

Sokolínek v Senohrabech působí od roku 2009 a je organizován pod oddílem SPV. Od října letošního roku tak zahajuje již 10. sezonu. Je to malé výročí oproti existenci zdejšího spolku, přesto však je za námi devět krásných let, které přinesly spoustě dětí hodně radosti, a věřím, že i lásky k pohybu a v neposlední řadě i zdejší tělocvičně. Důkazem toho je, že děti, které byly prvními cvičenci v řadách Rodičů s dětmi nebo předškolního cvičení, jsou stále věrní nebo pokračují v dalších oddílech TJ Sokol Senohraby. Nemohu také opomenout fakt, že oddíl SPV patří mezi oddíly, které mají velkou tradici. Mnoho rodičů a prarodičů, kteří tímto oddílem prošli sami jako cvičenci ve svém dětství nebo mládí, právě podporují své ratolesti ve sportování. Díky tomu má sport v Senohrabech hluboké kořeny a těší se zde stále velkému zájmu.

V prvním roce jsem zahajovala se třemi kroužky tj. Cvičením rodičů s dětmi, Sokolínkem – cvičení pro předškoláky a Všeobecnou gymnastikou. Postupem času se ale ve Všeobecné gymnastice našlo několik talentovaných dívek, kterým gymnastika učarovala víc a tak v roce 2011 vznikl další kroužek - Teamgym. Teamgym pochází z Dánska a je to odnož sportovní gymnastiky. Soutěží se jen ve dvou jejích disciplínách a to ještě lehce pozměněných tj. akrobacii a přeskokové trampolíně. Není



tak náročná a hlavně se dá provozovat v téměř každé tělocvičně. Senohrabské družstvo se tak v roce 2012 zúčastnilo prvních závodů v Praze a od té doby jsme ušli velký kus cesty. Na poslední oblastní soutěži v Kolíně v konkurenci pěti krajů obsadila děvčata ve třech věkových kategoriích čtvrté místo. Stále ale cvičíme pro radost z pohybu a závody jsou zejména motivací pro nácvič dalších náročných cviků ☺. K dnešnímu dni v Sokolínku cvičí 187 dětí. Z toho je 90 gymnastek a malých nadějných gymnastů a 97 dětí je z řad cvičících s rodiči, předškolního Sokolínku a Všeobecné gymnastiky. Věkové rozpětí je od jednoho roku do 17 let. Nejmenší Sokolínci zkrátka začínají v době, kdy už umí sami běhat ☺.

V průběhu roku se nezaměřuji jen na



cvičení a organizuji pro děti i spoustu dalších aktivit. Počínaje velikonočním tvořením, sportovními příměstskými tábory, gymnastickými soustředěními, mikulášskou nadílkou a podílením se na



organizování dětských karnevalů konče. Z jejich výtěžku se pořídila už celá řada náradí a náčiní v tělocvičně.

Trenérské činnosti se věnuji již od roku 1991 tj. od doby, kdy jsem ukončila vlastní gymnastickou dráhu. Největší zkušenosti jsem získala během deseti let, kdy jsem vedla družstvo výkonností sportovní gymnastiky v Sokol Plzeň 1. Další velkou inspirací pro mě byla i možnost během studia v Anglii pracovat jeden rok jako trenér v londýnské Harrow School of Gymnastics. Když se ale vrátím k mým sportovním začátkům, tak ze všeho nejvíc mě v práci s dětmi ovlivnila má úplně první

trenérka, která mi předala to kouzlo a naučila mě sport opravdu milovat. Byly mi čtyři roky a chodila jsem na všestrannost do malinké sokolovny. V pozdější době jsem si uvědomila, že to byl dar, který mě držel přes všechna úskalí výkonnostního sportu.



Cílem mých cvičení je tedy předat dětem už v raném věku nadšení a radost z pohybu, která je bude provázet pokud možno celý život nebo alespoň hodně dlouho.

Sportu zdar

Štěpánka Kršková, Sokolínek

