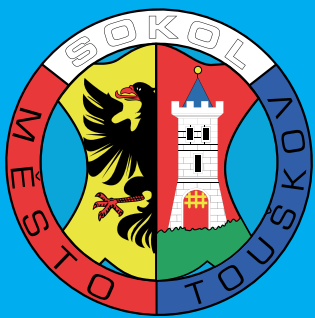




# Touškovský SPORTÁK

Pravidelný přehled nejen sportovních zpráv  
z TJ Sokol Město Touškov



## Úvodní slovo předsedy TJ Sokol Město Touškov



*Sportovci aktivní i pasivní, fanoušci skalní i pohodlnější, ale i antisportovci, v ruce držíte historicky první číslo informačního zpravodaje vydávaného tělovýchovnou jednotou TJ Sokol*

Město Touškov. Sport a pohyb se každý den i každou chvíli dotýká každého z nás. Jste jím poznamenáni, i když ležíte u televize na gauči s nohama nahore. V každém věku, v každé rodině, na každém místě se setkáváte se sportem aktivně jako sami provozovatelé, nebo i pasivně jako diváci, fanoušci, kritici. I když nemáte vztah ke sportu vůbec žádný, rozhodně jste mnohokrát sami zauvažovali, zda by nebyla

dobrá pravidelná procházka...

„Sporták“ si neklade za cíl nutit tě do zbytečného kroku, pokud sám nechceš (dokonce ti ho doručíme až domů), ale rádi bychom předávali dvakrát ročně, před zahájením fotbalové sezóny, shrnutí informací z dění v TJ. Dlouhodobě již komunikujeme s vlastními členy emailovou korespondencí, ale její dosah je mizivý. Ztrácí se v množství nevyžádané pošty, ve spamech a vypovídající schopnost má jen pro „mladé“ s počítačovým nadáním. Sám se řadím k větší skupině, která lépe vstřebá informace v papírové podobě. A to je první důvod, proč jsme se rozhodli pro tištěnou verzi novin.

Pokud o nás někdo neví, jako bychom nebyli. V Sokole pracuji skoro dvacet let, a přestože vidím, že děláme obrovské pokroky na poli sportovním i výchovném,

čím dál víc jsem si jist, že žijeme v uzavřené ulitě a pro širokou veřejnost jsme neznámí, nedosažitelní, neuchopitelní. A to je druhý důvod, proč písemně informovat. Web, facebook, Instagram a další sociální média prostě nestačí!

Dvakrát ročně je dost dlouhá doba, abychom naplnili sportovními informacemi šestnáct stránek zpravodaje. Najdete zde shrnutí ze všech našich sportovních odvětví, která zastřešujeme – fotbal, volejbal, cyklistika, badminton, tenis. Překvapí vás i velké množství barevných fotografií a přiblížíme vám naše sporty i v obecné rovině. Dozvíte se, co se událo půl roku nazpět a na co se těšit následující měsíce. A protože jsme sportovci, určitě si i zasoutěžíme.

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

## Krátké shrnutí, co jsme realizovali letos a v předchozím roce

► Atletická dráha s doskočištěm (na fotce) byla postavena i zkolaudována v roce 2018, celkové náklady 1,8 mil, z čehož 1,2 mil. dostala TJ z dotace MŠMT a zbytek hradilo město

► Ozvučení sportovního areálu instalováno také 2018 včetně kompletních silových elektrorozvodů a rozvodů wifi po celém areálu, příspěvek kraje 100 tis. Kč

► Osvětlení malé tréninkové travnaté plochy proběhlo také v loňském roce, nyní máme osvětlené dvě tréninkové plochy, což je ideální stav pro podzimní a zimní čas



► Přístavba šaten a zázemí TJ byla projektována v roce 2018, kdy jsme také požádali o dotaci na MŠMT, dotace nám v prvním kole přidělena nebyla, ale zřejmě několik organizací peníze odmítlo, takže se v druhém kole dostalo i na nás. Pokud proběhne administrativně vše hladce, měli bychom dotaci 6,8 mil. Kč prostavět už v letošním roce, dílo dokončíme do června 2020

► Sazení tůjí – v dubnu, za pomoci devátých tříd základní školy, jsme na severní straně stadionu vysázeli řadu okrasných tůjí a opravili plot

## Zprávy výkonného výboru

### Osvětová činnost TJ

► **Školení první pomoci 30 trenérů** – v lednu proběhlo dvoudenní školení našich trenérů, přednášku jsme pořádali v kinokavárně, přednášela ředitelka Červeného kříže p.Brožová

► **Přednáška RNDr.Pavel Suchánek** – v březnu jsme navázali na přednášku pana Mariána Jelínka a uspořádali opět v kinokavárně setkání s nutričním specialistou Pavlem Suchánkem, přednáška byla určena především pro rodiče dětí a trenéry, bohužel rodiče nás velmi zklamali svým přístupem ke správnému stravování jejich miláčků, zúčastnilo se jich mnohem méně, než jsme čekali

► **Defibrilátor** - počátek letošního roku jsme věnovali propagaci našeho zájmu pořídit do sportovního areálu defibrilátor, na sportovním plese jsme namísto prodeje

květin v dámské volence dali přednost obdarovávání dam za dobrovolný příspěvek do naší schránky určené právě na nákup zařízení, poté jsme dva měsíce vybírali v restauraci na hřišti a vše propagovali na sociálních médiích. Nakonec se nám podařilo zajistit polovinu peněz na nákup život zachraňujícího AED

► **Strategický plán rozvoje sportu v Městě Touškově** - zastupitelstvo města schválilo v červnu na svém zasedání tento dokument požadovaný zákonem o sportu. Plán vznikl i za naší velké pomoci a jsme rádi, že město přistupuje ke sportu a nutnosti pohybu hodně vážně a smysluplně

► **Školení první pomoci dětí** – v srpnu navštívila paní Brožová nebo její kolegyně z Červeného kříže všechna sportovní soustředění našich týmů a děti zsvětla do tajů záchrany života

### Co jsme pořádali v letošním roce

► **Badmintonový turnaj** – v lednu proběhl otevřený turnaj v touškovské hale, k radosti všech účastníků bez zranění

► **Zimní soustředění všech týmů Zelená Lhota** – naše mládežnické týmy zažily snad všechny druhy počasí, šťastnější měly sníh a běžky, smolaři pak bahno, ale užili si všichni



► **Sportovní ples** – každoroční ples se odehrál na téma šedesátých let, spousty kostýmů, ležérního oblečení dokreslilo vynikající kulturní atmosféru v nově opravené kozolupské tělocvičně

► **Český pohár volejbalu** – poprvé v historii náš oddíl volejbalu pořádal Český pohár žákyň, pronajali jsme si haly v Plzni (naše je malá) a osm týmů z celé ČR se ve dvou dnech porvalo o body

► **Fotbalové tréninky s trenéry Viktorky** – pro naše fotbalové naděje pravidelně využíváme služeb Viktorie Plzeň a jejich „létajících trenérů“, kteří jednou měsíčně ukazují nejen dětem, ale i našim trenérům, tréninkové jednotky používané na nejvyšší úrovni

► **Tréninky fotbalové reprezentace Irska U15** – před reprezentačním zápasem ČR – Irsko měla reprezentace starších žáků Irska zázemí v našem městě, velmi si chválila skvěle připravené hřiště i kabiny

► **PAL cup** – informace v cyklistice

► **Český pohár horských kol** – informace v cyklistice

► **Májka** – ve spolupráci s městem a ZŠ jsme vztýčili krásnou májku, kterou mladíci přinesli z lesíku, vybrali opravdu obrovskou, museli jsme ji ještě o 4 metry zkrátit

► **Touškováček** – v květnu jsme uspořádali již 16.ročník fotbalového turnaje mladších a starších přípravek, účastnilo se opět přes sto dětí v osmi týmech, naši borci si vedli skvěle

► **Měsíc náborů** – každoroční sportovní den pro předškoláky a děti z prvních a druhých tříd jsme uspořádali v květnu na celém stadionu, 250 dětí si vyzkoušelo patnáct sportovních disciplín a strávilo

### Sporty v TJ Sokol

Sportovní oddíly, které zastřešuje TJ jsou: fotbal, volejbal, cyklistika, badminton a tenis.

### Výkonný výbor TJ Sokol

Předseda - Pavel Foltýn  
Místopředseda – Miroslav Šiml  
Sekretář - Lukáš Hodek  
Pokladník – Aleš Král  
Člen – Michal Zsemmler  
Člen – Vlastislav König  
Předseda fotbalu – Ondřej Karbusický

Výkonný výbor je dle stanov zvolený na čtyřleté období 2016-2020. Tzn., že v příštím roce bude volební členská schůze. Poslední členská nevolební schůze proběhla 21.června a jako každoročně jsme shrnuli hospodářské výsledky za 2018, odsouhlasili rozpočet na 2019 a vyslechli zprávy předsedy a vedoucích sportovních oddílů.

krásné dopoledne pohybem

► **Poděkování legendám** – v květnu při druhém domácím fotbalovém utkání jsme poblahopřali našim legendám k životnímu jubileu, moc si vážíme jejich práce pro TJ, jmenovitě Jarda Křen (60), Vráta Pokorný (65), Rudla Petr (70), Karel Šmídl (70), Josef Dráždil (70), Vladimír Tolar (75), Karel Walter (70)

► **Tenisové turnaje** – zmíněny na stránce tenisu

► **Dětské cyklozávody** – další díl cyklistické trilogie se konal kolem sportovního areálu, zúčastnilo se přes devadesát dětí

► **Fotbalový turnaj Salzburg** – po delší době naše fotbalové naděje vyrazily do zahraničí na fotbalový turnaj



► **Olympijský běh** – druhý ročník v Městě Touškově přilákal přes devadesát běžců, kteří si změřili síly



na okruhu kolem hřiště, kostela, meliorační strouhy a rybníka. Před hlavním pelotonem se na trať vydaly i děti

► **Zápas hasiči se starou gardou** – jako každoročně v červnu proběhl zápas s hasiči, výsledek rozhodující nebyl, guláš po skončení ano

► **Volejbalové turnaje** – podrobně popsány na stránce volejbalu

► **Český pohár MTBO 5 days** – po dva dny jsme na začátku prázdnin hostili přes sedm stovek bikerů, kteří v okolních leších našeho města závodili v méně tradičním cyklistickém sportu – orientač-

ní závod horských kol. Zázemí, šatny a stravování měli na stadionu



► **Trénink reprezentace žen U17** – v červenci jsme poskytli FaČRu hřiště pro fotbalový trénink reprezentačních dívek pod 17 let. Tréninkovou jednotku navští-

vilo hodně trenérů, ale i mladých zvědavců, kteří se měli nač dívat

► **Zápasy Viktorii Plzeň U16 a U17** – velmi úzce spolupracujeme také s Viktorií Plzeň, v srpnu jsme Viktorce poskytli fotbalové zázemí pro dvouzápas dorostenců s Libercem, kdy se opět sešla velká divácká kulisa

► **Letní soustředění všech týmů** – v srpnu zahájili sezónu všechny fotbalové i volejbalové týmy soustředěními na Hracholuskách resp. Březnici.

### Co nás čeká v následujícím půlroce

► **Turnaj starých gard** – v prosinci proběhne opět už tradiční fotbalový turnaj „dědků“

► **Votbal** – v prosinci se také fotbalový trenér s výkonným výborem postaví za síť proti smíšeným volejbalistkám a kadetkám

► **Setkání trenérů a zaměstnanců TJ se sponzory** – poslední neděli před Vánoci proběhne pravidelné setkání všech činovníků v TJ se sponzory

► **Vánoční badmintonový turnaj** – rodinný turnaj nebo sportování s rodiči v tělocvičně

► **Badmintonový turnaj pro neregistrované** – turnaj pro neregistrované nad 18 let, v lednu si přijďte vyzkoušet méně tradiční, ale náročný sport

► **Otevřený badmintonový trénink pro veřejnost** – pokud vás uchvátil pérový košíček na turnaji, přijďte si také zatrénovat pod vedením našich zkušených trenérů

► **Sportovní ples** - 14. února 2020 nás čeká velká společenská událost, převlékneme se a vyměníme sportovní dres za ten společenský

► **Zimní sportovní soustředění** – leden a únor zahájí fotbalisté sezónu zimními soustředěními na běžkách nebo saních

### 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.



### Naše cíle pro rok 2020

**Český pohár horských kol** - 25.-26. dubna 2020 proběhne v našem městě opět Český pohár XCO MTB. Po úspěšném prvním ročníku Český cyklistický svaz potvrdil zájem o konání dalšího závodu, dokonce požádal mezinárodní asociaci UCI, aby závod v Touškově mohl dostat nejvyšší třídu pod světovým pohárem tzv. HC. Pokud UCI potvrdí nominaci, uvidíme u nás nejen českou bikovou špičku (Kulhavý, Cink, Škarnitzl), ale i světové hvězdy. Budeme mít obrovskou možnost vidět v přímém kontaktu závodníky a závodnice, kteří o dva měsíce později pojedou v Tokiu olympijskou trať.

*Snímek z letošního ročníku, foto Jan Lederer ►*



**Pumptrack** je unikátní dráha pro děti i dospělé na uzavřeném okruhu, kde se udržuje rychlost jen „pumpováním“ mezi boulemi a klopenými zatáčkami. Dráhu mohou využívat kola, inline brusle, skateboard, longboard, dětská odstrkávadla. V letošním roce jsme nechali zpracovat studii a pokud najdeme podporu v zastupitelstvu, požádáme Plzeňský kraj o dotaci (poskytuje až 90%), necháme zpracovat projektovou dokumentaci a postavíme.

◀ *Ilustrační fotografie pumptracku pro děti*

## Cvičení rodičů s dětmi

Od září 2015 jsme zahájili pravidelná cvičení pro rodiče s dětmi. Hodinová lekce začíná vždy v 16:30 v tělocvičně horní školy. Na zimu se o ni dělíme s malými fotbalisty a cyklisty, takže chodíme cvičit do malé tělocvičny ve škole na Dolním náměstí.

Účastnit se mohou děti od 3 let až do doby, co jdou do první třídy nebo přejdou do dalších sportovních oddílů. Výjimečně přijímáme i děti mladší, třeba sourozence nebo kamarády. Spolupráce s rodiči je důležitá jak při cvičení, tak i při různých ob-  
ratnostních soutěžích, kde děti rády závodí a bojují proti dospělákům. Na cvičení dochází 5-8 dětí s rodiči. Cvičení zaměřujeme na koordinaci, obratnost, dbáme na pest-



rost a různorodost dle vybavení tělocvičny. Během roku využíváme možnost cvičit a používat sportovní náradí a větší prostor v horní tělocvičně. V dolní škole pak cvičíme se svým tělem bez náradí, ale děti se vyřádí i při jednoduchých míčových hrách. Žíněnka a kotrmelce jsou jejich největší kamarádi. Cvičením se prolíná větší aktivita při fyzickém výkonu s klidovými hrami tak, aby nebyly děti přepínány. Hodiny začínáme i končíme naší básničkou.

Budeme rádi, když se k nám přidají další rodiče s malými dětmi, a **uvítáme další aktivní maminky, které nám pomohou se cvičením** (trenérské vzdělání vám rádi zajistíme). ■

## Rozhovor s předsedou fotbalu Ondřejem Karbusickým



**Jak jste se takhle mladý dostal do funkce předsedy fotbalu?**

*Zpočátku jsem začal psát Zpravodaj na zápasy A týmu a postupem času mi bylo nabídnuto dělat práci předsedy fotbalu. Fotbal jsem hrál v podstatě v Touškově od malička a jsem rád, že našemu klubu můžu svojí prací ve výboru něco vrátit.*

**Uvědomujete si, že na Vás stojí celý touškovský fotbal?**

*Takhle jsem nad tím upřímně nepřemýšlel. Mám svoji zodpovědnost a snažím se dělat, co je v mých silách.*

**Jak jde skloubit práci předsedy fotbalu a hráče A-týmu? Je to lepší, když ve vedení je aktivní fotbalista?**

*Skloubit to jde a osobně si myslím, že je výhoda hrát fotbal a zároveň dělat předsedu. Člověk pak má lepší přehled, když je na hřišti nebo s týmem. Spoustu věcí vidím a zajistím i díky tomu, že jsem stále aktivní hráč.*

**Jak hodnotíte skončenou sezónu 2018/2019?**

*Co se týče mládeže, tak spokojený jsem. Máme všechny kategorie od mladší přípravky po dorost. Mladší příprava se dostala do finálových skupin svých soutěží, starší příprava obsadila druhé místo v městském přeboru, mladší žáci se drželi v horních patrech tabulky, starší žáci a dorost také. Důležité je, že děti máme a baví je sportovat. Co se týče mužů, tam spokojenost moc nebyla. A tým po slibném začátku bohužel tabulkou propadl a obsadil až šesté místo a běčko dokončilo soutěž na posledním místě.*

**Jaké jsou cíle pro nadcházející sezónu?**

*Na nadcházející sezonu se nám podařilo udržet všechny mládežnické kategorie. Hlavní je, aby děti fotbal u nás bavil a chodily na něj rády. A tým posílil a určitě bychom se měli poprat o postup do vyšší soutěže. Dále budeme dávat možnost trenérům rozvinout jejich vzdělání, ať už to budou kurzy na trenérské licence nebo návštěvy trenérů západočeské fotbalové akademie. Budeme pokračovat v náboru dětí, který budeme dělat již čtvrtým rokem.*

**Jaké jsou dlouhodobé cíle fotbalu, kam by měl fotbal v Městě Touškově směřovat?**

*Aby mohl fotbal v Touškově pokračovat, potřebujeme děti a vzdělané trenéry. Nejdůležitější cíl je udržet mládežnickou základnu, to se nám zatím daří, a v takhle nastaveném trendu musíme pokračovat. U mužů bych byl rád, aby se do dvou let postoupilo zpět do A třídy a abychom se dostali do pěti let do krajského přeboru.*

**Jak chcete tyto plány uskutečnit?**

*Musíme pokračovat v nábořech dětí a vzdělávání trenérů. Poslední rok jsme se dost zviditelnili i na internetu, webové stránky máme na vysoké úrovni, jsme i na facebooku, instagramu i na youtube. V dnešní době internetu je dost důležité být v této oblasti aktivní a být viditelný pro každého. Rádi bychom na sebe upozornili i tištěnou verzí. Dále by nám strašně pomohlo, kdybychom dostali Sportovní středisko mládeže pro Plzeň sever, o které se příští rok budeme ucházet.*

**Od kolika let se může přihlásit dítě na fotbal? Nebo to není omezené?**

*Přihlásit se na fotbal může každé dítě od 4 let. Pro mladší děti tu máme ještě školičku, kterou vede paní Šustrová. V podstatě stačí kontaktovat mě nebo trenéra věkové kategorie daného věku dítěte. Všechny kontakty jsou na našich webových stránkách.*

*Děkujeme za rozhovor, otázky pokládal Miroslav Šiml*

## Sportovní ples TJ Sokol v roce 2020

TJ Sokol Město Touškov pořádá  
v pátek 14.2.2020 od 20 hod.  
v sokolovně Kozolupy  
SPORTOVNÍ PLES

K tanci a poslechu zahraje kapela Jenny.  
Ples je nekuřácký. Cena vstupenky 220,- Kč.



## Měsíc náborů v Městě Touškově

TJ Sokol Město Touškov se také aktivně zapojil do projektu náboru dětí a každoročně v půlce května pořádá pro děti prvních a druhých tříd a také předškoláků akci s názvem Měsíc náborů. Cílem těchto akcí je přivést děti ke sportu a nabídnout možnosti sportování v našem městě.

Letos probíhal v areálu TJ Sokol již třetí ročník za podpory fotbalové asociace, kterého se účastnilo 6 škol z našeho okolí. Pro 250 dětí bylo připraveno 15 sportovních disciplín, které si mohly na vlastní kůži vyzkoušet. Disciplíny byly zaměřené na sporty, které mohou děti i následně navštěvovat v našich oddílech. ■



Děti si mohly vyzkoušet různé sportovní disciplíny. Momentka ze střelby na brankáře ▲



Nábor dětí, společná fotografie, na fotce děti ze škol a školek Města Touškova, Kozolup, Líšťan, Vochova a Chotíkova foto: Pavel Foltýn

## Zhodnocení fotbalové sezóny 2018/2019

### A TÝM

Hodnocení loňské sezóny musí být záporné. Čekalo se, že budeme hrát o postup do I.A. třídy, a místo toho jsme se plácali ve středu tabulky. Podzimní část nebyla z naší strany špatná, skončilo se na 4. místě. Vedení si držela rezerva Petrčina a nikdo asi neočekával, že by je minul postup, takže se vlastně hrálo jen o barážovou pozici. Bohužel na jaře náš tým postihlo několik zranění a všichni si spíše přáli, aby už bylo po sezóně. Na marodce byl střelec Vláďa Nosek, motor zálohy Ondra Karbusický, několik týdnů nebyl Michal Mašek, Roman Voith, Adam Mezera, Kuba Papež, Andy Šimice. Celkové umístění bylo 7. místo, což byl pro nás neúspěch, a obdržených 73 branek znamenalo jednu z nejhorších obran. V útoku to bylo lepší, 83 branek znamená druhý nejlepší útok v I.B. třídě, ale většina gólů byla z podzimu. Do nadcházející sezóny jsou plány pořád stejné, a to postup do I.A. třídy. Navíc se asi po



Společná fotka A týmu na jarní část sezóny 2018/2019

foto: Juliana Königová

třiceti letech potkáme v derby s Kozolupy, samozřejmě budeme chtít ukázat vyšší úroveň i zkušenosti, a už se těšíme na obrovskou diváckou kulisu.

Z týmu přerušil svoji aktivní čin-

nost pouze Jakub Anděl, který se bude více času věnovat rodině. Trenér Šiml mohl přivítat několik posil, z dorostu přišel brankář Jan Pecl,

*pokračování na další straně*



po studiu opět začal Jan Popelka. Před-  
seda fotbalu Ondřej Karbusický přivedl  
dva hráče z Toužimi, která hrála karlovar-  
ský krajský přebor. Byli to opět Honzo-  
vé, a to Jan Vild a Jan Hodina.

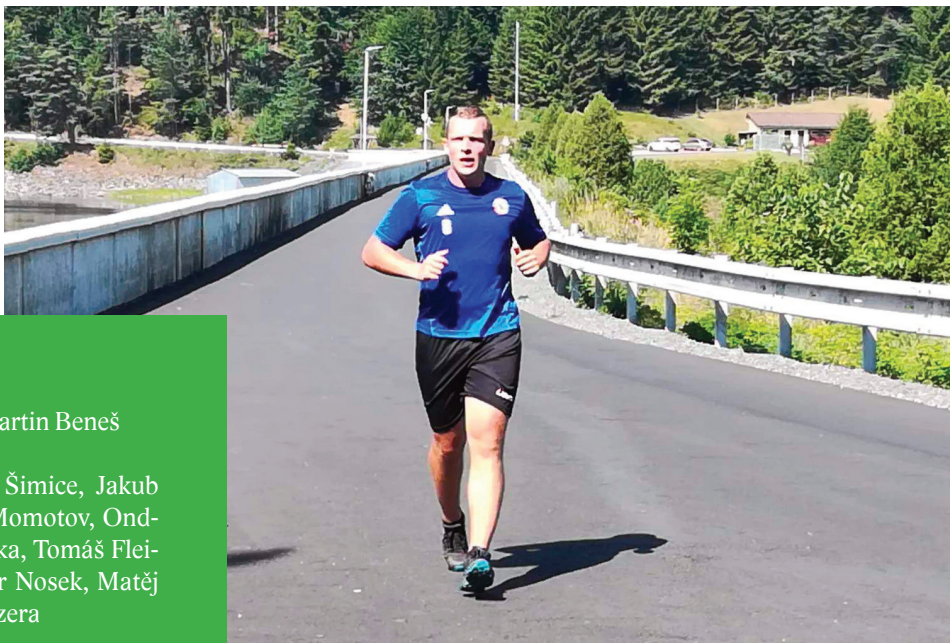
Soupiska pro rok 2019/2020 činní 3  
brankáři a 18 hráčů, na zkoušku je u nás  
David Kotlár a ještě sledujeme několik  
mladíků ze Senco Doubravka. ■

### Soupiska A tým 2019/2020

**Brankáři:** Jan Pecl, Martin Procházka, Martin Beneš

**Hráči:** Roman Voith, Jan Lenk, André Šimice, Jakub  
Papež, Jan Hodina, Lukáš Hodek, Igor Momotov, Ond-  
řej Karbusický, Michal Mašek, Jan Popelka, Tomáš Flei-  
ssig, Pavel Vyšata, Pavel Foltýn, Vladimír Nosek, Matěj  
Šůla, David Kolářský, Jan Vild, Adam Mezera

**Hlavní trenér** Miroslav Šiml, **asistent trenéra** Radek  
Papež a **vedoucí týmu** Jakub Vinš



▲ Soustředění A tým Zelená Lhota, kolem přehrady Nýrsko  
běží desetikilometrový úsek hráč Pavel Foltýn, foto: Miroslav Šiml



Miroslav Šiml, hlavní trenér



Radek Papež, asistent trenéra

*Do nadcházející sezóny si trenéři hlavně přejí, aby se hrá-  
čům vyhýbala zranění a v týmu byla zdravá konku-  
rence, která je potřeba k dosahování dobrých výsledků.*



### DOROST

Celá sezóna byla jako na houpačce. Začali  
jme v počtu 16 lidí soustředěním na Zelené  
Lhotě. Podzimní část jsme zvládli celkem  
slušně. Tým táhli za lepšími výsledky hlav-  
ně starší kluci. Pavel Vyšata, který už měl  
zkušenosti s mužským fotbalem, a důrazný  
Jan Pecl, postupně se přidávali i ostatní,  
a podzimní část jsme nakonec zakonči-  
li v horní polovině tabulky.

Přípravu na druhou část sezóny jsme  
začali také soustředěním na Zelené Lhotě,  
kde kluci dostali pořádně do těla, aby na-  
brali fyzickou kondici. Na jaře jsme silné  
týmy poráželi a hráli s nimi vyrovnané zá-  
pasy a dobrý fotbal. Slabší týmy porážely  
nás a my se přizpůsobovali jejich nakopá-  
vanému stylu. Tabulka byla většinu času vy-  
rovnaná, a tak se bojovalo o každý bod. Na-  
konec jsme se umístili na 6. místě.

Na novou sezónu se nám tým hodně  
obměnil, Pavel Vyšata, Marek Bartůněk,  
Jan Pecl odešli do mužů a naopak přišlo  
7 kluků ze starších žáků. Rádi bychom

vylepšili v nové sezó-  
ně umístění v tabulce  
z předchozího roč-  
níku a pohybovali se  
na špičce tabulky. ■

▲ Zimní soustředění dorostu 2019 na Zele-  
né Lhotě, zleva: Jakub Jedlička, Martin Wagner,  
Marek Bartůněk, Jan Pajer, Patrik Havel,  
Viktor Mathejzík, Václav Walzer,  
Adam Nečina, Pavel Vyšata. Foto: Lukáš Hodek



Společná fotka dorostu na jarní část sezóny 2018/2019

foto: Juliana Königová







### Soupiska mladší žáci 2019/2020

**Hráči:** Patrik Končický, Tomáš Walzer, Fanda Weiskopff, Matěj Hrabě, Dominik Karel Hrbek, Jan Kadlec, Naty Kašparová, Daniel Pelant, Marek Šlechta, Matěj Toffl, Linda Wolframová

**Trenér** Aleš Král **Asistent** Bořek Kadlec

*Společná fotka starších a mladších žáků a starší přípravy na mezinárodním fotbalovém turnaji v rakouském Salzburgu ►*



### STARŠÍ PŘÍPRAVKA

Starší příprava se po podzimní části městského přeboru kvalifikovala z druhého místa do finálové skupiny. Ve finálové skupině jsme se po loňském vítězství stali letos vicemistry, kdy jsme nestačili akorát na suverénní Senco Doubravku.

Dále jsme hráli krajský přebor starších přípravků formou turnajů. Zde jsme obsadili na závěrečném turnaji v Domažlicích 15. místo z 24 přípravků. Rovněž jsme se probojovali do finálové skupiny halové ligy, kde jsme skončili z 24 přípravků na sedmém místě.

Zúčastnili jsme se několika turnajů i mezinárodního turnaje v Salzburgu se střídavými úspěchy. Obhájili jsme vítězství v Nýřanech, druží jsme byli na Touškověčce, turnaji, který pořádáme již 16. rokem pod hlavičkou našeho fotbalového oddílu v areálu na hřišti. Třetí místo jsme obsadili v turnaji Treffto Rokycanech. Poslední,

nej důležitější zápas roku sehráli děti proti rodičům. Dále naši čtyři hráči Kadlec, Pelant, Toffl, Šlechta nás reprezentují ve výběrů OFS Plzeň město ročník 2008.

Za celou sezónu bych chtěl poděkovat hráčům a hráčkám za předvedené výkony, rodičům za podporu a slušné fandění. Mým vyzvednout spolupráci s trenéry Vik-

torie Plzeň Filipem Linhartem a Vaškem Sýkorou a samozřejmě naším trenérem brankářů Jirkou Krbečkem. ■

Trenér v minulé sezóně Aleš Král, asistenti Bořek Kadlec, Bohouš Zach



*Starší příprava a rodiče na dokopné na závěr úspěšné sezóny 2018/2019*



▲ Aleš Král a Bořek Kadlec, současní trenéři mladších žáků

### Soupiska starší příprava 2019/2020

**Hráči:** Martin Bobot, Jan Fleissig, Martin Huspek, Valentýna Haisová, David Trávníček, Petr Hájek, Ondřej Hanžl, Ondřej Liška, Jan Hložek, Filip Hanžl, Dominik Smolka, Jaroslav Hobl, Jakub Považan, Matěj Šimpach

**Hlavní trenér** Tomáš Smolka  
**Asistent** Aleš Wagner

*Společná fotka starší přípravy z turnaje na Sencu Doubravka ▼*



„Makáme za Město Touškov“ s tímto sloganem vyrazili touškovské mládežnické kategorie reprezentovat Město Touškov na mezinárodním turnaji v Salzburgu ◀



## MLADŠÍ PŘÍPRAVKA

Sezónu 2018/2019 v podání mladší přípravy můžu hodnotit velmi kladně. Celkem jsme měli v okresních fotbalových soutěžích přihlášeny dva celky. Naším cílem bylo dostat se do finálové skupiny, což se nám povedlo. Ve finálové skupině jsme odehráli mnoho vyrovnaných zápasů, ačkoliv na výsledcích se to tolikrát neprojevilo, ale za předvedené výkony si všichni zaslouží pochvalu. V zimě jsme se ještě zúčastnili několika turnajů v hale a na jaře turnajů v Chrástu a na Sencu. Sezónu vždy hodnotíme podle více aspektů. Dosažené výsledky nejsou pro nás až tak důležité – pro nás trenéry je prvořadé, aby kluky a holky fotbal bavil, chytil je za srdíčko a samozřejmě, aby se postupně zlepšovali. Všichni trenéři děláme vše proto, aby se naše mládežnická základna stále rozrůstala. Snažíme se z kluků a také děvčat vychovávat šikovné fotbalisty, kteří si rozumí s míčem, a sledujeme posuny jednotlivých hráčů. Při počtu cca 25 dětí nešlo vše úplně hladce, proto bych chtěl poděkovat trenérům - Aleš Wagner, Tomáš Smolka, Zdeněk Pašek a v neposlední řadě všem rodičům za fandění, podporu a logistiku.



Mladší příprava s rodiči na dokopné na závěr úspěšné sezóny 2018/2019

Novou sezónu 2019/2020 jsme odstartovali 13. srpna prvním tréninkem v trenérském triu Martin Považan, Bohouš Zach, Zdeněk Pašek.

Poté jsme absolvovali tradiční soustředění na Hracholuskách. ■

Trenér v minulé sezóně Aleš Král, asistenti Bořek Kadlec, Bohouš Zach

### Soupiska mladší příprava 2019/2020

**Hráči:** Jan Havlík, Tomáš Holc, Vojtěch Hrabě, Antonín Kubíca, Štěpán Ladányi, Barbora Strnadová, Daniel Liška, Marek Mašín, Ladislav Majer, Jan Nedoma, Jiří Neuman, Jan Weisskopf, Libor Ruml

**Hlavní trenér** Martin Považan  
**Asistenti** Bohumil Zach a Zdeněk Pašek

◀ *Zavádění hráčů mladší přípravy TJ Sokol Město Touškov na fotbalovém utkání FC Viktoria Plzeň – Karviná na stadionu ve Štruncových sadech*



## Rozpis zápasů podzim 2019

### ROZPIS: Starší příprava - MPSP, 5+1

|               |                   |    |          |       |
|---------------|-------------------|----|----------|-------|
| Zruč          | turnaj - 3 zápasy | ST | 04.09.19 | 16:30 |
| Druztová      | turnaj - 3 zápasy | PÁ | 13.09.19 | 16:30 |
| Luční ul.     | turnaj - 3 zápasy | ČT | 19.09.19 | 17:00 |
| Město Touškov | turnaj - 3 zápasy | ST | 25.09.19 | 16:30 |
| Letná         | turnaj - 3 zápasy | ÚT | 01.10.19 | 17:00 |
| Prazdroj      | turnaj - 3 zápasy | PÁ | 11.10.19 | 16:30 |
| Město Touškov | turnaj - 3 zápasy | ST | 16.10.19 | 16:30 |
| Plzenec       | turnaj - 3 zápasy | PÁ | 25.10.19 | 16:30 |

### ROZPIS: Mladší příprava - MPMP, 4+1

|               |                   |    |          |       |
|---------------|-------------------|----|----------|-------|
| Košutka       | turnaj - 3 zápasy | PÁ | 06.09.19 | 16:30 |
| Křimice       | turnaj - 3 zápasy | ST | 11.09.19 | 16:30 |
| Město Touškov | turnaj - 3 zápasy | ČT | 19.09.19 | 16:30 |
| Luční ul.     | turnaj - 3 zápasy | ÚT | 01.10.19 | 16:30 |
| Košutka       | turnaj - 3 zápasy | NE | 13.10.19 | 10:00 |
| Smíchov       | turnaj - 3 zápasy | ČT | 17.10.19 | 16:30 |
| Město Touškov | turnaj - 3 zápasy | ČT | 24.10.19 | 16:30 |
| SK Petřín     | turnaj - 3 zápasy | ČT | 31.10.19 | 17:30 |

*pokračování na další straně*



## ROZPIS: A-tým - I.B.třída, sk. C

|              |   |                    |    |          |       |
|--------------|---|--------------------|----|----------|-------|
| M.T.         | - | TJ Město Zbiroh    | SO | 24.08.19 | 17:00 |
| M.T.         | - | TJ Sokol Plasy     | SO | 31.08.19 | 17:00 |
| Malesice     | - | M.T.               | NE | 08.09.19 | 16:00 |
| M.T.         | - | TJ Sokol Raková    | SO | 14.09.19 | 16:30 |
| Příkosice    | - | M.T.               | NE | 22.09.19 | 16:30 |
| M.T.         | - | TJ Tatran Třemošná | SO | 28.09.19 | 16:00 |
| TJ Volduchy  | - | M.T.               | SO | 05.10.19 | 16:00 |
| M.T.         | - | Mýto B             | SO | 12.10.19 | 15:30 |
| Slovan Plzeň | - | M.T.               | SO | 19.10.19 | 15:30 |
| M.T.         | - | Vejpřnice B        | SO | 26.10.19 | 14:30 |
| FK Dýšina    | - | M.T.               | NE | 03.11.19 | 14:00 |
| M.T.         | - | Smíchov Plzeň      | SO | 09.11.19 | 14:00 |
| Kozolupy     | - | M.T.               | SO | 16.11.19 | 13:30 |

## ROZPIS: Starší žáci - KSŽ, sk. A

|             |   |         |    |          |       |
|-------------|---|---------|----|----------|-------|
| Chotěšov    | - | M.T.    | NE | 25.08.19 | 10:30 |
| M.T.        | - | Nýrsko  | SO | 31.08.19 | 10:00 |
| Horní Bříza | - | M.T.    | NE | 08.09.19 | 14:30 |
| Staňkov     | - | M.T.    | SO | 14.09.19 | 10:00 |
| Holýšov     | - | M.T.    | NE | 22.09.19 | 14:00 |
| Mrákov      | - | M.T.    | NE | 29.09.18 | 13:30 |
| M.T.        | - | Křimice | SO | 05.10.19 | 10:00 |
| Smíchov     | - | M.T.    | SO | 12.10.19 | 10:00 |
| M.T.        | - | Žákava  | SO | 19.10.19 | 10:00 |
| Košutka B   | - | M.T.    | SO | 26.10.19 | 10:00 |
| M.T.        | - | Nýřany  | SO | 02.11.19 | 10:00 |
| Strašice    | - | M.T.    | SO | 09.11.19 | 14:00 |
| M.T.        | - | Stráž   | SO | 16.11.19 | 11:00 |

## ROZPIS: Dorost - KSD, sk. A

|          |   |              |    |          |       |
|----------|---|--------------|----|----------|-------|
| M.T.     | - | Sokol Mrákov | NE | 25.08.19 | 10:00 |
| M.T.     | - | TJ Holýšov   | NE | 01.09.19 | 10:00 |
| Třemešné | - | M.T.         | NE | 08.09.19 | 10:00 |
| M.T.     | - | FK Planá     | NE | 15.09.19 | 10:00 |
| Chotěšov | - | M.T.         | NE | 22.09.19 | 14:00 |
| M.T.     | - | Stříbro      | NE | 29.09.19 | 10:00 |
| Staňkov  | - | M.T.         | SO | 05.10.19 | 10:00 |
| M.T.     | - | Nýřany       | NE | 13.10.19 | 10:00 |
| Tlučná   | - | M.T.         | NE | 20.10.19 | 10:00 |
| Meclov   | - | M.T.         | NE | 03.11.19 | 10:30 |

## ROZPIS: Mladší žáci - MPMŽ, sk. A

|              |   |                     |    |          |       |
|--------------|---|---------------------|----|----------|-------|
| Košutka B    | - | M.T.                | PÁ | 30.08.19 | 16:30 |
| M.T.         | - | Slovan Plzeň        | PÁ | 13.09.19 | 16:30 |
| M.T.         | - | Viktoria Plzeň ženy | PÁ | 20.09.19 | 16:30 |
| M.T.         | - | Zruč                | PÁ | 27.09.19 | 16:30 |
| Zbůch        | - | M.T.                | NE | 06.10.19 | 10:00 |
| M.T.         | - | Petrín Plzeň        | PÁ | 11.10.19 | 16:30 |
| Plzeň Litice | - | M.T.                | ST | 16.10.19 | 16:30 |
| M.T.         | - | Hrádek u Rokycan    | PÁ | 25.10.19 | 16:30 |
| Smíchov      | - | M.T.                | ST | 30.10.19 | 15:00 |
| M.T.         | - | Senco B             | PÁ | 08.11.19 | 15:00 |

## ROZPIS: Stará Garda - sk. B

|          |   |          |    |          |       |
|----------|---|----------|----|----------|-------|
| M.T.     | - | Nýřany   | PÁ | 06.09.19 | 18:00 |
| M.T.     | - | Kaznějov | PÁ | 13.09.19 | 18:00 |
| Kozolupy | - | M.T.     | PÁ | 20.09.19 | 18:00 |
| M.T.     | - | Všeruby  | PÁ | 27.09.19 | 18:00 |
| Úlice    | - | M.T.     | PÁ | 04.10.19 | 18:00 |

## Cyklistika: sport pro každého

Pro někoho rekreační sport, pro jiného závodní. Cyklistiku rozdělujeme na silniční, dráhovou, horská kola, cyklokros, enduro, trial, BMX, downhill, fourcross a sálovou. A protože naši borci jezdí hlavně horská kola, pár řádek k nim.

Horské kolo, často též označované zkratkou MTB (z anglického *mountain bike*) – používá se též anglické slovo *bike* a od něj odvozené *biker*, *bikování* a podobně – je bicykl navržený pro jízdu v terénu, a to jak z hlediska povrchu (lze jezdit od povrchů typu asfalt až k povrchům blízkým se špatně prostupnému terénu, jako jsou písek, bahno, kameny, skála), tak z hlediska sklonu (jak nahoru, tak dolů).

Od silničního kola se horské liší robustním a menším rámem, širokými pneumatikami pro lepší zvládnutí terénních nerovností a převody uzpůsobenými pro větší sklon. Většina dnešních horských kol disponuje navíc odpružením předního kola a nezanedbatelná část i zadního. Horská kola mají navíc poslední dobou řádově účinnější brzdy než jakékoliv jiné kategorie kol. ■





## NÁŠ ODDÍL BIKE CLUB MĚSTO TOUŠKOV

Cyklistický oddíl v Městě Touškově funguje již od roku 2012. Oddíl navštěvují děti od 6 do 14 let. Nejmenší děti začínají s horskými koly, starší pak přidávají silniční a dráhová kola. Na podzim a v zimě zkouší také cyklokros. Děti se od mala učí techniku jízdy v terénu, jízdu přes překážky, seznamují se se správnou údržbou a péčí o kolo. První závody absolvují na krajské úrovni. V Plzeňském kraji jmenovitě Talent Cup, PAL Cup. Starší děti sbírají zkušenosti v celorepublikovém seriálu Český pohár.



Každoročně pořádáme jeden ze závodů seriálu **PAL CUP (dříve Becker cup)**, letos již devátý ročník. Ve dnech 27.-28. dubna měl premiéru v našem městě Město Touškov celostátní **Český pohár horských kol**. V letošním roce bylo vypsáno Českým

svazem cyklistiky 6 závodů tohoto seriálu. Na náš domácí premiérový závod zavítala nejen špička naší reprezentace v čele s Ondřejem Cinkem, rodákem z Plzeňského kraje, ale i závodníci z Německa, Nizozemska, Polska, Izraele a Mexika. V kategorii ženy Elite dominovala holandská reprezentantka Anna Terpsta, patřící mezi TOP 10 bikerky světového poháru. Kategorii muži Elite vyhrál Ondřej Cink. Na stupních vítězů byli vidět i domácí borci. Kategorii žáci I.



vyhrál Petr Zeman, třetí místo ve stejné kategorii obsadil Šimon Brabec. V kategorii minime (dětí do 10 let) na nejvyšší stupínek vystoupila Nela Vítková.

Od začátku sezóny, která začala v dubnu, mají touškovští bikeri odjeto přes dvacet pět závodů na horských a silničních kolech. Vrcholem bikové sezóny bylo v červenci **Mistrovství České republiky na hor-**

ských kolech v Hlinsku. Naše barvy hájilo 9 závodníků. V kategorii minime 5 závodnic, v kategorii žactva 4 závodníci. Umístění na nejvyšších příčkách vybojoval v kategorii mladších žáků Petr Zeman, po skvělém výkonu se umístil na 2.místě. Stejnou pozici vybojovala v závodě nejmenších Nela Vítková. V celkovém pořadí seriálu jsme se jako tým Bike club Město Touškov umístili na 17. místě s celkově 235 registrovaných týmů. A to se nám bohužel nezapočítávají výsledky dvou skvělých závodnic z Města Touškova – Adélky Holubové a Adélky Foltýnové. Adélka Holubová si v barvách BBM Plzeň na MS ČR dojezdila dokonce pro titul mistryně ČR, Áďa Foltýnová v barvách MS BIKE Academy vyjela celkově 8.místo v českém poháru. Jinak bychom jako tým atakovali desáté místo v republice!

V průběhu srpna děti absolvují cyklistické kempy, na kterých se potkají s dětmi z ostatních týmů. Poměří si síly v technických i rychlostních disciplínách. Na kempu absolvují orienták, ale i noční hru a závěrečný karneval. V září a v říjnu na děti čekají poslední závody krajských seriálů. Na závěr proběhne slavnostní vyhlášení výsledků seriálů a zasloužené volno. S přípravou na další sezónu začneme v prosinci. ■

## Rozhovor s Adélou Holubovou



Adéla Holubová (Město Touškov, r.n.2002) se v letošním roce povedl husarský kousek. Na konci července se stala juniorskou mistryní České republiky v MTB (horská kola) a o týden později si vyjela skvělé sedmé místo na Mistrovství Evropy Cross country MTB v Brně. Adéla navštěvuje Střední zdravotnickou školu v Plzni, bydlí s rodiči a bráchou v našem městě a coby žačka prošla našim bikovým oddílem.

### Jak si se dostala k cyklistice?

*Už od mala jsem jezdila s rodiči na cyklistické výlety. Zjistila jsem, že se v Touškově koná závod Becker cupu a zkusila jsem to. Závodění mě oslovilo a začala jsem jezdit v Bike klub Město Touškov.*

### Od kolika let trénuješ?

*První závod jsem si vyzkoušela v deseti letech, ale trénování by se tomu dalo říkat až od těch třinácti let.*

### Jaké disciplíny dáváš přednost?

*Horská kola - cross country, dřív jsem závodila ještě na dráze a na silnici, ale teď už to jezdím jenom tréninkově a závodně se věnuji pouze horskému kolu.*

### Jakými kluby jsi prošla a kde trénuješ nyní?

*Začínala jsem tady u nás Bike club Město Touškov, který mě vlastně i ke kolu přivedl, potom jsem byla chvíli v akademii Milana Špěšného MS bike academy a momentálně jezdím pod*



*plzeňským klubem kola-bbm.cz, kde jsem moc spokojená.*

### Kolik času ti zabere cyklistika?

*Záleží na tom, v jakém jsem zrovna tréninkovém bloku. V zimě najíždím hlavně objem, což jsou třeba čtyřhodinové tréninky plus nějaké cvičení, a v létě mezi závody je hodně důležitý odpočinek, takže to tak náročné není. Jezdím více rychlé tréninky, které mají kolem dvou hodin.*

### Jaké jsou tvoje největší úspěchy?

*Největší úspěchy jsem zajela asi letošní sezónu, a to titul mistryně republiky a 7.místo na mistrovství Evropy, za zmínku určitě stojí závody Juniorské světové série, kde se mi celkem daří. Díky svým výsledkům jsem byla nominována na mistrovství světa v kanadském Mont-Sainte-Anne.*

*pokračování na další straně*



**Jaké jsou tvé největší rány a neúspěchy?**

*Občas se nějaký závod nepovede podle představ, ale snažím se to brát pozitivně a vždy se z chyb poučit..*

**Jaké jsou tvoje cíle?**

*Jezdit světové poháry a jednou se třeba nominovat i na olympiádu.*

**Jak se ti daří na střední škole a jak kloubeš učení s tréninkem?**

*Někdy je to náročné, na příští školní rok mám zažádáno o individuální výukový plán, věřím, že se tím vše usnadní.*

**Co je na prvním místě? Škola nebo kolo?**

*Vím, že je škola důležitá, ale v této chvíli kolo :-D*

**Jak stíháš kamarádky?**

*Mám hodně kamarádů, co dělají cyklistiku nebo nějaký jiný sport, takže buď mě chápou anebo se vidáme na trénincích. A na ostatní kamarády se taky nějaký ten čas vždycky najde i přesto, že v závodní sezóně ho moc není.*

**Co plánuješ po škole?**

*Cyklistiku bych určitě chtěla dělat dál. Ale jinak by se mi líbila práce fyzioterapeuta nebo výživové poradkyně.*

**Kdyby chtěl jít někdo ve tvých stopách. Jak by měl začít a čeho se například vyvarovat?**

*Určite by se to mělo dělat s radostí a nedělat to proto, že musím, ale protože chci. A ono to pak přijde..*

Děkujeme za rozhovor a přejeme velký úspěch v Kanadě.  
Za TJ Sokol Pavel Foltýn



## Volejbal ve Městě Touškově

Oddíl volejbalu byl v Touškově založen v červnu roku 2013 Agátou Strakovou. V tu dobu se rozjelo jedno družstvo, které čítalo 12 hráček. V jednom družstvu vydržel volejbal ještě další tři roky a od podzimu 2016 už začala fungovat dvě družstva – příprava a žákyně. Protože se naše základna neustále rozrůstá a i nároky na děvčata a trenéry se zvyšují, startujeme novou sezónu 2019/2020 již se třemi družstvy – příprava, žákyně a kadetky. Nyní náš počet činí kolem 50 volejbalistek a 7 trenérů. Každoročně připravujeme nábor nových talentů a nástupkyň našich úspěšných hráček.

V tomto roce nás čeká spousta nového. Začínají noví trenéři, poprvé fungujeme ve třech kategoriích, sezónu jsme odstartovali prvním společným soustředěním, chystáme se blíže spolupracovat mezi věkovými kategoriemi a máme v plánu se aktivně vzdělávat ■

### NÁBOR TALENTŮ DO VOLEJBALOVÉ PŘÍPRAVKY

- > TRÉNINKY 2x TÝDNĚ
- > BAREVNÝ MINIVOLEJBAL
- > ZÁKLADNÍ POHYBOVÉ DOVEDNOSTI

VOLEJTE NA ČÍSLO 607 739 513

**PŘÍPRAVKA**

Po květnových změnách ve vedení volejbalové přípravy jsme ještě za spolupráce Evy Vlčkové odvedly poslední tréninky a hráčky poslaly na prázdniny.

Koncem srpna jsme se pak všechny opět setkaly na soustředění v Březnici, kde se naše hráčky seznámily i se žákyněmi a kadetkami.

Denní tréninky byly rozděleny do několika bloků tak, aby se děti zdokonalily v technice minivolejbalu. Byl vyplněn i netréninkový čas. Téměř dvouhodinová ukázka pouliční sebeobrany zaujala všechny oddíly a holky se aktivně zapojily. Za tuto ukázkou děkujeme mamince jedné z našich hráček, policistce ČR, která nám po celé soustředění pomáhala.

Holky měly možnost se víc seznámit nejen na hřišti, ale i při společných zájmových aktivitách. Tréninky jsme prokládaly procházkami, pečením vuřtů, stopovačkou a různými hrami. Odměnou byla prohlídka zámku. Věřím, že si všechny hráčky ze soustředění odvezly nejen elán a chuť do příštích tréninků.

**Soupiska příprava 2019/2020**

**Hráčky:** Brabníková Adéla, Brejchová Natálie, Burdová Tereza, Fenclová Karolína, Havlíková Tereza, Huspekova Emma, Kříbková Simona, Lišková Anna, Machová Madlen, Malinská Nelly, Paulová Vanessa, Petrželková Natálie, Říhánková Monika, Smith Viktoria, Spíralová Natálie, Tipanová Jindra, Zborníková Kateřina

**Trenérky:** Brabníková Markéta, Huspekova Kateřina, Bodurková Lenka a Šlajsová Eva



ků a zápasů, ale i nová přátelství a hezké zážitky.

Do dalšího roku mají holky v plánu opět absolvovat krajská kola minivolejbalu. Během soustředění si nová trenérka žákyň vybrala do svého oddílu tři hráčky přípravky. Děkuji všem trenérkám za skvělou spolupráci, zvláště pak Evě za perfektní přípravu tréninků.

Rádi mezi sebou přivítáme nové malé volejbalistky – v případě zájmu volejte na tel. 607 739 593. ■

*Za volejbalovou přípravku  
Markéta Brabníková*



▲ Společná fotka ze soustředění v Březnici

### Soupiska žákyň 2019/2020

**Hráčky:** Bečková Johana, Hánová Magdaléna, Hekrová Linda, Hynešová Anna, Kašparová Nicole, Kotousová Vanda, Machová Nikol, Martínková Kateřina, Nováčková Alžběta, Rumlová Eliška, Seifertová Barbora, Smolková Natálie, Špiarová Nikola, Vlčková Ema, Vlčková Valentýna

**Trenéři:** Hejkalová Michaela, Kašpar Petr

### ŽÁKYŇE

Touškovské žákyňe letos prošly největší změnou. Většina týmu zestárla do kadetek, a tak z původní sestavy zůstaly pouze dvě hráčky, ke kterým se připojilo šest děvčat z přípravky a dalších šest přestoupilo z Plzně. Dále se dohodlo pokračování spolupráce přípravky a žákyň v zapůjčování holek na tréninky i turnaje. Skupina navíc začíná s novým trenérským tandemem – Petr Kašpar a Michaela Hejkalová. Míša s oddílem absolvovala již soustředění a s většinou hráček se tak seznámila hned na začátku sezóny. Holky se sehrávaly, pilovaly základní údery a pracovaly na své fyzice.

Do následující sezóny mají holky přihlášen městský přebor a jejich hlavním cílem je zdokonalit herní činnosti, aby se v příštím roce mohly poprat o kvalifikaci na Mistrovství republiky. ■

*Agáta Straková*

◀ Spodní řada zleva: Seifertová Barbora, Hynešová Anna, Hejkalová Michaela, Kotousová Vanda, Hánová Magdaléna, prostřední řada zleva: Martínková Kateřina, Vlčková Valentýna, Bečková Johana, Nováčková Alžběta, vrchní řada zleva: Machová Nikol, Hekrová Linda.



### KADETKY

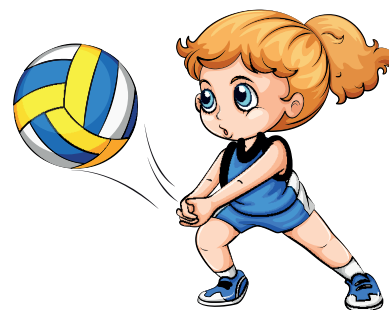
Téměř celá loňská skupina žákyň letos tvoří historicky první skupinu kadetek v Touškově. Přibyla nám ještě jedna hráčka z oddílu 15. ZŠ a jednáme s dalšími čtyřmi z Košutky. Hráčky dokončovaly sezonu na špičce Krajského přeboru, ve čtvrté skupině Českého poháru a na závěr roku se rozloučily TEPfaktorem. Celá závěrečná akce byla pro holky do poslední chvíle překvapením – cíl cesty si dokonce těsně před odjezdem samy vyluštily.

Přes prázdniny měly tréninkový plán, který zaznamenávaly do deníků spolu s jídelníčky. Začátkem sezóny je pro nás soustředění, které se letos konalo v Březnici spolu s ostatní-

mi věkovými kategoriemi toušovského volejbalu. Během soustředění hráčky zdokonalovaly signální hru, zrychlovaly ji a učily se složitější herní řetězce. Dále samozřejmě pracovaly na své kondičce a mimo-volejbalových dovednostech.

Týden před soustředěním proběhl kemp volejbalové akademie Prostějov, kam jsem byla pozvána jako pomocný trenér a jelikož jsem si s sebou mohla vzít dvě hráčky, zúčastnily se i Alžběta Šlapáková a Anna Martínková. Holky trénovaly s kategorií juniorek, které hrají první ligu, a v následující sezóně mají za úkol vybojovat extraligu. Toušovským hráčkám týden přinesl mnoho zkušeností a zážitků – mimo volejbalových tréninků se konaly i kondiční

tréninky, výběhy, cvičení na uvolnění a pomoc při bolestech kloubů a svalů.



Tréninky začínáme již poslední srpnový týden a do další sezóny nás čeká Krajský přebor, ze kterého bychom se rády kvalifikovaly na Mistrovství republiky. Ještě před



prvním kolem máme přihlášený sehrávací turnaj v Rokycanech 14.9.2019, kde budou kadetské týmy všech úrovní.

Kromě pravidelné soutěže jsme ještě přihlášeny na Prague Volleyball Games 27.-29.12.2019. Jedná se o mezinárodní turnaj mnoha věkových kategorií a naše družstvo se ho zúčastní poprvé.

Mimoto máme naplánované dvě teambuildingové akce a rády bychom opět sezónu ukončili společnou akcí. ■



◀ Agáta Straková



### Soupiska kadetky 2019/2020

**Hráčky:** Boháčová Karen, Hromádková Magdaléna, Kašparová Lenka, Kolářová Barbora, Martínková Anna, Škopková Nikola, Šlapáková Alžběta, Šlapáková Magdaléna, Špačková Ester, Zemková Kateřina

**Trenérka:** Straková Agáta

▲ Historicky první skupina kadetek v Touškově

Setkání smíšenek a utužování týmu ▼

### SMÍŠENKY

Trénujeme 1-2x týdně, pravidelně se několik hráčů účastní Amatérské volejbalové ligy. Před startem venkovní sezony proběhly 2 brigády na údržbu antukového hřiště. Odehráli jsme 5 turnajů a další 2 máme ještě před sebou, z čehož poslední je na domácím hřišti, a to losovaný. Zahájením a zároveň utužováním týmu byla zahradní gril párty. Případné zájemce moc rádi uvítáme mezi sebou. ■

Petra Zuzáková, Ivana Trnková



▼ Brigáda smíšenek na toušovském antukovém hřišti před začátkem venkovní sezóny



Fotografie ze soustředění v Březnici (koláž na další straně)

▼ Snímek z turnaje







## BADMINTON: Okénko do historie



Při příležitosti prvního čísla zpravodaje TJ Sokol Město Touškov bych Vás rád seznámil s historií jednoho z rodiny sportů tělovýchovné jednoty. Tím sportem je badminton.

Nejprve o historii badmintonu obecně v celosvětovém měřítku a v ČR a následně o historii badmintonu ve Městě Touškově. Ponaučení o vývoji badmintonu od jeho kořenů jsem čerpal z internetu a jak se budete moci dále dočíst, jedná se o sport s velmi dlouhou historií. Takže, jak to celé začalo.

### Z historie

Už před 2 000 lety se v kultuře jihoamerických Inků a středoamerických Aztéků setkáváme s náznaky hry s „opeřeným míčkem“, v 7. století našeho letopočtu se v Číně hovoří o hře „Di-Dšen-Dsi“, kdy míček je odbíjen rukou nebo nohou. V Japonsku se mluví o hře „Cibane“ (14. století), v Indii o hře „Poona“. Ve Francii v 16. století to byla hra zvaná „Jeu Volant“.

Za přímého předchůdce dnes

považujeme indickou hru „Poona“, kterou do Evropy přivezl koncem 19. století (1872) anglický důstojník vévoda z Beaufortu. Na svém sídle Badminton House v hrabství Gloucestershire uspořádal v roce 1873 první turnaj. Už za čtyři roky měla hra svá první pravidla a v roce 1893 byla ustanovena v Anglii první národní asociace. V roce 1899 byl uspořádán první ročník dodnes nejprestižnějšího světového turnaje All England Championship, který je mezi badmintonisty považován za obdobu Wimbledonu v tenise.

Mezinárodní badmintonová federace (WBF) vznikla v roce 1934 a dnes sdružuje 156 národních svazů a badminton se hraje na všech pěti kontinentech. Evropská badmintonová unie (EBU) vznikla ve Frankfurtu nad

Mohanem v roce 1967 a jedním ze zakládajících členů bylo také Československo.

Největším impulsem v novodobé historii bylo zařazení badmintonu do programu LOH. Svou premiéru zažil badminton na OH v Barceloně v roce 1992. Ke světovým velmocím patří asijské státy: Čína, Malajsie, Indonésie a Jižní Korea. V Evropě se badminton těší největší oblibě v Dánsku, Německu, Švédsku, Anglii a Holandsku.

Historie badmintonu v našich ze-





mích se začala psát v roce 1957, kdy vznikly v Praze první oddíly: TJ Spojie Praha a klub na Vysoké škole železniční. V lednu 1958 se konal v tělocvičně Spojů Praha na Žižkově první turnaj. Popularitě a rozvoji badmintonu u nás pomohla i náhoda – v Praze začali studovat dva skvělí reprezentanti Indonésie, Chandra a Ismail Laurin. Díky jejich trenérské i hráčské činnosti se hráči u nás mohli rychle seznamovat s badmintonem ve špičkovém provedení. Nelze opomenout ani jméno „otce československého badmintonu“ Josefa R. Beneše, který jako první přeložil pravidla, byl dlouholetým trenérem, skvělým metodikem a obrovským propagátorem tohoto sportu jak u nás, tak i v zahraničí.

### Děni u nás

Tolik z historie badmintonu ve světě potažmo v ČR a nyní, jak to bylo v našem městě. Badminton v Městě Touškově hrajeme od roku 2014. Začali jsme si říkat Rakeťáci a šlo o to zpestřit dětem možnost sportovního vyžití. Již od začátku jsme oddíl pojali jako sportovní kroužek se všeobecnou tělesnou výchovou a výukou základů badmintonu. Neměli jsme s ohledem na naše časové možnosti žádné ambice, co se týče oficiálních soutěží a turnajů. I přes to se snažíme dětem zajistit alespoň nějaké srovnání s dětmi z jiných oddílů. Pravidelně si zveme na turnaj kamarády z plzeňského BK Vlastovka a děti mají možnost účastnit se turnajů neregistrovaných hráčů pořádaných badmintonovými oddí-

ly nebo svazem. Máme radost, že někteří odchovanci v badmintonu pokračují na vyšší úrovni a stejně tak nás těší, když se u nás malý nemotora naučí skákat přes švihadlo nebo udělat kotrmelec.

Avizoval jsem, že to bude článek o historii, ale s vaším dovolením

a rovnou zapojí do tréninku.

S velkou pravděpodobností nám od září opět začne pomáhat trenérka Veronika, kterou od nás odvedly mateřské povinnosti. Po mateřské bude jistě svěží a odpočatá, tak jak ženy po této dovolené bývají (nebijte mě, to byl samozřejmě vtip, špatný).



Badmintonový oddíl Rakeťáci

foto: Juliana Königová

vás v krátkosti poinformuji i o našich cílech a blízké budoucnosti.

Od září opět rádi přivítáme nové zájemce. Trénovat budeme tradičně v touškovské sportovní hale, a to každou středu od 17:30 do 19:00. Více informací na webu TJ v sekci Badminton nebo na mém telefonu 606731649. První trénink proběhne 11.září. Nováčkové se mohou přijít jen podívat, ale lepší je, když si přinesou správnou obuv do tělocvičny

Skvělá zpráva je to hlavně pro ty šikovnější a ambicióznější Rakeťáky, kteří tím získají možnost posouvat se ve svém umění dál a rychleji, než tomu bylo doposud.

V příštím čísle si povíme něco více třeba o pravidlech badmintonu. Věřím, že mnozí z vás si do té doby badminton zahrají alespoň na zahradě a kdo ví, někteří z vás již třeba budou Rakeťáky.

Hezký zbytek léta přeje  
za Rakeťáky **Standa Novák**

## ZAHÁJENÍ NOVÉ SEZÓNY středa 11.9.2019

17:30 - 19:00 hod.  
ve velké tělocvičně



RÁDI MEZI SEBOU PŘIVÍTÁME NOVÉ ČLENY  
A ZÁJEMCE O BADMINTON

Těšíme se na Vás!



## Informace z tenisu

### Turnaj „O putovní tenisák“ Smíšená čtyřhra – 28.4.2019

Už po páté se uskutečnil turnaj O putovní tenisák. Z původně plánované soboty 27.4. jsme kvůli pořádání cyklistických závodů přesunuli turnaj na neděli 28.4. Nikomu nevadila změna, a tak v neděli v půl 9 nastoupilo 16 dvojic k rozlosování do skupin. Letos poprvé jsme museli předčasně ukončit přihlašování a odmítnout další 4 dvojice. Dvojice byly rozlosovány do 4 skupin, z nichž první dvě postoupily do čtvrtfinále. Ve 13 h jsme měli odehranou základní část, kde jsme odehráli 24 zápasů. A protože byla super nálada (vylezlo sluníčko) a hlavně byla chuť hrát dál, zbývající dvojice si zahrály o umístění a čtvrtfinalisté pokračovali v boji o pohár. Odpoledne jsme odehráli dalších 20 zápasů.

Celkem jsme odehráli neuvěřitelných 44 zápasů v době od 9 do 18 hod.

Ve finálovém boji zvítězili Petra Živná a Jan Sušánka nad domácí dvojicí Iveta Komancová a František Weisskopf a stali se tak již pátými novými



držiteli „Putovního tenisáku“. Ten totiž ještě neměl 2x stejného majitele.

Děkujeme hráčům za účast a bezva náladu a těšíme se na všechny při dalším ročníku. ■



### CELKOVÉ POŘADÍ DVOJIC „O putovní tenisák“

|                     |    |                    |     |
|---------------------|----|--------------------|-----|
| Živná – Sušánka     | 1. | Trsková-Kvapil     | 9.  |
| Komancová-Weisskopf | 2. | Pauerová-Zajíček   | 10. |
| Bártová-Hlaváček    | 3. | Rumlová - Kulík    | 11. |
| Flídřovi            | 4. | Hirthovi           | 12. |
| Rumlovi             | 5. | Strakovi           | 13. |
| Vicari-Horáček      | 6. | Vojtěchovských     | 14. |
| Trnková – Zuzák     | 7. | Syrovátkovi        | 15. |
| Kubíková – Randa    | 8. | Balačinová - Černý | 16. |

Fotografie prvních třech párů ►



### Dámská čtyřhra 18.5.2019

Jako druhý byl letos na řadě turnaj v dámské čtyřhře. Přihlásilo se pouze sedm dvojic, o to víc ale byla chuť pořádně si zahrát a užít si den, takže jsme v první části hrály ve skupině každá dvojice s každou, tedy každá 6 zápasů, a potom si první čtyři dvojice zahrály ještě o poháry. Celkem jsme odehrály 25 zápasů. Dopoledne ještě se zamračeno oblohou a chladnějším počasím, ale odpoledne se začalo počasí vylepšovat, až

do krásného slunečna, které jsme trochu podcenily a hodně nás to odneslo spáleným tělem. Na příště už budeme připravené a do povinné tenisové výbavy přidáme i opalovací krémy.

Zápasy byly velmi vyrovnané, a tak měl hlavní rozhodčí Homer plné ruce práce se sčítáním bodů, 3 dvojice skončily se čtyřmi výhrami, 2 dvojice se třemi výhrami, a tak došlo na sčítání vyhraných gamů. ■

### Pořadí umístění v 1. části

1. Boháčová Eva, Vanžurová Dana
2. Vojtěchovská Jitka, Trsková Jana
3. Bártová Martina, Vicary Vendy
4. Rumlová Gábina, Straková Valča
5. Syrovátková Monika, Rumlová Katka
6. Kubíková Míša, Zimmerhacklová Iva
7. Hirth Pavla, Hlaváčková Martina

### Boj o poháry:

- |                                           |     |
|-------------------------------------------|-----|
| Boháčová, Vanžurová - Rumlová G, Straková | 0:6 |
| Vojtěchovská, Trsková - Bártová, Vicary   | 6:1 |

### O 3.místo

- |                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| Boháčová, Vanžurová - Bártová, Vicary | 6:3 |
|---------------------------------------|-----|

### O 1. místo

- |                                              |     |
|----------------------------------------------|-----|
| Vojtěchovská, Trsková - Rumlová G., Straková | 6:4 |
|----------------------------------------------|-----|

Vítězkami v letošním roce se staly **Jitka Vojtěchovská a Jana Trsková**.





**Mužská čtyřhra 1.6.2019**

Dvanáct dvojic odehrálo skupiny po šesti dvojicích. Turnaje konečně doplnili hráči nejen z Touškova a jsou mnohem zajímavější.

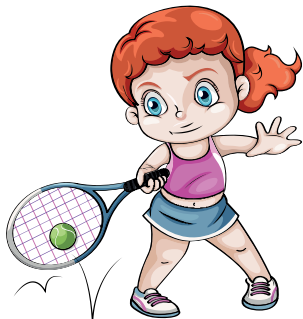
Před branami semifinále zůstali : Zítka – Suchý, Vaňáč – Vicenda, Ďuriš – Karbusický, bratři Randové, Honz – Fišer, Kvapil – Vrba, Borovanský – Wenner, Jančík – Mošna. ■

**Výsledky - mužská čtyřhra 1.6.2019**

1. Havlíček – Sušánka
2. Kryč – Ruml
3. Hlaváček – Weisskopf
4. Bohdanecký – Maška

**Liga žen**

Liga žen se opět rozjela. Obnovili jsme ji v roce 2013 a od té doby funguje vcelku bez problémů a kvalita se stále zvyšuje. Letos hraje čtrnáct hráček a návrat Lady Vaňkové možná trochu ztíží obhajobu Valiny. Výsledek v této chvíli ještě neznáme, protože tabulka se mění každým dnem.

**Co nás čeká?**

Na podzim už máme dané termíny na další 2 turnaje, a to dámskou míchanou čtyřhru a pánskou míchanou čtyřhru.

„Míchaná dámská čtyřhra“ 7. nebo 8. září  
„Míchaná mužská čtyřhra“ 21. nebo 22. září (v závislosti na počasí).

Specialitou těchto turnajů je rozlosování všech hráčů. Podle loňských výsledků budou vytvořeny dva kvalitativně rozdílné koše, z nichž budou vytvořeny naprosto nové dvojice. Zde není favoritů a rozdílů mezi dvojicemi se mažou. Hra má zcela jiný náboj a je mnohem zábavnější a o překvapivé výsledky není nouze.

Ještě si pohráváme s myšlenkou letošního šestého turnaje, který by fungoval stejně. Je to míchaný turnaj smíšených dvojic. Rozdělení některých manželských párů určitě přinese zajímavé zápasy, při kterých bude jistě o zábavu postaráno. ■

*Katka a Homer*




## TENISOVÝ TURNAJ U PÁNSKÉ MÍCHANÉ ČTYŘHRÉ

**SOBOTA 21.9.2019**  
(při špatném počasí neděle 22.9.)

**Tenisové kurty TJ Sokol Město Touškov**  
Sraz v 8:30 hod., losování 8:45 hod.  
Začátek v 9:00 hod.  
Startovné 150,- Kč / osoba  
Občerstvení zajištěno

**Přihlášky do 14.9. na e-mailu**  
rumlovci@seznam.cz nebo  
na telefonu 603 490 838





## BRANKÁŘSKÁ ŠKOLA



Jiří Krbeček, tel.: 721 965 735  
e-mail: krbec.gol@seznam.cz

**Děti:**  
každý čtvrtek od 16:30hod,  
kapacita je omezena

**Muži:**  
každý čtvrtek od 18:00hod,  
kapacita je omezena

Cena: 250,- Kč / tréninková jednotka (75 min.)

Hřiště TJ Sokol Město Touškov, Sportovní 476, Město Touškov.

V případě nepříznivé počasí hřiště s umělým povrchem.

Od 15.8.2019 je otevřena  
BRANKÁŘSKÁ ŠKOLA, která  
probíhá pod vedením  
Jiřího Krbečka, bývalého  
ligového brankáře a trenéra  
Petra Čecha.



## PFfit

- 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: [pffit.poradna@gmail.com](mailto:pffit.poradna@gmail.com)  
více informací na facebooku: @poradnaPffit



## Sportovní školička

**OD ZÁŘÍ 2019** 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, šikovně i méně šikovně, 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

**coerver®**  
COACHING

JUNIOR  
**academy**  
6-9 let

PERFORMANCE  
**academy**  
10-13 let

**Nadchneme děti pro fotbal**  
**Odemkneme jejich potenciál**  
**Zlepšíme práci s míčem**  
**Zvýšíme pozornost dětí**  
**Naučíme je být**  
**odvážnými ve hře 1 na 1**

**Termín:**  
úterky od 16:30 hod.

**Místo:**  
Sportovní 476, Město Touškov

**Kontakt:**  
Filip Linhart - 724 160 470



**PRO VÍCE INFORMACÍ**  
**[www.coerver.cz](http://www.coerver.cz)**







# 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](http://www.tjsokolmestotouskov.cz) | [info@tjsokolmestotouskov.cz](mailto:info@tjsokolmestotouskov.cz) | [fb.me/TJSokolMestoTouskov](https://fb.me/TJSokolMestoTouskov) | [@tj\\_sokol\\_mesto\\_touskov](https://www.instagram.com/tj_sokol_mesto_touskov) | [bit.ly/TJSokolYoutube](https://bit.ly/TJSokolYoutube)