

Spis treści

Od wydawcy	5
Ludwik Jerzy Kern Poranna gimnastyka	6
Z dziejów Sokoła	7
Historyczne związki polskiego i czeskiego Sokoła	11
Towarzystwa gimnastyczne	17
Polskie Towarzystwo Gimnastyczne Sokół w Czechosłowacji 1920- 1938	21
Polskie Towarzystwo Gimnastyczne Sokół Wędrynia	23
Druhowie i drużny SOKOŁU Wędrynia	44
Beskid śląski	45
Występy zespołu gimnastycznego GIMNAŚCI	50
Gimnaści i występ	51
Gimnaści i teatr	83
Członkowie zespołu gimnastycznego	85
Wspomnienia	105
Marienka wspomina TO MY	109
Wzory piramid	119
Występ w Pradze w roku 2004	128
Spis treści	131