

Zpravodajství

- [4] Vzpomínka na T. G. Masaryka a E. Beneše – Předběžné přihlášky na gymnastastrádu – Pietní setkání na Bohdašíně

Kronika

- [5–10] 115 let Sokola Nový Hradec Králové – Pozvání do Jeseníků – V Jalůvčí slavili šedesátiny – Sokolské mládí v Praze – Po celé republice se „sokolilo“ – Táborová ohlédnutí – Návštěva: Meče v rukách sokolů

Život žup a jednot

- [12–15] **Sport** – Výběr ČOS na Sokol Cupu – Memoriál Jaroslava Václavíka – Sokolští nohejbalisté mezinárodně – European Kids Athletic Games – Úspěchy dračích juniorů – „Double“ z Čertových proudů – Sokolští kanoisté na MS masters
- [16–17] **Osobnost** – Vlastní cestou aneb „Vzpomínejte se mnou“
- [18] **Turistika** – Na tom pražském mostě...

Sokol a společnost

- [19] **Kultura** – Zahraniční úspěch sokolských ochotníků – Připomínáme loutkářům – Pojdte s námi na...
- [20] **Historie** – Sokol v protinacistickém odboji IX
- [21] **Zahraničí** – Ilirský prapor opět zavlál pod Snežníkem
- [22–23] **Společnost** – Galerie jubilantů – Rozloučení – Listopadové připomenutí – Za Sokolem v předválečných Košicích – O duši národa (6)
- [24] **Názory** – K 9. sjezdu ČOS v roce 2010 – Senioři v jabloneckém Sokole

Ekonomika, Pro luštitelé

- [25–26] **Ekonomika** – Víte, co je fundraising? (2) – Sokolská všestrannost jako nástroj aktivního stárnutí
- [27] **Pro luštitelé** – Sudoku



[16–17]

Vlastní cestou aneb „Vzpomínejte se mnou“

Sestra Vlasta Třešňáková, členka Sokola Pražského, je uznávanou tělovýchovnou odbornicí. Svoji pedagogickou, trenérskou a tvůrčí profesionalitou i ve svých jedenaosmdesáti letech oslovuje každého, kdo se s ní na poli jejího působení setkává.



Metodické listy

Plážový volejbal, který je historicky mladším sportem než šestkový volejbal, sice není v sokolský jednotách tak rozšířen, ale postupně si získává stále větší oblibu. Základními informacemi o plážovém volejbale a jeho nácviku vás v Metodických listech provede Rostislav Vorálek.