

Touškovský SPORTÁK

Pravidelný přehled nejen sportovních zpráv
z TJ Sokol Město Touškov



Úvodní slovo předsedy TJ Sokol Město Touškov



A je po zimě. Ona vlastně žádná nebyla. Poprvé jsme na soustředěních neběžkovali, ale jen chodili a běhali. Než sem úplně pustím jaro, teplo a sluníčko, krátce se ohlédnu za minulým rokem. Dopadl na jedničku. Zdárně jsme vyúčtovali atletickou dráhu, poprvé jsme realizovali český pohár horských kol a myslím, že úspěšně, koupili jsme defibrilátor, dostali jsme velkou dotaci na kabiny, obnovili jsme zájezdy dětí na turnaje do zahraničí, dvakrát se k nám sjelo tři sta

dětí na sportovní den škol. Poprvé máme tři týmy volejbalistek. Cyklisti zazářili. Poprvé vyšel Sporták. Rozrostla se členská základna. Za vším je neskutečná a vytrvalá práce trenérů a celého realizačního týmu, všem patří obrovský dík. Výborná je spolupráce s městem, bez kterého bychom nefungovali. Ceníme si přízně sponzorů, kterých je stále více. A co dál? Vypadá to, že jsme na vrcholu... ale to jsem si myslel už v roce 2016, 2017 a pak 2018.

2020 nebude jiný, první čtvrtletí je za námi, dubnem proletíme přípravou cyklistických závodů, květen a červen bude ve znamení fotbalů, zájezdu, dokopných. A už jsou prázdniny a začíná nová fotbalová sezóna, děti jdou do školy, vychází další

Sporták, opět fotbalový podzim, závěrečné, čerti, Vánoce a nanovo...

Pokud jsi dočetl až sem, věz, že máš v ruce půlročník, který chce zklidnit tvé tempo. Ukázat ti, co se událo v naší TJ od září a co nás do září čeká. V klidu si projdi příspěvky trenérů a vzpomeň, čeho ses také zúčastnil, kolik zápasů jsi viděl, kolikrát si náš krásný areál navštívil. A kdyby tě dokonce napadlo podat nám pomocnou ruku a svojí činností obohatit některý z týmů, rádi tě uvítáme a zapojíme. A teď už si pojďme užívat sluníčko a jara se Sportákem v ruce.

za celý tým TJ Sokol Město Touškov
předseda **Pavel Foltýn st.**



**ZÁVODNÍ VÍKEND
25-26/4/2020**

**JEDNA
Z NEJDRSNĚJŠÍCH
XCO TRATÍ
V EVROPĚ**

ČESKÝ POHÁR

MTB XCO 2020 PLZEŇSKÝ KRAJ
KONANÝ V MĚSTĚ TOUŠKOVĚ

KOUKNI NA WWW.TOUSKOV.BIKE A SLEDUJ AKCI NA FACEBOOKU NEBO INSTAGRAMU



Město Touškov

Město Plzeň

DURATEC

SAFEROAD®
Have a safe journey





Zprávy výkonného výboru

Přístavba

- přístavba byla fakturována a proplacena ve výši dotace MŠMT do 31.12.2020
- proběhla platba: první část stavební dozor, první část BOZP dozor a první část autorský dozor
- informace o nabídce na novou střechu na staré budově
- informace o pojezdových vratech ke garážím

Finance

- (říjen) městem schválena finanční žádost o příspěvek na rok 2020
- (říjen) smlouva s městem o poskytnutí investičního transferu pro přístavbu kabin byla podepsána
- zpracována žádost Můj klub 2020
- podepsána smlouva s krajem: Podpora sportu v Městě Touškově 2019
- podána žádost na kraj ohledně dotace na Český pohár MTB
- členské příspěvky na rok 2020 budou 1 800,- při platbě do 28.2.2020, pro sportovní školičku 800,-
- podáno vyúčtování dotace Můj klub 2019
- podáno vyúčtování dotace PK Podpora sportu v MT 2019
- podána žádost na ČUS o dotaci na Velkou cenu Města Touškova
- podána žádost o Podporu tělovýchovy a sportu v roce 2020
- podána žádost o Podporu o vybudování a modernizaci sportovišť v roce 2020

Ostatní

- podána žádost o členství do badmintonového svazu
- byla podána přihláška do futsalového svazu
- tým mladších žáků byl přihlášen do Krajské futsalové ligy
- proběhl regionální trénink U12 nominace za Touškov
 - Toffl, Šlechta, Kadlec
- proběhl trénink OFS-PM U12 nominace za Touškov
 - Toffl, Šlechta, Kadlec, Hošťálek, Pelant
- podána přihláška na Olympijský běh 17.6. 2020
- byla podána žádost o licenci na program XPS Network (zdarma od FAČRu)

- náš domácí závod – VC Města Touškova byla vyhlášena jako nejlepší závod seriálu PAL cup za rok 2019
- turnaj Maďarsko U9, U13, U15 zúčastní se 3 týmy cca 50 lidí – 22.-26.6.2020
- Josef Bártík a Jaroslav Oplt obdrželi Čestné uznání od České unie sportu (ČUS) za dlouholetou práci
- dne 3.5.2020 se uskuteční Touškováček
- dne 13.5.2020 se uskuteční Měsíc náborů FAČR
- upozornění trenérům na chování členů na sociálních sítích
- podepsána smlouva na Olympijský běh
- Sportovní ples 14.2.2020 byl vyprodán
- 11.2.2020 proběhlo školení první pomoci od ČK

Co jsme pořádali za poslední půl rok

► **Měsíc náborů** – v září jsme opět na stadión svezli několik autobusů dětí z okolních základních a mateřských škol a v rámci dopoledního sportování představili dětem různé pohybové disciplíny a sporty v naší TJ, účast škol byla velká – Město Touškov, Kozolupy, Vochov, Vseruby, Ledce, Žilov, Líštiny

► **Turnaj starých gard** – čtyři týmy starších pánů si zpestřily předvánoční shon a strávily sportem pěknou sobotu na umělce

► **Mikulášská nadílka** – naše nejmenší ve sportovní školičce navštívil andílek, čerta a Mikuláše jsme raději nechali venku

► **Mikulášský turnaj** – hráči badmintonu si to rozdali o čertovskou trofej, více najdete na str. 19

► **Gambrinus párty** – pravidelné setkání sponzorů, výkonného výboru, trenérů a zaměstnanců TJ se konalo v prosinci uvnitř pivovaru Gambrinus v jeho reprezentačních prostorách, kromě školy čepování přítomní zhlédli krásně připravenou prezentaci fotek a videí, která zachytila průřez dnem v TJ v roce 2019, a nebylo toho málo (prezentace je na webu TJ)

► **Votbal** – tradiční utkání fotbalistů, výkonného výboru a volejbalistek a také tradiční výsledek, výprask mužů nejen ženami, ale i menšími děvčaty



► **Sportování s rodiči** – oddíl badmintonu se na posledním tréninku v prosinci vrhl na další sportovní aktivity a trénink zaměřil na sportování s rodiči, hrál se basketbal, fotbal, ale i bendás



► **Badmintonový turnaj** - pro neregistrované dospělé proběhl v lednu za účasti devíti mužů a šesti žen, opět proběhly krásné bitvy, bližší informace v článku badmintonu

► **Otevřený badmintonový trénink**

pokračování na další straně

► **Zimní soustředění všech týmů na Zelené Lhotě** – v lednu a v únoru všechny fotbalové týmy využily zázemí Zelené Lhoty a uskutečnily zimní soustředění, zimní v uvo-zovkách, protože nám nepřálo počasí, ale místo běžek přišel na řadu běh, chůze a posilování. Poprvé na soustředění vyrazila také kategorie U5, někteří byli bez maminek poprvé, ale vše dopadlo nad očekávání

► **Krajský přebor kadetek** – naše děvčata a trenéři nejen sami trénují a hrají, ale pustili se také do pořádání jednoho z kol Krajského přeboru kadetek

► **Sportovní ples** – v únoru proběhl tradiční sportovní ples, který se po-

dařilo vyprodat již v loňském roce, dvě stě čtyřicet plesajících sledovalo skvělé představení mažoretek, letos organizace prvně proběhla pod patronací Barbory Šimlové a vše klaplo na jedničku



Změny v areálu TJ Sokol za poslední půl rok

► **Přístavba šaten a zázemí** – na konci srpna 2019 jsme podepsali smlouvu s vysoutěženou dodavatelskou firmou Roadfin Building a hned v září jsme zahájili stavbu, první měsíc jsme strávili v zemi, obrovské základy jsou připraveny již pro nástavbu dalšího patra v budoucnu, stejně tak je založeno schodiště, v říjnu a listopadu pro-



bíhala hrubá stavba a instalace sítí uvnitř, celkem je obestavěno 750 m³ prostoru, v prosinci došlo na střechu, izolace. Na jaře nás čeká dokončení hlavní budovy, tepelné izolace, fasáda a střecha na stávající budově, dále opravy a fasáda garáží, a nakonec kompletní úprava technického dvora do zámkové dlažby včetně odvodnění, nová pojezdová vrata do technického dvora a věřím, že zvládneme i část chodníku před novými budovami.



► Vjezdová vrata od Tiché ulice

– na konci roku 2019 jsme provedli výběr společnosti na dodávku a montáž vrat, ještě v prosinci byly provedeny základy a v únoru osazená brána.



► **Doplnění chybějících tůjí** – po loňském sázení tůjí se některé nechytily, proto byly vysazeny nové plus doplněny větší tůje na jižní straně kolem nových vrat.

► **Vyčištění studny** – po mnoha letech jsme se pustili do studny na hřišti, vody bylo dost, ale hodně nekvalitní, zaka-lené. Specializovaná firma přijela již v prosinci, ale zděsila se stavem studny a práce si naplánovala na delší dobu v lednu, ty také proběhly a my můžeme opět vodu využívat na sprchování a záchody.



Nemáte ještě náš dresík?

Ještě ti nevisí v autě touškovský dresík, sháníš dárek, nemáš na krku naši šálu nebo se nepyšníš jiným klubovým předmětem a toužíš po něm? Jednoduše přijď v době před tréninkem A týmu (tzn. každé úterý a čtvrtek před 18 hod.) na hřiště a obrať se na trenéra Míru Šimla.



Co nás čeká v následujícím půlroce

► **Tenisový turnaj** – smíšená čtyřhra
míchaná 18.4.

► **Velká cena Města Touškova 19.4.** – Pohár Plzeňského kraje horských kol (dříve PAL cup) v touškovské roklí

► **Český pohár MTB XCO 25.-26.4.** – Ioni sledovalo osm stovek závodníků přes čtyři tisíce diváků, věříme v pěkné počasí a opět velkou účast

► **Májka 30.4.** – společně s Paprskem vás zveme na stavění a zdobení májky, opékání buřtů a hlídání celého díla do rána

► **Kolaudace přístavby**

► **Touškováček** – již sedmnáctý ročník fotbalového turnaje mladších a starších přípravků se uskuteční v neděli 3.května, přes sto dětí rozehraje své zápasy v dopoledních hodinách, abychom po obědě mohli sledovat finálová klání

► **Měsíc náborů** - 13. května pozveme

opět okolní školy a školky na malé sportovní dopoledne do našeho areálu, tři sta malých špuntů stráví pohybem střední dopoledne, odměnou jim je malá svačinka v hospodě a drobný dáreček na cestu

► **Tenisový turnaj** – dámská čtyřhra
míchaná 16.5.

► **Tenisový turnaj** – mužská čtyřhra
míchaná 30.5.

► **Hudební produkce** - Semtex 23.5.

► **Turnaj ve volejbale** žákyň

► **Dětský den** – tentokrát vyšel dětský den na sobotu 6.června, pod vedením Paprsku bude sportovní areál sloužit všem dětem, dospělí jistě uvítají večerní zábavu

► **Hudební produkce** – Kabát revival 6.6.

► **Hudební produkce** – Kečup 13.6.

► **Olympijský běh** – už třetí závod Olympijského běhu budeme pořádat ve středu 17.6. od 18.00, připojíme se k ostatním závodům napříč celou republikou,

Přihlašování za zvýhodněných podmínek probíhá do konce března

► **Turnaj Balaton Trófea** – předposlední červnový týden vyrazí naše tři týmy (mladší příprava, mladší žáci a starší žáci) do maďarského Siófoku u jezera Balaton na mezinárodní fotbalový turnaj, klání se účastní přes deset zemí a pro nás to bude opět velká zkušená

► **Zápas staré gardy** – na pouť si to rozdájí opět staří páni s hasiči 27.6.

► **Poutová zábava** – Anakonda Benda 27.6.

► **Turnaj volejbal** – „O touškovskou medovinu“

► **Hudební produkce** – Knaipen Roll 11.7.

► **Hudební produkce** – DJ Poláček 17.7.

► **Hudební produkce** – Lucie revival 8.8.

► **Turnaj tenis** – smíšená čtyřhra „O putovní tenisák“ 5.9.

Pomozte nám vyhrát sázku

S dlouholetým sponzorem TJ Sokol jsme uzavřeli dohodu, že do konce dubna 2020 budeme mít na našich profilech přes 800 sledujících! Když to společně dokážeme, získáme vybavení pro děti v hodnotě 20 000 Kč!

Pomozte nám i Vy! Sledujte profily TJ Sokol na Facebooku a Instagramu. Děkuje

Facebook: TJ Sokol Město Touškov z.s.

Instagram: @sokoltouskov



Nabídka inzerce

TJ Sokol Město Touškov nabízí možnost otištění vaší inzerce v tomto Sportáku, který vychází jako půlročník v nákladu 5100 výtisků.

Bližší informace Vám rádi poskytneme na emailu:
info@tjsokolmestotouskov.cz

Nový ceník v areálu

Dovolujeme si Vám představit nový ceník platný od 1.2.2020.

Pronájem tenisového kurtu:

1 300,- / rok
400,- / hod

Pronájem antukového kurtu:

1 300,- / rok
200,- / hod

Pronájem UMT.:

400,- / hod
600,- / hod + příplatek za šatny
800,- / hod + příplatek za šatny
a osvětlení

Členové TJ, kteří uhradí minimální roční příspěvek 1 800,- mají automaticky kartu zdarma, pouze musí uhradit poplatek 100,- za přístupový čip.



Rozhovor s Jaroslavem Opltem



Jaroslav Oplt (Město Touškov, letos oslaví 75 let), dlouholetý hráč, funkcionář v Sokole, v letech 1985-1990 také předseda TJ, v současnosti jeden ze správců sportovního stadionu nám odpovídal na několik všetečných otázek.

Narodil jste se rok před vznikem TJ, vzpomenete si ještě, od kdy jste v Sokolu?

O roku 1955 jsem byl v žáčcích, potom v dorostu. To jsme ještě hráli nahoře u sušky. Potom přišla vojna a když jsem se vrátil, hrál jsem za běčko.

V kterých letech jste hrál, trénoval, bafuňaril a správcoval? Co se Vám nejvíc líbilo?

Od 1978 jsem dělal předsedu fotbalu a potom od 1985 do 1990 předsedu TJ Sokol. V té době tady prakticky jiné sporty nebyly, jen ZRTV. A posledních pár let dělám s bráchou správce. Vždy mě bavilo dělat drobné řemeslnické práce. Ale nemůžu říct, co přesně bylo lepší, líbil se mi celý cyklus. Dělal jsem i vedoucího žáků, běčka. Asi nejvíc jsem se realizoval jako funkcionář.

Popište mi v krátkosti jednotlivé dekády a hlavní dění v nich.

Tak v šedesátých letech to určitě bylo přestěhování hřiště na stávající místo, ale toho jsem se nezúčastnil, protože jsem byl v zeleném. V sedmdesátých potom výstavba hospody a tribuny. Měli jsme velké prostory, ale nic tu nebylo, tak jsme se věnovali úpravám placu, ploty za brankami, lavičky, krb, taneční parket. V roce 1985 si třeba pamatuji, že jsme měli dvacet tisíc a měli jsme udělat trávu. Tenkrát ale byla jiná doba a dělali jsme to na dobrovolnické bázi, jak bylo možno. Přesto jsme ji dokázali udělat. Dnes je to o něčem jiném, ale zaplatit pánbů. V roce 1995 jsme vybudovali kurty a 1997 jsme postavili kolibu. ►

Jaký největší úspěch jste zažil jako hráč, trenér a funkcionář?
Největší úspěch nemůžu vypíchnout, úspěch je celé to dlouhodobé dění. Fungovalo to za předcházejícího předsedy (Karel Titze) i za následujícího (Standa Karbusický). Když mě zvolili za předsedu, tak jsem se snažil také co nejvíce pomoci. Měli jsme obrovskou radost, že vše klapalo.

Organizoval jste dlouho také soustředění a plesy...

Vždy jsem se věnoval spíše organizování akcí, jak soustředění, tak plesy. Začal jsem, když mi bylo 22 let, takže jsem plesy organizoval asi 40 let. Tenkrát ještě v Touškově nahoře v hospodě. Potom jsem také byl se starou gardou šestkrát na Slovensku v Radošíně. Na soustředění jsme jezdili na Šumavu na statkovou chatu, vlastně od sedmdesátých let až do 1991.

Udělal byste v minulosti něco jinak?

Těžká otázka, nemůžu nic zásadního vytáhnout.

Co byste v jedné větě vzkázal našim mladým členům (dětem)?

Aby si vážili toho, co tu máme a co se zbudovalo.

Děkuji za rozhovor a k letošnímu jubileu hodně zdraví.

Pavel Foltýn



Rok 1997 - stavba koliby, na fotce J. Landau, F. Dezort a V. Bezdek

Zhodnocení podzimní části fotbalové sezóny 2019/2020

A TÝM

Do nové sezóny jsme vstupovali s posíleným kádrem o několik nových tváří, z Toužimi přišli Jan Vild spolu s Janem Hodinou, mezi gólmány se zařadil z dorostu Jan Pecl. Jan Popelka, který po studiu opět začal přípravu u nás, si bohužel již v přípravě obnovil zranění kolene a celý podzim absen-



A tým na zimním soustředění

toval. Přípravu jsme zahájili již tradičním soustředěním na Zelené Lhotě, kde jsme nabírali kondici. Dále jsme odehráli tři přátelská utkání. První proti Rokycany U 19, s tímto soupeřem jsme po vynikajícím výkonu především v prvním poločase prohráli 2:6. Následně jsme se utkali s dvěma soupeři, kteří hrají 1. B třídu, Štěnovice jsme doma rozprášili 13:0 a Chlumčany rovněž doma jsme vyprovodili výsledkem 4:0. Tyto výsledky a nejen výsledky, zároveň předváděná hra nás přesvědčila, že jsme na sezónu připraveni velice dobře. Soupeře jsme přehrávali rychlostí a jednoduchostí a kondičně jsme vypadali velice dobře.

Cíl do této sezóny byl stejný jako loni, postup do 1. A třídy. Hodnocení podzimní části lze přirovnat k vlnobítí, jednou nahoře a jednou zase dole. První čtyři utkání nám vyšla velice dobře, zisk 11 bodů a dvacet vstřelených branek nám naznačovalo, že jdeme správnou cestou. Bohužel pak přišel

zlom a v následujících pěti kolech jsme si připsali pouhých pět bodů a tabulkou jsme se propadali na nehezke pozice. Naštěstí poslední čtyři utkání jsme výsledkově celkem zvládli, ziskem 9 bodů a celkovým ziskem 25 bodů jsme obsadili celkové 2.místo, na kterém jsme prezimovali. Ačkoli jsme nastříleli 40 branek (3. v 1. B třídě), nemůžeme být se střeleckou potencí spokojeni, na vstřelení branky se strašně nadřeme a potřebujeme až moc šancí. Naopak obrana po skvělém začátku hodně chybovala a 28 obdržených branek (průměr na zápas 2,15 branky) je nehorázně moc. A to jsou věci, na kterých musíme v zimě hodně zapracovat, zlepšit střeleckou potenci a výrazně vylepšit hru vzad, bez zlepšení obrany se bude těžko plnit cíl. Věříme, že nám k tomu pomohlo zimní soustředění, které jsme absolvovali na Zelené Lhotě, kde hráči nabíhali velký objem kilometrů. Negativní je účast, soustředění se zúčastnila

sotva polovina hráčů. Poté začala herní příprava v domácích podmínkách ve Městě Touškově.

Do zahájení jarních bojů jsme odehráli ještě tři přípravná utkání a 1. kolo poháru PKFS. V prvním pohárovém kole nám los přisoudil za soupeře účastníka krajského přeboru Sokol Černice. I přes nadějný první poločas (0:2), nebyl pro nás výsledek příznivý, výsledek 1:8 se hodnotí velmi špatně. A ještě si v zápase Pavel Fol-

týn ml. zlomil kotník, a tak pro jarní boje s ním počítat nemůžeme. V dalších utkáních nás postupně prověřili účastníci okresního přeboru, Zdemyslice a Předence, poslední soupeř je účastník 1. B třídy rezerva divizních Přestic. V těchto utkáních chceme zapracovat na našich nedostacích, hra v obraně, proměňování brankových příležitostí, a především zrychlení a zjednodušení přechodu do útočné fáze. Věříme, že tohle vše nám pomůže k lepším jarním

výkonům a samozřejmě i výsledkům. Na konci sezóny budeme moci konstatovat, že stanovený cíl je splněn a bude se slavit postup do vysněné 1. A třídy. ■

*Trenérské trio Miroslav Šiml,
Radek Papež a Jakub Vinš*

**Po podzimní části skončil
A tým na 2. místě tabulky.**



▲ Poslední zápas podzimu - derby v Kozolupech. Touškovský Roman Voith strlí branku a snižuje z našeho pohledu na 1:2

DOROST

Dorost začal trénovat 5. srpna třikrát v týdnu. Sahráli jsme bohužel jen jedno přípravné utkání s muži Sokola Hunčice, které jsme prohráli divokým skóre 7:9. Začátek soutěže nám vyšel na jedničku a vyhráli jsme tři utkání za sebou. I když výkony týmu nebyly dobré. Do konce soutěže jsme uhráli už jen dva body. Hráči podávali nevyrovnané výkony, hlavně ti starší, kteří by měli tým vést a být oporami týmu.



▲ Nejlepší hráč podzimu za dorost
Jan Zahradník

Jediný hráč, který měl vyrovnané výkony, byl brankář Daniel Prášek. Ze 17 hráčů jen čtyři odehráli všechna utkání. Docházka týmu na tréninky nebyla dobrá, byla okolo 62 %. Jediný hráč, který absolvoval všechny tréninky, byl Jan Zahradník, druhý se třemi absencemi Patrik Havel. Oba nastříleli i nejvíce gólů, každý po 6 brankách. Fotbalové testy složil nejlépe Jan Bělohav. Účast na testech se ukázala slabá kolem 60%. Na omluvu lze říci, že 4 hráči jsou dlouhodobě zraněni a 2 onemocněli.

Do budoucna se dorost bude určitě zlepšovat, ke konci sezóny se už projevilo tréninkové zlepšení. V zápasech nastupuje pravidelně 6 patnáctiletých hráčů a to slibuje velkou budoucnost. Jako nejlepšího hráče podzimu jsme vyhodnotili Jana Zahradníka (15let), to hovoří za vše. V únoru jsme absolvovali zimní soustředění na Zelené Lhotě, kdy jsme nabírali v krásné šumavské přírodě fyzickou kondici. Cílem v další půlce sezóny bude odlepit se z nelichotivých míst v tabulce a zabojovat o lepší příčky. ■

Trenérské duo Jan Synáč a Lukáš Hodek

**Po podzimní části skončil
dorost na 9. místě tabulky.**

Pojďte s námi společně zdobit a stavět májku

TJ Sokol Město Touškov, Paprsek a Město Touškov pořádá pro malé i velké čarodějnické odpoledne plné her a zábavy. Přijďte s námi 30.4.2020 od 16. hodin na hřiště TJ Sokol strávit příjemné odpoledne u stavění májky, opékání buřtů a spoustu další zábavy.



STARŠÍ ŽÁCI

Příprava začala na konci července a v srpnu jsme absolvovali soustředění na Hracholuskách. V kádru zůstalo 8 hráčů ročníku 2005 a přišlo 6 kluků ročníku 2006. Postupně jsme se snažili kluky zapracovat na velké hřiště a najít optimální sestavu. Nevyladěná sestava se projevila hlavně v úvodu soutěže, pak si vše začalo sedat. Bohužel celý podzim nás trápil úzký kádr, po vypadnutí Mertla zůstalo pouze 13 hráčů, proto jsme se snažili mužstvo doplňovat z mladších žáků. Postupně se vystřídali skoro všichni a byli přínosem, to je velké pozitivum. Sezónu jsme zakončili na 10. místě s 12 body, byla by spokojenost mít o 6 bodů více, kdy zápasy v Holýšově a Smíchově jsme měli dotáhnout k výhře.

V závěru podzimu jsme začali předvádět slušný fotbal, se kterým jsme spokojeni. Kluci pochopili, co by mohlo vést k úspěchu. Celkově se dá podzim rozdělit na dvě

části: první polovina trochu nevyrovnaná a ve druhé se výkony stabilizovaly. Stálý problém je úzký kádr, ale to vede i k pozitivu, že se dařilo zapracovat do zápasů mladší kluky. Na začátku února jsme absolvovali v 8 hráčích soustředění na Zelené Lhotě. Kluci měli čtyřfázové tréninky, zaměřené na fyzickou kondici, vždy jeden trénink jsme využili možnost umělé trávy v Nýrsku, kde si kluci vyzkoušeli i balón. Hráči sou-

středění odmakali a doufám, že nám to do jarních bojů přinese ovoce. ■

*Trenérské duo Jiří Krbeček
a Pavel Foltýn*

**Po podzimní části skončili
starší žáci na 10. místě tabulky.**



Zleva: Obránce Matyáš Burda, brankář František Nedvěď a kanonýr Patrik Tejc ▲

MLADŠÍ ŽÁCI

Mladší žáky tvoří loňský tým starší přípravky, především ročník 2008 a čtyři kluci 2007. Mladší žáci zahájili sezónu turnajem ve Vejprnicích. Koncem září proběhlo úspěšně soustředění na Hracholuskách. V soutěži ve skupině A jsme obsadili velmi překvapivé druhé místo za Zbúchem, s kterým jediným jsme prohráli. Tým si vybojoval druhým místem účast ve finálové jarní skupině. Za předvedené výkony v soutěži zaslouží mužstvo velkou pochvalu. V podzimní části nás posílil Vojta Hošťálek z Viktorky a společně s Honzou Kadlecem se stali nejlepšími střelci mužstva.

Zimní přípravu jsme začali již v listopadu účastí ve futsalovém přeboru mladších žáků a halovou ligou mládeže. Zde se nám dařilo se střídavými úspěchy. V lednu jsme se zúčastnili turnaje na Viktorce, kde jsme obsadili třetí místo. Přátelská utkání

hrajeme proti kvalitním týmům, které hraje vyšší soutěž a jsou ročníkově starší. Dále pět našich hráčů je ve výběru OFS Plzeň město a zúčastňuje se regionálních tréninků RFA. Nadále spolupracujeme na velmi dobré úrovni s šéftrenérem přípravek Viktorky Plzeň Filipem Linhartem. Kluci dále vypomáhali v zápasech starším žákům.

Zimní soustředění proběhlo na Šumavě a bylo zaměřeno na běžky. Kluci a jedna slečna naběhali na běžkách v areálu



▲ Rychlý útok žáků při zápase s rodiči

Javoru 45 km a relax si užívali v bazénu v Lamu. Do jarní finálové soutěže budeme oslabeni o tři hráče. Dva ukončili činnost a Vojta Hošťálek se vrací do Viktorky, odkud přestupuje do Petřína. Tímto mu děkujeme za pomoc v podzimní části a přejeme hodně dalších fotbalových úspěchů. Největším našim problémem je úzký kádr hráčů, který při zranění a teď chřipkové epidemii není bohužel čím doplnit. Do začátku jarní sezóny nás čeká ještě spousta práce a doufám, že ve finálové skupině budeme pro soupeře tvrdým oříškem a popereme se, ač oslabeni, o co nejlepší umístění ■

*Trenérské duo Aleš Král
a Bořek Kadlec*

**Po podzimní části skončili
mladší žáci na 2. místě tabulky a na
jaře budou hrát finálovou skupinu.**



Dokopná mladších žáků, společná fotka s rodiči



Neproměnná šance při zápase s rodiči

STARŠÍ PŘÍPRAVKA

Podzimní část sezóny 2019/2020 byla pro nás pro všechny náročná. Hráči i trenéři se museli vyrovnat hned s několika novými faktory. Přejít do této kategorie přináší nový způsob hry, větší hřiště, nový způsob soutěží, cestování, nové stadiony, jiní neznámí soupeři v kraji atd. I když to ze začátku nevypadalo, kádr se postupem doby podařilo stabilizovat a

v současné době máme 12 kluků, kteří jsou ochotni na sobě pracovat.

Zimní přípravu jsme začali po krátké pauze 1. prosince 2019 tréninky v malé i velké tělocvičně. Díky vstřícnosti trenéra mladší přípravy dokonce chodíme třikrát v týdnu, tak uvidíme, jestli se to projeví na výkonech v jarní části soutěže, kdy opět budeme bojovat na dvou frontách - město a kraj. V zimě jsme se střídavými úspěchy absolvovali 3 turnaje ZHLM ve Štěnovicích

a soustředění na Zelené Lhotě. Důležité je, aby to kluky bavilo, měli ze svých výkonů stále větší radost a posouvali se se svým fotbalovým uměním stále dál. ■

*Trenérské duo Tomáš Smolka
a Aleš Wagner*

Starší příprava se po podzimní části umístila v 2. polovině tabulky.



Starší příprava na běžkách, Zelená Lhota



Starší příprava na běžkách, Zelená Lhota

MLADŠÍ PŘÍPRAVKA

Mladší příprava - podzim 2019/2020 - byla přihlášena do městského přeboru. Sestavili jsme osm dnů formou turnajů celkem 24 zápasů a v konkurenci 22 mužstev obsadili krásné sedmé místo se 49 body a celkovým skóre 218:112. Tento výsledek nás posouvá v jarní části do finálové skupiny, což bylo naším cílem. 9. listopadu před nejdůležitějším zápasem sezóny, maminky versus děti, jsme se sešli v boxerském ringu, aby kluci alespoň trochu zkontrolovali svou energii. Už ani nevím, jakým výsledkem zápas skončil, ale maminky nevyhrály :-). Přesto však bojovaly jako lvice a následným pohoštěním byl výsledek zápasu brzy zapomenut.

V termínu 16.-19.1.2020 proběhlo zimní soustředění v Zelené Lhotě. Bohužel sněhové podmínky nebyly ideální. I přesto jsme první den zavítali na běžecké okruhy do Německa. Většina kluků stála na běžkách úplně poprvé, ale zvládli to na jedničku. Druhý den nás čekala velká výzva. Z parkoviště obce Hamry 620 m. n. m. jsme se vydali na Ostrý 1293 m. n. m. Před námi tedy bylo slušné převýšení a 7,5 km na vrchol, který jsme nakonec pokořili. Poslední den byl věnován relaxaci v aquaparku v německém Lamu. Kluci nicméně vzali zdejší tobogán útokem a řádně jej prověřili.

Účastnili jsme se ještě turnaje zimní halové ligy mládeže ve Štěnovicích, kde jsme získali po dvou odehraných kolech

22 bodů, které nám budou stačit bohužel jen na boj o 8. - 14. místo. Opět musím pochválit a poděkovat rodičům za fandění, podporu a účast v hojném počtu na všech zápasech. Jsou díky tomu nedílnou součástí týmu. Po celou zimu jsme trénovali v tělocvičně skoro se 100% dochazkou. Věřím proto, že kluci ukáží na Velikonočním turnaji 10.4.2020 na Sencu v konkurenci 18-ti mužstev, kterého se každoročně účastníme, co nového se naučili. ■

*Trenérské trio Martin Považan,
Bohumil Zach a Zdeněk Pašek*

Po podzimní části se mladší příprava umístila v horní polovině tabulky a na jaře bude hrát finálovou skupinu.



Hamry 620 m.n.m. - úsměvy na tvářích



Mladší příprava zimní soustředění Brettenschachten



Mladší příprava zimní soustředění Ostrý 1293 m.n.m.



Mladší příprava zimní soustředění bazén Lam

PŘEDPŘÍPRAVKA

Vzhledem k tomu, že máme opravdu hodně malých dětí, založili jsme od začátku podzimní sezóny také předpřípravku, kluci a děvčata do šesti let a několik o rok starších, ale růstem malých. Podzim jsme se věnovali pouze tréninkům třikrát týdně. Někteří se skutečně teprve seznamovali s míčem, spoluhráči a tréninkovou morálkou. Ale podařilo se a kluci měli na podzim účast skoro 80%. Pochválit můžeme i rodiče, pro které to představovalo změnu režimu v dosavadním klidu. Po dokopné chvíli kluci odpočívali a už od prosince jsme se vrhli do tělocvičny. Zkusili jsme trénink v boxu a v lednu vyrazili na své první soustředění na Zelenou Lhotu. Bohužel nám nepříali sněhové podmínky, tak jsme běžky nechali doma a hlavně chodili běhali. Dokonce jsme dali i běhací biatlon. I když byli někteří prvně bez maminek, odloučení zvládli skvěle a už teď se těší na letní soustředění.

Od ledna také hrajeme halovou ligu předpřípravky a ti trochu starší hrají ligu mladších přípravky. Protože se hoši opravdu zlepšují, rozhodli jsme se pro jaro přihlásit už pravidelnou soutěž – a to hned dvě – prndata a ty o trochu starší. Dokonce k nám přišly první dvě slečny, které kluky rychle dohání. Zimu věnujeme spíše obratnosti a koordinaci, zkoušíme různé další sporty a hry, nejen fotbal. Teď už se všichni těšíme na trávu a na sluníčko. ■

Trenérské trio Pavel Foltýn, Viktorka Kašparová, Michal König



Fotografie z pobytu na Zelené Lhotě



Předpříprava vyzkoušela trénink v boxu v božkovské hale

Rozpis zápasů jaro 2020

ROZPIS: Mladší žáci - MPMŽ, sk. A

M.T	-	Petrín Plzeň	PÁ	27.3.20	16:00
Rokycany	-	M.T	NE	5.4.20	17:00
M.T	-	Hrádek u Rokycan	PÁ	10.4.20	16:30
Černice	-	M.T	PÁ	17.4.20	17:00
M.T	-	Plzeň Letná	PÁ	24.4.20	16:30
Chrást	-	M.T	ÚT	28.4.20	16:30
M.T	-	Zbůch	PÁ	8.5.20	16:30
M.T	-	Nýřany	PÁ	15.5.20	16:30
Křimice	-	M.T	NE	24.5.20	15:00
M.T	-	Senco B	PÁ	29.5.20	16:30
M.T	-	Viktoria Plzeň „Ž“	PÁ	5.6.20	16:30

ROZPIS: Dorost - KSD, sk. A

Sokol Mrákov	-	M.T.	SO	21.3.20	10:00
TJ Holýšov	-	M.T.	NE	29.3.20	12:30
M.T.	-	Třemešné	NE	5.4.20	10:00
FK Planá	-	M.T.	SO	11.4.20	10:30
M.T.	-	Chotěšov	NE	19.4.20	10:00
Stříbro	-	M.T.	NE	26.4.20	10:00
M.T.	-	Staňkov	NE	3.5.20	10:00
Nýřany	-	M.T.	NE	10.5.20	10:00
M.T.	-	Tlučná	NE	17.5.20	10:00
M.T.	-	Meclov	NE	31.5.20	10:00

ROZPIS: A-tým - I.B.třída, sk. C

Zbiroh	- M.T.	NE	22.3.20	14:30
Plasy	- M.T.	SO	28.3.20	15:00
M.T.	- Malesice	SO	4.4.20	16:30
Raková	- M.T.	SO	11.4.20	16:30
M.T.	- Příkosice	SO	18.4.20	17:00
Třemošná	- M.T.	NE	26.4.20	17:00
M.T.	- TJ Volduchy	SO	2.5.20	17:00
Mýto B	- M.T.	NE	10.5.20	17:00
M.T.	- Slovan Plzeň	SO	16.5.20	17:00
Vejprnice B	- M.T.	NE	24.5.20	17:00
M.T.	- FK Dýšina	SO	30.5.20	17:00
Smíchov Plzeň	- M.T.	NE	7.6.20	17:00
M.T.	- Kozolupy	SO	13.6.20	17:00

ROZPIS: Starší žáci - KSŽ, sk. A

M.T.	- Chotěšov	SO	21.3.20	10:00
Nýrsko	- M.T.	SO	28.3.20	10:00
M.T.	- Horní Bříza	SO	4.4.20	10:00
M.T.	- Staňkov	NE	12.4.20	10:00
M.T.	- Holýšov	SO	18.4.20	10:00
M.T.	- Mrákov	SO	25.4.20	10:00
Křimice	- M.T.	SO	2.5.20	10:00
M.T.	- Smíchov	SO	9.5.20	10:00
Žákava	- M.T.	SO	16.5.20	14:00
M.T.	- Košutka B	SO	23.5.20	10:00
Nýřany	- M.T.	NE	31.5.20	10:00
M.T.	- Strašice	SO	6.6.20	10:00
Stráž	- M.T.	NE	14.6.20	12:30

Rozpis turnajů přípravek najdete po rozlosování na webu TJ Sokol nebo Facebooku.

Cyklistika: sport pro každého

Výběr kola je alfa a omegou dobrého pocitu z jízdy a pohybu. Pokud si půjdte vybírat nové kolo, zvažte, jaké skutečně budete potřebovat. Jezdíte jen po silnicích? Jezdíte v terénu, užíváte si divočejší přírodu? Už při poměru 80% silnice, 20% terén je vhodnější uvažovat o biku. Nejlepší je obrátit se na odborníky. Naštěstí máme v našem městě přímo výrobce kol, se kterým TJ úzce spolupracuje. Duratec představuje opravdu kvalitní značku, kterou jezdí nejen borci z našeho týmu. Náš závodní tým firma vybavila kvalitními silničními koly i horskými koly do terénu. Specialitou jsou také kola do haly na dráhovou cyklistiku, kde používáme rovněž Duratec, předního světového výrobce.

A pokud vaše postava nevykazuje právě ukázkové míry a rozměry, určitě uvítáte možnosti přizpůsobení kola vašim potřebám.

Klíčový parametr pro výběr kola je velikost rámu. Na internetu najdete u každého výrobce tabulku velikostí, ale bez rady skutečného odborníka si jízdu nevyčtáte na sto procent. V případě výroby kol pro náš tým se každý rám několikrát přeměruje dle skutečné velikosti uživatele a přizpůsobuje se každý detail pro dobré a rychlé vedení stroje. A to nemluvíme o výběru sedla – to je skutečná alchymie a tu si přiblížíme v příštím čísle. ■

*Šimon Brabec, Petr Zeman
a Adam Brabec při předání
nových kol ve firmě Duratec ►*



19.4.2020 – PAL Cup VC Města Touškova

25-26.4.2020 – Český pohár MTB XCO ve Městě Touškově

Cyklistický oddíl Bike Club Město Touškov funguje již osmým rokem

Věnujeme se přípravě dětí na závody na horských kolech. Orientujeme se i na všeobecnou sportovní osvětu, zlepšování přístupu dětí a mládeže ke sportu a návrat dětí k původním sportovním hodnotám. Naším cílem je rozvíjet v dětech všestrannou obratnost, jde nám o celostní rozvoj dětí. Zařazujeme do tréninků rozcvičku, protahování, posilování, strečink, relaxaci. Tréninky jsou vedeny zábavnou formou. U dětí nám jde především o to, aby získaly kladný vztah ke sportu. Dáváme jim možnost být součástí party, týmu, kde se naučí pořádně zabrat a být sami sebou. Učíme děti, co to je fair-play a jak být nejlepší. Ale co je nejdůležitější, tvoříme skvělou partu lidí, kteří mají rádi tento krásný sport.



tras, které skvěle rozvíjejí technické dovednosti. V lese jsou i mostíky, klopenky, skoky atd. Někdy trénujeme na ploše u hřbitova, kde máme rozestavěné překážky z palet. Jindy se vypravíme na vyjížďku po okolí, které se někdy zúčastní někteří z rodičů. Tréninky probíhají pod vedením čtyř trenérů, Renata, Michal a Martina a těm ještě po-



Bike Club Město Touškov na závodech PAL Cupu ve Stupně

Děti jsou rozděleny do tří tréninkových skupin podle věku a zejména pak podle výkonnosti. Věkové rozpětí závodníků je poměrně velké, nejmladšímu závodníkovi je 5 let a nejstaršímu 16. Nejmladší skupina trénuje jednou týdně a to v pondělí. Střední a nejstarší mají společný trénink 2x týdně pondělí a středa. Nejstarší navíc mají individuální tréninkový plán. Tréninky jsou rozmanité. Kromě tréninků na kole se chodí plavat, běhat, na pěší túry, starší skupina jezdí na dráhu, účastní se soustředění. Na podzim jsme do tréninků zařadili jízdu na inline bruslích. V zimním období, kdy tréninky venku na kole nejsou možné, chodíme do tělocvičny, kde se pilně připravujeme na novou cyklistickou sezónu. Na jaře, hned jak počasí dovolí, začínáme opět trénovat na kole. Nejoblíbenější lokalitou jsou tréninky v roklí za zahrádkami, kde jsme během let vybudovali mnoho tréninkových

máhají dobrovolníci z řad rodičů. Pondělky jsou ještě doplněny o zkušeného závodníka a trenéra Milana Spěšného. Větší část převážně těch starších dětí z oddílu se pravidelně zúčastňuje cyklistických závodů.

V září se jeli ještě poslední tři závody série plzeňské amatérské ligy horských kol Pal cup a to v Plzni na Lopatárně, v Újezdě u sv. Kříže a časovka do vrchu na Čerchov.



9.listopadu proběhlo slavnostní vyhlášení celkových výsledků seriálu Pal Cup 2019.

Ve svých kategoriích dopadly v celkovém pořadí takto: v kategorii kluci obsadil 4. místo Vilém Klug, v kategorii holky Julie Vítková 3. místo, v kategorii U9ž měl Bike Club Město Touškov hned všechna tři želízka, vyhrála celkově Nela Vítková, Ester Klugová získala stříbro a Andrea Brabcová bronz. V kategorii U11m obsadil Jan Košťálek 9. místo, v kategorii U11ž Laura Zemanová 7. místo a Linda Zemanová 8. místo, v kategorii U13m Petr Zeman 1. místo a Šimon Brabec 2. místo, v kategorii U13ž Sára Vítková 4. místo a v kategorii U15m Adam Brabec 3. místo. Takto skvělých výsledků dosáhly naše děti v krajské soutěži. Navíc družstvo Bike klubu Město Touškov získalo celkově první místo v kategorii tříčlenných družstev ve složení Petr Zeman, Sára Vítková, Nela Vítková. V soutěži Talent Cup, v MTB Biatlon (seriál závodů na horských kolech se střelbou) a v Pražském poháru MTB si vedli naši mladí bikeri také výborně. Někteří se pravidelně účastní nejprestižnější republikové soutěže - Český pohár horských kol XCO. Celkové pořadí členů Bike Club Město Touškov v Českém poháru horských kol XCO za rok 2019: Nela Vítková 1.místo, Andrea Brabcová 4.místo, Laura Zemanová 19.místo, Linda Zemanová 21.místo, Sára Vítková 17.místo, Petr Zeman 2.místo, Šimon Brabec 4.místo, Adam Brabec 30.místo. Touškovské bikerky Adéla Foltýnová za MS Bike Academy Racing v kategorii kadetky 8.místo a Adéla Holubová za Kola-bbm.cz v kategorii juniorky nádherně 2. místo. Gratulujeme!



Po ukončení bikové sezóny byla pro starší žáky, kadety a kadetky jen malá pauza a začaly cyklokrosové závody. V cyklokrosové republikové soutěži TOI TOI CUP sbírali naši cyklisti první zkušenosti a zúčastnili se osmi závodů z jedenácti, celkové pořadí seriálu ve starších žácích Petr Zeman 21.místo, Šimon Brabec 44.místo a v kadetech Adam Brabec 41.místo. Adélka Foltýnová objela všech 11 závodů a pouhé 3 body jí chyběly do top pětky, nakonec skončila na krásném šestém místě.

Během listopadu a prosince potrénovali i na dráze na velodromu v Praze Motole.



Adélka Foltýnová si s dráhovou podzimní sezónou poradila velmi dobře, když brala na každém ČP a MČR umístění v Top 5. Adélka Holubová se po vítězství na MČR horských kol XCO v Hlinsku nominovala na ME (7.místo) a na MS, které se jelo v kanadském Mont St. An. Na jedné z nejtěžších tratí na světě si vedla dobře i přesto, že je v kategorii teprve prvním rokem a obsadila 30.místo. Nyní se obě Adélky připravují se svými týmy na novou bikovou sezónu, která začne v polovině března.

Na začátku roku jsme obdrželi sdělení od reprezentace Lvičat MTB, že naši dva žáci Petr Zeman a Šimon Brabec se dostali do širší nominace pro rok 2020. Jejich letošní výsledky rozhodnou o startu na Mistrovství Evropy v italské Pile.

A co nás čeká v nové sezóně 2020? U nás ve Městě Touškově se bude konat

19. dubna 2. závod seriálu PPK (Pohár plzeňského kraje horských kol), více info najdete na <http://www.pal-mtb.cz/> a o týden později 25.-26. dubna se bude zde ve Městě Touškově pořádat STRABAG CUP Český pohár horských kol XCO 2020 kategorie C1. Na stránkách www.poharmtb.cz nebo www.touskov.bike můžete najít více podrobností o chystaném závodě a doufáme, že přijdete našim závodníkům zafandit! Na závěr bych ráda vyzdvihla spolupráci našeho cyklistického oddílu s touškovskou firmou Duratec, která (jak určitě všichni víte) se zabývá ruční výrobou rámu jízdních kol. Chtěla bych tímto poděkovat za sponzorství a spolupráci. ■

Trenérské quattro:

*Renáta Foltýnová, Martina Brabcová,
Michal Klug a Milan Špěšný*

Brigáda rodičů a cyklistického týmu na přípravě trati v touškovské rokli

Závodní sezóna se rychle blíží a naše tratě v touškovské rokli potřebovaly po zimě velké opravy. Díky hezkému počasí v listopadu, prosinci i lednu jsme za pomoci brigádníků z řad rodičů a přátel cyklistiky provedli zásadní údržbářské práce a vylepšení tratě. Nově jsme vytvořili sekci „10G curve“ v prostoru u bývalé chaloupky. Dále kluci zrealizovali druhý výjezd na „Oslí uši“. Úpravou prošlo zázemí startu a cíle. A asi největší změnou bude nově vybudovaný „Rock garden“. V únoru jsme se potýkali s větry. Ale všechny cesty jsme přes velké polomy zprůjezdnili a už nyní můžete na trati trénovat nebo si jen užít procházek největší čtyřkilometrový okruh. ■



Historické okénko

Listopad 2011: Desetičlenný cyklistický oddíl má za sebou dva měsíce činnosti. Díky příznivému počasí zatím pravidelně vyráží na projíždky v blízkém i dalekém okolí. Svou závodní dráhu zahájí všechny děti v neděli 8. dubna příštího roku a to Velkou cenou Města Touškova v seriálu Becker cup, kterou naše TJ bude pořádat. ■



Agáta Straková: žena, která vzkřísila touškovský volejbal



Agáta Straková (Město Touškov, 1993) stála u zrodu volejbalu v našem městě. V podstatě navázala na úspěšná desetiletí v minulém století, kdy v Touškově volejbal bavit a fungoval. V roce 2012 zahájil činnost první volejbalový tým našich holčiček (vložit foto) a postupně se oddíl volejbalu rozrostl až na současných 100 členů. A právě Agy jsme požádali o rozhovor.

Agát, řekneš nám něco o sobě?

Jistě. Volejbal jsem sama dlouhá léta aktivně hrála a v kategorii kadetek/juniorek jsem byla součástí extraligového družstva. Po této etapě jsem si dala na rok od volejbalu pauzu a opět jsem se k němu vrátila už jako začínající trenérka. Sice stále hraji, ale už spíše rekreačně a daleko víc se soustředím na práci trenéra.

Ty jsi zároveň funkcionář, trenér. Co tě víc naplňuje?

Obojí mě naplňuje jinak. V trénování jsem se našla a opravdu se mi věnuji, snažím se v něm zdokonalovat a práce s ostatními mě baví. Pozici funkcionáře zastávám vlastně od srpna, tedy začátku naší sezóny a na tom mě zase baví možnost něco změnit, prosadit nějaké novinky a ovlivnit tvář volejbalu v Touškově jako takového. Jsem za tuto příležitost opravdu vděčná a snažím se ji vykonávat svědomitě a pomáhat skrze ni trenérům i hráčkám k co nejlepším výkonům.



Foto z roku 2012 - založení volejbalového oddílu

Jak si vede volejbal v Městě Touškově?

Letošní sezóna se zatím jeví jako naše nejúspěšnější. V každé kategorii se družstva umisťují na předních příčkách a naše základna se stále rozrůstá. Přípravka bojuje o přední příčky v barevném minivolejbale stejně jako loni, záskyň se drží v čele městského přeboru a v krajském přeboru se ze skupiny B vyhouply do skupiny A, kadetky vedou tabulku krajského přeboru.

Jaké úspěchy na hráčském poli jste za těch osm let dokázali?

Zatím největší úspěchy slavila naše přípravka, které se již dva roky po sobě kvalifikovala na mistrovství republiky v barevném minivolejbale a letos to zatím opět vypadá velmi nadějně. Družstvo letošních kadetek má za sebou účast v Českém poháru záskyň, kde dokázalo dvakrát vybojovat postup do vyšší části a v posledním loňském kole jsme měly jedno želízko v nominaci na hráčku turnaje. V krajském přeboru se jeden rok holky probíjaly do kvalifikace na mistrovství republiky. V této sezóně bojujeme s Vejprnicemi o první místo v krajském přeboru kadetek. Letošní záskyň jsou z části loňská přípravka, z části pozůstatek loňských záskyň a z části hráčky z Plzně, takže tam se úspěchy dělí mezi výše vypsané a letos poprvé tak-

to bojují o vlastní ocenění v městském i krajském přeboru.

Co je z hlediska funkcionářky nejtěžší a co zase nejkrásnější při práci?

Nejtěžší je pro mě osobně asi časová náročnost, jelikož už nebydlím v Touškově a musím řešit časté dojíždění. Dále samozřejmě, jako při každé jiné práci s lidmi, ne vždy jde o stoprocentní shodu názoru, takže hledání kompromisu bývá občas náročnější. Naopak tou nejkrásnější součástí téhle činnosti je možnost utvářet volejbal v Touškově a aktivně se podílet na cestě, kterou se máme jako oddíl vydat.

Jak jsi zvládla pořádání Českého poháru ve volejbale před rokem v Plzni?

S lehkými obtížemi, ale vlastně dobře. Musím říct, že obrovský dík patří mým hráčkám, které udělaly naprosté maximum a pomohly s celou akcí. Chtěla bych opravdu vyzdvihnout každou jednotlivou hráčku, protože připravily občerstvení, hřiště, zázemí pro trenéry, ostatní hráčky i rozhodčí, nehrající volejbalistky zapisovaly utkání, a dokonce nám několik rodičů přišlo pomoci s vedením bufetu. Celá organizace se tak stávala daleko snazší a já holkám opravdu moc děkuji, že mi to ulehčily.



První tréninky volejbalového oddílu

Nyní trénuješ kadetky, ale prošla jsi všemi kategoriemi včetně žen. Která věková kategorie ti jako trenérce sedí nejvíce?

Každá kategorie má něco do sebe. Občas si říkám, že bych nejraději každý den v týdnu vedla jinou skupinu, abych si užila od všeho trochu. Na přípravce mě baví to nadšení a zápal pro každou činnost, u záskyň je obrovský posun v technice, člověku se přímo před očima formuje volejbalistka a u kadetek už jde o opravdu pěkný volejbal plný složitějších herních kombinací. U žen jsem fungovala vždy jako hráčka, takže tam nemohu úplně soudit, ale kdybych si musela vybrat, asi zůstanu u kadetek. Letos holky opravdu makají a posouvají se milovými kroky, a to je pro trenéra krásný pocit.

Jak dlouho působíš jako trenérka a na jakou licenci jsi dosáhla?

Trénuji vlastně od znovuvzkříšení touškovského volejbalu, takže už to bude osm let. Mám zatím licenci III. třídy, ale uvažuji o vyšší, tedy II. třídě.

Máš nějaké trenérské motto a cíl?

Krásných trenérských citátů a hesel je spousta, vysloveně se dlouhodobě neřídím žádným konkrétním. Snažím se holky vést stylem těžko na cvičišti, lehkou na bojišti. Cíl je jasný – chci, aby holky volejbal bavil, aby to bylo něco, co je naplňuje,

na co se těší a po čem se jim stýská. Aby hrály na nejvyšší úrovni, které jsou schopné dosáhnout, a aby vždy dodržovaly fair play.

Sama také volejbal hraješ, kdy a kde jsi začínala a proč sis zvolila právě tento sport?

Já jsem volejbal vždy hrávala v oddíle TJ Lokomotiva Plzeň. Začínala jsem myslím v první nebo druhé třídě, ale první rok byl spíše gymnastika a pohybové hry než volejbal. Sport mi zvolili rodiče, když přemýšleli, co zkusit a tatka jako volejbalista navrhl tento sport. Chytl mě to a zůstala jsem u něj.

Byly i nějaké hráčské úspěchy?

Největší úspěchy byly asi v kategoriích kadetek a juniorek, kde jsme se umísťovaly pravidelně v první desítce družstev v rámci republiky, naše nejvyšší umístění bylo třetí místo v kategorii kadetek. Před tím jsem ještě jeden rok byla vybrána krajským centrem mládeže jako reprezentantka Plzeňského kraje na Olympiádu dětí a mládeže.

Jaký bude další vývoj volejbalu v Touškově?

Konkrétní obraz ještě není hotový, jelikož úroveň jednotlivých hráček se neustále posouvá, není jisté, jaké kategorie budeme moci příští sezonu otevřít. Měli bychom minimálně zůstat na aktuálním počtu družstev, nejspíš přibrat nějaké další soutěže, ale nebráníme se ani možnosti ještě o jednu kategorii se rozšířit. Tam ale narážíme na nedostatek prostoru a trenérů, takže tahle varianta je velmi nejistá.

Jaké cíle máš jako funkcionář?

Mým největším cílem je udržet volejbal jako stabilní složku touškovského sokola a rozšiřovat základnu, co nám to jen kapacitní limity dovolí. Ty další cíle jsou víceméně shodné s mými trenérskými - vychovávat nejen dobré hráčky, které tento sport opravdu milují, ale i slušné lidi a pozitivní dříče.

Děkujeme za rozhovor a přejeme hodně úspěchů.

Za TJ Pavel Foltýn

Volejbal - hodnocení

Všem kategoriím se blíží konec sezóny, a tak je na čase trochu bilancovat. Každá skupina má za sebou spoustu trenérských i hráčských výzev, před které byli v průběhu sezóny jednotliví sportovci postaveni. V přípravce i v žákyních se začaly nové trenérky, opět jsme byli rozšířeni o některé z hráček Lokomotivy a poprvé jsme sestavili družstvo kadetek. Novinek tedy bylo víc než dost a teď je na čase zhodnotit, jak jsme si vedli.

Položili jsme sérii otázek hráčkám z jednotlivých kategorií, za přípravku odpovídaly Simona Kříbková a Natálka Petrželková, za žákyně Barča Seifertová a za kadetky kapitánka Bety Šlapáková.

Proč ses rozhodla hrát volejbal?

MINI S: Kvůli kamarádce Vanesse.

MINI N: Kvůli kamarádce Emičce.

ŽKY: Když jsem byla menší, vybírala jsem si z několika sportů a volejbal se mi líbil nejvíc.

KKY: Protože rodiče chtěli, abychom dělaly nějaký sport a líbil se jim volejbal a gymnastika, ale gymnastiku bychom časově nestíhaly, takže jsme šly na volejbal.

Jak dlouho už hraješ?

MINI S: 2 roky. **MINI N:** Půl roku.

ŽKY: Pátý rok. **KKY:** 7 let.



Noví zájemci jsou vítáni celoročně

NÁBOR TALENTŮ DO VOLEJBALOVÉ PŘÍPRAVKY

> TRÉNINKY 2x TÝDNĚ

> BAREVNÝ MINIVOLEJBAL

> ZÁKLADNÍ POHYBOVÉ DOVEDNOSTI

VOLEJTE NA ČÍSLO 607 739 593



Co tě na trénincích nejvíc baví?

MINI S: Závodů nebo jiné soutěžení.

MINI N: Hry a zábavná cvičení.

ŽKY: Baví mě hrát s holkama, se kterými si rozumím a mám je ráda. Líbí se mi propracování tréninku.

KKY: Když zkoušíme nové typy náher nebo obecně cvičení, kde nahrávám, popřípadě takový to cvičení, kdy je trenér uprostřed a nahazuje kamkoli.

Kdo je tvým vzorem?

MINI S: Vanessa Paulová.

MINI N: Adélka Brabníková.



ŽKY: Žádný velký vzor nemám, ale obdivuji pár spoluhráček, které dělají velké pokroky.

KKY: Mým vzorem vždy byli trenéři a vždy jsem se snažila být jako česká reprezentace.

Na co se v následující sezóně nejvíc těšíš?

MINI S: Na závody, na výhry a na soustředění.

MINI N: Na tréninky a na závody.

ŽKY: Těším se na všechny soutěže. Jak na měšťták, tak na kraj atd. A hlavně na partu skvělých holek.

KKY: Těším se, že budeme víc hrát a dosáhneme dobrých výsledků a na stmelování týmu.



PŘÍPRAVKA

Na podzim se ke skupině holek volejbalové přípravy přidal i Dan Kříbek a vyvrátil tak mýtus, že kluci hrají jen fotbal a hokej. Rychle se zapojil do pravidelných tréninků a již jako platný hráč nastoupil v prosinci na závody na Lokomotivě v Plzni.

Celkově začala příprava nová sezóna dobře. Máme za sebou troje závody barevného MINI. Z každého turnaje jsme (zatím) dovezli vždy nejen poměrně dobrá

celková umístění, ale i ocenění v prvních třech místech. Důkazem toho jsou i poslední zápasy v Klatovech, kde holky v oranžovém volejbalu (Havlíková+Řihánková) vybojovaly 1. místo a v červeném (Brejchová+Fenclová) získaly druhé. Ostatní týmy si též vedly moc dobře.

Ráda bych ale pochválila všechny hráčky za techniku, kterou (nejen) na závoděch předvádějí. Přestože se nepodařilo proměnit všechny šance ve výhry, technicky patří k těm lepším a já jsem na ně hrdá. Če-

kají nás ještě dvoje závody barevného MINI v Rokycanech a Štáhlavech a já věřím, že i tady zabojujeme a přední místa budou naše. Sezónu bychom rádi zakončili turnajem dětí a rodičů. V srpnu se pak potkáme na týdenním soustředění v Březnici. Stále přijímáme nové volejbalové začátečníky, takže pokud se chcete stát součástí fajn party, není nic jednoduššího, než se přijít podívat na naše tréninky. ■

Markéta Brabníková



ŽÁKYNĚ

Od srpnového soustředění uběhlo půl roku a oddíl žákyň rozšířen o další členky z přípravy nadále boduje. Z lednového městského přeboru si žákyň přivezly čtyři výhry 2:0 a napodobily to i v krajském přeboru v Rokycanech. V zápase o postup do vyšší skupiny však tým žákyň na krajském přeboru neuspěl, avšak dobrou náladu si holky povevou i do dalšího krajského přeboru, kde se pokusí znovu o postup.

Družstvo žákyň čekají ještě čtyři turnajové dny, dva na městském a dva na krajském přeboru. Sezónu završí teambuildingem, který se bude konat v květnu. ■

Michaela Hejkalová



KADETKY

Letošní sezóna je pro holky odlišná ve spoustě věcech – setkávají se s jinak dynamickým volejbalem, skladba tréninků se liší, nároky jsou vyšší, zaměřujeme se více na fungování kolektivu a jelikož je méně hracích dnů, je také méně možností vyzkoušet nově natrénované signály.

I přesto, že to pro hráčky nemůže být snadné, vypořádávají se s tím velice dobře a ke všem výzvám přistupují opravdu zodpovědně. Od začátku sezóny makají a pracují naplno. Zařazujeme rychlé nahrávky, hrajeme s liberem, snažíme se na hřišti více komunikovat a zpestřujeme hru. Od letošní sezóny také nově hráč-



ky netrénují pouze v Touškově, ale zařadily jsme i tréninky v Plzni.

Od začátku sezóny se snažím o nové podněty a zkušenosti pro všechny hráčky. Hned v úvodu jsme domluvily přátelské utkání s Vejprnicemi, které máme v plánu ještě před koncem sezóny zopakovat.



Dále jsme absolvovaly teambuilding, který nás také čeká ještě jednou a tréninková cvičení jsou letos čerpána z nových zdrojů a probíhá i větší spolupráce s trenéry z jiných klubů či dokonce sportů.

Teambuilding, který jsme zařadily hned na kraj sezóny, začal v aréně na Laser Game. Holky nejprve vyzkoušely variantu všichni proti všem a pak ještě hru ve dvojicích. Jelikož se pro všechny hráčky jednalo o premiéru, moc si zážitek užily a pořádně se vyřádily. Pak jsme byly zafandit plzeňským kadetkám, které ten den bojovaly v první lize a odpoledne jsme završily u mě doma se spoustou her. Troufám si říct, že celý den splnil svůj účel nad očekávání dobře. Všechny jsme se pobavily, poznaly se o něco blíže a třeba i nastolily novou tradici.

Výsledkově se letos jedná o velice



úspěšnou sezónou. I když jsme v prvním kole podcenily Domažlice a nechaly si v tie-breaku utéct vítězství, zakončily jsme první turnaj na druhé průběžné příčce. Ve druhém kole jsme byly poprvé posíleny o dvě hostující hráčky z Košutky a z toho turnaje jsme odjízďedly v čele tabulky. Po třetím i čtvrtém kole si opět držíme druhou příčku, kterou bychom snad měly udržet i po pátém, posledním kole, které proběhne 29.3. v Domažlicích. Aktuálně za sebou máme předposlední kolo, které jsme hostily v Touškově na začátku února – 2.2.2020. První, rozpačitý zápas jsme dovedly k vítěznému konci až v pátém setu. Holky začaly nervózně a s velkou spoustou vlastních chyb. Dokázaly se ale o pauze srovnat a druhý zápas již hladce ovládly 3:0. Velkou pochvalu si zaslouží za bezchybnou orga-



nizaci celého dne a hladký průběh turnaje. Chtěly bychom také poděkovat žákyním, které se přišly nejen podívat, ale i pomoci se zapisováním. Jsme moc rády, že nás přišly podpořit i volejbalistky z přípravy.

Ještě nás čeká poslední kolo krajského přeboru, tentokrát v Domažlicích, druhý teambuilding a zakončení sezóny. Jelikož už tohle všechno bude do poloviny dubna za námi, začne letos příprava na další sezónu opravdu brzy. Vlastně celý květen a červen už budeme pilně pracovat na dalších novinkách, fyzické, obratnosti i herních dovednostech, abychom srpnovým soustředěním rozjely další, ještě úspěšnější sezónu. Na konci června ještě máme v plánu dvojice na antuce, aby se holky před prázdninami rozloučily volejbalem. Přes celé prázdniny pak budou plnit tréninkový plán, abychom se na soustředění mohly věnovat především hře. ■

Agáta Straková

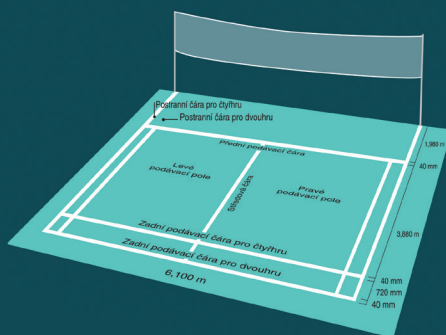
SMÍŠENKY

Smíšenky na podzim jako každoročně pořádali losovaný turnaj. V prosinci proběhl povedený vánoční večírek. Smíšenky trénují každé pondělí od 20:00 a rádi uvítají nové zájemce o volejbal. ■



BADMINTON: stručná pravidla a ohlédnutí za půl rokem

Dobrý den, vážení čtenáři touškovského Sportáku, v tomto čísle našeho časopisu Vám přiblížím pravidla badmintonu. Není to žádná věda a věřím, že toto poznání přivede další z Vás k vyzkoušení tohoto báječného sportu. Pravidla Vám předkládám zábavnou formou a i díky obrázkům jistě snadno odhalíte např. nástrahy odlišného rozměru kurtu pro dvouhru nebo čtyřhru či počítání bodů.



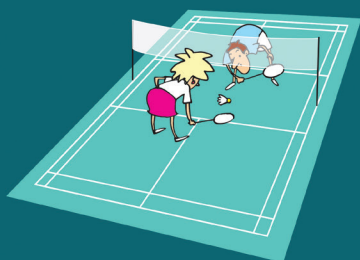
Bodování

Zápas se hraje na dva vítězné sety do 21 bodů. Bod získá hráč za každou vítěznou výměnu (= soupeř se dopustí chyby, míč se dotkne země uvnitř soupeřova kurtu). Za stavu 20:20 získá set strana, která dosáhne dvoubodového vedení. Za stavu 29:29 vyhraje set strana, která získá 30. bod. Vítěz setu podává v následujícím setu jako první.

Hráči mění strany vždy po skončení setu a také v průběhu třetího setu, jakmile jedna strana dosáhne 11 bodů.

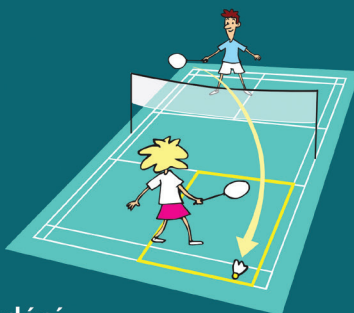
Podání

- podávající a přijímající musí stát uvnitř polí, ne na čáře, musí se dotýkat oběma chodidly země, smí vystartovat až po provedení podání
- podávající hráč musí nejdříve udeřit hlavičku míčku (korek)
- míček musí být zasažen pod úroveň pasu, shaft (hřídelka) rakety musí při podání směřovat dolů a pohyb musí být kontinuálně dopředu
- při podání se míček může dotknout sítě



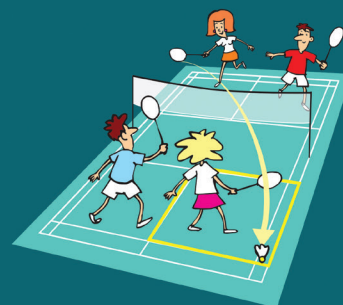
Los o podání

Před začátkem utkání se provede los (např. hození míčkem o síť). Strana, která vyhrála los, si zvolí buď: zda chce začínat podáním nebo příjmem, nebo stranu kurtu, na které chce začít první set.



Podání dvouhry

Ve dvouhře podává vždy hráč, který vyhrál předchozí výměnu. Při sudém počtu bodů (nebo 0) podává z pravé strany kurtu, při lichém počtu bodů z levé strany. Podává se vždy křížem do protější strany kurtu ("dlouhé a úzké hřiště").



Podání čtyřhry

Ve čtyřhře musí hráč podávající strany podávat zprava při sudém počtu bodů (nebo 0), zleva při lichém, podává se křížem do protější strany kurtu, míč smí letět pouze k první zadní čáře, ale až k druhé postranní ("krátké a široké hřiště"). Hráč přijímající strany, který naposledy podával, musí zůstat ve stejném podávacím poli, jeho spoluhráč ve druhém. Pokud získá bod podávající strana, podává tentýž hráč dál a vymění si pole se spoluhráčem. Pokud získá bod přijímající strana, hráči se nemění. Spoluhráči mohou zaujmout jakoukoliv pozici, která nebrání ve výhledu podávajícímu nebo přijímajícímu hráči.

Chyby

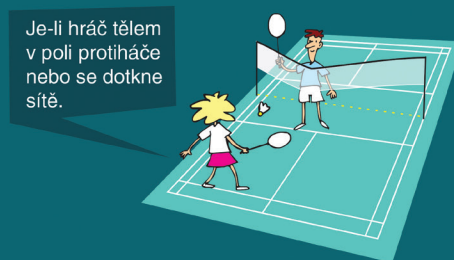
- aut (hlavička dopadne vně čar)
- míček skončí v síti nebo letí pod síť
- zásah stropu nebo stěny
- hra oděvem nebo částí těla
- minutí míčku při pokusu o podání
- dvojitě zahrání
- "zastavení" míčku na raketě
- jakýkoliv dotyk sítě nebo sloupků
- hra na straně soupeře
- blokování soupeře

Nový míč

- hráč přijímající podání není připraven
- míček se rozloží v průběhu hry
- nelze rozhodnout, že byl aut
- dotyk objektů v tělocvičně (dle dohody a místních podmínek)



Je-li míč udeřen v poli protihráče.

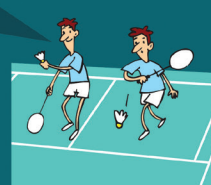


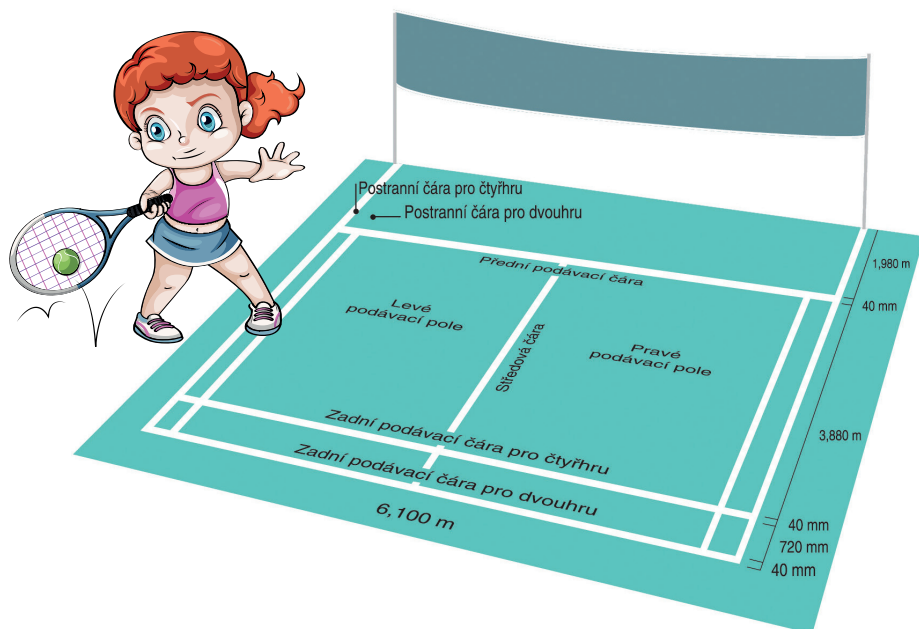
Je-li hráč tělem v poli protihráče nebo se dotkne sítě.



Dotkne-li se hráč míčku tělem.

Když podávající mine při podání míč nebo v případě, že při podání raketa není shaftem dolů a míček není udeřen pod úroveň pasu.





Věřím, že po zvládnutí lekce z pravidel Vám zůstalo dostatek sil na dočtení článku. Již Vás nehodlám trápit žádným učením, jen se s Vámi podělím o novinky z našeho oddílu Raketáků. Největší událostí je nepochybně návrat trenérky Veroniky. Snad s námi chvíli vydrží, je přeci jen ještě mladá a rodičovství si evidentně užívá. Kromě Veroniky oddíl funguje především díky Simoně, Mírovi a Ivanovi. Já jim letos moc nepomáhám a moc jim za jejich práci děkuji. Raketáků je 23.

S trenérčíným návratem souvisí i delší čas uvažované rozdělení oddílu na dvě skupiny. Skupina zelená jsou ti zkušenější a pro badminton více zapálení Raketáci, skupinu oranžovou tvoří spíše děti hravější nebo nováčci. Hráči z obou skupin si už také poměřili své síly v rámci oddílového turnaje. Zelenou skupinu vyhrál David Tran, vítězem oranžové se stal Patrik Matta. Tento turnaj dal také vzniknout oddílovému žebříčku. Pořadí v žebříčku se může až do dalšího turnaje částečně měnit na základě vyzývacích zápasů. Tím systémem Vás ale nebudu nudit, je o dost složitější než pravidla badmintonu.

Další fajn věcí, kterou se za pomoci rodičů Raketáků, Dana Vávry a vedení TJ podařilo dotáhnout do finále jsou oddílová trika s vlastním logem Raketáků. To logo je prostě parádní a trička nám sluší. Navíc to je tričko, které nemůže mít jen tak někdo, no zkrátka jsme teď frajeři a frajerky.

Mimo akce pro děti z oddílu, také každoročně pořádáme turnaj pro dospělé. Poté, co jste se v úvodu článku našptali pravidla, tak jste očekávání na dalším ročníku. Letos se turnaj konal 25.1. a zúčastnilo se 9 mužů a 6 žen. V ženské kategorii turnaj zatím nepoznal jinou vítězku než Dášu Hörnerovou. Mezi muži si premiérové vítězství vybojoval Martin Uhel. Turnaj jako vždy provázela výborná

atmosféra, zápasy byly vyrovnané a především se letos nikdo nezranil. Děkuji všem účastníkům za férové počínání.

V březnu a v červnu chystáme společně s BK Vlaštovka Plzeň dva oddílové turnaje a sezónu ukončíme tradiční akcí u rybníka.

Děkuji Vám za pozornost a těším se někdy na viděnou v tělocvičně. ■

Za Raketáky napsal Standa Novák



Vánoční sportování s rodiči

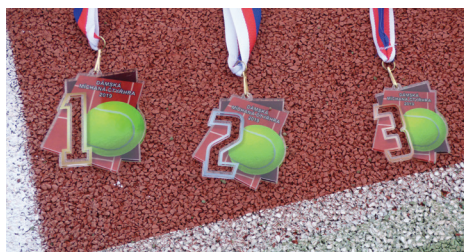


Fotografie z lednového turnaje pro dospělé

Tenisové turnaje

7.9.2019 Dámská míchaná čtyřhra

Oblíbená míchaná, jedna skupina, sedm dvojic, každý s každým a poté nástavba v podobě semifinále a bojů o medaile. Vcelku slušným počasím doprovázený turnaj jsme vylepšili novinkou v podobě baru s míchanými nápoji. Myslím, že se nápad líbil a asi to nebylo naposledy. ■



Pořadí po základní skupině	Semifinále	Stav
Vaňková, Vojtěchovská	Vaňková, Vojtěchovská : Rumlová G., Komancová	3 : 5
Kubíková, Straková	Kubíková, Straková : Rumlová K., Flídrová	5 : 2
Rumlová K., Flídrová	O třetí místo	Stav
Rumlová G., Komancová	Vaňková, Vojtěchovská : Rumlová K., Flídrová	6 : 4
Hirth, Trsková	Finálový zápas	Stav
Bártová, Zimmerhacklová	Kubíková, Straková : Rumlová G., Kubíková	6 : 3
Hlaváčková, Straková		



21.9.2019 Mužská míchaná čtyřhra

Stejný systém jako v případě žen. Dokonce také sedm dvojic. Počasí luxusní, jen ty drinky někomu chyběly. Tak snad příště. ■

Pořadí po základní skupině	Semifinále	Stav
Hirth, Hlaváček	Hirth, Hlaváček : Bohdanecký, Kulík	H, H
Ruml, Zítka	Ruml, Zítka : Ďuriš, Suchý	5 : 4
Ďuriš, Suchý	O třetí místo	Stav
Bohdanecký, Kulík	Bohdanecký, Kulík : Ďuriš, Suchý	5 : 1
Maška, Vaňáč	Finálový zápas	Stav
Mošna, Wenner	Ruml, Zítka Zb. : Hirth, Hlaváček	5 : 0
Fišer, Kvapil		



6.10.2019 Míchaná smíšená čtyřhra

Řekl bych: „To nejlepší nakonec“. Novinkou se stal velmi zajímavý turnaj, kde si mohly stabilní páry vyzkoušet například to, jak se hraje proti vlastní manželce a podobně. Byla to super zábava a já jen doufám, že to nepůsobilo rodinné problémy a letos si to rozdáme znovu. Jedenáct párů jsme z časových důvodů a zpočátku skoro zimního počasí rozdělili do dvou skupin, z nichž si to vždy první dva celky rozdaly o medaile. ■

Katka a Homer



Skupina A
Flídrová, Ruml
Straková, Hirth
Hlaváčková, Hlaváček
Syrovátková, Vaňáč
Rumlová K., Kulík
Bártová, Maška

Skupina B
Živná, Bohdanecký
Kubíková, Kryč
Hirth, Flídr
Komancová, Zítka
Rumlová G., Ďuriš /Syrovátka náhr./

Semifinále	Stav
Flídrová, Ruml : Kubíková, Kryč	5 : 1
Živná, Bohdanecký : Straková, Hirth	5 : 1
O třetí místo	Stav
Kubíková, Kryč : Straková, Hirth	5 : 3
Finálový zápas	Stav
Živná, Bohdanecký : Flídrová, Ruml	5 : 3

Plánované turnaje pro letošní rok 2020

- 18.4. (19.4.) Turnaj SMÍŠENÁ ČTYŘHRA - MÍCHANÁ
- 16.5. (17.5.) Turnaj DÁMSKÁ ČTYŘHRA - MÍCHANÁ
- 30.5. (31.5.) Turnaj MUŽSKÁ ČTYŘHRA - MÍCHANÁ
- 5.9. (6.9.) Turnaj SMÍŠENÁ „O Putovní tenisák“
- 19.9. (20.9.) Turnaj DÁMSKÁ ČTYŘHRA
- 3.10. (4.10.) Turnaj MUŽSKÁ ČTYŘHRA



Poznáte pány na snímku?

Víte, kdo je vyfocený na snímku níže? Pošlete nám jména všech osob a rok, kdy byl snímek pořízen. Odpovědi posílejte na email info@tjsokolmestotouskov.cz. První tři správné odpovědi odměníme drobným dárkem.



▼ Placená inzerce

ProCeram, a.s., provozovna TechnoArt Všeruby přijme

DĚLNÍKY DO VÝROBY



Náplň práce:

- Opracování keramických obkladů a dlažeb
- Obsluha strojů (řezání vodním paprskem, leštění, broušení)
- Manipulace a skladování

Požadujeme:

- Kreativní myšlení
- Samostatnost po zaučení
- Smysl pro kvalitu a detail
- Manuální zručnost
- Chuť překonávat výzvy

Nabízíme:

- Pouze ranní směna
- Docházkový benefit
- Příspěvek na dopravu
- Dotované stravování
- Placené přesčasy + benefit
- Možnost zařazení do dlouhodobého věrnostního benefit programu společnosti
- Benefit pro rodiče dětí školou povinných
- Stabilní kolektiv

Kontakty pro další informace:

Adresa: Provozovna Všeruby 364

Mob.: 724 665 631

Email: vyroba@proceram.cz

Web: www.proceram.cz

Místo: Provozovna Všeruby 364

Nástup: ihned

TechnoArt

RELAXACE A ODPOČINEK

na Hracholuské
přehraděUBYTOVÁNÍ V OBLASTI
NA RADOSTI

Nabízíme ubytování na břehu přehrady Hracholusky – v oblasti Radost, a to v chatkách a rekreačních budovách vhodné pro rodiny s dětmi, ale i skupinové pobyty (sportovní soustředění, firemní nebo soukromé akce) a pro rybáře. Náš objekt se nachází v blízkosti cyklotrasy č. 37 spojující Píseň se Střibem a pokračující dále.

Stravování pouze vlastní, místní restaurace a rychlé občerstvení je v dosahu 300 metrů.

SLUŽBY: zapůjčení TV za poplatek, půjčovna pranic, sportovního náčiní (badminton, soft tenis, společenské hry), vlastní přírodní hřiště na volejbal, pro děti skluzavka, houpačky, pískoviště a trampolína, dále možnost grilování či využití otevřeného ohniště.

PARKOVÁNÍ zdarma na pozemku.

nabízíme až 54 lůžek



1 rekreační objekt

- celkem sedm pokojů, pro 26 osob
- společenská místnost, kuchyňka
- wifi zdarma



1 obytný dům

- s kapacitou 6 až 10 lůžek
- WC a sprcha vlastní, vybavená kuchyně
- krb, wifi zdarma



3 samostatné chatky

- každá pro max. 6 osob
- vybavené kuchyňským koutem
- wifi zdarma



Máte zájem o ubytování?
Nebo nějaké dotazy?
Kontaktujte nás,
rádi Vám poradíme.



rendula.foltynova@seznam.cz



+420 602 156 062



www.hracholusky-ubytovani.cz



Přívodny ev. č. 342, Píseň-sever

Placená inzerce

| Pfit |

- NEJDOU VÁM PŘEBYTEČNÁ KILA DOLŮ ?
- DIETY NEFUNGUJÍ ?
- MAKÁTE JAK KŮŇ, ALE VÁHA LEZE FURT NAHORU ?
- ZA BOHA NEMŮŽETE NABRAT SVALOVOU HMOTU ?
- NEVÍTE CO DÁL ?

PAVEL FOLTÝN - AKREDITOVANÝ VÝŽIVOVÝ PORADCE

SPOLU UŽ NĚCO VYMYSLÍME!

- segmentární analýza tělesného složení na přístroji InBody 120
- konzultace stravovacích návyků
- nastavení rámcového jídelníčku
- vytvoření individuálního stravovacího plánu na 7 nebo 14 dní
- přednášky o výživě a o zdravém životním stylu pro širokou veřejnost

volejte: 725 39 86 20 pište: pfit.poradna@gmail.com

více informací na facebooku: @poradnaPfit

Sportovní školička
pro děti 3 - 5 let

- nabídka uceleného programu sportovní přípravy
- pro chlapce i děvčata ve věku 3 - 5 let
- cvičení s maminkami nebo tatínky
- děti se učí základní pohybové dovednosti, koordinaci, obratnost
- rádi do sportovní přípravy zapojujeme všechny zájemce, šikovné i méně šikovné, protože i ti se mohou v budoucnu stát vynikajícími sportovci
- lekce nejsou specializací na jeden sport, důraz je kladen na všeobecný pohybový rozvoj dětí v tomto věku

Zájemci volejte 737 634 508 paní Šustrová
Hledáme také maminky na výpomoc

T-MOBILE
OLYMPIJSKÝ
BĚH

STŘEDA 17/06

16:00 DĚTI a 18:00 Dospělí

LEVNĚJŠÍ STARTOVNÉ
JEN DO KONCE BŘEZNA

REGISTRACE JSOU MOŽNÉ
POUZE ONLINE DO 9.6.

Město
Touškov

RŮZNÍ BĚŽCI
RŮZNÁ MÍSTA
JEDNA MYŠLENKA

WWW.OLYMPIJSKYBEH.CZ

Generální partner:



Partnerské akce:

ALPINE PRO

TOYOTA

Radiožurnál

Akci podporují:





Vyber si svůj sport i ty!

Nábor nových sportovních hvězd

Fotbal

KONTAKTNÍ OSOBA
Ondřej Karbusický

724 020 715
info@tjsokolmestotouskov.cz

Cyklistika

KONTAKTNÍ OSOBA
Renáta Foltýnová

602 156 062
info@tjsokolmestotouskov.cz

Volejbal

KONTAKTNÍ OSOBA
Agáta Straková

tel. 775 936 607
volejbaltouskov@seznam.cz

Badminton

KONTAKTNÍ OSOBA
Stanislav Novák

606 731 649
RaketaciMT@seznam.cz



www.tjsokolmestotouskov.cz info@tjsokolmestotouskov.cz fb.me/TJSokolMestoTouskov [@sokoltouskov](https://www.instagram.com/sokoltouskov) bit.ly/TJSokolYoutube