

JACKi ZPRAVODAJ

— 10/2023 — KULTURA ~ SPORT

www.jackijablunkov.cz



MAREK GRYCZ
Moderní pětiboj
je celý můj život

více na str. 12

VDĚČNOST A ODEVZDÁNÍ

Milí přátelé,
říjen je měsícem vděčnosti za Boží dobrodiní, kterého se nám dostává v darech hmotných i těch duchovních. V této souvislosti vyznívá jeden příběh z židovského prostředí.

Mladá dívka přivedla domů svého budoucího snoubence, aby se poprvé setkal s rodiči. Po večeři maminka říká svému manželovi, aby se o mladém muži něco dozvěděl, vyptal. A tak otec pozve nápadníka do pracovny na rozhovor.

"Tak tedy, jaké máš plány do budoucna?"
ptá se otec.

"Studuji biblickou školu," odpovídá mladík.

"Aha, biblickou školu, to je obdivuhodné, ale jaké máš plány, kde chcete bydlet, jakou chceš mít práci...?"

"Budu studovat," odpověděl mladý muž, "a Bůh se o nás postará."

"Se svatbou vám pomůžeme, ale co třeba zásnubní prsten a další věci kolem?" ptá se otec.

"Budu se soustředit na svá studia," odpovídá mladý muž, "Bůh se o nás postará."

"A děti? Jak je zaopatříte?"

"Nebojte se, Pán Bůh se postará," odpovídá snoubenec.

V podobném duchu se nesl celý rozhovor, kdy na každou otázku mladý muž odpovídá: Pán Bůh se postará.

Později se manželé sejdou a matka se ptá svého muže: "Zlato, tak jak to šlo? Jaké mají plány?" Otec povídá: "Nemá žádnou práci, nemá žádné plány, ale co mě děsí nejvíce, myslí si, že jsem Bůh!"

Nemusíme se bát - Bůh se postará. Máme dobrého nebeského Otce, který ví, co potřebujeme. Nemusíme se bát navzdory nejistotám a doslova zemětřesením v mnoha oblastech našich životů. Můžeme důvěrovat našemu Otci, ale jinak, než onen mladík.

Poděkování za úrody země je svátkem radosti a vděčnosti. Ale zároveň je to svátek, při kterém se může lehce stát, že naše radost z darů bude větší než radost z Dárce. Mnohdy se stává, že lidé touží po Božích darech, po Božím požehnání, ale netouží po Pánu Bohu.

A proto chci nás všechny pozvat ke dvěma praktickým věcem. Ta první:

- projevme Pánu Bohu vděčnost. V dnešním světě vládne nevděk. Nejsme mnohdy vděční za naše rodiny, za ty, kteří stojí v čele našich měst, obcí, státu. Projevme Pánu Bohu vděčnost.

- ta druhá: jako odpověď na Boží péči, na Jeho zaopatření, na Jeho lásku projevenou obětí Ježíše Krista, pověřme naše srdce, naše životy Pánu Bohu. Dovolme mu, aby vstoupil do našich životních lodí, rodin, aby dal nový začátek. Amen.

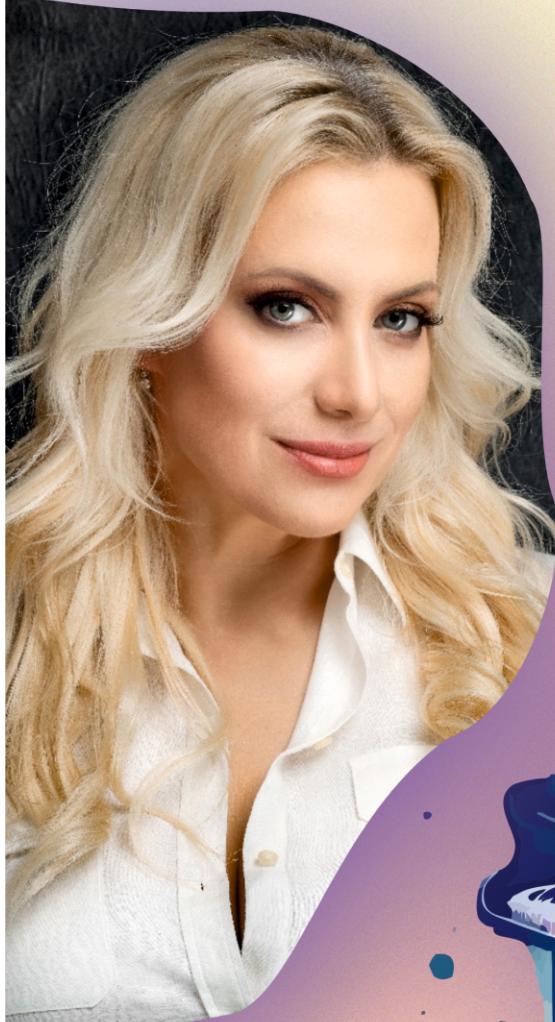
Jan Fojcik, pastor sboru Sceav Návsí



TEREZA MÁTLOVÁ

KONCERT 21.10.2023 V 16:00 HOD.

KOSTEL BOŽÍHO TĚLA - JABLUNKOV



KLAVÍRNÍ DOPROVOZ
MARTIN LEVICKÝ

PŘEDPRODEJ VSTUPENEK V JACKI VSTUPENKY NA MÍSTĚ
SENIORI 150 KČ
DOSPĚLÍ 190 KČ

SENIORI 200 KČ
DOSPĚLÍ 250 KČ

DĚTI DO 15 LET V DOPROVOZU RODIČE ZDARHA

TEREZA MÁTLOVÁ
SOPRANO



JACKI
Jablunkovské centrum
kultury a informací

Z GÓROLSKICH ROZMYŚLAŃ A.D. 2023

Z Górolskich Rozmyślań A.D. 2023

Zaszyli się w cieple swych poglądów, zaciskając pięść przed zmianami. Narzucają swe wygody, nie zastanawiając się nad cudzymi potrzebami. W życiu swym skupią umysły i serca na doczesności. Korcem zasłaniają światło, nie akceptując indywidualności. Dokładają starań, by budować mury, chcąc oddzielić się od inności. Tkwiąc pośród nich, przestają dostrzegać głębię braterskości. Gdy pojawi się u nich wizjoner, oskarżają go o małostkowość. Przeoczają fakt, iż w ten sposób utopili się w zaściankowości. Spoglądając na wielu znaczących, zazdroszcząc im wolności. By się do nich upodobnić, są w stanie łamać swe kości. Uczę siebie powielania, pozostawiając pod korcem sens istnienia. Nie dostrzegają swobody, którą daje jedynie umiejętność myślenia.

Rozważania zaczerpnięte z wydanej latoś, niezwykłej ksiąski pochodzoncego z Jaworzinki Jonasza Milewskiego, pt. „Nonkonformista” a poświncowej postaci zasłużonego dla Isternej i Księstwa Cieszyńskiego, dugoletniego fajta Pawła Juroszka, który fajtował w Isternej w latach 1885-1888 i 1891-1908

Łoblubiynica wedle Pisma Świyatnego

Jesi naprowdym chceś mieć łoblubiynicym wedle Pisma Świyatnego, to wybier se dzieuszkym, kiero je dobróm cerom dla rodziców, dobróm siostrom dla rodzyństwa, zgodnóm koleżankom, litościwom i łagodnóm aji dla bydlont. Dyć dóm rodzinny je szkołom życio. Coby mieć w żónie przyjaciela, a nie wroga, trzeja umieć pozyskać jej serce, starać sie podobać dobrym postympowaniam i wzbudzić ku sebie przywionzani. Chcónc se zapewnić śwynty pokój w domu, trzeja wybadac, co teś prziskoło żóna myśli ło oświatie, ło nauce, łogólnie ło postympie; bo jesi una je ciymno, trudno ło nij wymagać rozumnego zapatrywanio sie na świat i roztomaite wiecy. A z upodobań i poglóndów narzecionej możeś wywnioskować, jaki beje wasie prziskołe pożyczi.

Do teraz miarom łoświaty dla dziywczyny była umijyntność czytanio, dziska uś to nie wystarcio. Rozumny młodziyniec wymago ło swojij prziskoły żóny wiynksij nauki i wielu za warunek ślubu kładzie coby panna poszła aspón na rok do škoły gospodarcij, w kierejby sie obznajomiła z obowionzkami, jaki na siebie jako żóna, matka i gospodyn biere. Hladajónc na żónym niewiasty dobrej, uczciwej i nieglupij – zastanów sie co doś ji nawzajym? Pamiyntej, zie powiniyneś być dla nij również kochajónnym, dbałym i móndrym chłopym, bronić jóm na każdym kroku ło przykrości, jaki ji los, abo ludzie zgotujom, sianować jóm i wspomogać wsielijakimi siłami.



Jesibyś nie ciuł sie zdolnym do wypełniynio tych śwyntych łobowionzków, to lepij nie żyń sie i zostón bezżynnym do śmierci.

źródło: "Przy kądzieli; pogadanki dla kobiet o ważnych sprawach", napisała Antonina Smiskowa ps. Antoszka, 1913 rok (tłumaciyni moje)

*Po co žijymy?
Życi je debła worte
poza Juróm spod Grónia, Janym Kawulokym, Janym
Wałachym; Andrzejym Niedobóm,
Marióm Gwarek, Renatom Putzlacher, Morcinkym,
Adamym Sikoróm
Pawłym Ruckim, ksyndzym Grimym, Janym Łyskym,
Jerzym Proboszym,
Anielóm Kupiec, Zuzkóm Kawulok, Urszulóm
Gruszkóm; Jewkóm Trzyńciankóm,
Piegzóm, Jasiczkym, Pawłym Łyskym, Jindrzichym
Zogatom, Antkym Szpyrcym
je wogole nicim.
Życi je debła worte,
jesi nima zowziynte,
no bo trzeja, przyjaciele wrócić,
wsiecko tam zmiyić, łobrócić -
coby smyreki, buki siumialy nad łolzóm
i coby słónice blyskło
w złocie zbozio, w bróni hartowanej,
w łociach bliskich, we krwi przelanej,
nad Jabłonkowskim Przełyńciom łotwartom -
i coby žić było warto.*

Władysław Broniewski,
„Po co żyjemy” (fragm.tłumaciyni moje)

Z górolskim pozdrowiynim
Andrzej Suszka z Rupiynki ło Fiedora
(Foto: autor)



Oslavte s námi **TÝDEN TURISTICKÝCH INFORMAČNÍCH CENTER**

pořádaný v návaznosti na Světový den pro rozvoj informací

24.10.2023

JACKi, Jablunkov, Mariánské náměstí 1

Dopolední přednáška o Mionší pro děti

Od 15:00 hod přednáška o Mionší (pro širokou veřejnost)

Ochutnávku regionálních pochutin



www.aticcr.cz

[f www.facebook.com/aticcr](https://www.facebook.com/aticcr)



Turistické informační centrum
první krok na vašich cestách

Jste srdečně vítáni

ŽIVOT PŘES OBJEKTIV

DAVID BYRTUS

Málokdo dokáže vidět ve světě tu opravdovou krásu. A ještě méně lidí jí dokáže zachytit. David pochází z Třince, ale i díky tomu, že prakticky vyrůstal v Dolní Lomné na chatě, si naprosto zamiloval Beskydy, a to ne jen jako cestovatel, ale hlavně jako fotograf. David dokáže najít přes objektiv to, co nám je skryté. Studoval Informační technologie, takže k technice měl vždycky blízko. Momentálně pracuje jako „ajták“, a i když je skoro pořád za počítačem, moc rád utíká z reality do přírody, aby si vyčistil hlavu a nafotil opravdu famózní fotografie. Každou volnou chvíli je upravuje, nebo přemýšlí, kam výcestuje tentokrát.

Fotil jste už jako dítě, jaká byla vaše první fotografie?

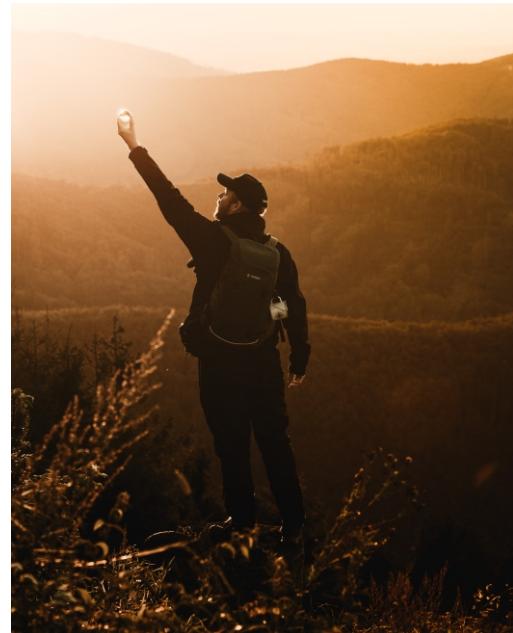
K focení jsem se dostal, když mi bylo asi 16 let. V té době si můj táta koupil první zrcadlovku a já měl možnost mu nahlížet. Na základě toho jsem se začal zajímat o focení a díky škole, na které jsem studoval, jsem měl možnost svojí zálibu prohloubit. Při mému studiu vznikla i má první fotografie. Dostali jsme za úkol nafotit noční město, ve kterém žijeme. Půjčil jsem si teda tátovu zrcadlovku a nafotil jsem nějaké fotky nočního města. Když jsem je přinesl ukázat panu učiteli, dal mi za 5 se slovy, že mi nevěří, že jsem to fotil já. Moje první fotka je určitě dohledatelná asi někde na facebooku, ale vystavenou jí rozhodně nemám. Když má člověk už nějaké zkušenosti a zážitky, tak se první fotkou opravdu nechlubí.

Věděl jste vždy, že chcete fotit? Jaký jste měl k focení impuls?

Nevěděl. Impulsů, co mě přivedly k focení, bylo opravdu hodně. Po impulsech od tátu a školy, jsem měl menší pauzu, kdy jsem se k focení musel probojovat. Dostal jsem se k focení zpátky na základě životních zkušeností, kdy jsem si prožil nějaké rozchody a další těžké situace. Zjistil jsem, že si u focení vycistím hlavu. Byl to pro mě naprostý útek z reality.

Věnoval jste se i nějaké jiné umělecké činnosti?

Umění mě vždycky fascinovalo jen z pohledu diváka. Rád se chodím dívat na výstavy, protože opravdu obdivuji lidi, co umí malovat.



Já osobně jsem se k tomu nikdy nedostal, ač jsem to zkoušel, vždy to dopadlo otřesně. Proto jsem radši zůstal u focení.

Jak jste se naučil fotit a upravovat fotografie?

Myslím si, že je určitě potřeba mít k focení nějaký cit, ne každému se podaří zachytit ten moment, jaký si představuje. Následně jsou to stovky hodin, které jsem odseděl za počítačem, kdy jsem se učil novým věcem, hledal jsem různé směry, které by mě mohly posunout dál. Focení je časově náročná práce, jako každá jiná. Já ho mám jako koníček, ale lidí co se tím živí, u toho stráví nespočetně hodin času. Málokdo si uvědomuje, kolik hodin práce je za jednou fotkou. Z takových důvodů pak nastává ten finanční rozpor.

Kde berete inspiraci k focení?

Mám jednu obrovskou výhodu a to je ta, že jsem se narodil v Beskydech. Znám hodně „neprofláknutých“ míst, například v Lomné, kde jsem prakticky vyrůstal. Rád chodím na hory a v mé povinné výbavě určitě nesmí chybět fotoaparát. Jelikož jsou naše Beskydy nádherné, vždy se najde nějaká inspirace, nebo okamžik, který si zaznamenám. V dnešní době plné sociálních sítí, hledám někdy i tam zajímavé místa, které bych rád vyfotil a navštívil. Je v tom jen jedna malá nevýhoda, že na takových místech bývá hodně lidí, takže udělat kvalitní fotku je opravdu náročné a zabere hodně času, než přijde ta správná chvíle. Většinou si musím hodně přivstat, nebo naopak počkat do večera, abych mohl mít fotku, která by se mi líbila.

Kolik času potřebujete na úpravu jedné fotografie?

Je to hodně individuální, u fotek platí pravidlo, že káže hlavně světlo. Pokud je tedy ta fotka opravdu precizní, z toho fotáku vyjde, dalo by se říct skoro sama a já už do toho dám jen minimum práce a jsem spokojený. Takových fotek je ale málo, při těch běžných fotkách, do kterých chci vnést i něco svého, at' už je to úprava barev nebo objektů, tyto fotky mi pak zaberou klidně i 5 hodin.

Jaký žánr fotografií fotíte?

Já se zaobírám hlavně krajinkářskou fotografií. Naplňuje mě hlavně tím, že si u toho naprosto vyčistím hlavu. Jdu do přírody, sednu si do trávy a třeba čekám na západ slunce. Dokážu tak ventilovat své pocity. Zkoušel jsem fotit i svatby, děti a v rámci školení i fotografie v ateliéru. Snažím se sbírat různé směry a zkušenosti, abych se posunul dál.

V čem jsou vaše fotografie jedinečné, jak se lišíte od jiných fotografů?

Pokud můžu mluvit za všechny fotografy, každý ty svoje fotografie vnímá, že jsou prostě osobité a vždycky tam dá něco svého. Já osobně se snažím dělat fotografie do stylu film looku, což znamená, že si hraju s barvami, aby měly určité synergie. Myslím si, že každý fotograf má své určité kouzlo. V dnešní době už je v téhle „branži“ velká konkurence.

Co vás na focení nejvíce naplňuje?

Na focení mě nejvíce naplňují ty momenty. Ty situace, které bych bez focení normálně nezažil. At' už to jsou přírodní jevy, nebo ty nádherné místa jako třeba Island, na kterém jsem byl. Je to prostě takový motor do života, který mě žene pořád dál.

Stává se vám někdy, že upravíte fotku a pak se vám nelíbí?

To se mi stává hodně často. V takových situacích si prostě řeknu, že musím jít dál. Kouzlo je v tom, že co se mi nelíbí teď, neznamená, že se mi to nebude líbit za půl roku, takže se k těm fotkám po nějaké době vracím.

Je pro vás focení jen koníček, nebo fotíte i na zakázku?

V podstatě focení je pro mě stále jen koníček. Jsem totiž člověk, který si říká, že se nemůže rovnat konkurenci. Takže to nechávám zatím tak, jak to je. Někdy se naskytne příležitost něco nafotit. Lákalo by mě to posunout se dál, ale jak už jsem zmiňoval, focení zabírá moře času a při stávající práci bych se jen chodil domů na pár hodin vyspat. To se sice stává občas i teď, ale pořád si hledám čas na focení.

Sedám si k tomu převážně večer, protože si myslím, že právě večer má člověk takové jiné emoce, které do těch fotek ještě může vložit. Já jsem třeba hodně náladový člověk a myslím, že z mé tvorby by šlo vyzkoušet, v jaké náladě jsem zrovna byl.

Kde můžeme vaše fotografie vidět?

Fotky můžete vidět na: instagramu david_iphotographer a nebo na facebooku jako David Byrtus Photographer.

**„Plánujete nějakou výstavu svých fotek?**

Jednu výstavu už jsem měl, konkrétně 2 roky zpátky, kdy mě oslovovala paní ohledně výstavy v Ostravě. Zaujaly ji moje fotky Beskyd. Souhlasil jsem a moje fotky byly vystavené nakonec nejen v Ostravě, ale následně putovaly do Havířova, do Štramberku a dalších měst. Každopádně do budoucna se výstavám věbec nebráním. Chtěl bych lidem ukázat svoje vnímání přírody, zážitky, svůj směr a rád bych to s nimi touto cestou sdílel.

Máte nějaký sen ohledně focení?

Myslím si, že sen každého fotografa spočívá asi v tom, že chce být spokojený hlavně sám se sebou. Každý fotograf je v nějaké míře se sebou nespokojený a v určitém směru je to dobré, aby se dokázal zlepšit. Nesmí ale ta míra nespokojenosti být velká.

Chtěl byste být jednou vyhlášený fotograf?

To je taková moje skrytá osobnost, kdy já vlastně neprahnu po slávě, dělám to, protože mě to baví. Fotil jsem už i pro nějaké firmy, ale nikdy jsem za to nic nechtl. Jde mi o to, že to dělám hlavně pro sebe, aby mě to nějak uspokojilo.

Vyhral jste už nějakou soutěž?

Párkrát jsem už i něco vyhrál. Dokonce i v některých časopisech otiskli moje fotografie. Nebyly to ale nějaké velké soutěže. Pro mě je důležité, že mou práci mohou lidi vidět, i malý úspěch je úspěch. Jsem hlavně rán, že moje fotky nelezí zavřené v šuplíku. Člověk musí mít vždy pokoru. Když mi je lidé chválí, je to takový motor, na druhou stranu, když mi je naopak někdo zkriticuje, musím si z toho něco vzít.

Jakou používáte techniku?

Fotím na bezrcadlovku Sony A7 III a následně pak upravuju buď v lightroomu nebo ve photoshopu.

Je vaše zaměstnání nějak spojené s focením?

Vždycky mě bavila nějaká ta vizuální tvorba. V práci dělám kodéra a kóduru konkrétně webové stránky. Abych vám to vysvětlil... Mou práci je například tvorba tlačítka koupit, jeho vizuální tvorba, či jeho změny. Ke kterému přijdete do kontaktu, když nakupujete na e-shopu. Jde o to, že vidím ty vizuální změny. Takže ano, mohlo by to souviset s tím, že fotím.

Mimo focení rád cestujete, co byste nám o tom řekl?

Už jako dítě, kdy mě máma vzala do Bulharska, jsem měl ty dětské vykulené oči. Viděl jsem moře a poprvé jsem byl tak daleko. Později jsem začal jezdit na vlastní pěst. Měl jsem možnost navštívit hodně míst, jak už zahraničních, tak i tady u nás. Jsem toho názoru, že by se člověk neměl vracet na místa, které už viděl. Svět je na tolik velký, že bychom ho měli chtít vidět co nejvíce. U mě teda jediná výjimka je Island, který mě natolik uchvátil, že jsem ho prostě musel procestovat ještě jednou.

Je nějaké místo v Česku, na které se rád vracíte?

Těch míst je určitě hodně. Česká republika je opravdu takový střed Evropy, který je nesmírně krásný a má pořád co nabízet. Kdybych ale měl říct konkrétní místa, jedno z nich bude určitě Mikulov, jelikož mám část rodiny z Moravy. Je to kouzelné sednout si na Sv. kopeček a pozorovat s vínkem v ruce ty západy slunce. Další místa budou určitě tady z Beskyd. Beskydy jsou prostě moje srdce. Mám hrozně rád místa jako je Štramberká Trúba, v Lomné Muřinkový vrch nebo Velký Polom, který je specifický svými zničenými stromy.

Ještě dodám, že tady máme plno krásných míst, jako je třeba Lysá Hora, ale ty už jsou tak „profláklé“, že se tam podívám tak jednou za rok a radši si projdu tady ty naše Beskydy, kde je těch lidí méně.

Vzniklo cestování tím, že fotíte anebo focení tím, že cestujete?

To je dobrá otázka. Já si myslím, že to focení přišlo až poté, co jsem začal cestovat. Říkal jsem si, že by to byla škoda, kdybych nezkusil zachytit to, co mě tak nabíjí, a tak jsem to spojil.

Kam byste se chtěl ještě podívat?

Můj takový dětský sen je procestovat celou Ameriku. Chtěl bych jí prozkoumat od východu na západ a doufám, že se mi to jednou vyplní. Určitě bych ještě chtěl vidět Nový Zéland, na který mě to i v rámci focení hodně láká. Má tam dokonce pár přátel, a když vidím, co mají možnost zažít a vidět, tak mě to dost inspiruje. Příští rok máme v plánu jet s partou na Madeiru, vezmeme si stany a projdeme pěšky celý ostrov.

Máte nějaké sponzory na vaše cesty?

Sponzory žádné nemám. Cestuju na vlastní pěst a dávám do toho své úspory. Prostě co si vydělám, to si projezdím.

Máte i nějaké jiné koníčky?

Snažím se naučit hrát na kytaru, ale to je taky na dlouhou trat. Já už si asi vybral koníčky, které mě doživotně zabaví. To krásné na tom je, že díky svým koníčkům, jsem našel sám sebe. To mě vlastně v životě popohání dál.

Chtěl byste říct něco na závěr?

Na závěr bych chtěl lidem říct, že ty naše krásné Beskydy mají kouzlo v každém počasí. Stojí za to jít do té přírody, i když zrovna prší.

Děkujeme za rozhovor

Terezie Borská

Foto: archiv David Byrtus



VEČERNÍ BĚH JABLUNKOVEM PRO SVĚTLUŠKU

14. 10. 2023 v 18:00 hod.

Městský les, Jablunkov

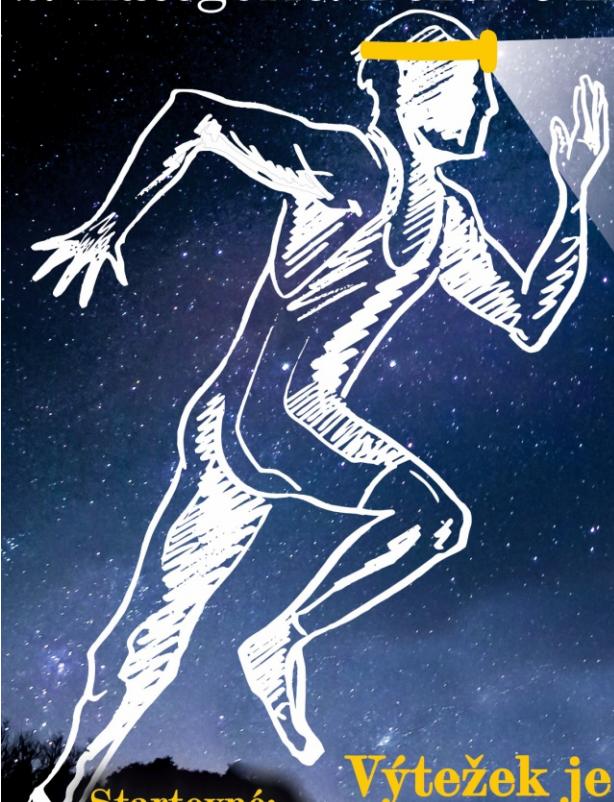
18:00 hod. kapela Dr. Ong

19:00 hod. kapela QAI

START v 20:00 hod.

1. Kategorie: Rodiny s dětmi, senioři 2 km (není třeba běžet)

2. Kategorie: Běžci 5 km



Účast bronzového medailisty
Mistrovství světa
Marka Grycze

účast na vlastní nebezpečí
podmínka - vlastní čelovka

Startovné:
Dospělí 100 Kč
Děti 50 Kč

Výtežek je věnován nadaci Světluška
registrace na:
<https://registrace2.onlinesystem.cz/>

EJ TY LASY, POLA A GRÓNIE WOŁAJÓM NÁS KU SEBIE

Lato je za nami ze wszyckimi przigodami a latoś jich było zaś nie mało, co dotyczy kulturalnych a sportowych imprez. **Žniwa w kulturze a sporcie sóm co roz to bogatszi w całym naszym sztyrokim regionie Ślónska Cieszyńskiego CZ/PL.** Człowiek, kiery miyszko na czeski, albo na polski strónie ganicy, tak se może przechodzać i przejeżdżać na drugom stróne. Wszecy sie mogemy cieszyć z tego, że tu mómy po blisku tak fajniackich sómsiadów. My młodzi se to nie pamiintómy, ale były czasy, kiedy sie skyrz pore litrów polskiego szpyrytu z Istebnej musiało po ćmoku chodzić lasami a potóczkami, aby se przilepszyć na wiesielu. Teraz aji całe wiesieliska jeżdżujom kónkretne do Istebnej, aby sie tam radować a cieszyć. Wszycy wiymy czymu sie tam jeżduje...umióm sie lepi postarać, no i zrobiom wielkóm goścynym z porzóndnego materiału. Sóm fakt dobrzi Ci nasi sómsiedzi. Dziynki tymu sie tam teraz tak czynsto zkyrz kajaki okazje jeżduje. Powstowajom potym nowe koleżyństwa a przyjaźnie. Niejedyn człowiek tu stela sie zakochoł do górolki z Istebnej, albo sie jakimusi Istebniokowi uzdała dziełucha łod Jabłónkowa, kiero prziszła swobodno kómusi na wiesielu. Co ku tymu powiedzieć. **Chwała Bogu, že granica juž je jnym na mapie. My sie mogemy cieszyć swobodóm, kiero łod jak žiwa wóniała Górolóm.**

Pod beskidzki Grónie juž nóm prziszła ta przecudowno pani Jesiyń, kiero ubiyo dnia a siły przirodzie. Za to wszycko farbami wzbogaco, aby nie było smutno na świecie. Gdo latoś cosi posioł a posadził, tak ni može narzykać, że nic nie skludził, bo sie wszecko jako tako urodziło. Dycki sie nónzkie jakisi miyjsce w zogrodzie na poryci. Nielepszi je teraz narychtować kónsek na czosnek, po ziymiokach, albo na nowisku, naisto szumny urośnie. Choć śliwek, tych naszych wyngierek wielu nie było, tak tyn kiery mo mirabelki, taki ty kulate szpyndliki, tak nie zapłakoł. Mirabelki u nas každym rokym dość szumnie łobrodzujom. Pómalutku sie nóm juž kulo tyn kóniec roku. **Przi dobrej pogodzie sie łobdarzcie jakómsi fajnóm wycieczkóm u nas, albo za miedzóm, i co nóm tu wiyncej jeszcze chybio?**

Janek z Brzega
Foto Autor



Když se řekne zdravý živoční styl...

19. 10. 2023, v 16:30 hod.

Jablunkov, Mariánské náměstí 1



Be. Šárka Secavá



zásady zdravého živočního stylu

žít zdravě není tak složité

mýty o počítání kalorií a držení diet

praktické rady pro každý den



Jablunkovské centrum
kultury a informací



dobrovolné vstupné

Svatojakubské putování

5. 10. 2023 v 16:30 hod.

JACKi, Mariánské náměstí 1

Eva Drašnarová a Břetislav Snášel

Putování z Porta do Santiaga de Compostela
Zážitky manželů seniorského věku



0,00 K.M.



Jablunkovské centrum
kultury a informací

Děda na kolobrndě

2. 11. 2023 v 16:30 hod.

JACKi, Mariánské náměstí 1

Břetislav Snášel
šestitýdenní pouť Skandinávii



MODERNÍ PĚTIBOJ JE TEĎ CELÝ MŮJ ŽIVOT, ALE STOJÍ TO ZA TO

MAREK GRYCZ

Je jedním z nejúspěšnějších závodníků moderního pětiboje. Účastnil se už více soutěží jak tuzemských, tak zahraničních. Je vicemistrem světa v moderním pětiboji, v roce 2017 získal ocenění Junior Roku a jeho kariéra jede neustále dopředu. Získal 6. místo ve finále Světového poháru v Ankaře. Na mistrovství Evropy a Evropských her na začátku prázdnin obsadil 15. místo a skončil jako nejlepší z ČR. Posledním jeho úspěchem je bronz na Mistrovství světa ve smíšené štafetě v britském Bathu. Studoval na Filozofické fakultě Ostravské univerzity, kde získal bakalářský diplom v oboru Polština pro odbornou



Kdo Vás vedl ke sportu, anebo konkrétně k pětiboji?

Když jsem šel do první třídy, rodiče viděli, že jsem hodně aktivní a chvíli „neusedím“. Byl jsem ovšem i pohybově nadaný, a tak mě přihlásili na pětiboj do Bystřice. Zásluhu v tom měl hlavně můj otec, který byl zároveň mým trenérem v plavání. Po plavání se postupně přidávaly další disciplíny a natolik se mi to zalíbilo, že jsem zůstal u pětibaje až do současnosti. Vyměnilo se u mě několik trenérů, ale od 13 let až dosud je mým osobním trenérem Ivo Konvička. Konkrétní disciplíny jako šerm nebo parkur mají jiní trenéři, ale celý plán soustředění a tréninků mi připravuje on.

Je Vaše rodina sportovně založená?

Můj bratranc Marian Adámek hraje za Oceláře Třinec. Vyrůstali jsme spolu, společně jsme hráli na policajty a zloděje, ale třeba i tenis. Jeho mamka, moje teta, taky hodně sportovala. Můj otec i strýc jsou učitelé tělocviku. Všichni ostatní z rodiny rádi sledují hokej, atletiku, cyklistiku. Myslím si, že mě to hodně ovlivnilo, ale zároveň asi největší vliv mělo rozhodnutí rodičů mě zapsat na pětiboj.

Už od první třídy byly Vaše tréninky intenzívní?

Ano, už tehdy jsem trénoval 3 – 4 krát v týdnu. Od začátku jsem dělal jen pětiboj, jinému sportu jsem se vlastně ve svém životě nevěnoval.

Jak probíhaly tréninky, když jste měl školní povinnosti?

Škola mi vždy vycházela vstřík. Už na základní škole jsem byl omlovený z posledních hodin, abych mohl jít na trénink, a na gymnáziu jsem měl individuální plán.

Zrodila se ta vášeň postupně, anebo Vás to bavilo od začátku?

Jako dítě jsem pětiboj bral spíše jako koníčka. Teprve později přišel ten zlomový moment, kdy jsem byl v 15 letech na mezinárodních závodech na Mistrovství Evropy do 17 let a získal první medaili. Uvědomil jsem si, že tohle bude asi má cesta. Pochopil jsem, že jsem v pětiboji dobrý a že tohle může být moje budoucnost, že mohu dělat pětiboj i na profesionální úrovni. Po prvním úspěchu mě to začalo o hodně víc bavit.

Z čeho se skládá moderní pětiboj?

Pětiboj se skládá z plavání na 200 metreů, parkuru s překážkami, šermu, běhu 5 krát 600 metrů se střelbou. U velkých závodů startuje například 100 závodníků, nejdřív se rozdělí do tří skupin, a dohromady z těch tří skupin do semifinále postupuje 36 závodníků, pak 18 do finále. Jsou to 3 závody ve 4 dnech. Parkuru se účastní už jen těch 18 závodníků na konci závodu. Nejdřív je šerm, pak plavání, pak kombinovaná disciplína běh - střelba. Ve finále se začíná závody na koních, pak šerm, plavání a běh se střelbou. Záznam celého průběhu závodů pro média trvá 90 minut. Proto se v semifinále a finále šermuje už den dopředu. Šermuje každý s každým na jednu trefu a to trvá dvě a půl až tři hodiny. V televizním přenosu se tomu říká „bonus rant“ a funguje to tak, že předposlední jde proti poslednímu, kdo vyhraje, postupuje atd. až do prvního, to trvá už jen 15 minut.

Je pětiboj o všeobecném talentu?

Každá z pěti disciplín se od sebe hodně liší. Třeba desetiboj v atletice je o podobných disciplínách, ale disciplíny v pětiboji nemají moc společného. V parkuru musíte mít kladný vztah ke zvířatům, v šermu je třeba trochu agresivity, rychlosti a dynamiky, v běhu je hodně důležitá vytrvalost, mezikádám se střílí, tak je třeba přímo z běhu se začít soustředit. Při plavání člověk používá zas úplně jiné svaly, než v ostatních disciplínách. Je to velmi odlišné a je důležité umět přepnout mozek. Je to náročný sport hlavně na hlavu. U ostatních sportů to platí taky, ale v pětiboji asi nejvíce.

Ve které disciplíně jste nejlepší, a která Vám dělá největší problém?

Nejlíp mi jde plavání a umíšťuji se vždy na prvních pozicích. Naopak v šermu se mi daří proměnlivě, občas šermují hůř, než bych měl.

Je to pro Vás velký adrenalin, anebo jste spíše klidný před závodem?

Adrenalin je vždy, bez toho to asi v soutěžích nejde. Naopak to hodně pomáhá v běžném životě. Pak už vás nic „nerozháže“ a těžší situace zvládáte o hodně líp. Mám dokonce pocit, že v běžném životě už nemám stres snad z ničeho. Při maturitě anebo státnicích jsem byl nejklidnější ze všech. Emoce jsou u vrcholového sportu opravdu extrémní.

Jak probíhá příprava?

Trénuji 5 – 6 krát za týden kromě neděle, někdy dopoledne i odpoledne. Celá příprava začíná v polovině října, abychom byli připraveni na závody v březnu a dubnu, kdy je první světový pohár. Takže to trvá bezmála půl roku.



. Pak pokračují další závody až do konce prázdnin. Každý rok je to stejně. Příprava je rozdělená tak, že v zimě se dělá vysokohorské a objemové tréninky. Jsou to dlouhé vzdálenosti s menší intenzitou. Když se blíží závody, vzdálenosti se zmenšují a intenzita tréninků narůstá. Je to hlavně běhání. Pokud jsou na místě bazény, tak se plave, někdy se jezdí na běžky. V zimě se jezdí do Alp do Svatého Mořice nebo Ramsau, anebo do Coloráda. Do tepla na Tenerife, do Dubaje, anebo do Jihoafrické republiky.

Musíte trénovat i mimo sezónu, aby vaše kondice zůstala na stejném úrovni?

Někdo běhá průběžně, já dělám úplnou přestávku. Měsíc a půl není zas tak dlouhá doba, aby to mělo zásadní vliv. Je to jediné volno za celý rok. Já mám rád úplně si od sportu odpočinout. Po 3 týdnech tréninků jsem zas ve formě.

Rozhoduje Váš trenér i o celé Vaší životosprávě, jídle, spánku?

O jídle si rozhoduju sám. Jsem spíše typ, který má dobré spalování a hlídat se moc nemusím. Je to individuální. Zkoušel jsem si jídlo hlídat, ale nemělo to na mě větší vliv. Je to hodně práce navíc, a ta energie, kterou jsem do toho dal, se mi nevrátila. Co se týče potravinových doplňků, těch je opravdu hodně. Děti by je neměly používat, vše se začíná postupně doplňovat až v 15 – 16 letech. Všechny doplňky, které používáme, jsou hlídané a schválené antidopingovou komisí. Náš svaz to sponzoruje. Jsou to věci, které sportovec potřebuje, aby zvládl tréninkovou zátěž.

K jaké patříte organizaci?

Mým zaměstnavatelem je Dukla Praha. Je to armádní organizace, která patří pod Ministerstvo obrany. Kromě toho jsem v organizaci Český svaz moderního pětiboje. Většinu tréninkových cest a závodů platí svaz a taky zařizuje administraci. S ČSMP mám smlouvu o účasti v reprezentačním týmu.

Jaké soutěže či šampionáty jste absolvoval?

Od doby, kdy se počítám do kategorie dospělých - od 21 let, absoluji všechny světové poháry a všechna mistrovství světa. Vždy jsou 4 poháry, na kterých se sbírají body. Podle toho se pak 36 sportovců dostane na finále Světového poháru. Pak jsou 2 mistrovství světa a 2 mistrovství Evropy. Takže každý rok absolvuji 7 závodů. Nejdůležitější z nich jsou finále poháru světa, mistrovství Evropy a mistrovství světa.

Patříte do Českého olympijského týmu, byl jste na olympiadě v Tokiu?

Patřím do Českého olympijského týmu, na olympiadě jsem nebyl, byl jsem jen kandidátem na olympiádu v Tokiu. Jet na olympiádu je můj cíl, a věřím, že za rok v Paříži se už zúčastním.

Jedním z největších Vašich úspěchů je 6. místo v FSP v Ankaře v roce 2023. V mistrovství Evropy a Evropských her v Krakově jste na začátku léta obsadil 15. místo. Před měsícem jste získali spolu s Lucií Hlaváčkovou na Mistrovství Světa ve Velké Británii v Bathu bronzovou medaili. Jaká medaile je pro Vás nejcennější?

Největší individuální úspěch je pro mě 6. místo ve finále Světového poháru v Ankaře. Poslední medaile je z Mistrovství světa ve štafetě. Samozřejmě je to jen ze štafet, ale i to je super úspěch, toho si cením asi na stejně úrovni. Když jsem byl v juniorech, vyhráli jsme mistrovství Evropy, taky štafetu mistrovství světa Juniorů, 2. místo na mistrovstvích světa, ale pořád je to juniorská kategorie. V dospělé kategorii je to už úplně o něčem jiném, jsou tam všichni profesionálové, všichni to dělají naplně a prosadit se je o hodně těžší.

Kde svoje medaile anebo poháry vystavujete?

Pro mě je důležitá ta výhra a konkrétní medaile nebo pohár pro mě zas tolik neznamená. Mám jich tolik, že je musím skladovat v krabici ve sklepě. Máme asi 150 pohárů a 200 medailí, vystavují jich jen několik.

Měl jste i krizové situace a chtěl jste to vzdát?

Jsou krizové momenty, když se hůř daří a baví mě to o trochu méně. Vzdát to ale nejde, je podepsaná smlouva a je to moje práce, kterou se snažím dělat, jak nejlíp umím. Jsem mladý a v životě mohu dělat ještě všechno, co budu chtít. Ale je to i o tom, co jsem do toho investoval. Věnoval jsem pětiboji tolik času a tréninků, že to nejde zahodit. Teprve teď jsem se někam dostal, něco začal vydělávat, jezdit po světě, být ve sportu výš, a to je odměna za ty roky tréninků.

Omezuje Vás sport v osobním životě?

Ano. 90% osobního života je věnováno sportu. Už jako dítě jsem nešel s kamarády na „průlezky“, ale na trénink. Přes sezónu nemohu s přáteli chodit na pivo. Co se týče jakýchkoli soukromých vztahů, vše je podřízeno sportu. Někdy si uvědomuji, že i na rodinu mám málo času. Naštěstí to chápou a podporují mě v mé kariéře.

Jak dlouho se dá dělat ten sport?

Aktivně se dá dělat pětiboj do 35 – 36 let. Je to ovšem individuální. Nejstarší pětibojář, kterého jsem znal, aktivně soutěžil do 40 let.

Máte nějaké velké sny ohledně závodů?

Celý život chci jet na olympiádu. A toho se držím.

Děkujeme za rozhovor a přejeme úspěch na olympiádě
Irena Jurgová

Foto: archiv Marka Grycze



VÝSTAVA FOTOGRAFIÍ MARKA JANICKIEGO OKAMŽIKY ŽIVOTA

VERNISÁŽ 9.10.2023 V 17:00 HOD.
VÝSTAVA POTRVÁ DO 9. 11. 2023

JABLUNKOV, MARIÁNSKÉ NÁMĚSTÍ 1
JACKi

SOUČÁSTÍ VERNISÁŽE JE PŘEDNÁŠKA
S HISTORIKEM ŚLĄSKIEGO CENTRUM
WOLNOŚCI I SOLIDARNOŚCI

OKAMŽIKY ČERNOBÍLÉHO ŽIVOTA

OKAMŽIKY BAREVNÉHO ŽIVOTA

ODKAZ NA FILM:
[HTTPS://VOD.TVP.PL/FILMY-DOKUMENTALNE,163/AUTOR-NIEZNANY,341158](https://vod.tvp.pl/filmy-dokumentalne,163/autor-nieznany,341158)



SONS
Sjednocená organizace nevidomých
a slabozrakých ČR, z. s., oblastní odbočka Třinec
vás zve na koncert

RADEK ŽALUD

11. ŘÍJNA 2023 / 17:00

V SÁLE RADNICE JABLUNKOV
DUKELSKÁ 144

Záštitu nad festivalem převzal náměstek hejtmana
Moravskoslezského kraje Mgr. et Mgr. Lukáš Curylo

Moravskoslezský kraj
MINISTERSTVO KULTURY
JACKi

KALENDÁRIUM AKCÍ

Jablunkov a okolí

ŘÍJEN

2023

3. 10., 10. 10., 17. 10., 24. 10. 2023

SESTAV SI SVŮJ RODOKMEN

Jablunkov, Knihovna, Pořádá: JACKi

7. 10. 2023

PODZIMNÍ JARMARK

Dolní Lomná, Lomňanské muzeum, Pořadatel: Obec Dolní Lomná

5. 10. 2023 v 16:30 hod.

SVATOJAKUBSKÉ PUTOVÁNÍ

Jablunkov, JACKi, Pořádá: JACKi

7. 10. 2023 od 14:00 hod.

GÍROVÁ ŽIJE HUDBOU

Bukovec, Vrch Gírová, Pořádá: Horská chata Gírová

7. 10. 2023

UMĚNÍ ŽÍT – MAREK VÁCHA

Jablunkov, Farní kostel, opevnění Šance, Pořádá: Farnost Jablunkov

9. 10. 2023 v 17:00 hod.

VERNISÁŽ VÝSTAVY MARKA JANICKIEGO

Jablunkov, JACKi, Pořadatel: JACKi

11. 10. 2023 v 16:00 hod.

PALIATIVNÍ PŘEČE – MEDICA

Jablunkov, JACKi, Pořadá: MEDICA

JACKi ZPRAVODAJ - periodický tisk územního samosprávného celku, města Jablunkov. Adresa vydavatele: Jablunkovské centrum kultury a informací, p.o., Mariánské náměstí 1, 739 91 Jablunkov, IČ 47999764. Vychází měsíčně pod ev. č. MK ČR E 23799 v nákladu 2100 ks. Místo vydání JACKi Jablunkov. Odpovědná osoba: Mgr. Gabriela Niedoba, ředitelka JACKi.
Příjem inzerce e-mail: jacki@jablunkov.cz, tel.: 558 358 013; redakce si vyhrazuje právo na krácení a úpravu textů.
Tisk: KLEINWÄCHTER holding, s.r.o., Čajkovského 1511, 738 02 Frýdek-Místek.

11. 10. 2023 v 17:00 hod.

KONCERT BÍLÁ PASTELKA

Jablunkov, sál Radnice, Pořádá: SONS

13. 10. 2023

OCHUTNÁVKA VÍN

Mosty u Jablunkova, Chata Skalka, Pořádá: Chata Skalka

14. 10. 2023 v 18:00 hod.

VEČERNÍ BĚH JABLUNKOVEM PRO SVĚTLUŠKU

Jablunkov, Městský les, Pořádá: JACKi

14. -15. 10. 2023

POUŤ SV. HEDVIKY

Mosty u Jablunkova, centrum obce, Pořádá: Obec Mosty u Jablunkova

19. 10. 2023 v 16:30 hod.

ŠÁRKА SECOVÁ - ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL A VÝŽIVA

Jablunkov, JACKi, Pořádá: JACKi

21. 10. 2023 v 16:00 hod.

KONCERT - TEREZA MÁTLOVÁ

Jablunkov, farní kostel Božího Těla, Pořádá: JACKi

24. 10. 2023

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ - IC JABLUNKOV

Jablunkov, JACKi, Pořádá: JACKi