu udělena pamětní medaile Českého šermířského svazu jako výraz ocenění jeho dlouholeté obětavé činnosti.

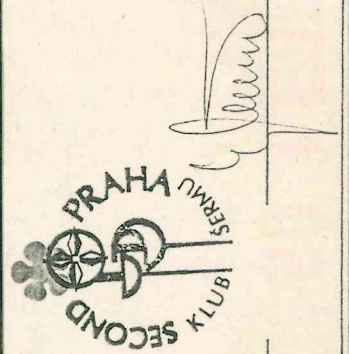
V současné době má oddíl stabilní členskou základnu v počtu 45 členů, kteří dosahují vynikajících výsledků nejen na domácích soutěžích, ale i na mezinárodních turnajích.



ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ



TEST OPEN 1996  
PRAHA 18.5.96



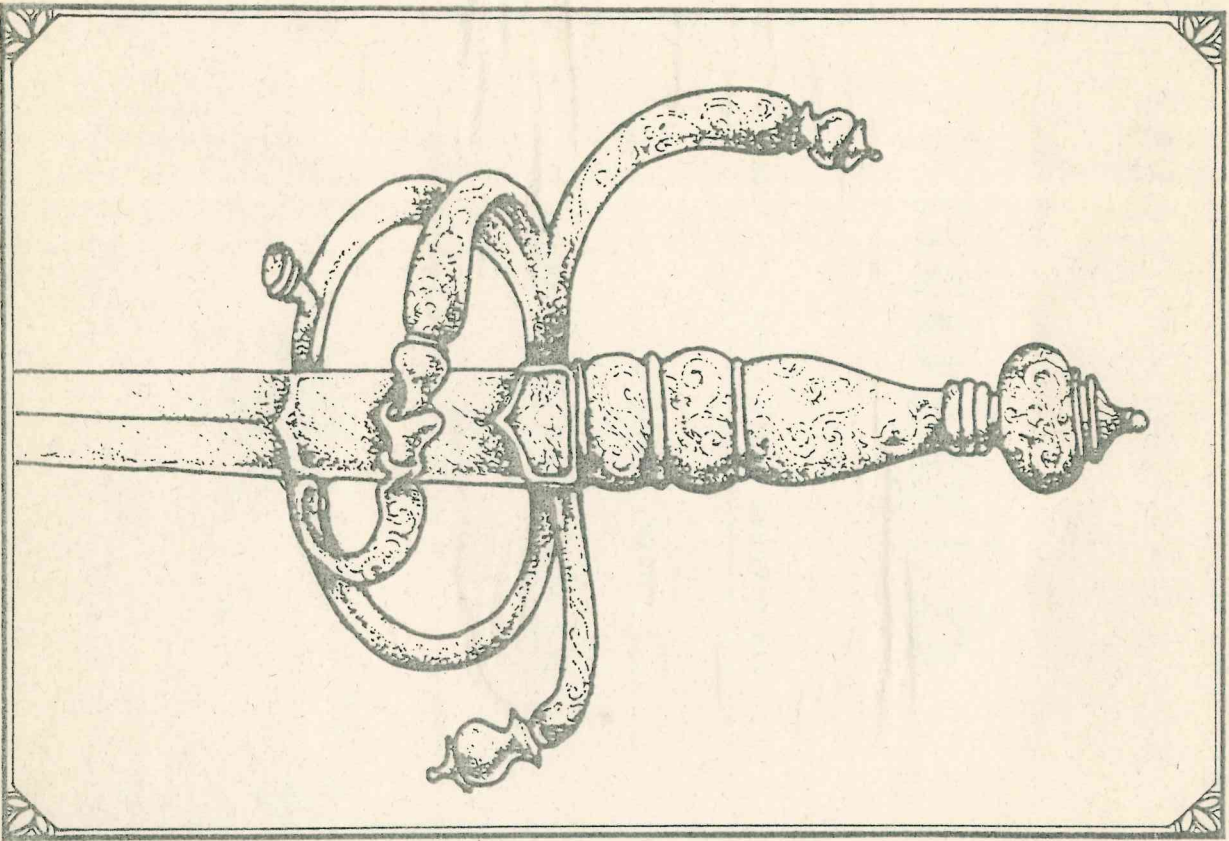
11. 5. 1996

BARA 2. MÍSTO  
V ŽENÁCH



LELIKA 3. MÍSTO A KATKA 7. MÍSTO





ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ

# diplom

Mistrovství České republiky 1996

kord kadetky

M I C H A L Í K O V Á Lenka

8. místo

11. 5. 1996



A handwritten signature in black ink, likely belonging to an official of the federation, is written over a horizontal line.

III. TEST OPEN '96

# DIPLOM

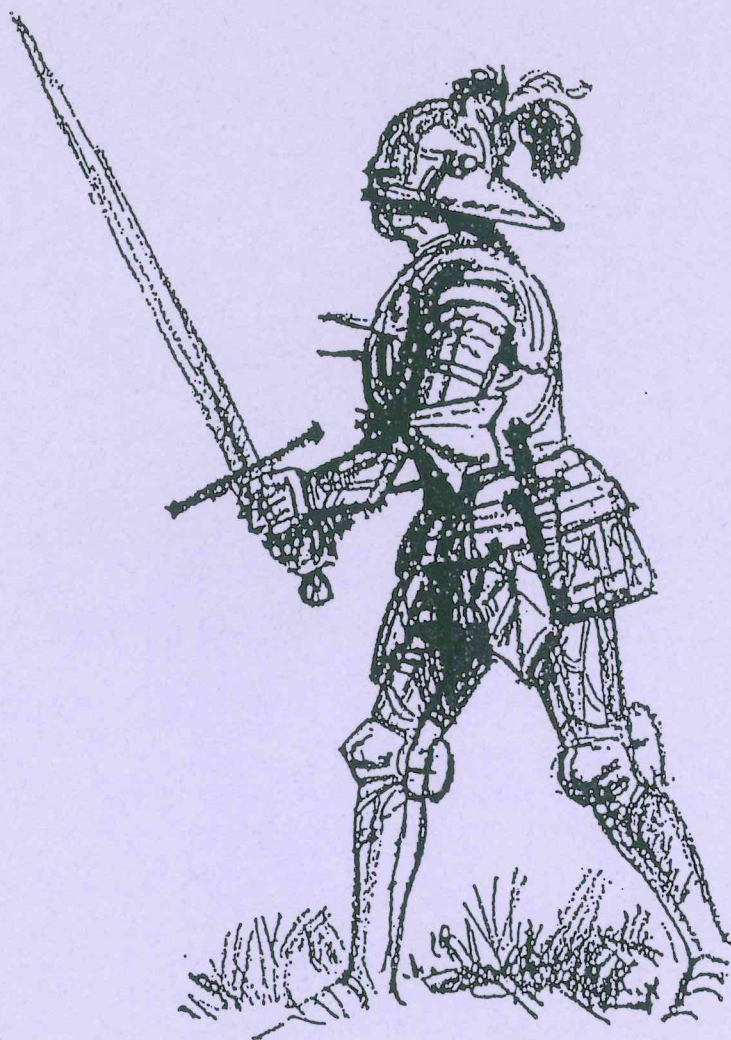
M I C H A L Í K O V Á Lenka

za **3.** místo

v šermu kordem - kadetky

jednotlivci

18. května 1996



Š.K. SECOND PRAHA  
Mánesova 55, Praha 2



III. TEST OPEN '96

# DIPLOM

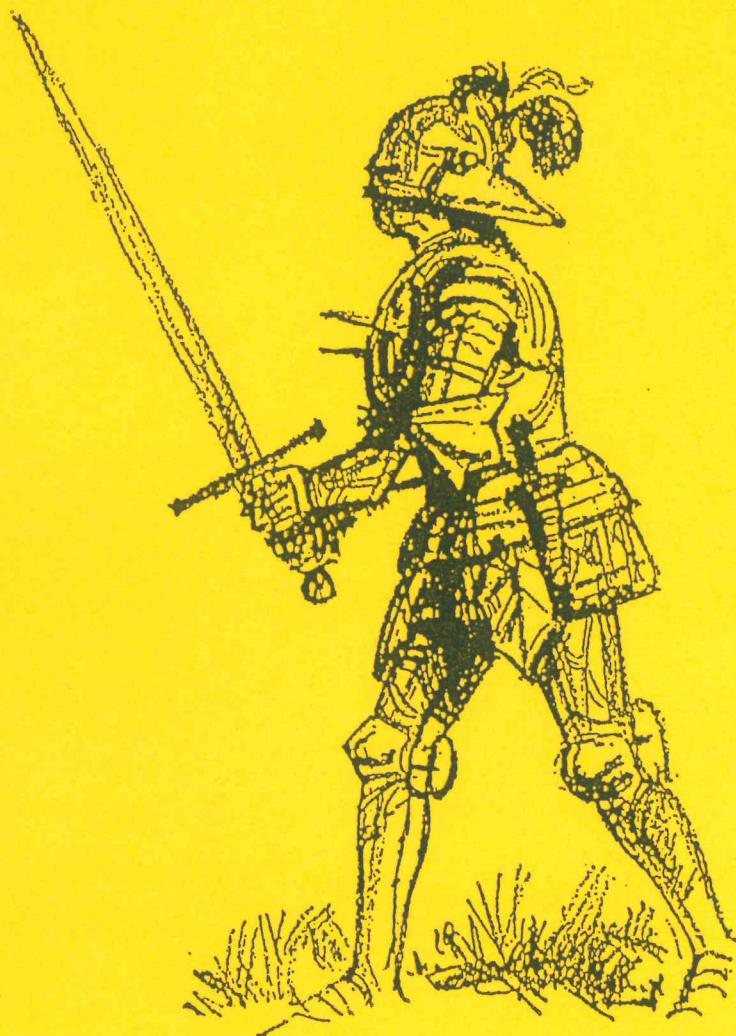
M I C H A L Í K    Michal

za **6.** místo

v šermu kordem - kadeti

jednotlivci

18. května 1996



Š.K. SECOND PRAHA  
Mánesova 55, Praha 2

# Klub Šermu S.K.Zlín

Pořádá

## *Mistrovství České Republiky*



*V šermu fleretem žáků a žákyň*

### PROGRAM

Sobota 15.6.1996

Neděle 16.6.1996

9.00 Přejímka zbraní

8.30 Přejímka zbraní

9.30 Zahájení žáci - jednotlivci

9.00 Zahájení družstva

11.00 Zahájení žákyně - jednotlivci

Místo konání 16. základní škola Jižní svahy Zlín



Mistourk' CR - žáci fletet

15. + 16. 06. '96 - žení

žízni }  
Kasě } 369,-  
Brejcha } 261,-  
Čeruy' } 60,-

Redláček 24,-

---

Uvolizní 640,-

---

Celkem 1354,-

369

261

60

24

---

714

~~774~~

640

---

4

oprac kumit

ČESKÝ ŠERMÍŘSKÝ SVAZ

# diplo m

MISTROVSTVÍ ČESKÉ REPUBLIKY

1 9 9 5

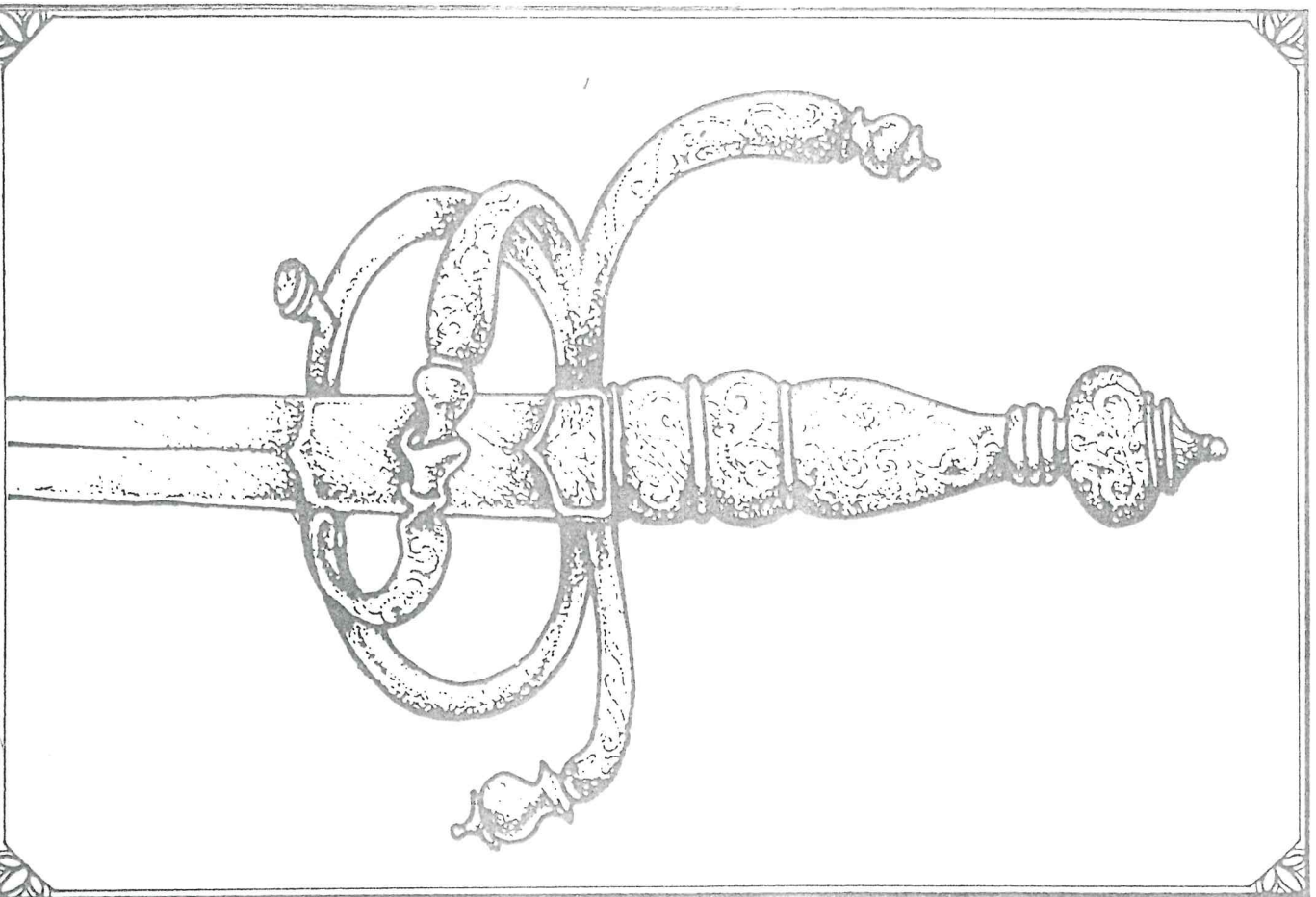
kord žáci

MICHALÍK Michal

7 . místo



Praha 17.6.1995





# Region

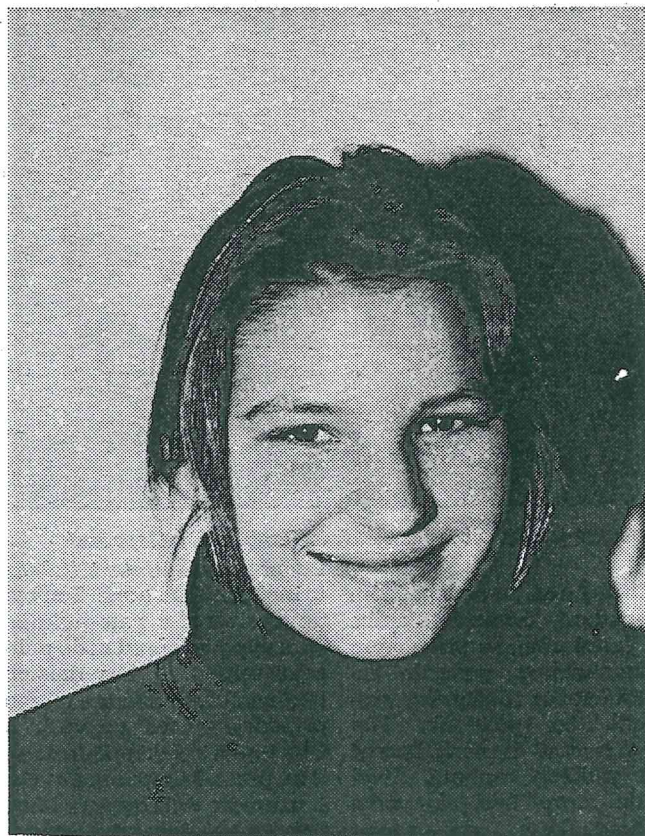
## ZÁPADOČESKÉ NOVINY

# PLZEŇSKO

Cílem sympatické pětibojařky je olympiáda v roce 2000

## Ráda se dívám na westerny

### Kateřina Novotná



**Datum narození:** 14. 2. 1980  
**Výška:** 168 cm  
**Váha:** 57 kg  
**Studentka Sportovního gymnázia v Plzni**  
**Silná disciplína:** plavání  
**Slabá disciplína:** běh  
**Oblíbený doplňkový sport:** lyžování  
**Nejlepší závod:** MR starších dorostenek  
**Nejlepší bodový výkon ve čtyřboji:** 3 756

Moderní pětiboj se sice nehonosí velkými návštěvami nebo přílišným zájmem sdělovacích prostředků, přesto právě tento sport patřil v loňském

roce v Plzni k vůbec nejúspěšnějším. Jedním z velkých talentů sportovního odvětví spojujícího pět naprosto rozdílných disciplín je Kateřina

Novotná.

● **Jak ses vlastně k modernímu pětiboji dostala?**

Já jsem osm let dělala plavání a trénink od stěny ke stěně mě už nebavil. Výsledky ale ještě byly na dobré úrovni, proto jsem těch osm let nechtěla zahodit. Triatlon je spíš vytrvalostní sport, který mě nevyhovuje. A tak jsem jednou přišla za svým spolužákem Jirkou Bajerem, který pětiboj dělá, jestli bych to taky mohla zkusit. Jirka se zeptal trenéra a já už u pětiboje zůstala.

● **Ale pětiboj má určitě i stinné stránky. Co se ti na něm nelíbí?**

Kdyby v něm nebyl běh, byl by ještě hezčí. (Smích) Ale ne, i běh k pětiboji samozřejmě patří.

● **Jaké máš sportovní plány?**

V příštím roce bych ráda z ME šestnáctiletých přivezla medaili, která mi letos unikla. A do budoucna? Účast na olympiádě v Sydney v roce 2000.

● **To je vysoký cíl. Co myslíš, že pro jeho splnění budeš muset udělat?**

Především trénovat, samozřejmě. Zahodit koníčky a ostatní zájmy a běhat, běhat, zdokonalovat se v šermu, naučit se pořádně jezdit na koni. Prostě pořádně zabrat.

● **Šerm, jízda na koni, střelba. Tuhle skladbou disciplín je vlastně pětiboj romantický sport. Díváš se ráda třeba na historické filmy, kde tohle všechno je?**

Dívám se ráda. Ale ještě raději mám westerny, kde jezdí kovbojové na koních...

● **Ty ses během loňského roku hodně nacestovala. Kde se ti líbilo nejvíce?**

Určitě ve Francii na ME šestnáctiletých. Jeli jsme všichni jedním autem a bylo to moc hezké. Vůbec na závody ráda cestuju. Čím delší cesta, tím lepší.

VÁCLAV VILETA

## Ječmínek do Atlanty

**HEDENBEIN** - Husarský kousek se povedl českému šermíři Romanu Ječmínkovi. V Hedenbeinu v Německu vyhrál evropskou olympijskou kvalifikaci v kordu a vybojoval si tak letenku do Atlanty. Z turnaje dvatřiceti závodníků postupovali pouze dva a spolu s Ječmínkem si účast na OH zajistil Bulhar Ilja Mečkov, třetí skončil Andrej Maly z Ukrajiny.



## Postup fotbalistů Slavie oadal šermíři Ječmínkovi sebedůvěře

**Osmatřicet sportovců ze šestnácti odvětví podpořila v loňském roce Nadace české sportovní reprezentace. Vyplatila jim celkem 1 688 000 korun, které získala od sponzorů. Uvedl to na Jarním setkání Nadace předseda její správní rady dr. Jiří Lendl.**

● Bavíme-li se o penězích, nikdy vás nelákalo šermovat za peníze ve skupině "historického šermu" na zámcích a hradech...

"Technické provedení těchto ráboby šermířských scének je hodně diskutabilní. Jejich prezentace se mi ani v nejmenším nelíbí. Uznávám, že mohou být výjimky, které si s navícením dají víc práce, ale drtivou většinu bych přirovnal k potulným komediantům. Osobně neznám žádného bývalého kvalitního šermíře, jenž by se za posledních dvacet let touto cestou dal. Oni sice

vém poháru dostávají mezi nejlepší tři, což se mi v minulé sezoně ani jednou nepodařilo.

Když jsem sledoval postup Slavie v Poháru UEFA, došlo mi, že ve sportu je skutečně vše možné, nikdo není neporazitelný, a to mi před kvalifikací dodalo sebedůvěře. Říkal jsem si, proč bych nemohl překvapit jako Slavia? Kdo jí proti Římu věřil?

Za prvního soupeře mi sice los určil Dána, jenž

zařizoval jsem také pro jednu firmu vybavení restaurace a nyní se věnuji novinářině. Takže klasický profesionál jsem vlastně nikdy nebyl."

● Sportovec-barman, to není obvyklá kombinace, naznačuje, že máte blízko k nočnímu životu, světu s velkým V...

"Tehdy jsem končil vysokou školu, psal diplomku, čekalo mě mistrovství světa, bylo toho moc najednou. Navíc dva měsíce před nástupem

# VÍTĚZSTVÍ DUCHA NAD SÍLOU

Nedělají si iluze, že se jim podaří vyřešit všechny finanční problémy českého sportu. Nadace podporuje především sportovní reprezentanty, talentované juniory, zdravotně postižené sportovce a bývalé reprezentanty, kteří se ne vlastní vinou dostali do obtížné situace. Ve své činnosti pokračuje i letos, podpůrný program připravila pro 22 sportovců a tři bývalé reprezentanty.

Ve výběru jsou atleti Benešová, Formanová, Suchová, Šanigová, Poděbradský, moderní gymnastky Oulehlová a Šebestová, biatlonistka Háková, cyklista Ježek, zápasník Mazouch, Švec a Burián, sáňkař Pekař, triatlonistka Horevájová, kanoisté Jankůvová, Janáčková, Břečka, Šárka-Vávra a Jiráský-Machač a zdravotně postižený sportovec Novák. Z bývalých reprezentantů pamatovala Nadace na hokejistu Bacílka, sportovního gymnasta Štátného a cyklistu Veselého.

Mezi zmíněnými osmatřiceti byl loni i šermíř ROMAN JEČMÍNEK z USK Praha, jenž byl při Jarním setkání Nadace ve dvou rolích - jako podporovaný sportovec a zároveň jako novinář.

"Není to jediná situace, při které musím objektivně informovat o akcích, na nichž jsem osobně zainteresován. Tady mám úlohu ulehčenou, pomoc Nadace sportovcům je skutečně obrovská. Před plněhodným rokem jsem se dostal na určité životní rozcestí, čím víc peníze potřebujete, tím jich máte méně... Nadace mi pomohla k udržení životního standardu, čímž jsem přelomil období, kdy mi peníze ze šermu nestačily a jiný příjem jsem ještě neměl. Osobně oceňuji, že právě Nadace myslí i na postižené sportovce, jejichž situace je ještě složitější a pomoc si nesporně zaslouží."

● Pojem "složitá situace" má mnoho významů. Těžko se odhaduje, zda se sportovec vrátí na vrchol či z něj definitivně sestupuje.

"Sportovec bývá hodnocen podle výsledků: pokud jsou horší, těžko se hledá pomoc - i finanční - k překlenutí krizového období. V běžném životě je možné takovou situaci řešit třeba změnou, u sportovce je nepravděpodobné, že na úspěchy v jednom odvětví naváže v jiném. Existuje tedy jediná cesta: ztuhle zuby a jede dál. Aby mohl naplno trénovat, musí mít dobré ekonomické základy, bez něj nemá klid na přípravu a nemůže se zlepšit."

● Nadace vám pomohla určitou smout k udržení životního standardu. Bral jste to jako peníze na sportovní přípravu, nebo to bylo symbolické "vytrhnoutí trnu z paty" k vyřešení dalšího života?

"Nebylo to zase tolik, aby mi to vyřešilo život. Nepředstavujte si, že dostanu peníze, dám je na knížku a skončím-li se sportem, budu se klidně několik měsíců flákat... Pokud se s touto pomocí zachází velice opatrně, dokáže vyřešit aktuální problémy či přelkenout určité období."

tvrdí, že dělali sportovní šerm - možná to bylo na okresní úrovni."

● Neradí také slyšete srovnání šermířů s filmovými hvězdami - Fan Fanem počínaje a d'Artagnanem konče?

"Na to mám benevolentnější názor - nechci hodnotit úroveň provedení šermířů z filmového plátna, jejichž vinou má většina lidí dost zkrleslou představu, co to šerm je. Jakmile se však v televizi promítá film či seriál se šermířskými scénami, okamžitě se to projevuje větším zájmem mládeže, což pochopitelně vítáme. Když se pak rok učí základům šermířské školy, celé škále pohybů od prvních krůčků po pohyb ruky, většina odpadne. Já jsem se tomu věnoval celý rok a díky tomu mám dost zážitou klasickou techniku."

● Proč jste si vlastně zvolil šerm?

"Můj otec mi sice ponechal volnou ruku, ale když viděl, jak se toulám od jednoho sportu ke druhému, dovedl mě mezi své známé. On se věnoval modernímu pětiboji a velmi dobře si vedl i v šermu. Věřil, že mne na pláň udrží. Nej dřív trochu z donucení, později se už z toho stala skutečná záliba."

● S jakou filozofií se šermíř může prosadit?

"Asi nikoho se nebat a s každým šermovat jako rovný s rovným. Já skutečně nepatřím k bážlivým, na jaře jsem se přihlásil do parašutistického kursu. Trenéři mi takové riziko před Atlantou rozmluvili, takže jsem zapsán až do podzimního. Jednou jsem si však už padák vyzkoušel, přece bych nepsal o něčem, co jsem nepoznal na vlastní kůži... Pociť volného pádu je skvělý. Pak jsem nad zemí předčasné přitáhl popruhy k tělu a padl zadkem do oranice."

● Jak byste se srovnal, v jakých podmínkách jste se probojoval na olympijské hry 1992 a nyní na OH 1996?

"Do Barcelony se družstvo kordistů probojovalo snadno, na mistrovství světa jsme se museli dostat mezi prvních dvanáct, což se nám podařilo. Navíc byla ještě další možnost přes turnaje Open, nebyli jsme tedy pod žádným psychologickým tlakem. Pro Atlantou jsou nominační kritéria daleko přísnější - opět postupuje dvanáct družstev po třech závodnicích, pro jednotlivce zbyvala v Evropě jen dvě místa. Kvalitní družstvo jsme dohromady nedali, zůstala tedy jen ta poslední šance."

● Kvalifikaci jste nakonec vyhrál. Váš postup se obešel bez větší publicity, takže o jejím průběhu nic nevíme.

"Nejhorší bylo, že jsem do posledních chvílí nevěděl, kolik Evropanů bude z kvalifikace postupovat. Vliv na to měly výsledky Světového poháru. Prvních šestnáct ze SP postupovalo automaticky. Předpokládal jsem, že z Hedenbeinu postupují čtyři, možná i pět kordistů. To by mi dávalo šanci, při dvou postupujících jsem si moc nevěřil. Mezi soupeři bylo mnoho kordistů, kteří se ve Što-



byl slabší, ale následovala dvě velmi těžká utkání se Švýcarem a Rakušanem, která jsem shodně vyhrál 15:13. Přitom to nešlo hladce, první jsem prohrával 10:12, druhé 11:13 a šermuje se do 15 zásahů. Podle trenéra Oldřicha Kubišty (abych to hned upřesnil, mám dva trenéry - Jiří Vincenc mě vede od juniorského věku) to bylo vítězství ducha nad silou, čirým mysl, že rozhodla hlava a nasazení, zatímco soupeři byli lepší technicky a hlavně fyzicky."

● Je ta vaše hlava opravdu ve srovnání s OH 1992 o tolik jiná?

"Nesporně v ní za čtyři roky došlo ke spoustě změn. V šermu rozhodují zkušenosti, pochopitelně podpořené kvalitní přípravou. Trochu nadsazené se náš sport přirovnává k šachu, ale nesporně je na pláň (šermířském bojovém poli) velká škála taktických tahů a situací, které musím zvládnout, abych vyhrával."

● Považujete prvenství v Hedenbeinu za svůj největší úspěch?

"Vyhrál jsem ve 20 letech seriál Světového poháru juniorů, což bylo zhodnocení celoroční formy. V Atlantě se nechci jen zúčastnit olympijské soutěže... Bude 44 nejlepších šermířů světa. Nerad bych mluvil o svých cílech. Uspokojilo by mne, kdybych jednou považoval výsledek z Atlanty za absolutní vrchol mé kariéry. Určitě neuvažuju, že bych v létě skončil. Chtl bych vydržet do Sydney 2000. Úspěšně šermovat se dá relativně dlouho, Jaroslav Jurka vybojoval stříbro na mistrovství světa v šestatřiceti letech, mně je nyní devětatdvalet."

● Kdybyste dosáhl výrazného úspěchu a vední výpravy by vám nabídlo prodloužený pobyt v Atlantě až do konce her, jak byste se rozhodl?

"Kord jednotlivci je na programu hned první den - 20. července. Pobytu delší deseti dnů jsou pro mne přímo traumata. Nejraději se hned po soutěži vracím domů. Sportovec ve mně by rád odletěl do Prahy, redaktor by zase rád zažil celé hry."

● V Barceloně jste byl profesionálním sportovcem, nyní už jste spíš kordistou z lásky?

"Nikdy jsem se nevěnoval pouze šermu. Do 23 let šerm doplnovala FTVS UK - obor trenérství, před nástupem na základní vojenskou službu jsem potřeboval vydělat nějaké peníze, a tak byl ze mne barman, po návratu z vojny jsem půl roku učil,

na vojnu uvažujete trochu jinak. Věděl jsem, že na vojné budu prakticky bez příjmu, byl jsem ženatý a určité finanční zabezpečení je nutností. Nedělám ze sebe svatoušku, rád žiju, jak se říká naplno, už si však vybírám, kde a s kým! Asi stárnu, ale chci, aby zábava byla kvalitní, s lidmi, kteří mi za to stojí, aby to nebylo ubíjení času s někým, koho náhodou potkám."

● Postup na OH 96 zvyhodňuje jednání se sponzory?

"Mnoho se nezměnilo, dva svazové sponzoři: Aral a CK Pegas, a dva osobní: Eurocargo Jiří Hájek a Ford Charouz."

● Do jaké míry novinář Ječmínek změnil pohled na sportovec? Najednou se očekává, že budete psát kriticky i o kamarádech. Sám si jistě pamatujete, jak zabolala slova otřesená v novinách.

"Zcela upřímně, kritice typu hlava-nehlava se pokud možno vyhýbám. Z pohledu laika je atraktivní a možná i spravedlivá. Obvinění z laxního přístupu se píše snadno. Vycházím z názoru, že každý chce vyhrávat a dělá pro to maximum. Titulky ve stylu "Propadák...", "Černý den..." jsou trochu laciné. Stále více jsem již na té novinářské straně bariéry a vím, že se takový styl od novin očekává. Teprve až definitivně sám skončím se sportem, budu schopen psát tvrději každý den."

Nyní si dobře pamatují na období, kdy měl šerm dobré výsledky a já bezproblémově přešel z juniorů mezi seniory. Vše jsem viděl v růžových barvách, psalo se o nás víc než nyní a většinou příznivě. Přesto jsem se o sobě dočetl i nepravdy. Než bych udělal zbytečnou chybu, raději riskuji ironický úsměv, že se ptám na banality, které bych měl znát. I pětkrát se na stejnou věc zeptám, pokud mi něco není jasné."

● A změnil se nějak váš názor na sportovní redaktory?

"Je to jako jinde - najdete mezi nimi hodně dobrých lidí, i naopak dost zlých. Mám možná štěstí, že jsem zatím v novinách za dva roky narazil spíš na ty, kteří se mi snaží pomoci."

LUMÍR PROPPER,  
foto archiv Romana Ječmínka

'92-'96: stabilní a výkonná vláda.





**NEJÚSPĚŠNĚJŠÍ DOROSTENCI - moderní pětibojaři VŠSK PF Plzeň: (zleva) M. Michalík, K. Novotná, M. Janča, L. Michalíková a J. Bajer.**

Foto J. VOLDŘICH

## Úspěchy moderních pětibojařů VŠSK PF Michalíková a Bajer na OH

Velice úspěšný byl loňský rok pro moderní pětibojaře plzeňského VŠSK PF. Stali se nejúspěšnějším juniorským kolektivem Plzně, k čemuž výraznou měrou přispěla stříbrná medaile družstva z ME 15 - 16letých ve Francii (J. Bajer, M. Michalík), účast L. Michalíkové v semifinále MS juniorek, 11 medailí z mistrovství ČR i vítězná účinkování v Českém poháru mládeže. O tom, jak si vedou v letošním roce, jsme hovořili s předsedou oddílu Jaroslavem Voldřichem.

### Jaká je letošní sezóna?

V každém případě opět nesmírně bohatá na významné akce, kterých se naši závodníci zúčastní. Za všechny jmenujme MS juniorek v Kallmaru (Švédsko), MS 17 - 18letých v Sofii (Bulharsko) či ME 15 - 16letých v Copenhagenu (Dánsko).

### Jak se zatím naplňují plány klubu?

Třináct námi plánovaných medailí z domácích šampionátů pro rok 1996 bereme tak trochu jako samozřejmost. Šest jich již máme, z toho čtyři mají tu nejvyšší hodnotu. Uspěť bychom chtěli opět na ME 15 - 16letých, medaile by opět jen potvrdila výbornou výkonnost našich závodníků v této věkové kategorii. Bez šance nejsme ani na MS družstev 17 - 18letých, probojování do semifinále MS juniorek bych považoval za vrchol. Je však třeba připomenout, že máme letos již tři medaile z Mezinárodního mistrovství Německa mládeže (účast sedmi zemí) a špatně si nevedli naši dorostenci ani na dvou závodech Evropského poháru juniorů na Slovensku.

### Kolik členů a činovníků oddílu se na těchto výsledcích podílí?

Jde o všech devět členů našeho

oddílu, kteří přispějí do předcházejícího výčtu každý minimálně jednou medailí z mistrovství ČR. Je zajímavé, že téměř výlučně jde o sourozenecké dvojice - Lenka a Michal Michalíkovi, Bára a Jirka Bajerovi, Katka a Markéta Novotných a jednotlivci Michal Janča a Pavel Hránek. Nelze opomenout také naše trenéry specialisty - Jiřího Michalíka (plavání), Jana Miňa a Mojmiru Sedláčka (šerm) a Václava Opatrného (jízda), bez jejichž nadšení bychom tyto výsledky nemohli dosáhnout.

### A podpora vašemu sportu?

Díky našim výsledkům je nezanedbatelná finanční i materiální podpora ze svazu pětiboje. Z největších sponzorů pak jmenujme například FCC Folprecht, a. s. Benzina, agenturu ARKA a Westtransport. Nelze opomenout ani pomoc Magistrátu města Plzně, plaveckého oddílu TJ Slavia VŠ, vedení 1. ZŠ, střeleckého oddílu SKP Plzeň, šermířského oddílu Lokomotivy Plzeň a Jezdecké stáje Václava Opatrného v Hořovicích.

### A na závěr, co vás čeká v nejbližším období?

Po návratu Lenky Michalíkové a Katky Novotné ze Světového poháru žen v Římě odlétá Lenka v pondělí 15. července s Jirkou Bajerem do Atlanty, kde se uskuteční v průběhu OH letní tábor mládeže. Na něj v úvodu srpna naváže soustředění vybraných dorosteneckých reprezentantů ČR v Hořovicích, 3. srpna juniorské mistrovství ČR, 24. srpna domácí šampionát mladšího dorostu, jehož jsme pořadatelé, a dále již zmíněná MS a ME. Cílem je i obhajoba titulu "Nejlepší juniorský kolektiv Plzně" i pro rok 1996. (jv)

## Vodní pólistky před soutěžní přestávkou Reprezentantky s dorostenci

...reprezentačních | 2. Kometa Brno - UP Olomouc



Servis

## ROZLOUČENÍ

Rozloučení se zesnulým dnes v kostele v Radnicích a pak uložení do země tamtéž: 10.00 hodin - Emil Basl, Plzeň (93).

## PROGRAM HBO

### SOBOTA

- 17.00 Lemčici: Šviháci australského lesa. Přírodopisný dokument televize BBC
  - 17.55 Bojové nasazení. Válečné drama USA
  - 20.05 Místní hrdina. Komédie VB
  - 21.55 Zrada a pomsta. Thriller USA
  - 23.30 Hněv a čest. Akční film
- ### NEDELE
- 17.00 Stephen King: Zlaté časy 2. Sci-fi seriál
  - 18.00 Svatý Jack. Drama USA
  - 20.00 Vrána. Psychothriller USA 1993
  - 21.45 Špatná společnost. Akční film USA
  - 23.15 Výkřik z kamene. Dobrodružný film Německo/Francie/Kanada

## PINK

### Plzeňský informační kanál

7.00 Vysílá Pilskabel TV - 7.1 TV tipy - 7.25 Soukromá inzerc - 7.30 Kulturní servis - 7.40 Program PINK - 7.45 Plzeňský sp - 7.55 Reklamní blok - 8.00 Vysílá PINK - 8.15 TV tipy - 8.30 Soukromá inzerc - 8.30 Programy kin a divadel - 8.40 Program PINK - 8.45 Plzeňský sp - 8.55 Reklamní blok (výše uvedený program se opakuje dou lichou hodinu).

11.00, 15.00 a 19.00 Video PINK (repríza): Port Pamatka J. K. Tyla; Cir rousek.

12.30 a 18.30 Informačních úřadů - 12.45 Policie ČR informuje

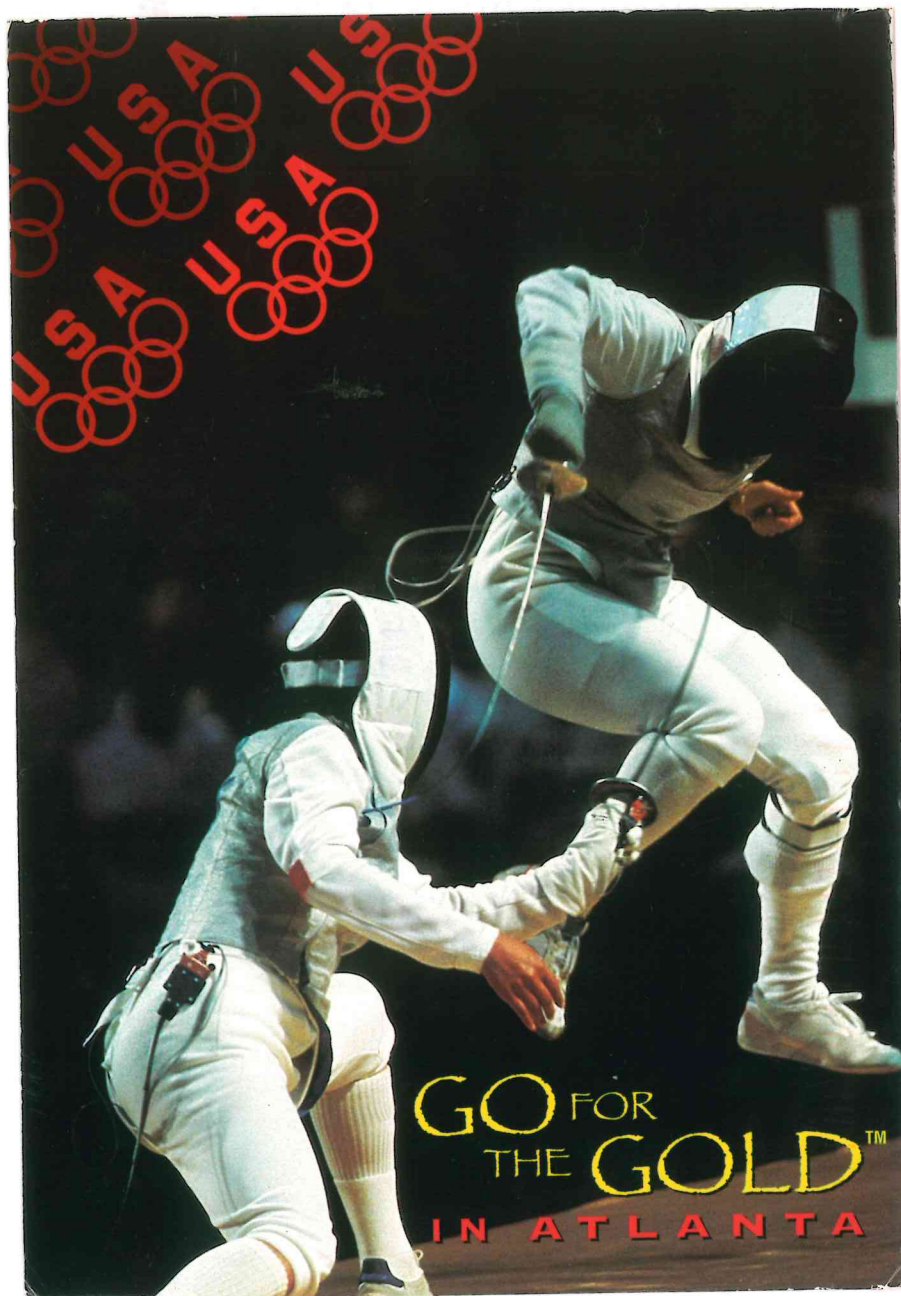
KA

PLZ  
USA (Bělásek Elektra 20 h) - (17 a 20 h).  
KAZ  
slečna h).  
KRA  
USA (s  
ROK  
řezů, U  
STU  
(so 16.3

PLZ  
krámy, Severo (obrazy 9.) - nám. R  
naší ar  
vanské 6 - He  
dam v  
obraz  
A. P  
Esp  
naiv  
koš  
- S  
dv  
N  
d.  
š  
l.  
G  
n:  
d  
z.  
(  
r



POZDRAV Z ATLANTY  
OD LENKY A JIRKY



## LEITUNG

durch ausgezeichnete Fichtmeister:

**Michel PRADELLE** - Fichtmeister,  
Secrétaire de l'Académie d'Armes de France

**Marie-Thérèse PRADELLE** - Fichtmeisterin,  
Dipl. Krankenschwester

**Ernest FOUCTEAU**  
Präsident der Internationalen  
Fichtmeisterakademie

**Jean-Yves COUTANT** - Fichtmeister

**Gérard DULUC** - Fichtmeister



**T. LEFEBVRE**  
Champion de France  
Equipe Nationale



**B. BALMONT**  
Champion du Monde  
Cadet 94



**S. COUTANT**  
Champion du Monde  
Cadet 95



## PASSEPORT POUR L'AVENIR

Etablissement Privé non confessionnel sous contrat d'association de la série à la terminale (Série A-B-C)  
Accueil des boursiers nationaux

COLLEGE ET LYCEE DE  
**CHAZOURNES**

**PEDAGOGIE** : perfectionnement - anglais - suivi personnalisé  
**INTERNAT** : chambres 2 à 4 lits - piscine - tennis - clubs divers  
**LIAISONS** : TGV + navettes express  
week-end organisés - sports  
**ECHANGES INTERNATIONAUX - TARIFS MODERES**

Rue du Collège - 43110 AUREC-SUR-LOIRE  
Tél. 77.35.42.12 Fax 77.35.35.02

## Gebühr:

2980 FF pro Person  
(Ratenzahlung möglich) Inklusive Vollpension im  
Centre de Séjour et d'Echanges Internationaux  
de Chazournes

## Information und Anmeldung:

Stage International d'Esclime  
BP 63 - 43110 AUREC-SUR-LOIRE  
Tél. : 77.35.41.59 - Fax : 77.35.23.76

## Tagesablauf:

8.00	Frühstück
8.30	Lauf und Konditionstraining
10.00	Fechten
13.00	Mittagessen
14.00	Sport + Freizeit
17.00	Lektionen, Gefechte
19.30	Abendessen
20.00	Gemeinsames Abendprogramm
22.00	Schlafengehen



FEDERATION FRANCAISE  
D'ESCLIME



MINISTRE  
DE LA  
JEUNESSE  
ET DES SPORTS





**ESCLIME  
DIFFUSION**

**LYON**  
7, rue Léonard de Vinci  
69120 VAULX-EN-VELIN  
tél. 78.79.28.96  
fax 78.80.11.33

**PARIS**  
66, av. du Maréchal Joffre  
92340 BOURG-LA-REINE  
tél. 41.13.89.50  
fax 41.13.87.14

**Uhlmann**

**ESCLIME  
DIFFUSION**

**alstar**

# 12. INTERNATIONALER FECHTLEHRGANG

IN **AUREC-SUR-LOIRE**

**3 BIS 14 JULI  
1996**

- ➔ Ein Lehrgang mit internationalem Renommee
- ➔ Unter dynamischer, und kompetenter Leitung
- ➔ Innovative Pädagogik
- ➔ Persönlichkeitsentfaltung durch Sport und gemeinsame Aktivität
- ➔ Spaß am eigenen Fortschritt durch anspruchsvolles Training





## TEILNEHMER

Mädchen und Jungen zwischen 11 und 17 Jahren, mit FFE oder FIE-Lizenz  
2 Gruppen pro Waffe, von 11 - 13 Jahren und von 14 - 17 Jahren



## SPORTANGEBOT

Zusätzliche sportliche Aktivitäten sollen als Ergänzung zum Trainingsprogramm Reaktionsvermögen Gleichgewicht und Beweglichkeit trainieren

AUREC-SUR-LOIRE



## FECHTEN

Das Trainingsprogramm wurde von professionellen Fechtmeistern speziell für Jugendliche entwickelt.

- Individuelles Konditionstraining
- Gruppenarbeit nach Schwerpunkten
- Gefechte, Einzelaktionen
- Videoanalyse
- Perfektionierung und Olympiavorbereitung
- Mentale Wettkampfvorbereitung

Die in diesem Lehrgang erzielte technische Ausbildung dient in erster Linie einer individuellen Verbesserung bei Wettkämpfen.

Tradition dieses Lehrgangs ist es auch, einen Einblick in Schau- und Theaterfechten zu geben.

## SPORT UND FREIZEIT

Als Ergänzung zum Trainingsprogramm : Kanu, Kajak, Bergsteigen, Bogenschießen, Segeln, Surfen, Tennis, Golf, Minigolf, Orientierungslauf Schwimmen. Gemeinsame Ausflüge und Abendgestaltung.

## LEHRGANG

**vom 3 bis 14 Juli 1996**

Perfektionierung und Wettkampfvorbereitung

Florett, Degen, Säbel

Lektionen werden auch in deutsch und englisch gegeben

Unterstützt vom französischen Fechtverband und vom Ministerium für Jugend und Sport.

## HIGHLIGHTS

Abschlußwettkampf

1 Preis : kostenlose Teilnahme am 13. Lehrgang, im Werte von DM 3000 FF

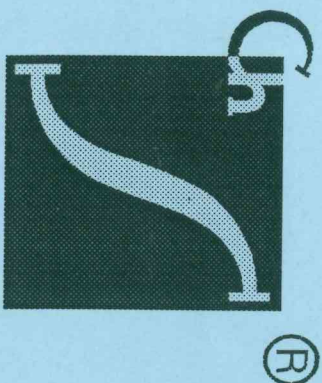
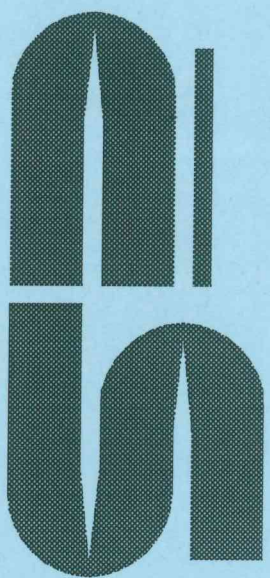
Training und Gefechte mit französischen Meistern und Weltmeistern

Orientierungslauf

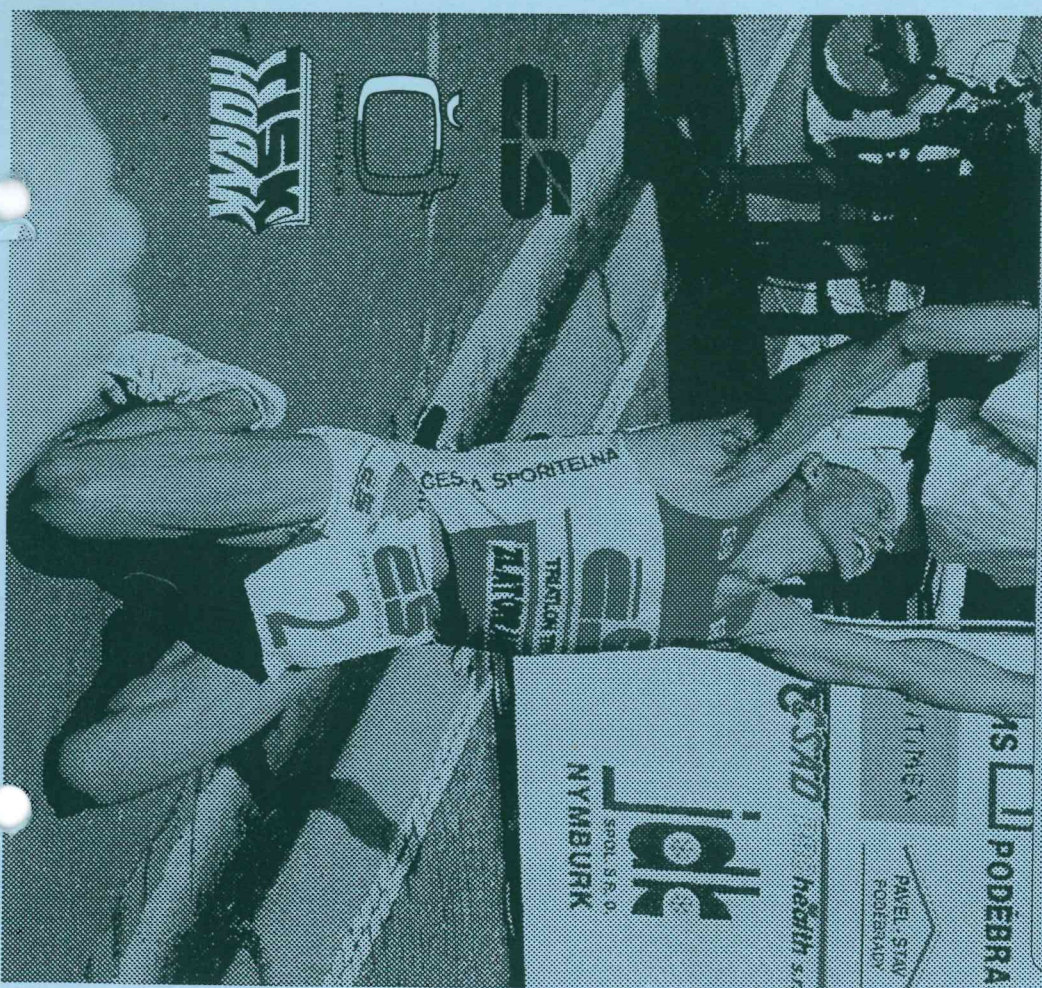
Organisiert durch die MIC Aurec-sur-Loire







**GRAND PRIX **  
**MISTROVSTVÍ ČR JUNIORŮ**  
**V MODERNÍM PĚTIBOJI**





Vážení sportovní přátelé,

dovolujeme si Vás jménem pořadatele závodu, oddílu moderního pětiboje TJ Tatran Ústí nad Labem, pozvat na mistrovství České republiky juniorů a juniorek v moderním pětiboji pro rok 1996.

Věříme, že se ústecké mistrovství České republiky v moderním pětiboji juniorů a juniorek stane pro aktivní účastníky mistrovského závodu příjemným sportovním zážitkem a kvalitním vrcholem domácí sezony 1996, ve kterém podle svých představ zhodnotí všichni účastníci svou náročnou sportovní přípravu.

Současně věříme, že zejména pro ty závodníky kategorie juniorů, kteří si vybojují start na MS juniorů se tento start stane důležitým seznámením s prostředím konání MS juniorů.

*Zdeněk Kubec*

předseda oddílu moderního pětiboje TJ Tatran

### **Mistrovství České republiky v moderním pětiboji juniorů a juniorek pro rok 1996**

**Pořadatel:** Český svaz moderního pětiboje  
technicky zajišťuje TJ Tatran Ústí / L a Sport agency spol. s r.o.

**Datum:** sobota 3. srpna 1996

**Místo:** Ústí nad Labem

**Soutěž:** mistrovství ČR v moderním pětiboji juniorů a juniorek

**Kategorie:** juniorky, junioři

**Předpis:** závodí se podle platných pravidel moderního pětiboje

**Startují:** juniorky, junioři

**Ustanovení:** všichni závodníci se závodu zúčastňují na vlastní nebezpečí

Příhlašky: do 26. 7. 1996 na adresu -

Zdeněk Kubec  
Na vyhlídce 11  
400 11 Ústí nad Labem  
fax 047 560 03 69

Ubytování: pořadatel nezabezpečuje

Úhrada nákl.: úhradu nákladů vyplatí dle platných směrnic ČSMP po technické konferenci sekretář svazu Jiří Hrdlička

Ceny: první tři závodníci jednotlivých kategorií obdrží medaile a diplomy, dodané Českým svazem moderního pětiboje

dekorování závodníci obdrží upomínkové věcné ceny věnované firmou Sport agency spol. s r.o.

Ředitel závodu Dr. Luboš Vaněk

Hlavní rozhodčí Ing. Jan Jindra

Lékař závodu MUDr. Vladimír Pyšný

Sekretář závodu Jiří Hrdlička

### **Časový program M ČR juniorů a juniorek v moderním pětiboji**

sobota 3. 8. 1996

8 hod. prezentace v areálu SKP Sever Ústí nad Labem  
9 hod. střelba první směny SKP Sever Ústí nad Labem  
10 hod. střelba druhé směny SKP Sever Ústí nad Labem  
11 hod. šerm, SKP Sever Ústí nad Labem  
15 hod. plavání, plavecký areál Klíše  
17 hod. start prvního závodníka v jízdě na koni, TJ Tatran  
18 hod. start prvního závodníka v běhu, TJ Tatran  
19 hod. slavnostní vyhlášení vítězů, TJ Tatran

KALENDÁŘ - 2. POLOLETÍ 1996

Zahraniční a domácí šermířské soutěže

Datum	FLERET MUŽI	FLERET ŽENY	KORD MUŽI	KORD ŽENY	ŠAVLE	Pozn.
Z Á Ř 7-8	Turnaj mládeže Uh. Hradiště K, Ž	Turnaj mládeže Uh. Hradiště K, Ž				
14-15	MTS Ingolstadt	MTS Ingolstadt	MTS Ingolstadt	MTS Ingolstadt		
21-22	MTS Budapešť		SŠS Sx, Jx, Kx	SŠS Sx, Jx	Kontrolní sraz TH Praha S, J, K	
28-29	MTS Graz Kontrolní sraz Praha K, Ž	MTS Budapešť Kontrolní sraz Praha K, Ž	Kontrolní sraz Olomouc J, K	SPJ Osnabrück	Skývův memoriál HF Praha S, K	
Ř Í J E N 5-6	MTJ Hof SŠS Jx, Kx, Žx Štit města S. Písek K, Ž	MTS Spittal MTJ Hof Štit města S. Písek K, Ž	2 dny S. Vršovice Sx+Jx	MTS Hof Cena promenady K. Vary J, K		
12-13	SPJ Steinfurt MTK Budapešť	SPJ Pistoia MTK Budapešť	SPJ Laupheim Turnaj mládeže Litoměřice Ž	SPJ Varšava Turnaj mládeže Litoměřice Ž		
19-20	MTJ Linec	MTJ Linec MTS Budapešť	Lázeňský pohár MT K. Vary S	Lázeňský pohár MT K. Vary S	SP Brašov Brněnská podkova S. Brno S, K	Stana garga v Brně
26-27	SPJ Bratislava MTS Rosenheim Krůbův memoriál HF Praha Ž	SPJ Bratislava MTS Rosenheim Memoriál J. Duška Ž Hradec Kr. Ž	Czech Open j+dr Second Praha K	Czech Open j+dr Second Praha K		
L I S T O P A D 2-3	MTS Vroclav MTK Šamorín Brn. krokodýl j+dr S. Brno S	SPJ Waldkirch MTK Šamorín Brn. krokodýl j+dr S. Brno S	SP Arnhem		SPJ Dourdan	
9-10	ME Limoges S, J Tuláčkův mem. B. Ostrava K, Ž	ME Limoges S, J Tuláčkův mem. B. Ostrava K, Ž	ME Limoges S, J Tuláčkův mem. B. Ostrava S	ME Limoges S, J Tuláčkův mem. B. Ostrava S	ME Limoges S, J	MEJ: 5.-7.11. ME: 8.-10.11.



L I S T O P A D	16-17	SPJ Londýn MTK Zalaegerseg	SP Atheny MTK Zalaegerseg	SPJ Catania	SP Welkenraedt	SPJ Palermo SP Atheny	
		Peterův mem. ČSK Riegel	MT S	Peterův mem. ČSK Riegel	MT S	Jungmannův pohár ČSK Riegel	S
						Šavl. vinobraní MT Uh. Hradiště	S, K
D	23-24	SP Vídeň SŠS	Žx-84	MTS Mosbach SŠS	Žx-84	SP Lisabon	SPJ Frascati
		Maleš. turnaj Hostýnská	MT K, Ž	Maleš. turnaj Hostýnská	MT K, Ž	Podlahův mem. K. Vary	K, Ž
P R O S I M E C	30-1	SPJ Provence	SPJ Bochum	SŠS Sx, Jx, Kx	SPJ Dijon SP Sevilla	SPJ Dormagen	
		17. listopad USK Praha	S, J	17. listopad USK Praha	S, J	Ještědský pohár Liberec	Sx, Jx
						Ještědský pohár Liberec	S, J
	7-8	MTK Mödling	MTK Mödling SPJ Jesi	MTK Mödling SPJ Tourcoing SP Budapešť	MTK Mödling	MTK Mödling SP Nancy	Turn. smiš. družstev: pět členná družstva FM+Ž+K+ KŽ+S
		Turnaj smiš. druž. HF Praha	S	Turnaj smiš. druž. HF Praha	S	Turnaj smiš. druž. HF Praha	S
	14-15	SP Petrohrad SŠS Žx	SŠS Žx				
		Kontrolní sraz TH Brno	S, J	Kontrolní sraz TH Brno	S, J		

Vysvětlivky: x = žebříčková soutěž (pouze v KH pro seniory a juniory)

MT = mezinárodní soutěž

S+J = společná dvoudenní soutěž pro S a J

jd+dr = soutěž jednotlivců i družstev

SŠS = Slovenský šermířský svaz

TH = talentovaná mládež

Ž = žáci, žákyně (82 a ml.)

K = kadeti, kadetky (80 a ml.)

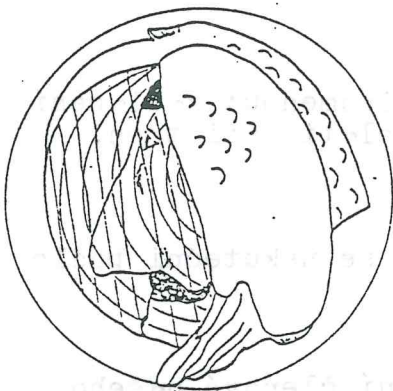
J = junioři, juniorky (77 a ml.)

S = senioři, seniorky (bez omezení)

Poznámka: Na základě zkušeností 2 sezon bylo upuštěno od jednodenních společných soutěží pro 2 věkové kategorie (např. K+Ž), neboť závodník za start v jedné soutěži obdržel body do dvou žebříčků.

Jako společné soutěže pro 2 věkové kategorie mohou být pořádány pouze soutěže dvoudenní, v ostatních případech se jedná o normální jednodenní soutěže určité věkové kategorie, kde mohou případně startovat závodníci i z kategorií mladších.

STK ČSS/Vincencová/15.7.1996



V Plzni dne 23. 9. 1996

Vážení přátelé, šermíři, rodiče,

oznamujeme Vám zahájení šermířské sezóny v našem oddílu od 1. 10. 1996. Treninky se konají každé úterý, středu a pátek od 16.00 do 19.00 hodin v rozcvičovně haly TJ Lokomotivy Plzeň.

Jste vítáni !

- - -

Dále Vám sdělujeme několik informací, které jsou důležité pro naši sportovní činnost.

Předsednictvo Českého šermířského svazu na své schůzi /27. 6. 96/ schválilo v rámci zvýšení bezpečnosti šermířů a trenérů při všech soutěžích v ČR i při treninku tato opatření :

- masky :
  1. zákaz používání hnědých kožených masek ze Spartakiády 1955 od 1. 9. 1996
  2. použití ruských masek je povoleno do 30. 6. 1997
  3. použití masek FIE /mezinárodní šermířská federace/ 800 N je povoleno do 31. 12. 1998
  4. povinné používání masek FIE 1600 N od 1. 1. 1997
- spodní vestičky : povinné používání spodních vestiček FIE 800 N od 1. 9. 1997

**Sermíři, kteří nebudou používat při treninku doporučenou výstroj a výzbroj šermují na vlastní zodpovědnost a na vlastní nebezpečí !**

Možnost nákupu výše uvedeného šermířského materiálu je možné u firmy 5M /firma 5M spol. s. r. o., Mánesova 55, 120 00 PRAHA 2, tel.:02/259312, fax:02/250529, prodejní doba /Po-Pá/. 8.30 až 14.00, předem zavolat/, nebo individuálním dovozem z Německa, Rakouska, Maďarska apod.

Výhledově je počítáno s postupným zavedením povinného používání obleků FIE 800 N tak, aby náš šerm byl v souladu s mezinárodními šermířskými bezpečnostními předpisy.

**Pro všechny zájemce /hlavně rodiče mladých šermířů/ je připravena informační schůzka s vedením šerm. oddílu na středu 2. 10. 1996 od 19.00 hod. v klubovně haly TJ. Účast na tomto setkání považujeme za velmi důležitou !**



Všem členům našeho oddílu si dovoluujeme připomenout zaplacení oddílových příspěvků na rok 1996 /je možné zaplatit při tren. hodinách/.

Turnaj v šermu kordem - Kuntův memoriál - se uskuteční podle požadavku ČŠS na jaře r. 1997.

Tímto dopisem byli informováni všichni řádní členové našeho oddílu, kteří jsou registrováni u ČŠS pro ~~ok~~ sezónu 1996/97.

S případnými dotazy se obraťte na :

Jan Miňo /předseda odd., trenér/  
Na bořích 38  
317 00 PLZEŇ  
tel., fax dom.: 019/524652

Ing. Mojmír Sedláček /ved. tren./  
Klatovská 117  
300 00 PLZEŇ  
tel.dom.: 019/270947

  
Jan Miňo

Vážený příteli, přítelkyně,

N Á V R A T K A

do 11. října 1996

dovolují si Vás pozvat na tradiční setkání **STÁRE GARDY** organizované Oddílem šermu Sokola Brno I a zajišťované Výborem šermířského svazu České republiky.

Přihlašuji se k soutěži ve

fleretu korddu šavli

a žádám zajištění noslehu

datum:

Setkání se uskuteční 19. října 1996 v Brně na Kounicově ulici 20, v 10. 00 hodin, kdy bude zahájeno rozlosování aktivních účastníků v šermu flereten, kordem a šavlí.

Jméno příjmení

podpis:

Část nákladů na ubytování a pohoštění hradí Výbor šermířského svazu České republiky.

Poznámka: Přijede-i někdo až na odpolední setkání, najde adresu místa konání i s popisem cesty na dveřích TJ SBI.

Prosíme o zaslání návratky ředitelce soutěže do 11. října 1996.

Těšíme se na tvoji účast.

Maria Šamšulová

Soukopova 9

602 00 Brno

Maria Šamšulová

Otto Taraba

ředitelka soutěže

org. prac. SG



# DIPLOM

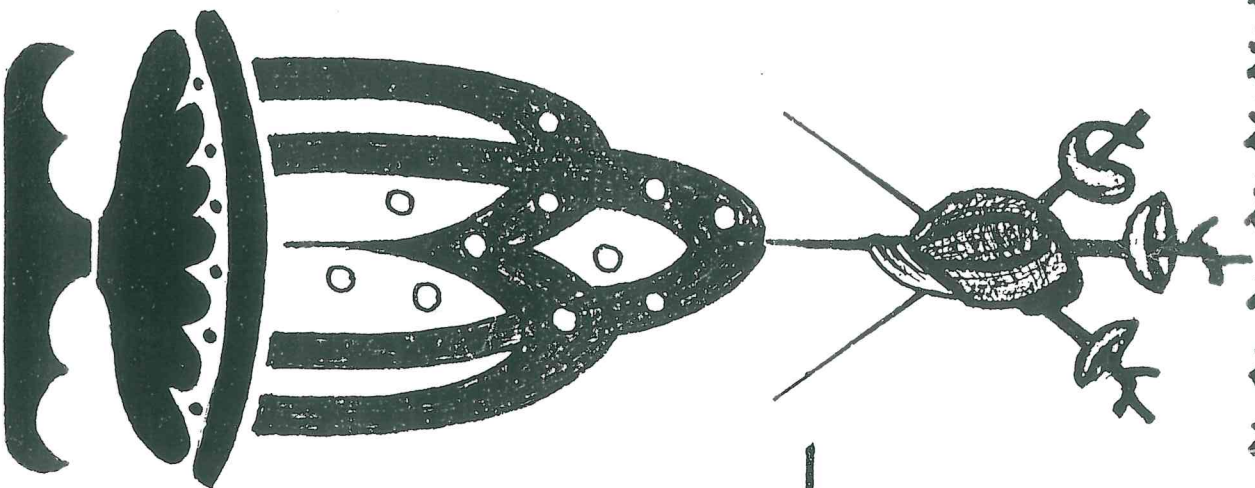
CENA PROMĚNĚDÝ

VINGROVA MARTINA

KORD - ŽANIOŘKY

6. místo

6.10.96







25/10 96

milý Jaroslav,  
ami nevíš, jakou radost a posměm  
mi udělal váš (a Tříj) dopis k narozeninám.  
Jsem vám vděčný, především takovou  
pozornost jsem nedostal od nikoho.  
Byl jsem u lékaře ams, ale to rovněž  
v té nádherné knize, to mi trochu  
sevělo srdce.

Hai nevíš jak vdm štěstím a moc bych  
si přál, abych byl mladší, neměl smrtelné  
státní s dlouhými a mohl se pravit  
na vaně Zlaté páně.

Přepřím hodně elám do mudy  
nelmici přede o přípravě nových a  
nových adeptů 17 Pa štěstím H, Je  
se v dmi věmi brxy unám.

Váš oddaný

Karel Bárta

Dopis od "Starého" trenéra  
Karla Bárty

# Pohár mládeže 1996

## Kategorie "D" - mladší žáci v MD

poř	Jméno	ročník	oddíl	JC ADOS 27.4.1996	Stodol. 17.6.1996	Plzeň 21.9.1996	MČR "D" 19.10.1996	17.listop. 16.11.1996	Součet tří nejlepších
1	Šimmr Martin	85	Kyje	1700	1784	1508	1652		5136
2	Kratochvíl Petr	85	Porth	1664		1616			3280
3	Marčev David	85	Ados	1568			1508		3076
4	Kratochvíl David	87	Porth	1580		1472			3052
5	Král Filip	85	Porth	1568		1472			3040
6	Žoha V.	86	Kyje		1112		980		2092
7	Lázeňský A.	86	Kyje				1508		1508
8	Weis Jan	85	FS				1292		1292
9	Jirkal	85	Ados		1148				1148
10	Pávek J.	86	Kyje				1052		1052

## Kategorie "D" - mladší žačky v MD

1	Novotná Markéta	86	Plzeň	1652	1820	1604	1616		5088
2	Jindrová Jana	85	Kyje	1400		1004	1172		3576
3	Hránková B.	87	Plzeň		1580		1424		3004
4	Králová T.	87	Plzeň				1520		1520
5	Kročková K.	86	Kyje				628		628
6	Bauerová Z.	86	Kyje				392		392

## Kategorie "C" - žáci v MT

poř	Jméno	ročník	oddíl	JC ADOS 27.4.1996	MČR "C" 19.5.1996	Stodol. 17.6.1996	Plzeň 21.9.1996	17.listop. 16.11.1996	Součet tří nejlepších
1	Hránek Pavel	82	Plzeň	2229	2715	2406	2838		7959
2	Král Roman	83	Porth.	2613	2631	2634	2448		7878
3	Krejčík Jan	82	FS	2493	2604		2694		7791
4	Pírek Jiří	83	Ados	2466		2406	2166		7038
5	Matura Jiří	82	Ados	2463	484	2388	2178		7029
6	Jindra Jiří	83	Kyje	2214	2196	2064	2358		6768
7	Miltner Josef	84	FS	2181	2139	2338	2124		6658
8	Staněk Vladimír	84	Porth.	1716	2121		1920		5757
9	Babka Stanislav	83	Porth.	1725	2088	1926	1722		5739
10	Větrovský Filip	83	Porth.		1596	1956	1944		5496
11	Prokš Milan	84	Porth.		1689	1866	1680		5235
12	Malý Lukáš	84	Porth.		1500	1642	1740		4882
13	Čermák Jan	82	Kyje		1472	1394	1506		4372
14	Sychra Libor	82	Porth.	1728	2061				3789
15	Kropík Dan	84	FS		2193	1592			3785
16	Vlček Pavel	82	Ados	1728		1842			3570
17	Kasal Jan	83	Porth.	1463	1578				3041
18	Hinca Dušan	83	Ados	1929					1929
19	Blažko Jan	84	Ados		1488				1488
20	Petráň	82	Ados			1450			1450
21	Bauer Martin	83	Kyje		706				706

## Kategorie "C" - žačky v MT

1	Bajerová Barbora	83	Plzeň	2292	2631	2472	2868		7971
2	Vrňáková Michaela	82	Kyje	1935	1548	2104	1974		6013
3	Marčevová Sylva	83	Ados	2268	2037				4305
4	Schoberová Lea	84	Ados	1931	1847				3778
5	Jiroušková Martina	82	Kyje	1512	1620				3132
6	Dotlačilová Tereza	84	Kyje		1133				1133



**Kategorie "B" - mladší dorostenci v MT**

poř	Jméno	ročník	oddíl	JC ADOS 27.4.1996	Stodol. 17.6.1996	Plzeň 21.9.1996	17.listop. 16.11.1996	MČR "B" 19.10	Součet tří nejlepších
1	Michalík Michal	80	Plzeň	2963		2943	2920		8826
2	Dvořák Martin	81	Kyje	2971	3082		2696		8749
3	Král Josef	81	Ados	2686	2746	2856	2635		8288
4	Pírek Jan	81	Ados	2245	2359	1943	1987		6591
5	Mandák Miroslav	80	Kyje		845	1359	1476		3680
6	Hránek Pavel	82	Plzeň				2509		2509
7	Krejčík Jan	82	FS				2325		2325
8	Kubišta D.	80	Kyje		1104		1123		2227
9	Kropík Miroslav	80	FS				2052		2052
10	Kronďák P.	80	Kyje		1284		665		1949
11	Miltner Josef	84	FS				1513		1513
12	Beránek Michal	80	Kyje	1349					1349
13	Čermák J.	82	Kyje				480		480
14	Bauer M.	83	Kyje				0		0

**Kategorie "B" - mladší dorostenky v MT**

1	Novotná Kateřina	80	Plzeň	3347		3076	2832		9255
2	Kasperová Vanda	81	FS		1951	2288	2219		6458
3	Píšová Lenka	81	Kyje	1770	1987	2138	1872		5997
4	Novotná Dagmar	81	Ados		1295	1333			2628
5	Staňková Veronika		Ados	1450	340				1790
6	Zákostelská Zuzana	81	FS			1082			1082

**Kategorie "A" - starší dorostenci v MČ**

poř	Jméno	ročník	oddíl	JC ADOS 27.4.1996	Stodol. 17.6.1996	MČR jun 3.8.1996	Plzeň 21.9.1996	17.listop. 16.11.1996	Součet tří nejlepších
1	Sedlecký Michal	79	Ados	4485	4134	4318	4424		13227
2	Janča Michal	78	Plzeň	3955	4098	3818	4151		12204
3	Diviš Radim	78	FS	3890	4180	3557	4131		12201
4	Bajer Jiří	79	Plzeň	3940	3936	3767	3797		11673
5	Michalík Michal	81	Plzeň		3954	3794			7748
6	Polič Daniel	78	Kyje	2999	2830				5829
7	Dvořák Martin	81	Kyje			3836			3836
8	Král Josef	81	Ados			3527			3527
9	Sýkora Ondřej	79	FS	3432					3432

**Kategorie "A" - starší dorostenky v MČ**

1	Grolichová Lucie	78	Ados	4193		4051	4181		12425
2	Michalíková Lenka	79	Plzeň	3573	3404	3407	3488		10468
3	Novotná Kateřina	80	Plzeň		3703	3734			7437

Pozn Za rok 1996 se započítávají výsledky 3 z 5 soutěží.

24.10.1996  
Ing. Miroslav Vávra  
STK ČSMP



Tým pětibojařů

Tým snů

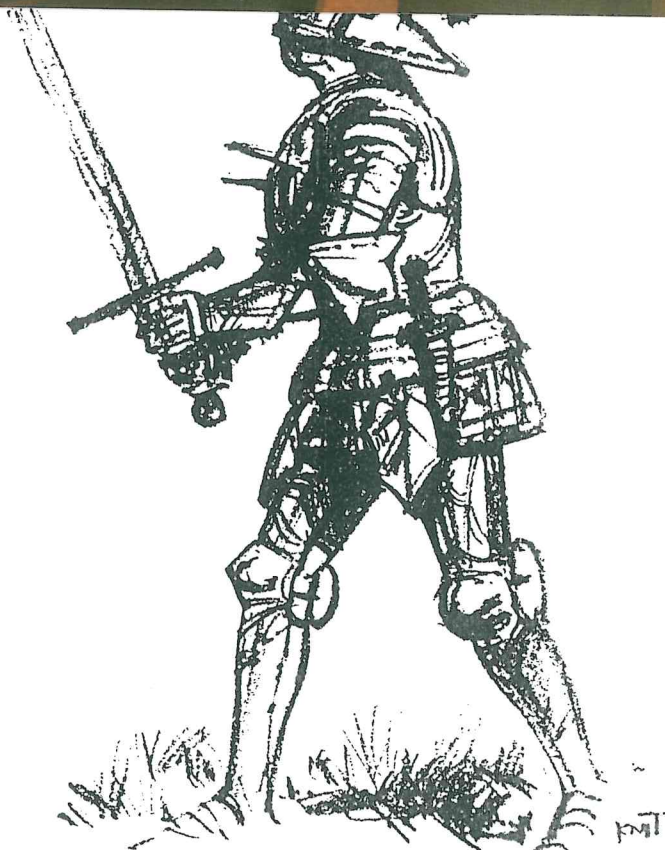
Nadšení, řehole, kvalita : úspěch





CZECH OPEN '96

# DIPLOM



Š.K. SECOND PRAHA  
Mánesova 55, Praha 2

A large, stylized handwritten signature in cursive script, located at the bottom left of the page.

A smaller, stylized handwritten signature in cursive script, located at the bottom right of the page.



★ Ambrož z Dukly Praha vybojoval stříbrnou medaili na MS armád v moderním pětiboji v americkém San Antoniu. V soutěži družstev a štafet získali Ambrož, Capalini a Janko stříbrné a bronzové medaile.

SKVĚLÝ  
ÚSPĚCH





CZECH OPEN '96

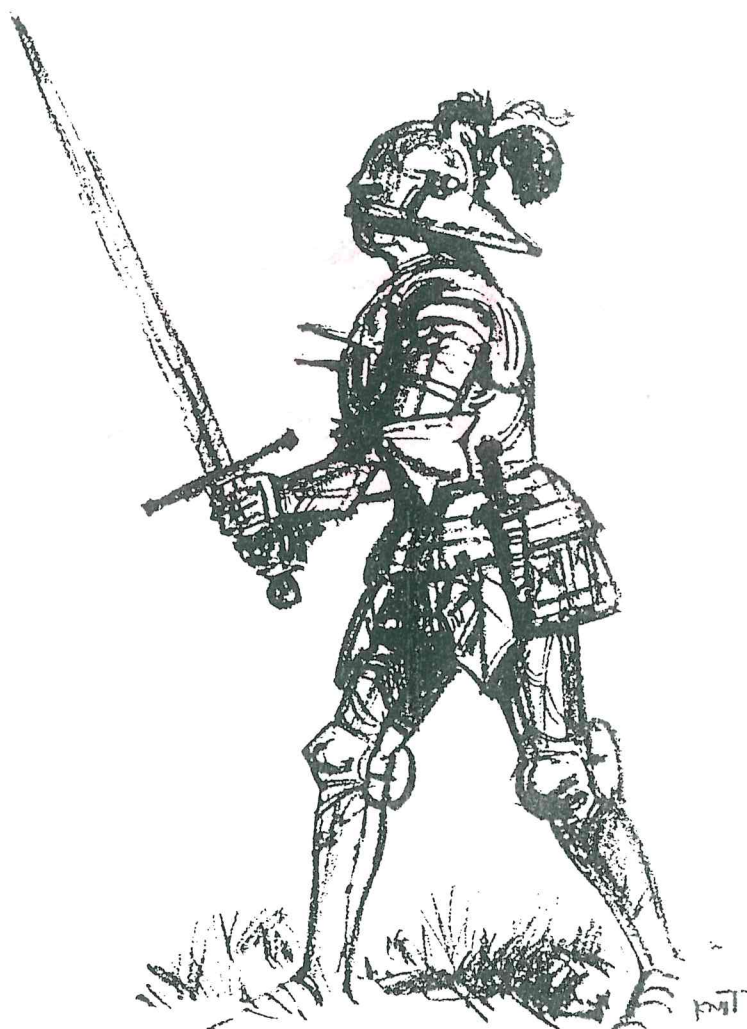
# DIPLOM

M I C H A L Í K Michal

za 5. místo

v šermu kordem - kadeti

2. listopadu 1996



Š.K. SECOND PRAHA  
Mánesova 55, Praha 2

# DIPLOM

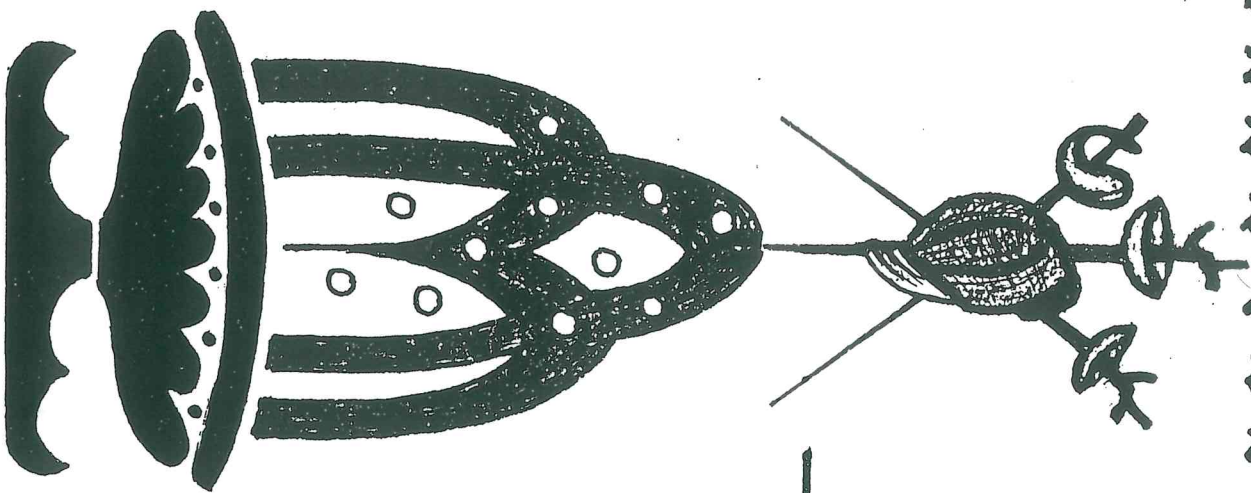
MEM. ING. V. PODLAHY

MICHAEL MICHAL

KORD-KADETI

J. vrsto

24.11.96





Konec roku bývá ve znamení bilancování a nejinak tomu bylo i na plzeňském sportovním gymnáziu. Na této škole studuje celá řada vynikajících mladých sportovců, často reprezentantů České republiky ve svých kategoriích. Na slavnostním vyhodnocení sportovců školy tak bylo skutečně co bilancovat.

## Sportovní gymnázium hodnotilo Výborná bilance mladých sportovců

Konec roku bývá ve znamení bilancování a nejinak tomu bylo i na plzeňském sportovním gymnáziu. Na této škole studuje celá řada vynikajících mladých sportovců, často reprezentantů České republiky ve svých kategoriích. Na slavnostním vyhodnocení sportovců školy tak bylo skutečně co bilancovat.

Vyhodnocení nejlepších sportovců sportovního gymnázia v Plzni 1996:

### I. skupina-representanti na ME, MS

1. **Petra NOVÁ** (karate, reprezentantka ČR): MSJ 1. místo (kata), MEJ 2. místo (kata), MS ženy 9. místo, ČR dorost 1. místo.

2. **Jindřiška BEJSTOVÁ** (triatlon, reprezentantka ČR): ME dorost 6. místo (triatlon), ČR dorost 1. místo (duatlon), ČR dorost 1. místo (triatlon), ČR juniorky 1. místo MTB cross-country.

3. **Martina ŽABKOVÁ** (atletika, reprezentantka ČR): MSJ 11. místo (dálka), ČR (hala) dorost 1. místo (50 m), ČR juniorky 1. místo (dálka), ČR ženy 2. místo (dálka).

4. **Michal KRIŽAN** (zápas, reprezentant ČR), 5. **Michal JANČA** (moderní pětiboj, re-

prezentant ČR), 6. **Kateřina NOVOTNÁ** (moderní pětiboj, reprezentantka ČR), 7. **Kateřina HRDLÍČKOVÁ** (střelba, reprezentantka ČR), 8. **Tomáš FRANTAL** (střelba, reprezentant ČR), 9. **Josef ROUS** (atletika, reprezentant ČR), 10. **Vít ŠIMEČEK** (atletika, reprezentant ČR), 11. **Pavel ŘÍHA** (tenis, reprezentant ČR), 12. **Daniel KUŽEL** (střelba), 13. **Šárka ROUDOVÁ** (střelba).

### II. skupina

#### soutěž družstev

**Jana HLAVÁČKOVÁ** (tenis, reprezentantka ČR) ME (družstvo) 8. místo, Orange Bowl do 14 let 16. místo, Ak. ČR 3. místo, Turnaje ITF Budapešť, Dánsko 2. místo.

**Jiří BAJER** (mod. pětiboj, reprezentant ČR), MS do 18 let (družstva) 5. místo, MS do 18 let 18. místo.

**Lenka MICHALÍKOVÁ** (mod. pětiboj, reprezentantka ČR), MS do 18 let (družstva) 8. místo, ČR do 18 let 2. místo, ČR juniorek 3. místo.

**Vendula HEIMRATHOVÁ**, **Pavla MARKOVÁ** (vodní pólo), **Martina BREJCHOVÁ** (badminton), **Miroslava VO-DRÁŽKOVÁ** (basketbal), **Petr SMÍŠEK** (fotbal).

POSEZENÍ NA ZÁVĚR ROKU 1996  
SPORTOVců, RODIČŮ, TRENÉRŮ A VŠECH PŘÍZNIVCŮ  
MODERNÍHO PĚTIBOJE A ŠERMU  
V KLUBOVNĚ FC VIKTORIE PLZEŇ

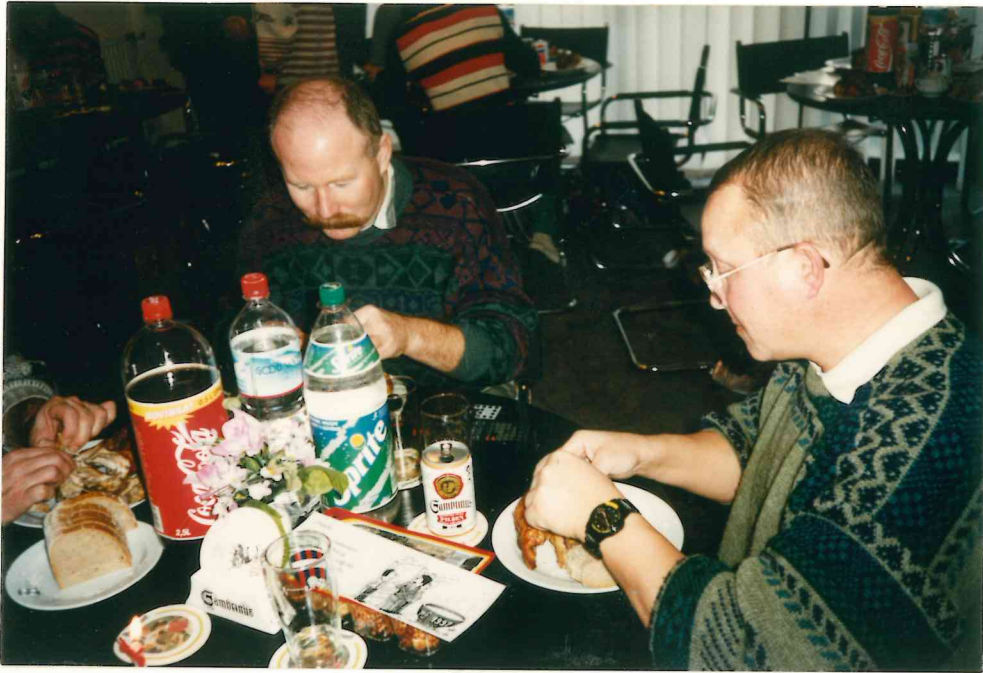


Paní Michalíková a p. Voldřichová -  
Doufáme, že bude chutnat



Pohoštění jak má být -  
V. Miňová Ing. M. Sedláček





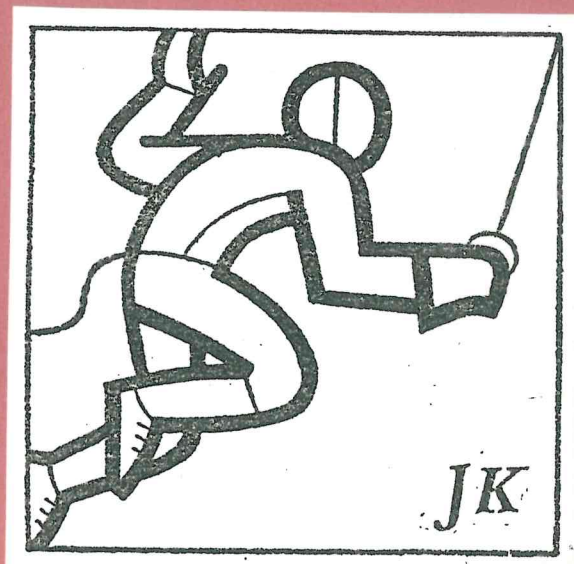
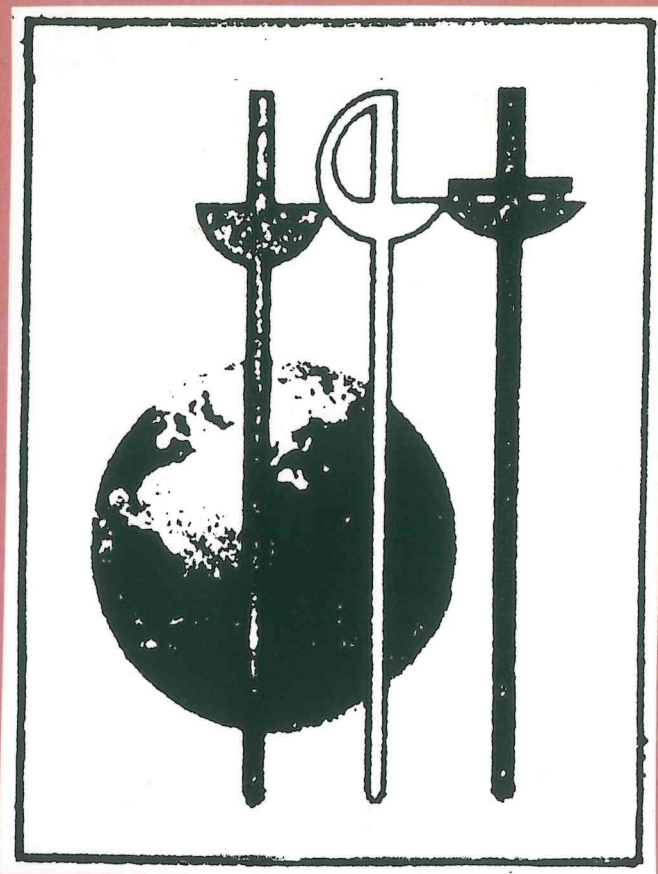
Opravdu chutná, je to výborné -  
Janča sen. a Michalík sen.



Páni rodičové, je to opravdu cola ?  
Pánové Bajer a Hránek

šerm

Fleuret - Epée - Sabre.







## Š E R M D N E Š K A

---

Mnohému z nás se vybaví při slově "ŠERM" představa něčeho minulého, něčeho co ztratilo styk s dnešní dobou: vzpomeneme si na středověké "fechtýře", uvědomíme si, že jsme četli Dumasovy "Tři mušketýři" a Févalova "Hrbáče", a že jsme viděli v kině "Zorro mstitel" a "Kapitána Fraccase" a ještě některé jiné slavné šermíře, v divadle pak "Cyrana z Bergeracu" a slavného a nesmrtelného "Dona Juana". A přece je dnešní šerm něco živého a životného, třebaže jeho postavení mezi ostatními sporty jest poněkud zvláštní, jak ještě o tom bude pojednáno.

Proč jest šerm tak "živým sportem"? Krátce proto, že dnešní šerm má velmi málo společného se šermem minulosti. Šerm prošel údobím převratného vývoje. Příčin jest několik: velkou úlohu zde hrálo technické vybavení a zdokonalení šermířské výzbroje a výstroje. Změny šermířských pravidel vyžadovaly si stále se měnící způsob boje, t.j. v utkávání soupeřů a i výměna těžkých zbraní za lehké, atd. Tak jako řada jiných cvičení tělesných, směřujících k zvyšování tělesné zdatnosti, prodělal i šerm stálý vývoj, až dospěl k dnešní formě, ve které jest sportovní disciplinou doplňující dnešní soustavu tělesného výcviku.

Dnešní šerm je souboj dvou soupeřů s cílem porazit symbolicky protivníka. Mluvíme o symbolickém vítězství, jelikož současný způsob šermu není bojem na život a na smrt, nýbrž boj předem smluvený za účelem co nejvěrnější reprodukce dřívějšího šermu. Dojde-li k zasažení soupeře sekem či bodem, je tento symbolicky přemožen.

Vysoká hodnota šermu jest v tom, že při něm bojuje celý muž s celým mužem. Rychlost zde bojuje s rychlostí, vytrvalost s vytrvalostí, technika s technikou, rozum s rozumem, vůle proti vůli.

Pravidla šermu jsou založena na zásadě "zasáhnout a nebýt zasažen". Toto pravidlo nemá vliv na svobodu jednání šermíře. Oba soupeři mohou dle libosti útočit, odvracet útoky, provádět protiútoky a protiakce. Přesto pravidla šermu již od dávných dob

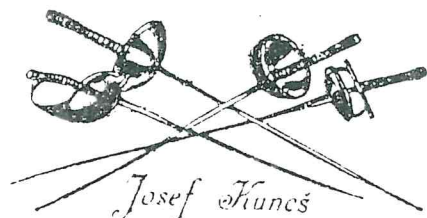
vyžadují, aby soupeř útok či odvetu proti němu vedenou buď vykryl, a snažil se zasáhnout odvetou či protiodvetou, nebo prováděl-li protiakci, předešel jí včas zásah soupeře.

Čím se liší dnešní šerm od ostatních druhů sportů? Především svou složitostí. Jeho pravidla jsou mnohem komplikovanější, než u sportů jiných. Proto také se v celém šermířském světě ozývají hlasy které tvrdí, že šerm není sportem, ale uměním. Toto tvrzení nalézá v dnešní době stále více příznivců, a je dokonce nazýván i vědou. Skutečností je, že jsou-li učiteli jiných sportů trenéři - vyučují v cizině šermu profesori, jak zní oficiálně titul těch, kteří dosáhli kvalifikaci na universitách v tomto sportovním odvětví. Ve Střední Evropě existují v mnohých zemích Vysoké školy šermu, a i u nás, pokud se vrátíme do blízké minulosti můžeme vzpomenout na vyučování šermu na Karlově universitě v Praze, které bylo ukončeno až v r. 1939 německou okupací a uzavřením všech Vysokých škol. A záznamy dokazují, že universitní šerm byl u nás vyučován po více než 360 let.

Pro složitost pravidel není šerm pro diváky tak snadno pochopitelným sportem jako sporty jiné, a proto se také nemůže nikdy stát tak populárním, jako sporty ostatní.

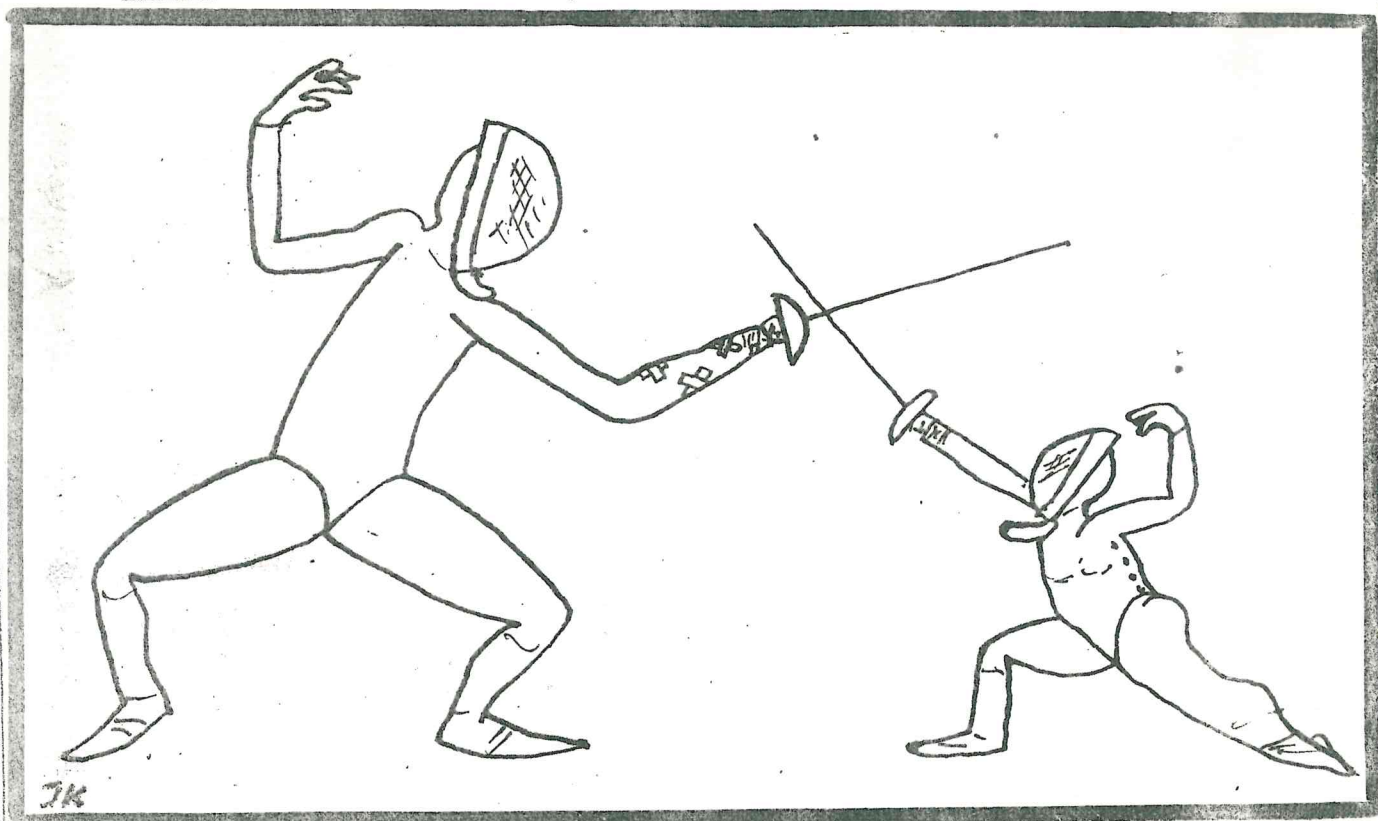
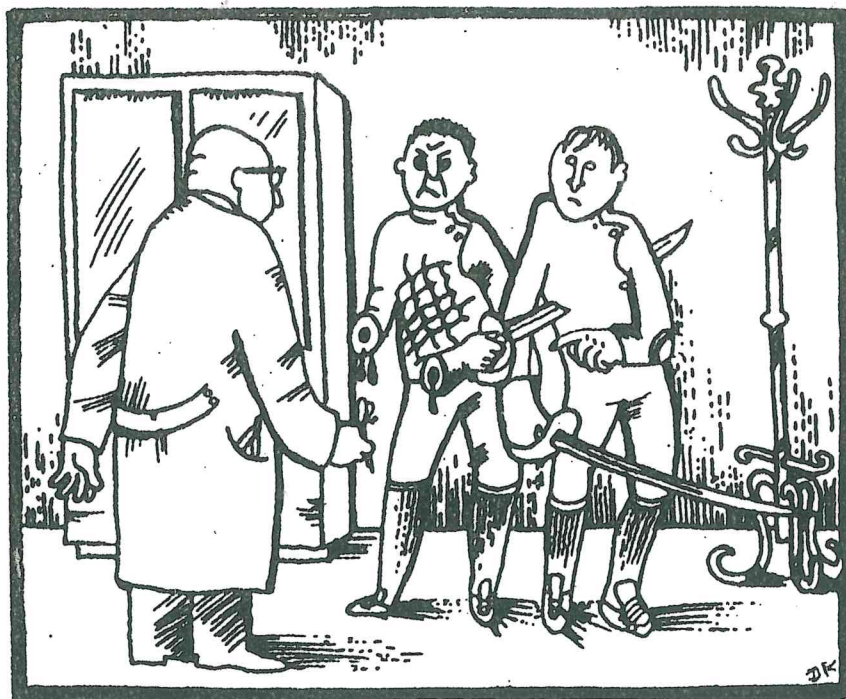
Jak již bylo řečeno, jest dnešní šerm moderním sportovním cvičením, které vhodně doplňuje program dnešní tělesné výchovy. Pro cvičení rychlého postřehu a rozhodnutí jest šerm sportem par excellence, po stránce elegance pohybu a jeho celkové vyrovnanosti náleží rovněž k nejúčinnějším cvičením. Jeho složitost způsobuje, že doba nácviku jest poměrně dlouhá, za to však jedoba úměrně prodloužena, po kterou lze tento sport pěstovat s neklasající výkonností. Většina sportovních odvětví mizí ze života zároveň s mládím, a to právě v době, kdy člověk nejvíce potřebuje fysickou činnost k udržení své zdatnosti a výkonnosti. Zkušenost a rutina jsou v šermu faktory, kterým se nekladou žádné hranice, a které tak vyrovnávají úbytek tělesných schopností. Je možno tvrdit, že kdo se jednou šermu zasnoubil, zůstane mu věrný až do konce.

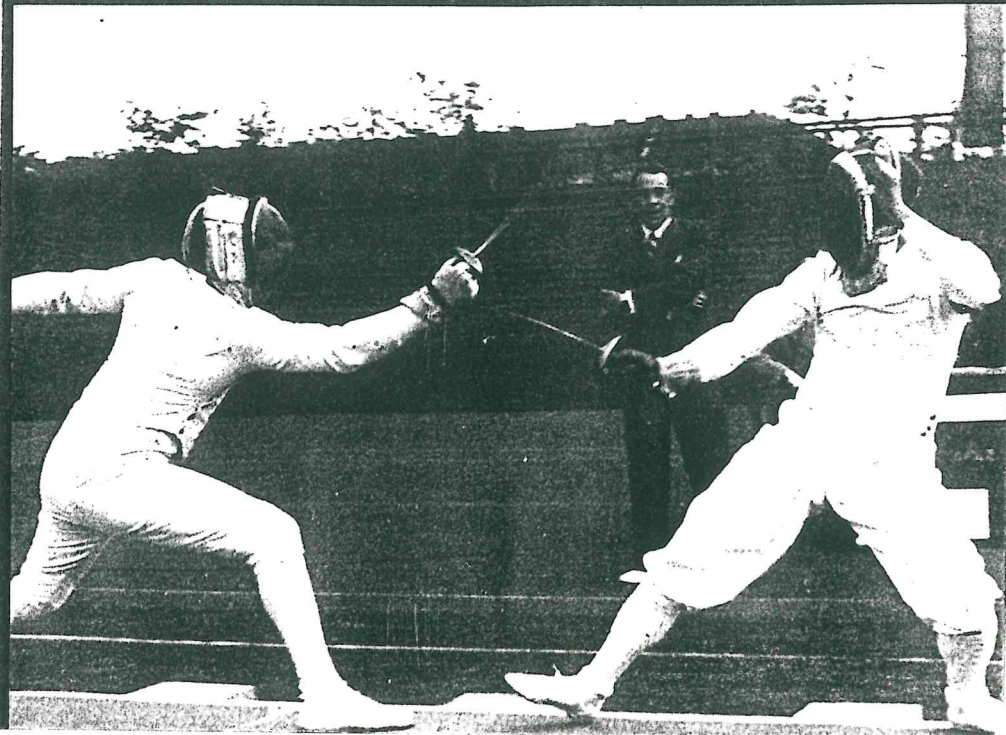
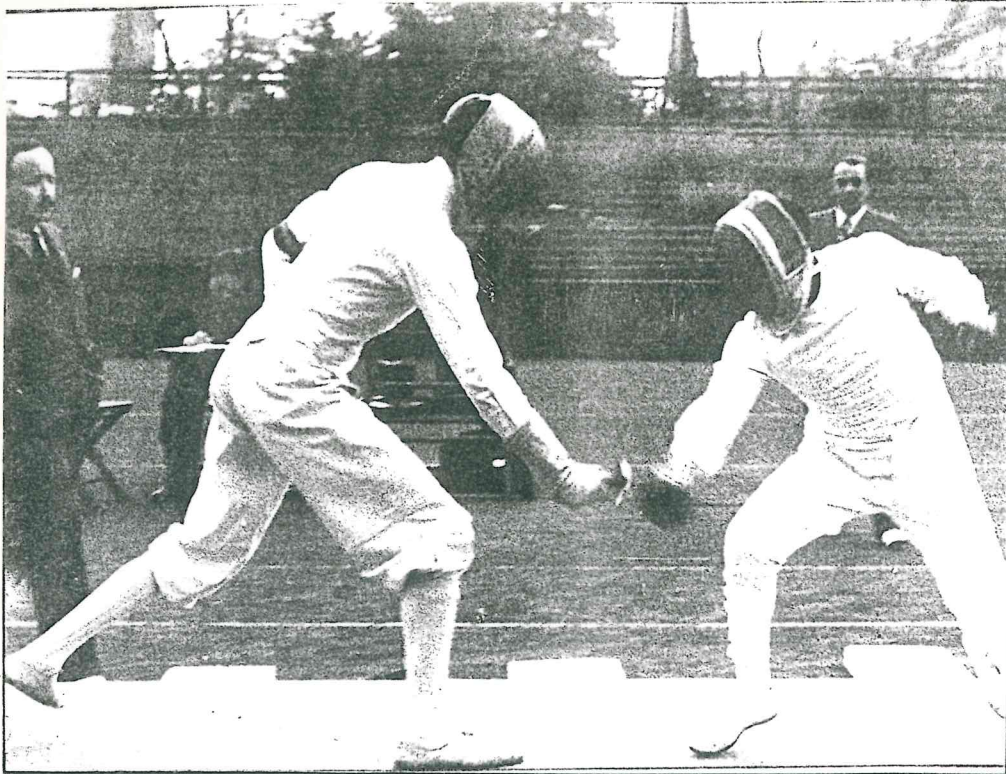
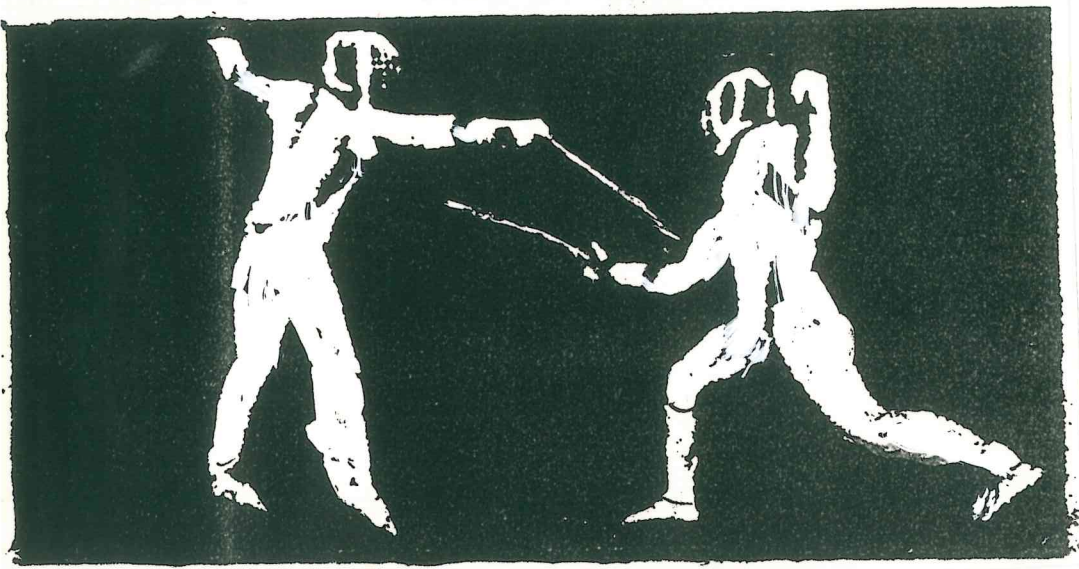
---





HUMOR ve sportovním šermu







## Praktické připomínky k šermířskému střetnutí

---

Výchozím postavením v utkání je střeh. Střehem rozumíme každé postavení šermíře, které se mu nejlépe hodí podle vlastních zkušeností pro útok i obranu. Pro začátečníky je ovšem nejvhodnějším střehem t.zv. střeh klasický, t.j. paže se zbraní je mírně pokrčena, hrot zbraně je ve výši očí soupeřových, hlava obrácena směrem k soupeři, tělo v profilu, aby skýtal co nejmenší plochu pro soupeřův útok, nohy rozkročeny asi na dvě stopy, pokrčeny v kolenou, váha těla rozložena stejnoměrně na obě nohy, chodidla tvoří pravý úhel, koleno nohy umístěné vzadu, je nad špičkou této nohy. Svaly nohou musí být připraveny k rychlému pohybu.

Útočné pohyby zbraní musí být rychlé. Hrot zbraně předchází vždy pohyb nohou. Záludy musí být provedeny výrazně, aby působily dojmem skutečného útoku a vyvolaly kryt uprotivníka. Pohyby zbraně i ozbrojené ruky musí být přesné a ukázněné, nikoliv rozmáchlé a neurčité. To platí především o krytech, kdy zbraň i ruka musí se v krytu zastavit tak přesně, jako kdyby narazila na neviditelnou překážku. Samozřejmě polohy krytu musí se přizpůsobovat výšce soupeře i poloze jeho zbraně.

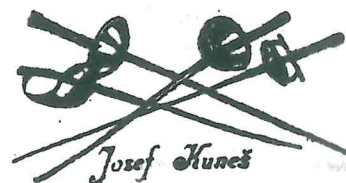
Při utkání sledujeme především ozbrojenou paži soupeře. Z ní vycházejí veškeré útočné akce a můžeme proto nejlépe útoku čelit, všímáme-li si této paže.

Při utkání si též všímáme bedlivě rozestupu. V každém okamžiku utkání musíme si být vědomi, jak daleko je protivník od nás, abychom správně odhadli, jaký pohyb /posun, předskok, výpad, nápráh paže/ je nutný k zasažení. Stejně v obraně je nutno si uvědomovat si rozestup k správnému provádění krytu /při krátkém rozestupu nutno bráti kryty blíže u těla, než při rozestupu volnějším, vzdálenějším/

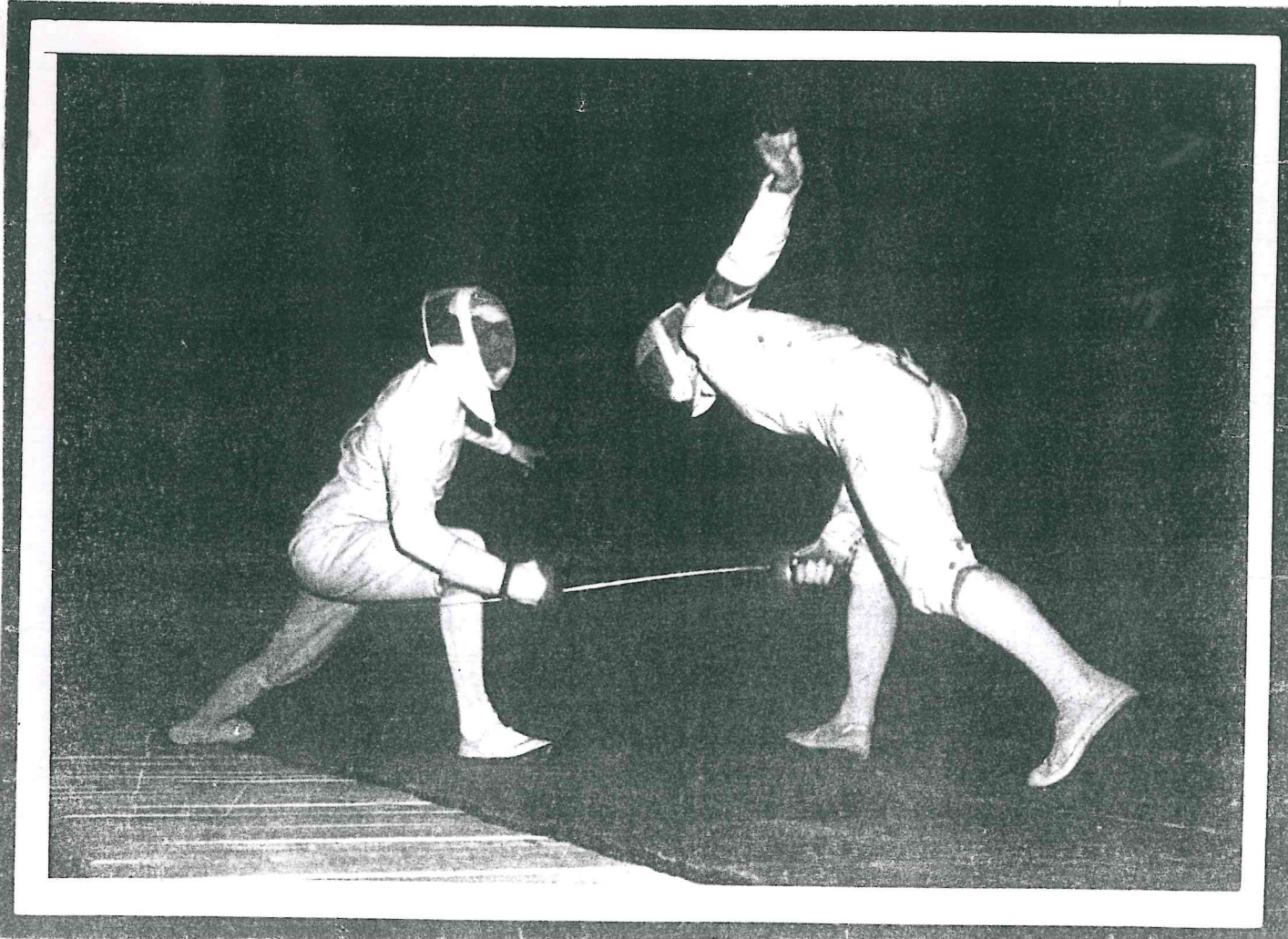
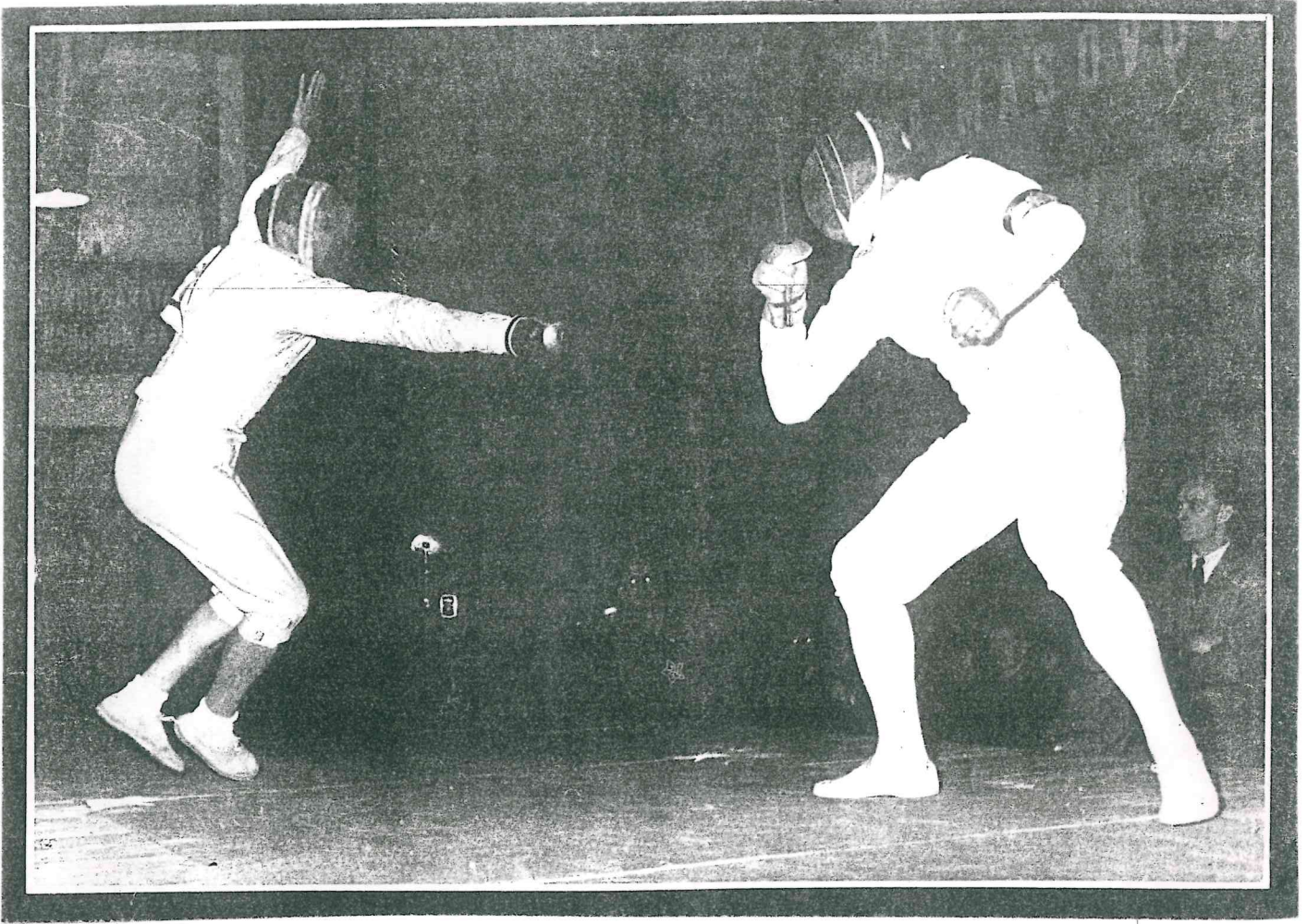
Při bojovém utkání neměl by se vlastně již šermíř starat o polohu ruky a o své postavení vůbec. Všechny jeho pohyby měly by se docela automaticky přizpůsobovat rychle se měnícím fázím boje. Lehkost pohybů a snadnost při provádění útoků dá se ovšem předpokládat jedině tehdy, má-li šermíř dobrou technickou přípravu, t.j. jsou-li všechny jeho pohyby tak přesně připraveny, že na ně nemusí myslet, že jsou vžity v jeho svalech a nervech. Automatické provádění všech pohybů dává šermíři jedinečnou výhodu, že totiž může dobře myslet i v těch kratičkých úsecích vteřin bojových akcí na svoje útoky a přizpůsobit svoji taktiku způsobu soupeřova boje.

Jakmile se šermíř postaví do střehu a začne boj, musí se co nejrychleji snažit odhadnout svého protivníka, posoudit jeho rychlost, všimnout si jaké jsou jeho oblíbené útoky i obrana a podle toho se snažit vnutit mu způsob boje, který jeho oblíbené a navyklé útoky omezuje, nebo vylučuje. Je známou zkušeností, že i šermíř technicky slabší, který však správně vystihuje slabiny svého soupeře, má větší naději na vítězství, má totiž výhodu, že šermuje "hlavou", jak říkáme, že šermuje s rozmyslem, vůlí a intelektem. Při bojovém utkání je třeba dobře uvažovat o hospodárném využití své síly a fyzického fondu. Je třeba také dobře hospodařit se svými nervy, což znamená nerozčilovat se zbytečně a nedat na sebe působit projevy diváků a prostředím.

----









## B o j o v ý   d u c h

---

Šerm je bojový sport, sportovní souboj, při kterém konečného vítězství musí být dosaženo značným počtem jednotlivých vítězství. Každé vítězství, ba i každý zásah musí být vybojován s největším soustředěním, s plným vypětím nervovým i volním, s vynaložením veškeré dovednosti, rychlosti, jakož i technických a taktických znalostí, celého technického a taktického umění.

Zápasy, při kterých je nutno užít všech schopností i dovedností v šermu, bývají nejčastěji rozhodnuty lepším bojovým duchem. Často se stává, že i v takových případech bývá dosaženo vítězství bojovým duchem, u nichž při stavu 0 : 4 zbývala jen malá naděje na vítězství.

Mezi šermíři jsou i takoví, kteří mají při treninku převahu, na závodech však sklízí jednu porážku za druhou, a to i od soupeřů, které v treninku lehce poráží.

Tento zjev lze vysvětlit pouze nedostatkem bojového ducha. Proto šermíř musí být naplněn vůlí zvítězit a rozhodnout bez váhání provést odvážně vše, co mu rozum poručí. Nerozhodnost udusí v zárodku i ty nejlepší přednosti šermíře.

Rozhodnost nesmí však být zaměňována se sebepřeceňováním. Šermíř k tomu inklinující podceňuje svého soupeře a nešermuje s přiměřenou opatrností. Kromě toho příliš sbevědomému šermíři chybí většinou píle k treninku, což se dříve, nebo později vymstí.

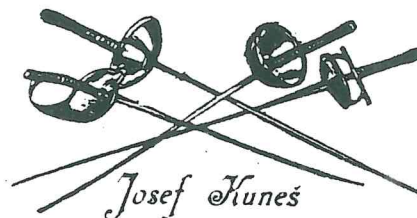
Nedostatek sebedůvěry stává se však pro šermíře stejnou slabostí jako přehnaná sebedůvěra. Je mnoho šermířů, kteří považují zápas za ztracený již tehdy, jakmile stojí proti slavnému soupeři. Kdo se vzdává naděje na vítězství bez boje, je svou porážkou sám vinen. Dosažená vítězství nemají přehnaně stupňovat sebedůvěru, porážky však nesmějí ubírat na odvaze.

Nedostatek sebedůvěry je stejně špatný jako přehnaná sebedůvěra. Je mnoho šermířů, kteří se snadno zaleknou překážek. Čím silnější je jeho soupeř, tím úporněji se má bojovat.

Důležitou roli hraje v šermu sebeovládání. I když situace v zápase vypadá sebebezpečněji a soupeř se chová neukázněně a nervy šermíře jsou podrobeny - ať již čímkoliv - tvrdé prověrce, nesmí šermíř nikdy ztratit sebeovládání. Kdo ztrácí chladnokrevnost a jasný rozum, podléhá v zápase. Píle a vytrvalost nejsou sice přímé faktory boje, jsou však jistě přímými předpoklady úspěchů. Bez píle a vytrvalosti jsou úspěchy v šermu nemyslitelné. Každý šermíř potřebuje neochvějnou píli a vytrvalost, a to ať je to začátečník, pokročilý šermíř či závodník. Dokonalí šermíři se nerodí. K získání a udržení umění šermovat je nutná nekonečná píle. Kdo v ní povolí, jde dolů. Velcí mistři čepule, nejlepší na světě, dosáhli vrcholu umění šermu jen železnou pílí. Ani největší míra vrozených schopností nevede k úspěchu při nedostatku píle.

-----

-JK- Vysoká škola šermu.



ČŠK RIEGEL  
ZAL. 1902

PŘIJME CHLAPCE A DĚVČATA (od 10 let)



T.J. BANÍK PRAHA  
ŠERMÍŘSKÝ ODDÍL



Přihlášky:

v klubovně oddílu - Praha 1 - Jungmannova 1 (pasáž div. Komedie)  
pondělí a středa - 15,00 – 18,00 hod. Telefon: 24 09 93



# DIPLOM

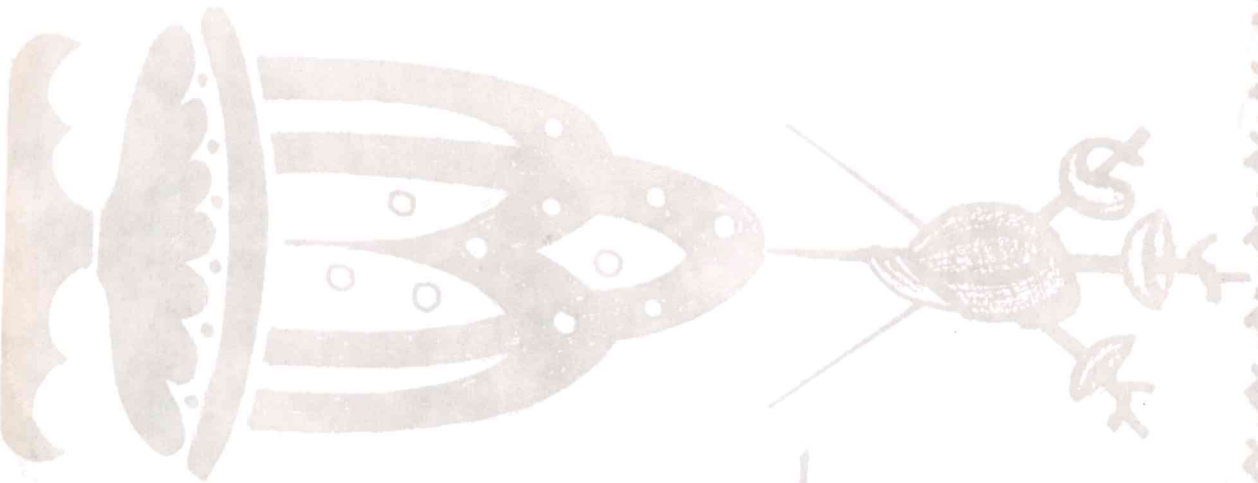
MEM. ING. V. PODLAHY

HRÁNEK PAVEL

KORD - ŽACI

8. místo

23. 11. 96



## V o l n ý š e r m /assaut/ -----

Volný šerm je souboj dvou šermířů vedený proto, aby soupeř byl zasažen a soupeřovy zásahy byly odrazeny.

Cílem volného šermu může být radost ze šermu, radost z boje, nebo přání, uchovat si zdraví a sílu. Na vyšším stupni je jeho cílem závodní šerm. Je účelné změřit své schopnosti i znalosti s co největším počtem soupeřů bojujících různou technikou a taktikou, protože jen tak je možno získat znalosti a potřebné schopnosti k úspěšnému vedení boje s jakýmkoliv soupeřem.

Slavný italský mistr a pedagog šermu Barbasetti srovnával volný šerm výstižně s debatou dvou partnerů, v níž se argumentuje nikoliv slovy, nýbrž zbraněmi.

V mezinárodní šermířské řeči se označuje volný šerm slovem *assaut*, které je francouzského původu a značí útok na pevnost, v přeneseném smyslu slova boj.

Význam nejrůznějších schopností a znalostí potřebných pro úspěšný šerm je nutný pro technické zvládnutí, bez něhož nemůže být výcvik prováděn. Je nutno si ujasnit, že technika hraje tím větší úlohu při utváření výsledku, čím je boj prudší.

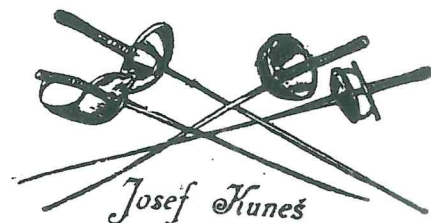
Ve střetnutí /*assaut*/ začíná duševní práce šermíře tím, že musí rozpoznávat zvyky, podmíněné i nepodmíněné reflexy, zdánlivé pohyby a technické znalosti soupeře. Tuto činnost nazýváme zkoumáním, italsky *scandaglio*.

Tento velmi důležitý okamžik dává šermíři záchytné body k výběru akcí a taktiky, kterou je nutno použít. Odpoví-li soupeř na př. na rychlý a překvapivý bod /*sek*/ přímým krytem, možno usuzovat na to, že je to jeho oblíbený a obvyklý způsob krytu. Odpoví-li na opakovaný bod /*sek*/ jiným krytem, je možno s jistotou usuzovat, že je to kryt předstíraný. Naznačí-li na naše body /*seky*/ reflexně protiútok, prozradí tak svůj sklon k protútokům. Úvodní zkoumání soupeře poskytuje tedy cenné rady k boji. Není možno se však domýšlet, že tento na počátku volného utkání provedený průzkum stačí k úplnému prohlédnutí zvyků, způsobu šermu a taktiky soupeře. Soupeř může použít mnohostranné taktiky, kterou mění na základě svých během boje získaných zkušeností. Průzkum musí tedy pokračovat během celého průběhu utkání.

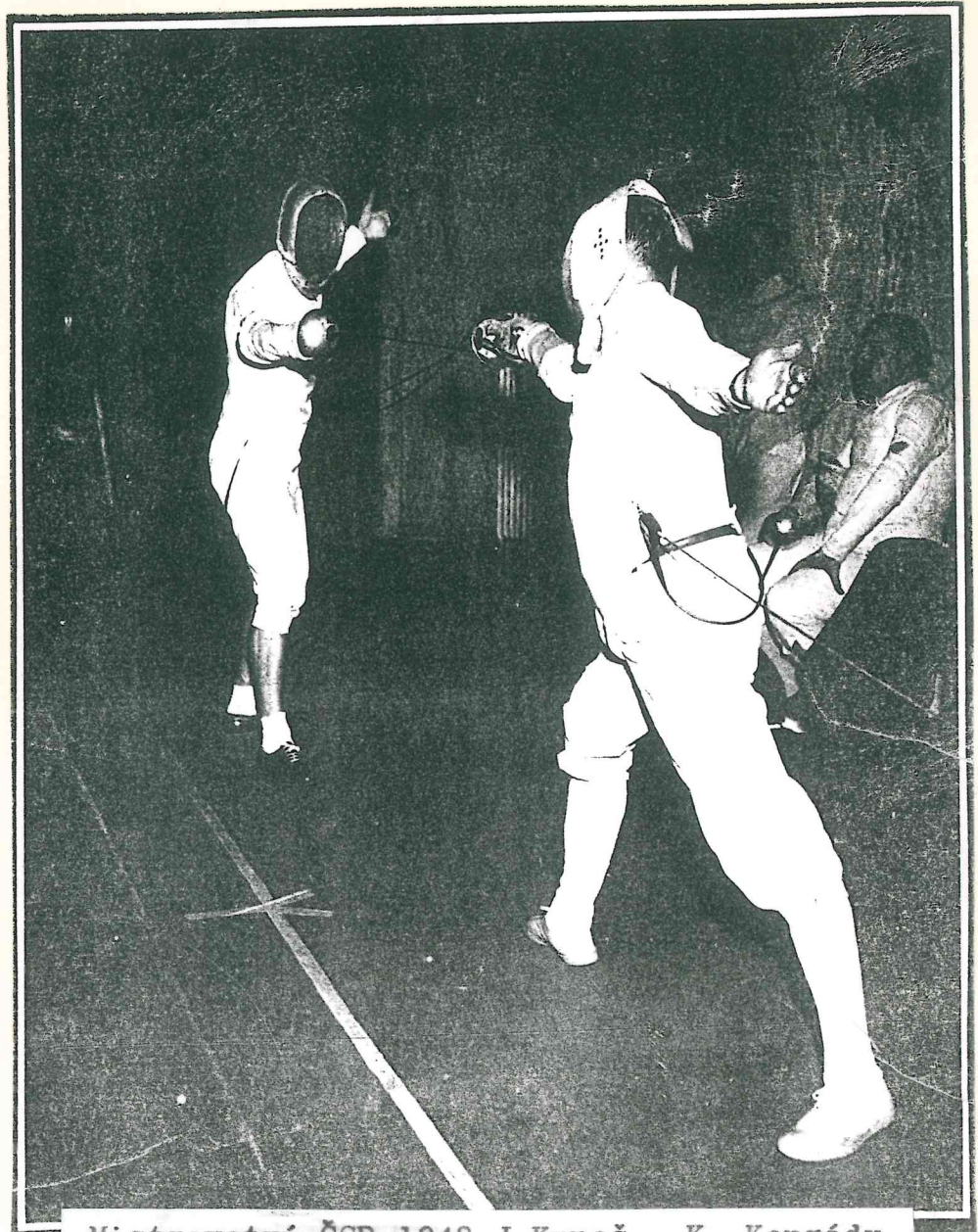
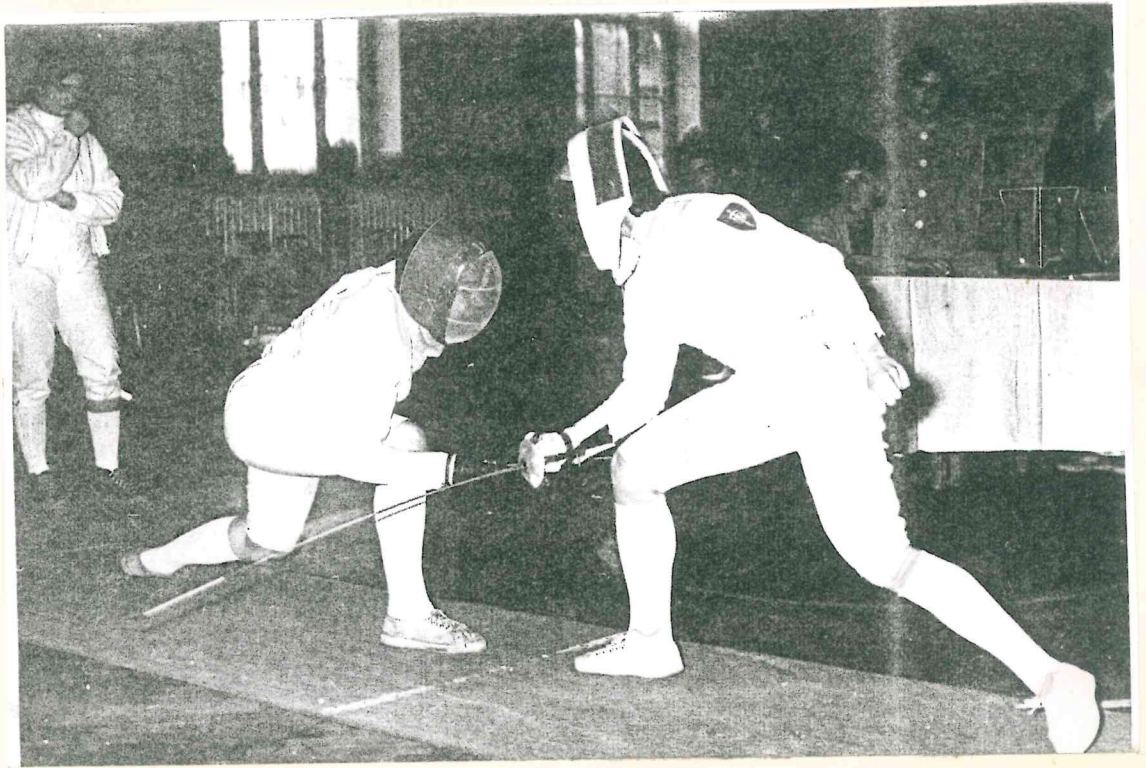
Stejně důležité jako prozkoumávání soupeřových úmyslů je skrývání vlastních. Toho lze dosáhnout nejlépe tím, že děláme vždy něco jiného, než jsme naznačili.

Neméně důležité je prozkoumat, které protiakce protivníka vyvolávají naše akce, nebo momenty akce a s kterými jinými protiakcemi kromě očekávaných je nutno počítat, aby nedošlo k nepříjemným překvapením.

Stejně důležitou úlohu hraje s ohledem na úspěch akcí udržování rozestupu. Poukážeme zde krátce jen na to, že soupeře nesmíme nikdy pustit tak blízko, aby nás mohl překvapit útokem, který není možno vykrýt.







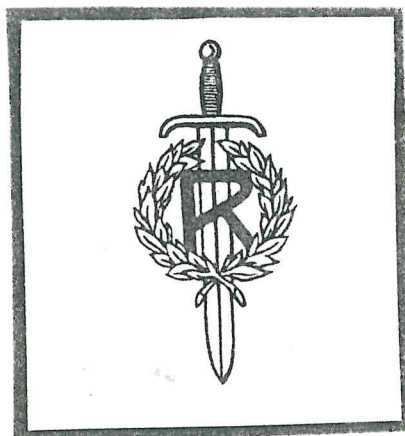
Mistrovství ČSR 1948 J.Kuneš - K. Konrády





Representační mužstvo Č Š K Riegel Praha  
Sokol, Čivrný, Hrubý, Jemelka

---





## Pojem, podstata a zásada šermu

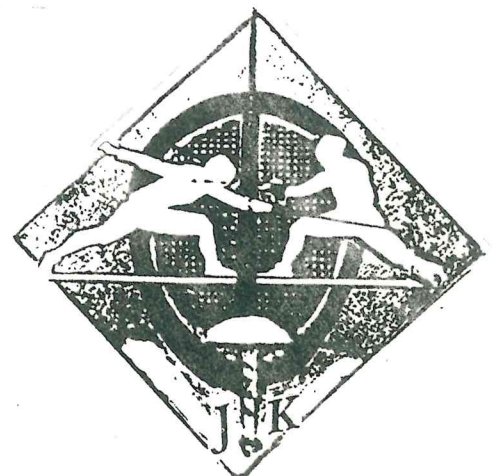
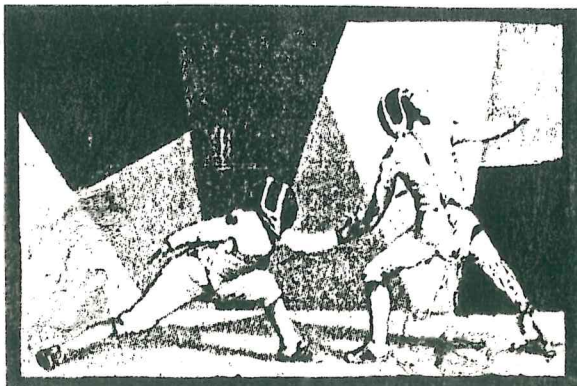
---

Šerm zbraní vhodnou stejně tak k provádění seků i bodů - je souboj dvou soupeřů s cílem porazit symbolicky protivníka. Mluvíme o symbolickém vítězství, jelikož dnešní historický šerm není boj na život a na smrt, nýbrž boj předem smluvený za účelem co nejvěrnější reprodukce dřívějšího šermu. Dojde-li k zasažení soupeře sekem či bodem, je soupeř symbolicky přemožen.

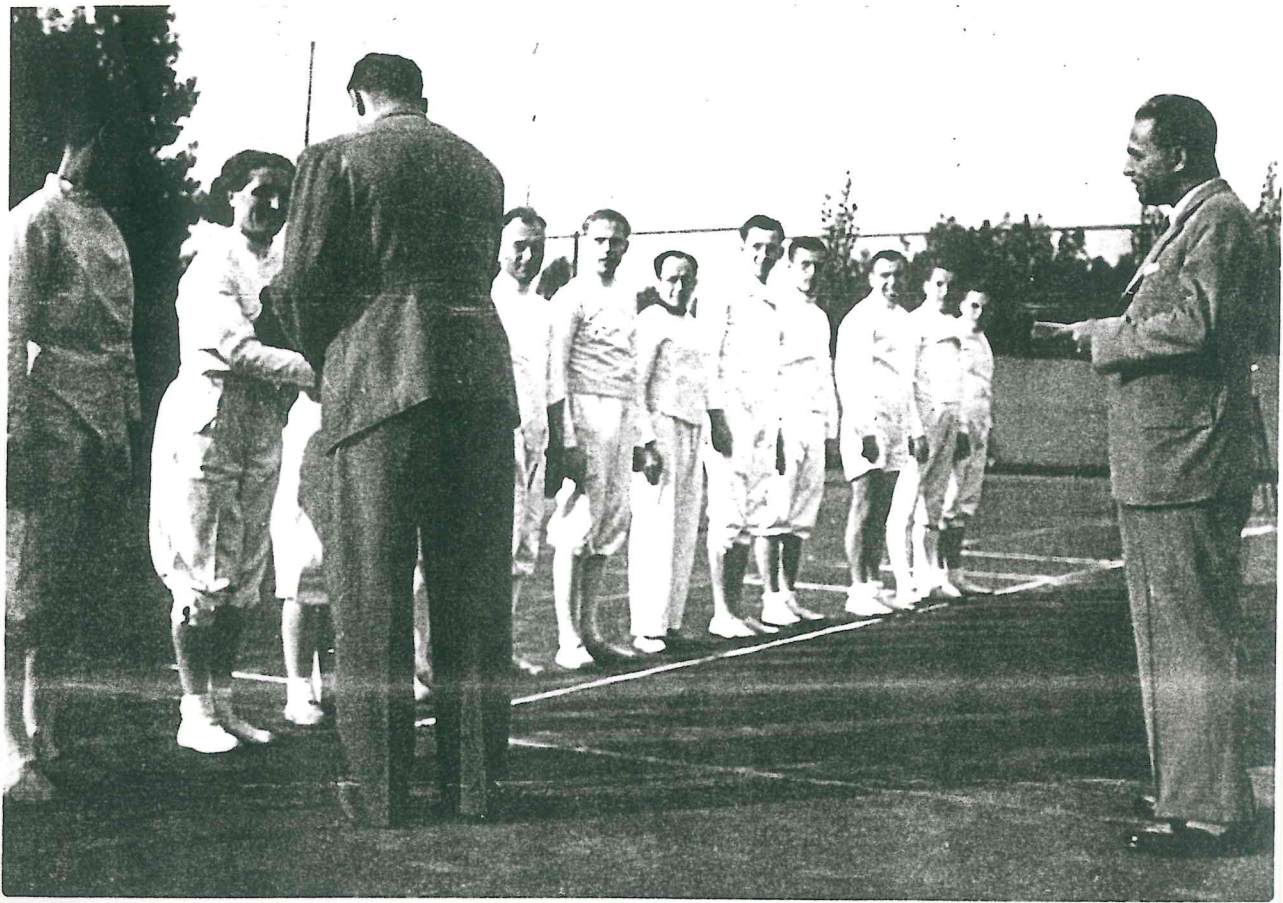
Vysoká hodnota šermu je v tom, že při něm bojuje celý muž s celým mužem. Rychlost bojuje s rychlostí, vytrvalost s vytrvalostí, technika s technikou, rozum s rozumem, vůle proti vůli. Rychlost v pohybech nohou šermíře je rovna rychlosti sprintera, jeho práce paží práci tenisty, jeho vedení zbraně přesnost a citlivost jeho ruky a prstů prstům chirurga, jeho pohyby tělem pohybům žongléra, koncentrace pozornosti a nervů jezdce na motocyklu,

Studnice šermu je nevyčerpatelná. Čím hlouběji do ní pronikáme, tím více se od nás vzdaluje. Většina sportovních odvětví mizí ze života zároveň s mládím a to právě v době, kdy člověk nejvíce potřebuje fyzickou činnost k udržení své zdatnosti a výkonnosti. Zkušenost a rutina jsou v šermu faktory, kterým se nekladou žádné hranice, kterým stářím spíše přibývá, které tak vyrovnávají úbytek tělesných schopností. Je možno tvrdit, že kdo se jednou šermu zasnoubil, zůstane mu věrný až do konce.

Pravidla šermu jsou založena na zásadě "zasáhnout a nebyť zasažen". Toto pravidlo nemá vliv na svobodu jednání šermíře. Oba soupeři mohou podle libosti útočit, odvracet útoky, provádět protiútoky a protiakce. Přesto pravidla šermu již od dávných dob vyžadují, aby soupeř útok či odvetu proti němu vedenou buď vykryl a snažil se zasáhnout odvetou či protiodvetou, nebo prováděl protiakci, předešel jí včas zásahem soupeře. Tato stará pravidla bývala vždy uplatňována již s tím předpokladem, že zraněný šermíř není již schopen dalších pohybů.

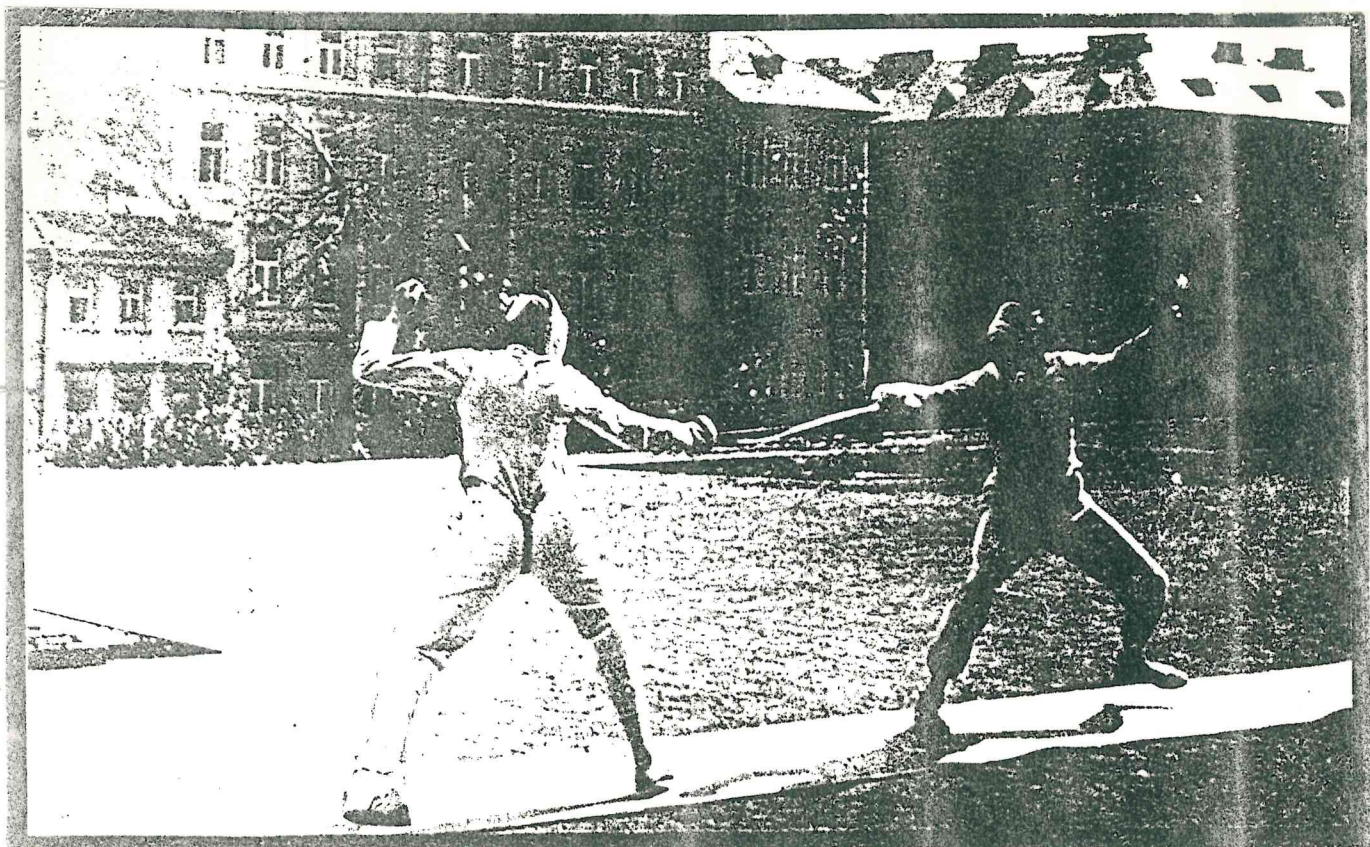




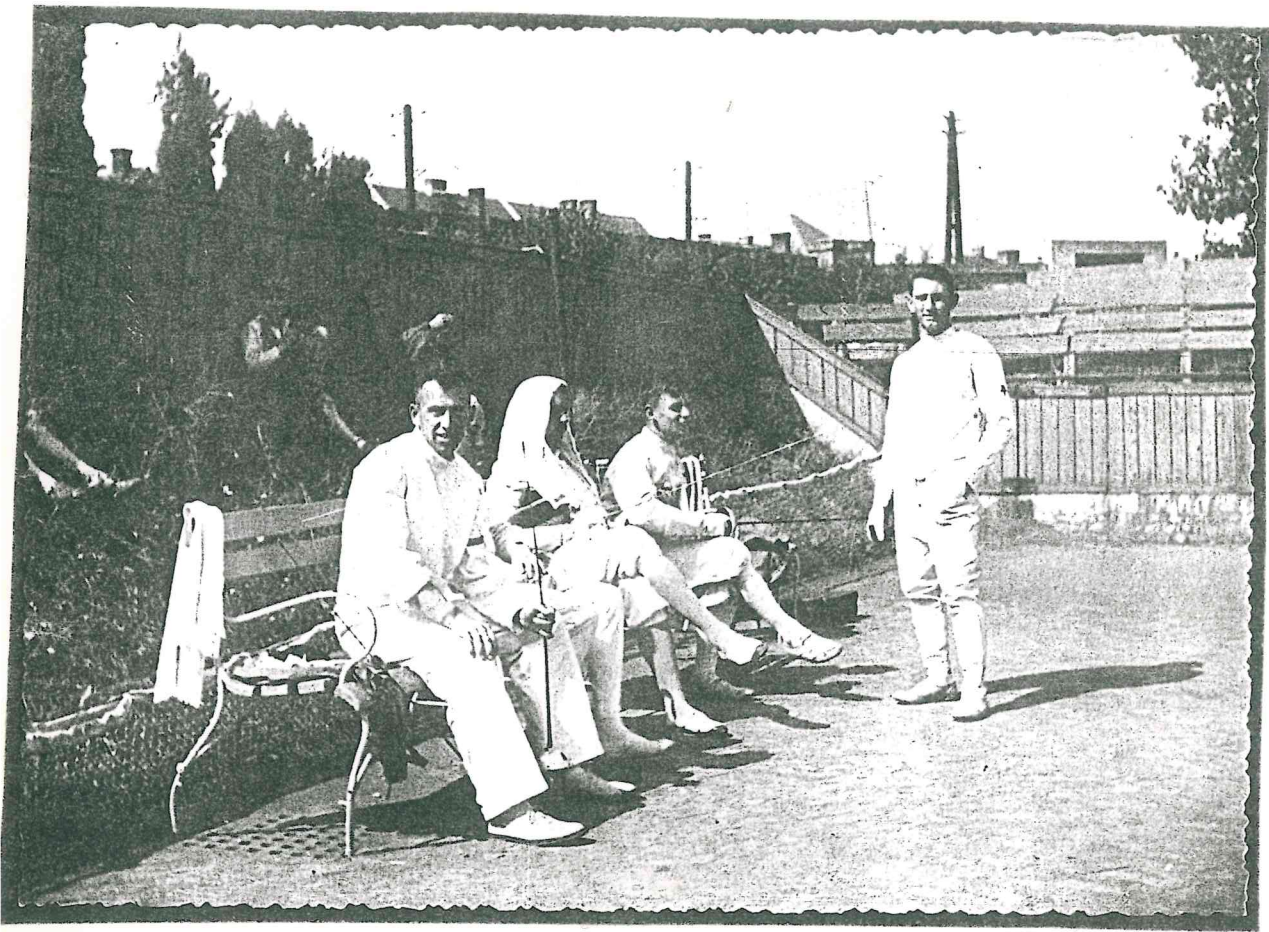


Slavnostní poděkování nejlepším fleretistům  
za úspěšnou reprezentaci šermířského sportu.

Na obrázku dr. J. Černohorský děkuje M. Šedivé,  
Mistryni světa z. r. 1938



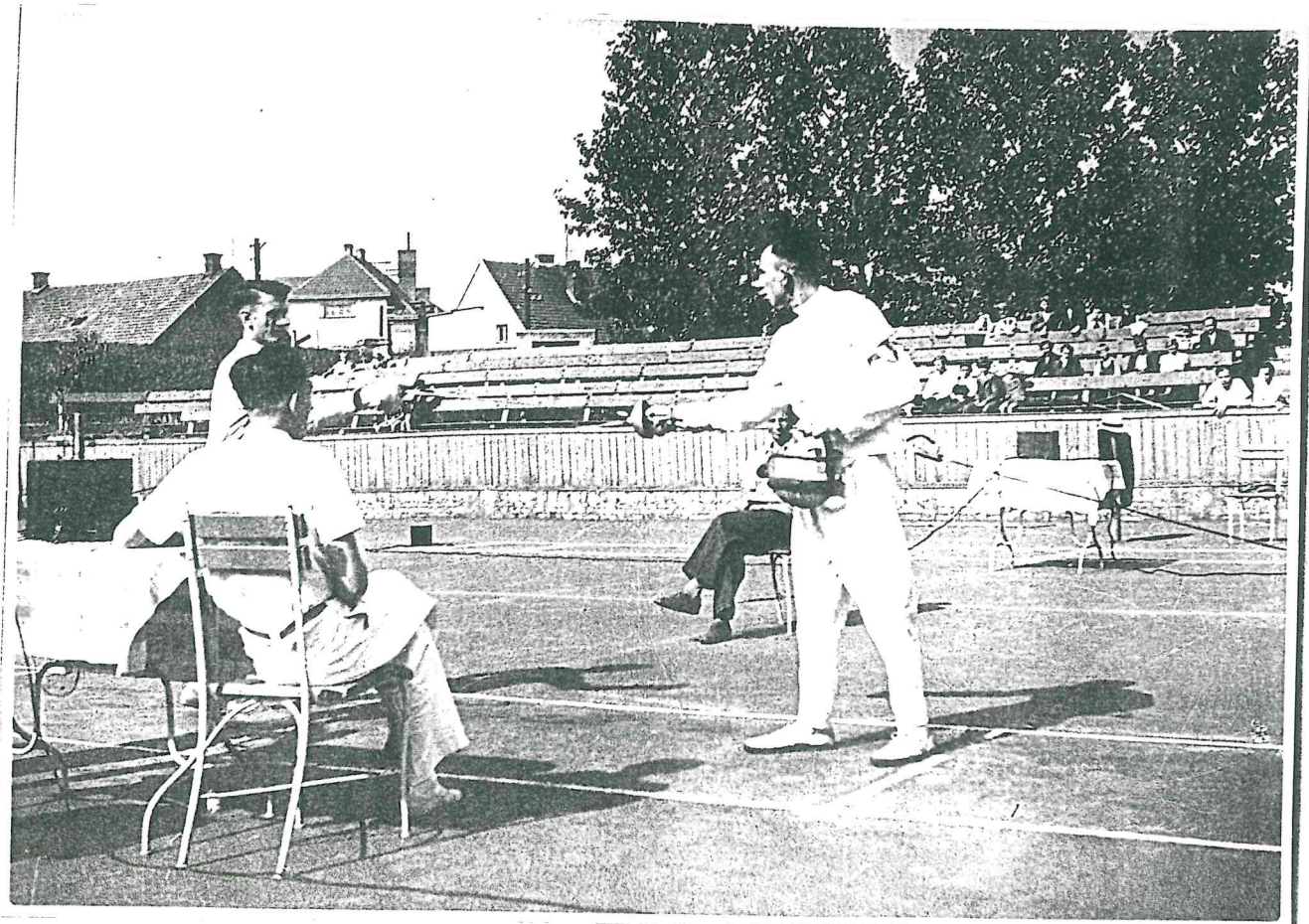




Z historie českého šermu:

zleva: J.Kuneš, M.Jeremiáš, .S. Totušek, a J.Vršecký

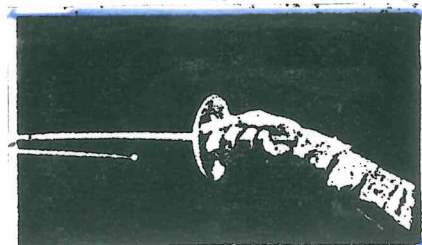
z utkání Vršecký - Kuneš na Kladně r. 1942





## T e c h n i k a š e r m u

---



Přesnost, rychlost, nepostřehnutelnost, dynamičnost.

---

Technika je zákonitost pohybů spočívající na cílesměrné přesnosti, rychlosti a nepostřehnutelnosti.

Úkolem techniky jest dosáhnout nejvyššího výkonu při nejnižším vynaložení sil, t.j. využití síly nejehospodárnějším způsobem k dosažení cíle. Aby mohl šermíř provádět pohyby podle požadavků techniky, musí se naučit provádět je přesně a rychle. Technika je základem všech ostatních prvků zápasu v šermu. Bez techniky nemůže být dosaženo žádných významnějších výsledků.

Formy pohybu techniky nejsou instinktivní, nýbrž jsou výsledkem zkušeností získaných v zápasech a výsledkem cviku. Je těžkým úkolem osvojit si techniku šermu, protože její složky - přesnost, rychlost, nepostřehnutelnost a dynamičnost jsou vzájemně protichůdní činitelé.

P ř e s n o s t vyžaduje, aby pohyby byly prováděny přesně stanoveným způsobem, což je pro začátečníka zcela cizí a nezvyklé. Pohyby musí začátečník provádět se soustředěným vypětím pozornosti a vůle velmi pomalu, jestliže chce mít vůbec nějaký úspěch. Prováděl-li je předčasně rychle, začne okamžitě dělat chyby, protože spočátku není schopen překlenout rozpor mezi přesností a rychlostí. Proto může být vnesena rychlost do pohybu teprve tehdy, dosáhl-li šermíř dostatečné přesnosti. Přesto i tehdy může být rychlost stupňována jen postupně, aby tím neutrpěla přesnost. Toto je také přirozené, protože spočátku vyžaduje přesnost a rychlost, i když odděleně, každá sama pro sebe, plnou míru pozornosti, takže začátečník s rozdělenou pozorností není s to, uspokojit oba požadavky. Z toho vyplývá, že každý pohyb, má-li být prováděn dobře a rychle, musí být dokonale zvládnut a teprve potom může být prováděn rychle.

Rychlost musí tedy vycházet z přesnosti a nikoliv naopak.

---



Pokud se týče přesnosti je cíle dosaženo tehdy, může-li šermíř provádět pohyby bez zvláštní pozornosti technicky bezvadně, t.j. jestliže se pohyby staly instinktivním mechanickým návykem.

O r y c h l o s t i se v šermu mluví mnoho. Zřídka však se mluví, nebo se vůbec nemluví o tom, zda rychlost, kterou si přinesl začátečník stačí k šermu, nebo zda může a musí být dále rozvíjena, a v kladném případě, jakým způsobem. Zřídka kdy se vyskytne začátečník, jehož přirozená rychlost odpovídá požadavkům šermu. Proto a také proto, že v šermu není nikdo nikdy dosti rychlý, musí být rychlost zásadně u každého soustavně zvyšována, a to až na nejzazší mez možnosti. Jak lze toho dosáhnout? Především lehkými uvolněnými pohyby, správnou souhrou svalů, která spočívá v tom, že ohýbače nebrání v činnosti natahovačům a naopak. Dále pak příkladným předváděním takových akcí, jejichž úspěch závisí na rychlosti provádění, a dále tím, že trenér provádí své útoky a odvety stále rychleji a povzbuzuje žáka, aby svými útoky a odvetami docházel dříve než trenér provede kryt. Konečně tím, že se nespokojí nikdy s rychlostí žáka, ale své požadavky neustále zvyšuje.

N e p o s t ř e h n u t e l n o s t hraje při provádění pohybů také důležitou úlohu. Tajemstvím nepostřehnutelného pohybu tkví v nenápadném, nehlučném a vodorovném proti soupeři mířeném pohybu. Tento způsob pohybu působí na smyslová ústrojí, která pohyb vnímají, t.j. na zrak a sluch, jako nejslabší podnět. Nápadný je naopak každý pohyb nahoru a dolů, každý pohyb stranou a každý pohyb provázený hlasitým pohybem nohou. Nutno však poznamenat, že není vždy účelné provádět pohyby nepozorovaně, např. záludy, které mají donutit soupeře k určitým krytům, musí být prováděny pokud možno nápadně. Všeobecnou zásadou je, že skutečné seký a body mají být prováděny co nejnenápadněji a záludy co nejnápadněji.

D y n a m i č n o s t í rozumíme provádění pohybů s největší možnou počáteční rychlostí, t.j. s rychlostí, která se postupně nezvyšuje, a teprve během, nebo na konci pohybu dosahuje svého nejvyššího stupně, ale hned na začátku.

Dynamičnost je důležitým momentem v šermu. Bohužel ne všichni ovládají tuto dovednost. Rozhodně není lehké provést bleskově rychlý pohyb z úplného klidu. většina šermířů dělá tu chybu,

že prozrazuje svůj úmysl nápadným soustředěním a pomalým začátkem pohybu. Tato chyba má velmi neblahé následky. Protivník usuzuje ze zrádných znamení na útočnickův úmysl, připraví se a není možno jej překvapit. Pomalu začínající pohyb nemůže nikdy dosáhnout stejné rychlosti jako pohyb, který je od začátku až do konce prováděn nejvyšší rychlostí. Soupeř získává čas ke krytu, nebo k úspěšnému provedení protiakce. Dynamičnosti lze se naučit jen velmi těžko. Tuto je nutno si do šermu přinést. Přitom téměř každá akce vděčí za svůj úspěch této vlastnosti. Tak je tomu zejména při jednoduchých akcích, které nemohou počítat s úspěchem bez maximální rychlosti. Zejména útoky prováděné do tempa, jsou bez dynamičnosti nemyslitelné.

---

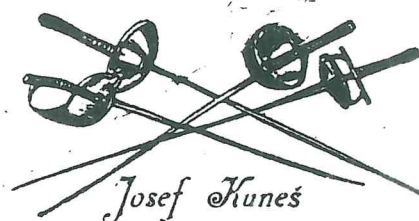
### Cvičení dynamičnosti:

1/ Několik knih se položí na stole na sebe a druhá zdola se uchopí palcem a ukazováčkem. Pak se tato prudkým náhlým pohybem vytrhne, aby ostatní knihy zůstaly na svém místě.

2/ Žák stojí ve střehu v terci a je tak vzdálen od stěny, aby jí mohl dosáhnout náponem paže. Šermířská rukavice, kterou držíme ve výšce asi 180 cm těsně před stěnou, se nechá padat. Žák má přibodnout tuto padající rukavici bodem ke stěně.

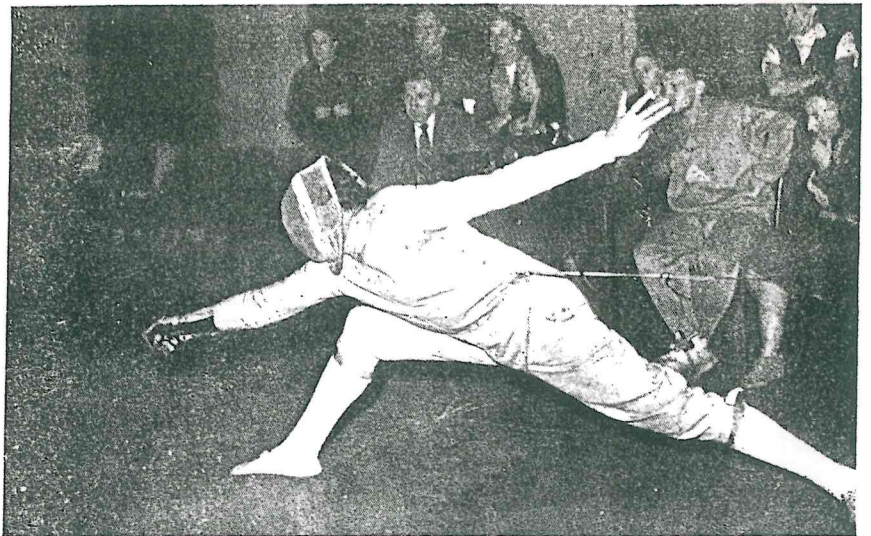
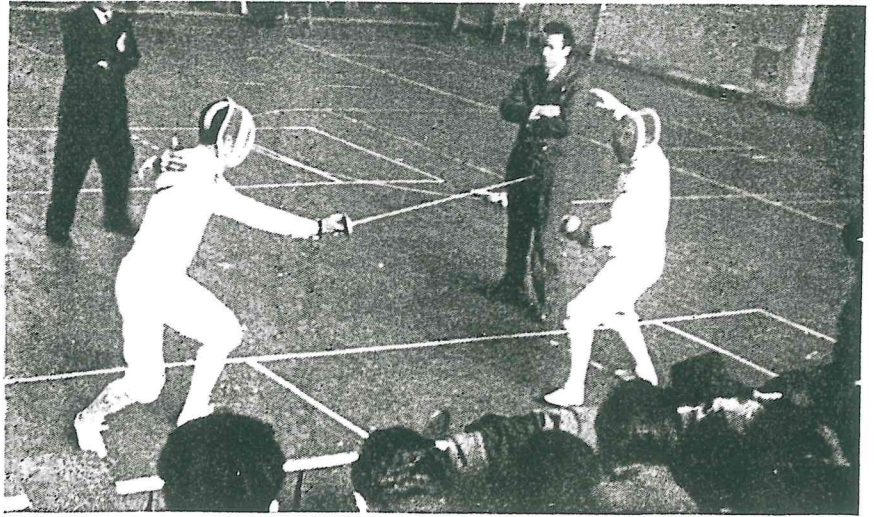
-----

Šermíř musí být aktivní, musí vykonávat akce neočekávaně, rozhodně a rychle, musí zachovávat jasnou mysl a projevovat samostatnost v myšlení, musí umět potlačit vůli soupeře, a chápat se iniciativy, musí se snažit vytvořit u soupeře klamnou představu o svých možnostech a úmyslech, musí ho přinutit k akcím pro něho nevhodných, musí umět vytěžit z daných situací co nejlepší výsledek. Všechny tyto požadavky se skládají z tělesných, rozumových a morálních vlastností člověka a v harmonické součinnosti vytvářejí charakter šermíře.



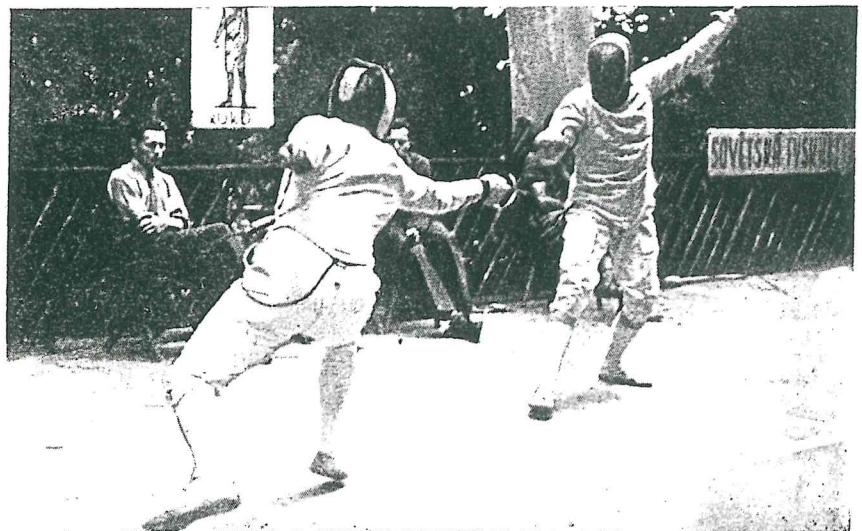


4. E. Mangiarotti (Italie) a Bancillon (Francie) při hře čepeli v ukázkovém střehu.

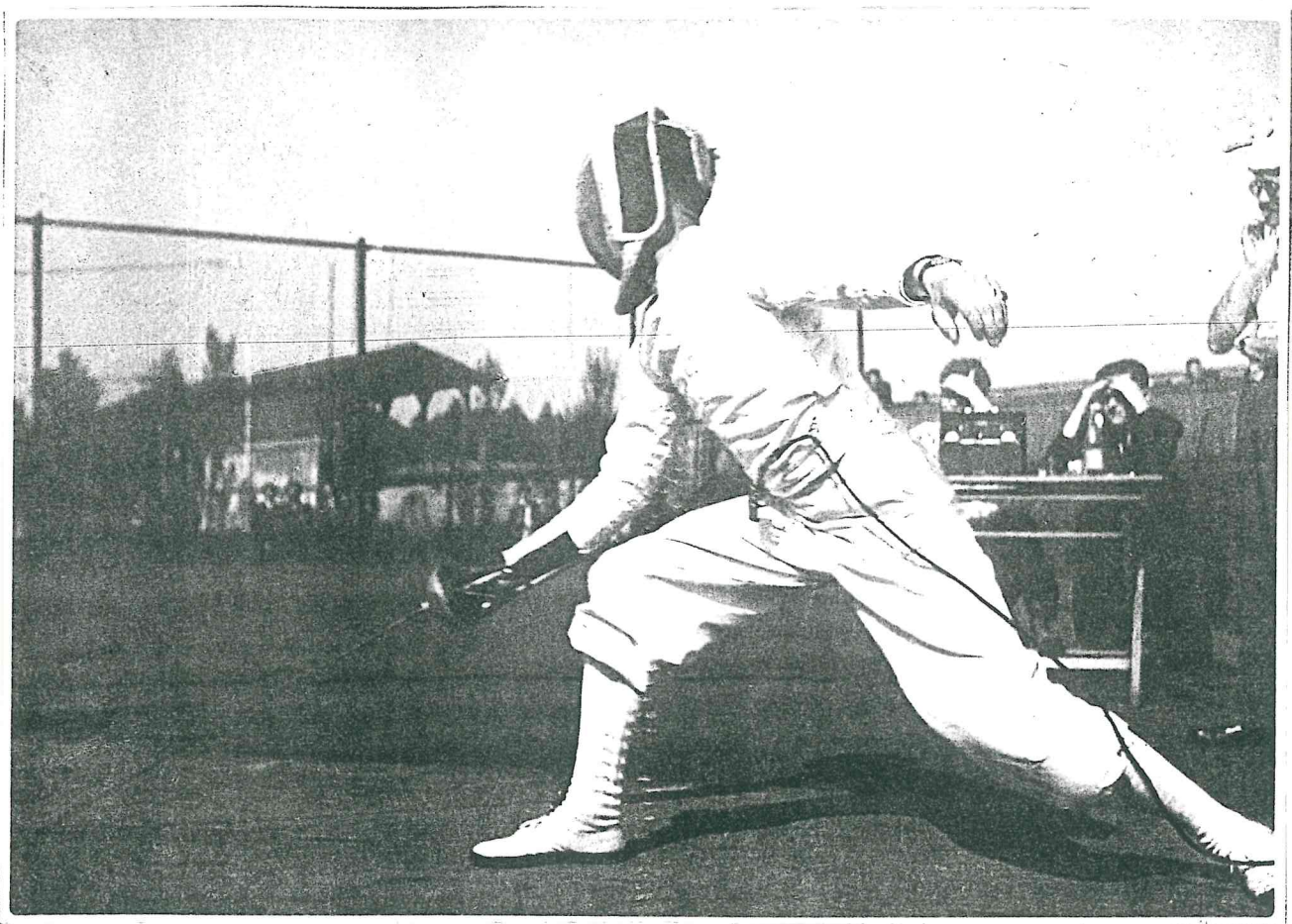
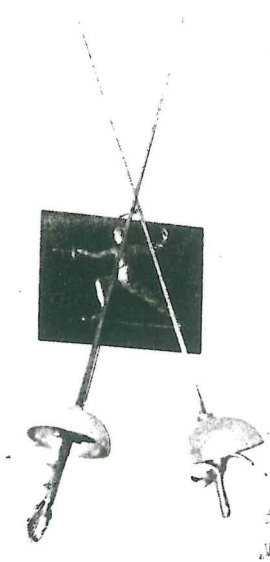
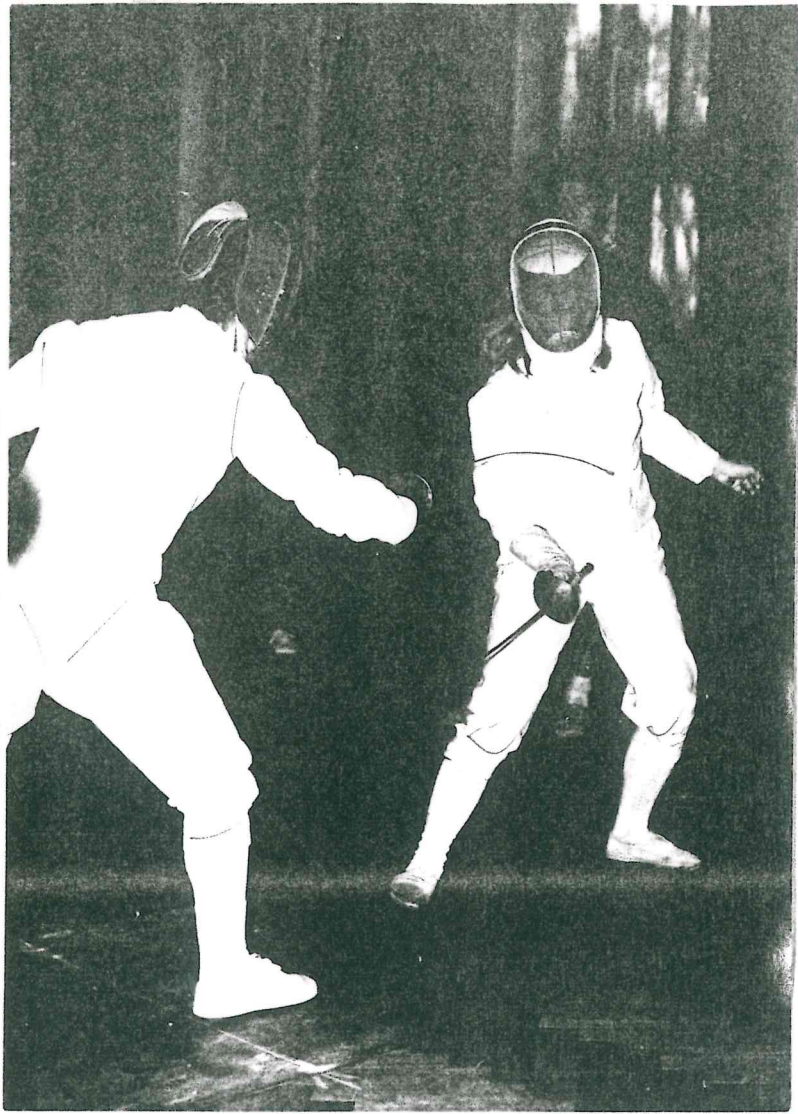


5. Útok na nohu dlouhým výpadem v kordovém utkání. Chyby: Pravá noha je příliš vpředu. Levá ruka má být vytočena dlani nahoru.

6. Šermíř vlevo útočí fleši, šermíř vpravo se brání předbodem s odsunem (snímek zachycuje začátek akce).

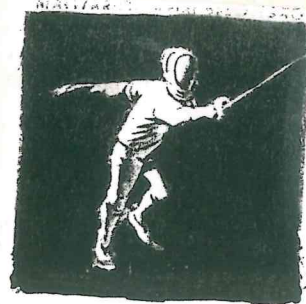








## Příprava psychická a její význam v treninku šermíře,



Úvodem je nutno poznamenat, že úloha i význam psychologie nejen v šermu, nýbrž ve veškeré tělesné přípravě a sportu, celkově neobyčejně vzrostly. Znalost psychologie přispívá k vypracování psychické přípravy na soutěže, nebo představení, a zvláště při vytváření volních vlastností, které šermíř nezbytně potřebuje k dosažení výrazných úspěchů. Jak je známo, vůle je jedním z nejdůležitějších činitelů při vytváření osobnosti člověka. Je to dovednost určovat uvědoměle svou činnost v cestě za vytknutým cílem navzdor potížím a překážkám, které se vyskytnou při uskutečňování tohoto cíle i jednotlivých úkolů.

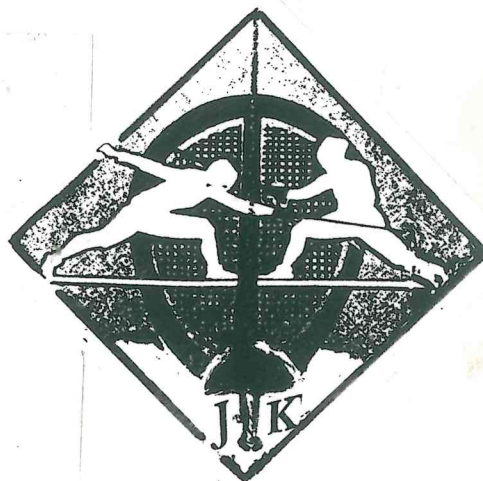
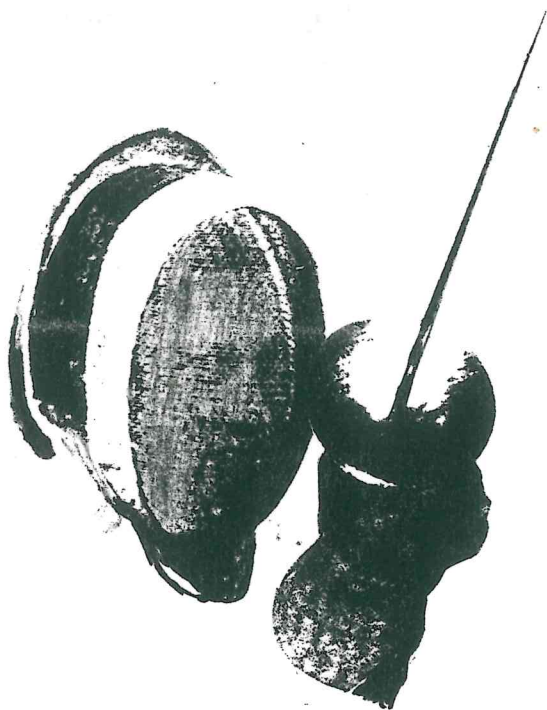
V činnosti člověka, v jeho společenském životě, v práci i ve výchově vytvářejí se neustále základní volní vlastnosti, na kterých záleží účinnost činnosti člověka i jeho zachování. Z jednotlivých volních vlastností je možno vyjmenovat cílevědomost, smalost a rozhodnost, odolnost, houževnatost, vytrvalost ve zdolávání překážek a konečně i láska k treninkové práci. Problémy vůle mají pro činnost člověka nejen teoretický, nýbrž i důležitý praktický význam. Uplatňují se zejména tam, kde pro skutečnou činnost je třeba určité volní vlastnosti: v práci, ve výuce a ve sportu. Pro dosahování vysokých výkonů je třeba mít silně rozvinuté volní vlastnosti. Proto má tak velký význam poznání a metodiky jejího rozvíjení.

Vůli však není možno vysvětlovat amorfně. Obdobně jako všestranná tělesná zdatnost rozvíjí s rozvojem tělesných vlastností jako jsou síla, vytrvalost a obratnost, rozvíjí se síla vůle rozvojem volních vlastností. Působením na vůli jako na celek, působí se i na všechny její vlastnosti, nikoliv však na všechny stejně intenzivně. Některé z těchto vlastností jsou důležitější v průběhu treninku nebo nácviku, jiné na soutěžích a turnajích. Na cestě za dosahováním mistrovského ovládnutí zbraně a úspěchu v šermu je nezbytné překonávání četných a různorodých obtíží. Překonávání těchto obtíží je nemožné bez dobře rozvinutých volních vlastností.

Trenink i závodění v šermu rozvíjejí a zároveň se opírají o různé volní vlastnosti. Při treninku má rozhodující význam houževnatost, cílevědomost a píle v treninku. Víra ve vlastní síly při dosahování vzdálených cílů.

Všechny tyto vlastnosti se rozvíjejí jak v procesu pravidelného treninku, tak i v účasti na soutěžích a turnajích. Ze dvou šermířů, kteří mají stejnou úroveň technické vyspělosti vyhrává ten, který má silnější vůli, jehož akce jsou cílevědomější, smělejší a rozhodnější, ten, který má lépe rozvinuté psychické vlastnosti. Bojovat se silným soupeřem úspěšně není možné bez všeobecné tělesné zdatnosti a bez ovládnutí šermířských pohybů. Tak tedy rozvíjení volných vlastností a psychické připravenosti šermíře musí jít souběžně s jeho tělesným rozvojem a jeho technicko-taktickou připraveností. Každé volní úsilí je pedagogickým procesem. Mění možno akce provádět, pokud není známo jak je provádět. Tak volní vlastnosti šermíře při překonávání obtíží se vytvářejí přímo běhe všestranně tělesné a technickotaktické přípravy v treninku nebo nácviku.

Velký význam pro rozvíjení volných vlastností a zároveň pro překonávání obtíží má láska k vybrané sportovní disciplině. Trenink má být radostný, a každodenní systematická práce jest nezbytným faktorem vzrůstu šermířské úrovně. Láska k systematické práci a zanícený trenink mohou zajistit plnohodnotný výsledek vlastní práce, bez nichž není možno v šermu zajistit dosažení hodnotných výkonů.

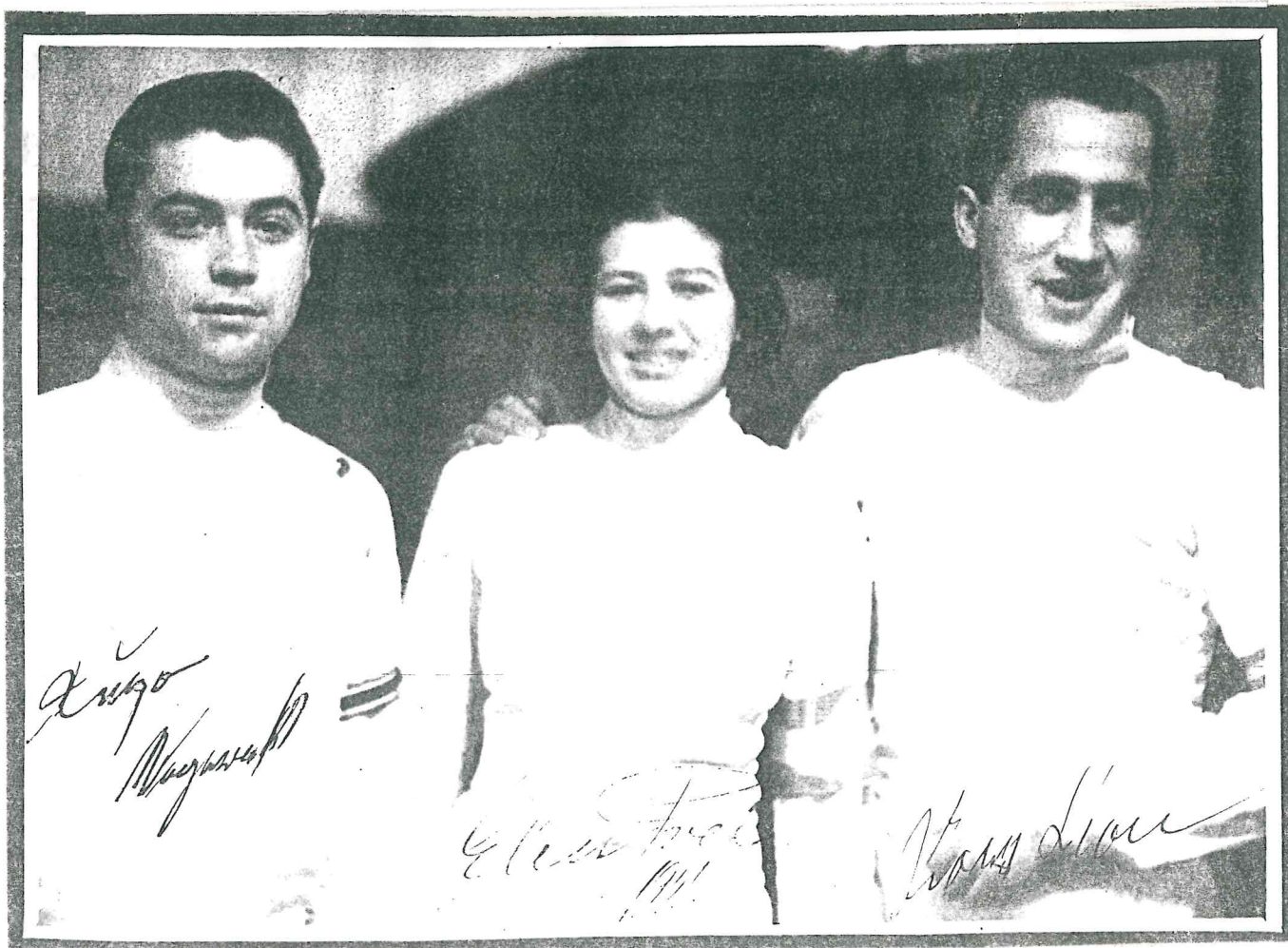




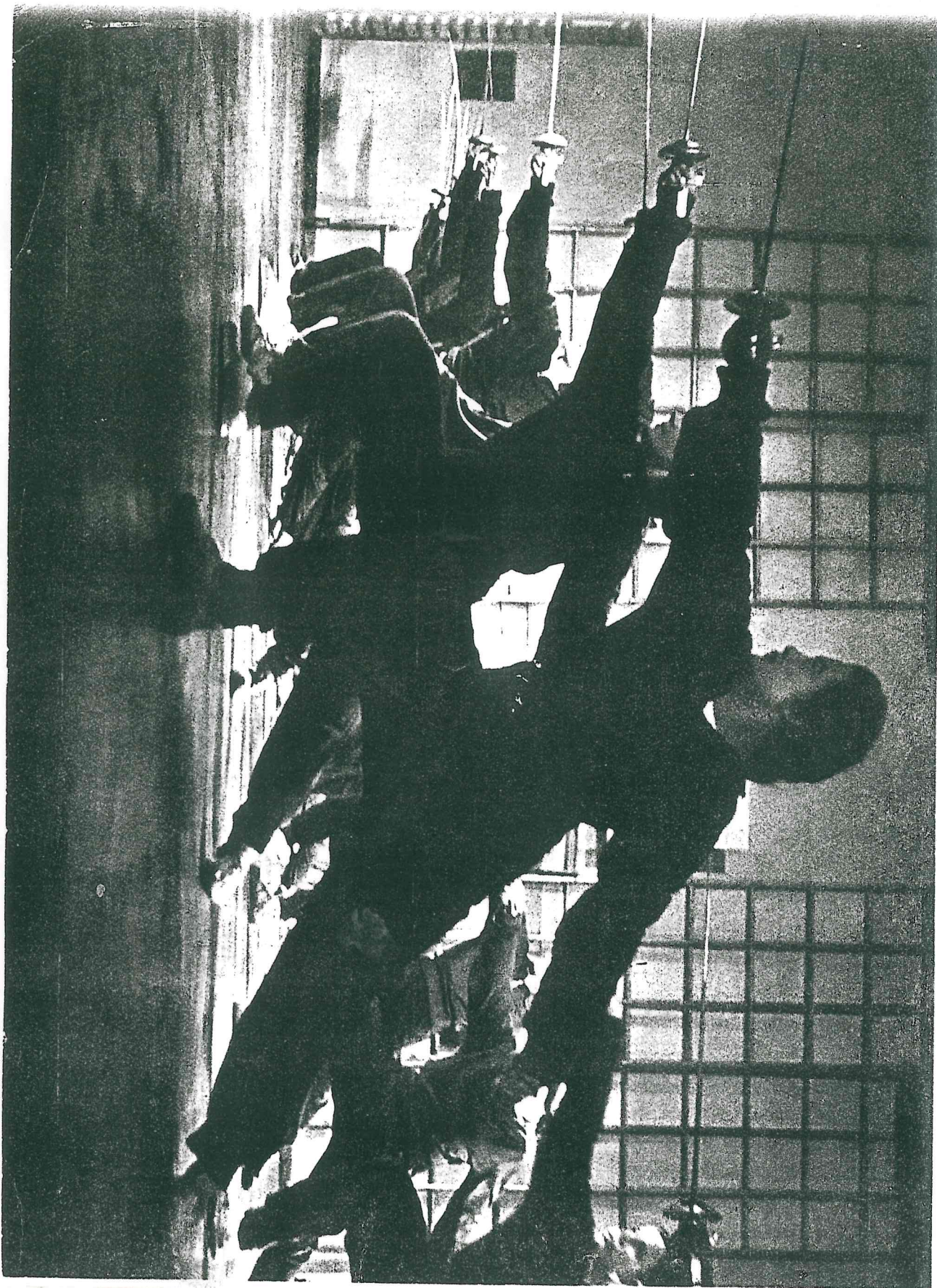


Legendy rakouského šermu:

Ellen Preiss - dvojnásobná vítězka OH  
 M. Meyer, Chris Went, H.Wegerek, E.Preiss, H.Lion  
 všichni mistři Rakouska a representanti









## Nutnost všestranné tělesné přípravy šermíře.

---

Je nepopíratelné, že atletické vlastnosti a všestranná tělesná připravenost jsou pro šermíře závodníka stejně nezbytné, jako pro ostatní sportovce. Stále vzrůstá počet národů, kteří pěstují šerm a kteří se účastní velkých mezinárodních soutěží. Tyto akce se stávají delšími, časově náročnějšími, a stále více vysilují svaly i nervy závodníků. Šerm vždy vyhovoval sportovcům - atletům, kteří dovedli zvládnout techniku.

Ve školách pro výchovu profesorů a učitelů šermu /Joinville, Antibes, Scuola Magistrala v Římě, ve Vídeňském Novém městě, Royal Academy fencing v Anglii i jinde, výuka a četné prověrky frekventantů prováděné již mnoho desítek let dokázaly skutečnost, že nejlepší z úvodních zkoušek tělesné zdatnosti /100 m, skok do výšky, skok do dálky, vrhy, atd.-, se ocitli dříve nebo později i v čele specializace "šerm". V oblasti tělesné přípravy stačí se začíst do textů některých šermířů - spisovatelů, abychom museli souhlasit s tím, co jsme v nich dosud vůbec neobjevili.

Na počátku tohoto století napsal J.J.Renaud, tehdy považovaný za nejlepšího kordistu na světě a nevyrovnatelného technika: "Kdo se chce stát silným kordistou, musí příslušnými cviky vypracovat svalstvo své paže a předloktí i ostatní. Síla sama však nepostačí, cílem všech úpolů, ať již jde o box či šerm, je dovolit slabšímu člověku bránit se proti obru. Přesto však platí, že být solidně silný je velkou výhodou. Sám jsem se připravoval vždy ke svým zápasům nejen treninkem šermu, nýbrž i velmi seriózní formou tělesné přípravy". To bylo v době, kdy J.J. Renaud triumfoval tři roky po sobě na smíšené soutěži amatérů a profesionálů v Nizze, které se účastnili šermíři národů všech zemí, skutečném mistrovství světa, které se zúčastnilo téměř tři sta závodníků, a která trvala 5 dnů. Je vidět, že J.J. Renaud dokonale pochopil problematiku posilování a za své úspěchy vděčil jak své technice, tak i své tělesné zdatnosti.

V rámci přípravy šermíře závodníka má být tělesná příprava i psychologickou roli - posiluje závodníka - dodává sebedůvěru i morálku. Představuje ještě další výhodu: Dovoluje vyvarovat se příliš dlouho trvajících šermu vedoucích k často závažnému nervovému influxu právě tím, že se technické zdokonaňování - tvořící školu šermu s trenérem - kombinuje s tělesnou přípravou. Tělesná příprava vede jistě k určité svalové únavě, ta však velmi rychle mizí. Nervová únava způsobená volným šermem zanechává naopak hlubší a déletrvalejší stopy v organismu. Pro úspěšné vedení boje je nezbytná určitá žádostivá chuť a dlouhotrvající treninky volného šermu stejně jako i nadměrné množství závodů, vedou často k odporu, k nechuti k šermu končící otupením bojovnosti. Zde se tedy nutno vyhnouti určitému úskalí.

Souhrn: Je možno pěstovat šerm v každém věku podle schopností tělesných, času k dispozici nebo určeného cíle - cvičení pro zábavu a potěšení - avšak - chceme-li se v současné době úspěšně zúčastnit velkých soutěží, je v šermu stejně jako v ostatních sportech nutno připravit sportovce milujícího námahu, mající radost z boje a podněcené silnou vůlí. Technika je pro ně vždy neodmyslitelná, avšak dobrá tělesná připravenost dává jim nezbytnou sebedůvěru, houževnatost a morální sílu důstojně reprezentovat svůj oddíl, i svou vlast.



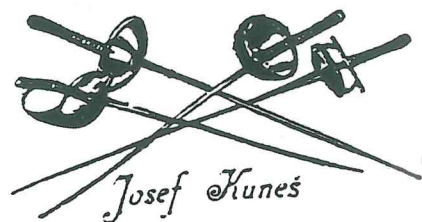
## T r e n i n k   z á v o d n í k a

---

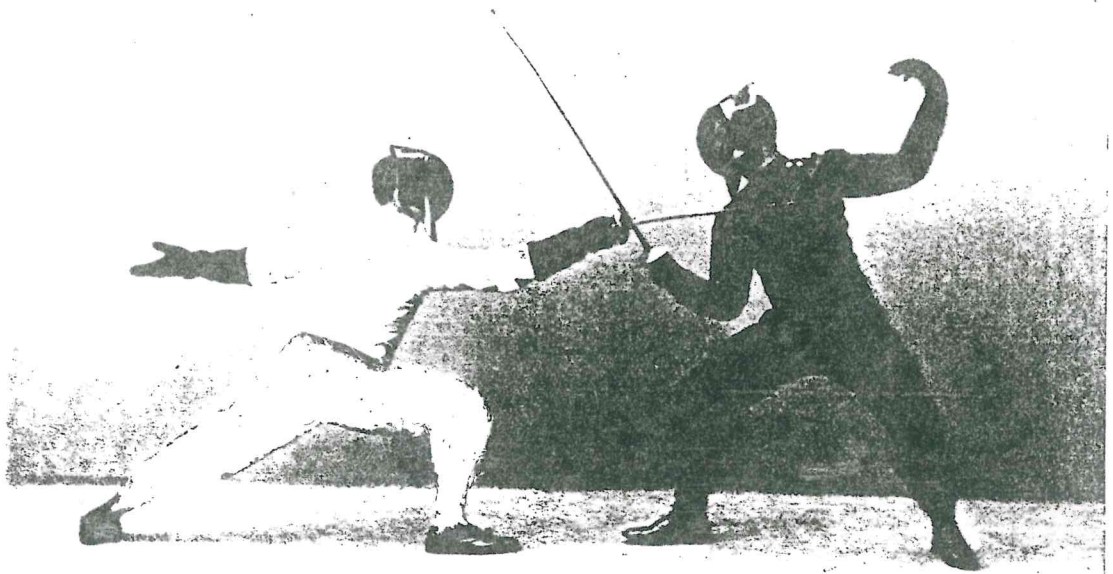
Šerm se stal ve své dnešní formě plně sportem atletickým. Trenink závodního šermu se tedy musí řídit stejnými zásadami platnými i v ostatních sportech. Soutěží se mají zúčastnit pouze plně zdraví sportovci, závodění by mělo předcházet lékařské vyšetření, zejména srdce, plíce, ústrojí oběhového a dýchacího, ledvin, jater, kůže, ústrojí výměny látkové. Režim výživy sportovce se musí důsledně podřizovat rozdílostem váhy vzhledem k výšce. Alkohol a tabák jsou zakázány, je radno se vystríhat se všech výstřelků. Doba spánku má být dostatečná, odpočinek je totiž podstatnou podmínkou zotavení unavených orgánů, vyloučení únavových látek, získání nové energie pro další zatížení.

Doba trvání jednoho treninkového období vzhledem k jedné určené soutěži je různá, řídí se jednak dle jedince, jednak dle důležitosti soutěže. Vyjma velké světové soutěže na které je nutná až roční všestranná a progresivní příprava se připouští, že pro normální soutěže je obecně nutnou lhůtou pro přípravu 6 týdnů, která stačí na získání tělesné kondice. Má se získat stejně převážně treninkem techniky. Tělesná připravenost se získává v treninku všestranném, který zahrnuje zejména všestranná cvičení /uvolňování a lehké posilování/ - běžeckou přípravu /v které se zaměříme především na prohloubení dýchání/ - hody. Tato cvičení dovolí získat obratnost, vytrvalost, uvolněnost, výbušnost a nezbytnou kloubní pohyblivost. Tyto treninkové jednotky budou kratší i delší, častější a méně časté, samozřejmě dle času, kolik ho má šermíř k dispozici. Naopak technická příprava v této době bude mít intenzitu sníženou: kratkou avšak každodenní školu s mistrem /10 - 20 minut/ prováděnou v jednom sledu se snahou o maximální rychlost. Několik velmi krátkých treninkových zápasů za stejných podmínek jako v nadcházející soutěži, které šermíř bojuje s maximálním úsilím. V žádném případě nesmí šermíř překročit hranici lehké únavy, dle odborného mínění je vhodnější pravidelně trenovat, než nadměrně dlouhé a intenzivní jednotky, treninku, které velmi často nechávají probíhat zastánci treninku do velké únavy. Trenink má být zakončen sprchováním, vhodnější jsou teplé sprchy, vytřením do sucha a případně, existuje-li možnost, masáží. V posledních dvou týdnech se má intenzita treninku postupně snižovat a trenink má plně ustát 48 hodin před soutěží.

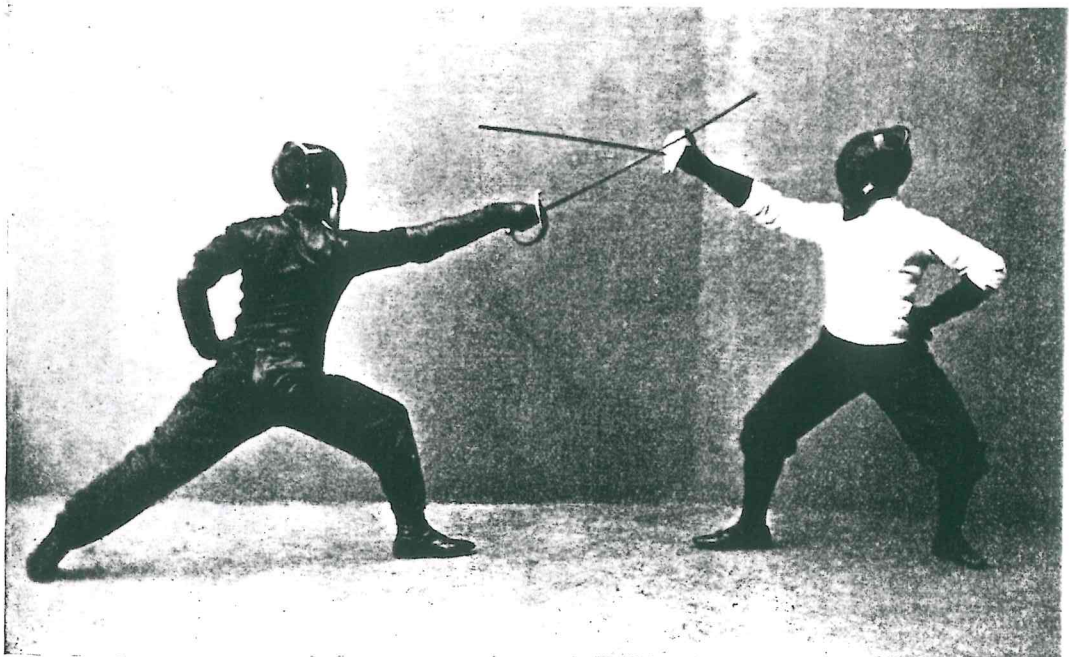
-JK-Vysoká škola šermu







Gerader Stoß, Parade in Quart.  
 Fechtmeister Gazzera (Offenbach a. M.)      Fechtmeister Franceschinis (Wien).



Kopfhieb. (Moderne Schule.)  
 Fechtmeister Franceschinis (Wien.)      Fechtmeister Gazzera (Offenbach).



## Luigi BARBASETTI

---

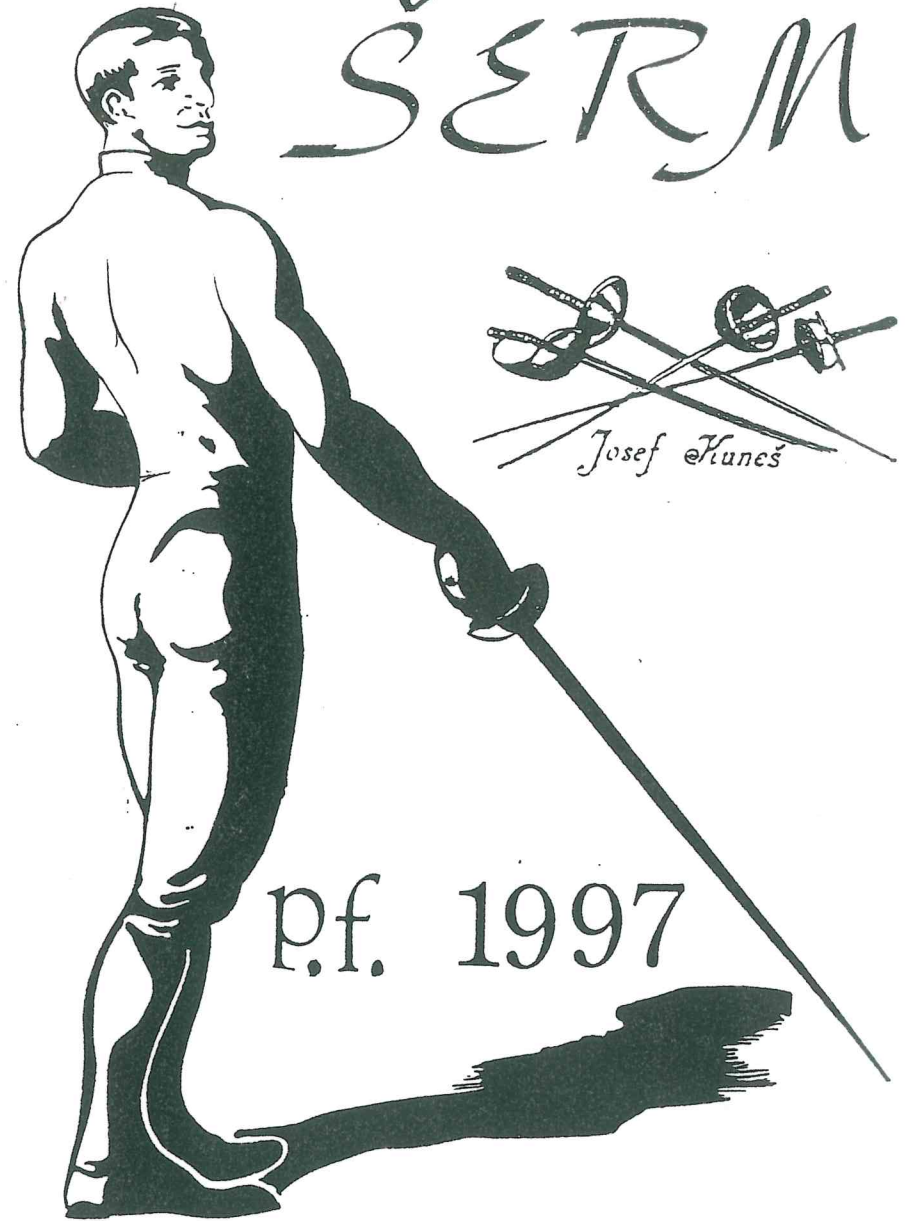
Tento mladý italský mistr šermu založil r. 1894 v rakouském St. Annahufu šermířskou školu, a o něco později otevřel italskou šavlovou školu pro učitele šermu ve Vídeňském Novém Městě. Jelikož jeho škola měla veliký úspěch, byl pozván na mezinárodní turnaj v Budapešti, který se konal v r. 1896 u příležitosti oslav tisíciletého trvání maďarského státu. Díky převaze jeho způsobu šermu si získal evropský ohlas, a jeho škola byla uznávána všemi významnými šermíři té doby.

L.G. napsal dvě knihy. První vydal v r. 1899 s názvem "Das SÄBELFECHTEN", a druhou, o něco později s názvem "EHREN-CODEX", pojednávající o pravidlech souborového šermu. Přes skutečnost, že v té době již byly souboje od naprosté většiny evropských států zakázány, vzbudila tato kniha nesmírný ohlas.

Učení L. Barbasettiho na přelomu minulého a současného století přineslo mnoho podnětů ze slavné italské šermířské školy, a má velkou zásluhu o to, že šerm byl již pojímán ve své podstatě jako sportovní činnost, která po mnohých změnách zůstala zachována až po dnešní časy.



# ŠERM



p.f. 1997

Šerm se nezakládá jen na tělesné zdatnosti, nebo jen na rozumové pohotovosti, ale je jakousi ucelenou funkcí těchto dvou činitelů, které v plné míře využívají tělesných i duševních schopností šermíře.