

\*\*\*\*\*  
ČASOPIS ORIENTAČNÍCH BĚŽCŮ KLUBU SK ŽABOVŘESKY BRNO / ROČNÍK XIV. / #118  
\*\*\*\*\*



PĚŤA / VELIKONOCE / CZE

Rozhovory: Peťa Pí., Markétka Firešová • Repre soustředění Tábor, M Moravy na dlouhé a klasické trati, Štafety Říčky, Česom 2012, JML: Lovčičky, Nesměř, Velké Meziříčí, Ivanovice, Velikonoční soustředění, Nominačky na ME, MČR NOB

\* \* \* \* \*  
ÚVOD / Honza  
\* \* \* \* \*

„A mistryněmi Moravy v kategorii D21 se stávají Žabiny A.“ - „Žabiný!!!“ (Odpověď z publika.)

„Druhé místo: Žabiny Bé.“ „Žabiný!“

Třetí místo: Žabiny Cé“ – „Žabiný!!! Víc než oddíl!“

„Prvá pretekárka v cílu a vítězkou mezinárodních závodů je Eva Kabáthová.“

„Mistryní České republiky v nočním OB je Adélka Indráková! Bára Hrušková! Kateřina Chromá!“

„Mistryní Moravy je Eva Kabáthová před svojí oddílovou kolegyní Hanou Hlavovou...“ Sakra chlapi! Co to je začátek sezóny? Jako ty holky nám to nějak natřely, ne? Tak už vyléčte všechny své bolístky, rýmičky, exkurze po uhelných dolech, už je po zimě!, a začněte taky s tím něco dělat! Myslím že, kvalitu nenahradí ani Arnošt s jeho „kvantitou“ Tedy 226 minuty v lese.

Kloubeček samice! :) Kdybych byl básníkem, tak píši oslavné básně: „Vavříny vítězné, vybíhají holky žabiňácké, v lesích tuzemských, v bězích orientařských...“ a tesám je do kamene, aby vydržely věky.

Zatímco holky tedy odstartovaly sezónu ve velkém stylu, tak hoši zůstávají ve stínu svých kolegyní. No snad jediné na nominaci ne ME to Adam s Milošem napravili.

Na Velikonocích jsme zažili dokonale aprílové soustředění. Ale to nás neodradilo od pořádného potočení. Soustředění vyvrcholilo napínavými pondělními štafetami. Atmosféra byla jako obvykle suprová!

Jinak se naplno rozběhla sezóna. První oblže, závody na Slovensku u Šaštína, mistrovství Moravy, první nominačky a první mistrovství ČR v nočním, kde Žabiny sbírají vždycky hodně medaile. Tentokrátě jen toho hezcího pohlaví.

Ale květen před námi, takže se sezóna roztáčí naplno.

## **Tvář z obálky: Peťa Pí**

**Dost často tě vídáme na trénincích. Takže asi máš dost natrénováno na letošní sezónu, co?**

Tak určitě, točím jako za mlada :-). Ale například včera jsem strávila na middlu v Nemsněři rekordních 67 minut, čili ještě to chce trochu doladit... Takže soupeřky, buďte zatím v klídku :-)

**Na jaké závody se na jaře těšíš?**

Tak určitě se moc těším na Austria cup na konci dubna a pak asi na první červnový víkend do Kytlice.. I když ani ne tak kvůli borským terénům, jako kvůli tomu, že to bude dlouhý orientačkový víkend už od pátku...

**Na podzim sis očividně dost užila družstev... baví tě takovéhle teamové závody víc než obyčejné?**

Užila, víc než za mlada.. Dřív mě to moc neoslovovalo, ale teď jsem asi nějak dozrála a určitě mě to baví víc. Loni to bylo super, letos bude ještě víc. Svědomitě se budu připravovat na pořádání družstev, abych podala co nejlepší výkon.

## **A jak to jde v práci? Jsem slyšel něco o nějakém kolegovi? Co s tím Pally?**

V práci mě to moc baví, nejvíc platit daně a spořit na důchod :-). Nový kolega je super - je to „referent diseminace“, ale každý ho nazývá po svém. Je mladší než já a pěkně šťavnatý, sportovec a kutil, máme odlehlou kancelář jen spolu a nosí sexy košile a voní. Měla bych s ním seznámit Pallyho, určitě by se mu taky líbil :-)

## **A jak doma hospodaříte? Pomáhá Pally s utíráním prachu?**

Prach neutíráme :-). Jinak ale musím říct, že Pally pomáhá - třeba stahuje seriály.

## **Budete mít doma kočku, a jak se bude případně jmenovat?**

Na stáří jsme kočku plánovali, ale zrovna před několika dny mi zjistili „vysokou alergii na kočku“, takže to musíme přehodnotit na hady nebo včely :-)

## **Nějaký zajímavý plán na léto?**

Připravuje se, ale jestli bude zajímavý nechť posoudí čtenáři v některém z podzimních čísel tohoto plátku :-)

## **Máš nějaký vzkaz čtenářům?**

Jo - chodte na tréninky a jezděte na závody!!

\* \* \* \* \*  
REPRE SOUSTŘEDĚNÍ TÁBOR / Káťa  
\* \* \* \* \*

### **Program:**

Pátek: odpoledne - odjezd v 15:00 od dálnice mikrobusem z Olomouce směr Tábor (zpoždění 45minut kvůli Opavě + trápení pro naše čichové buňky kvůli pekárně Delta, která usilovně celou dobu voněla); cesta cca 3 hodiny (zastávka v Mekáči aneb zdravá strava sportovce musí být).

večer - 19:00 nočák middle - volně, moc pěkný proběhnutí + strach z přicházející bouřky, 21:00 odjezd na Pension Příběnice v roklí s meandrem řeky Lužnice, k večeri ryba - pro některé luxusní večeře pro některé zklamání:-). Rozdělení do pokojů (vyfasovala jsem ten největší pokoj, který byl jen dvoulůžkác s televizí a vlastní terasou, takže jsme měli s Markétou P. romantický víkend)

Sobota: dopoledne- snídaně 8:00, 8:30 - přednáška Systematický trénink - zapojení síly (přednáška J.Kalendy) zajímavý, ale nic převratného nám neřekl; oběd 11:00, 11:15 - odjezd na MČR v krosu (jako obvykle jsme s Kočkou nestíhali, takže jsme prezentaci sotva stihli aneb trocha stresu musí být) - hned po příjezdu nás vyděsilo jak na děsně malým kusu louky to bylo namotaný. Byl krásný den a někteří z nás si zapomněli kraťasy, takže tam jedny kraťasy oběhly MČR 3x pokaždé v jiné kategorii. Závod komentoval fakt zajímavý pán, no zlatej Běda. Ani po hudební stránce to neměli moc vychytané. Když vyběháte do závodu a oni vám tam pustí nějaký ploužák, tak se vám taky běžet moc nechtece. Nicméně, všichni jsme přežili, někdo víc někdo míň, někomu to uběhlo rychle někomu pomalu, někdo byl skoro na bedně někdo to nedoběhl, ale myslím, že jako neatleti jsme ostudu neudělali a někteří soupeři na nás rozhodně nezapomenou. 16:15 - odjezd na ubytování; 17:15 - pár aktivních jedinců se rozhodlo vyběhnout si ještě na zříceninu a užít si trochu lesa než nás zase zavřou na další před-

nášku a večeri,18:00 večere,19:00 - Výživa vrcholového sportovce (přednáška P. Fořta). Tak tady jsme se dozvěděli hodně zajímavých věcí. Například, že jsme všichni velryby a že bychom měli zobat pilulky, když to dělají všichni a říct co máme jest nám nemůžeme, protože každý to má jinak, každý má jinou krevní skupinu a že všechno co jíme je špatný a že bysme si měli všechno sami vypěstovat. Nicméně myslím, že to býval chytrý člověk, ale svoje nejlepší léta má asi za sebou...-) Tato skvělá přednáška nás tak vyčerpala (byla fakt děsně dlouhá), že jsme si někteří na počest panu Fořtovi rozdělali Nutelu a pěkně se jí nadláblí. Ještě trochu podrbali a hurá spát.-)

Neděle:7:30 - snídaně, 8:00 - odjezd do centra Tábora, 10:00 start prvního kola sprintu (byl to asi nejlepší sprint co jsem v ČR běžela, chvílemi mně to připomínalo nějaký italské městečko)11:15 start druhého kola sprintu - tady se mi stala zajímavá věc. Startoval za mnou minutu Argi a běžel asi do 15. kontroly za mnou a zbytek jsem zas běžela já za ním, tak mi to přišlo divný. Že dali do kastlíku D20 jednu mapu H20 jsem zjistila až v cíli.-) Takže jsem byla přeřazena do kategorie H20. Měla jsem radost, že jsem porazila asi 10 jihočeských borců.-)12:30 - vyhláško a hurá domů.

-----  
25. 3. 12: Tábořské sprinty  
-----

1. Závod: D20: 1. Horčíčková Vendula 15:36; 4. Chromá Kateřina 16:19; 6. Hrušková Barbora 17:12; D21: 1. Šafka Brožková Dana 14:24; 4. Indráková Adélka 15:24; 17. Mezníková Lucie 19:42; H20: 13:59; 16. Brlica Pavel 15:13;

2. Závod: D20: 1. Poloprutská Markéta 14:39; 11. Hrušková Barbora 17:20; D21: 1. Šafka Brožková Dana 13:35; 4. Indráková Adélka 14:01; 19. Mezníková Lucie 18:17

H20: 1. Petržela Jan 14:28; 7. Brlica Pavel 15:28; 24. Chromá Kateřina 17:02;

\* \* \* \* \*  
MŮJ PRVNÍ KUFŘ / Janinka  
\* \* \* \* \*

Jak jinak zahájit sezónu, než dlouhou tratí, ale nebyla to jen tak obyčejná dlouhá trať ... bylo to Mistrovství Moravy a Slezska na dlouhé trati v Malém Hradisku. Po zralé úvaze jsem se při přihláškách vyhnula kategorii DT, ale i obyč mi přišla nějaká dlouhá (na to kolik sem přes zimu zvládla naběhat).

Správná závodní motivace se dostavila po nalosování startovky – Vladka šla hned za mnou! Z kuloárů se mi doneslo, že taky zrovna moc netočí, tak se dal očekávat sestrovražedný souboj v druhé polovině výsledkové listiny. Hned od startu jsem si dávala pozor, hlavně ať se někde nezaseknu, pořád sem se otáčela, jestli už mě nedobíhá... Na pětce při přeběhu přes paseku se mi asi už zavařil mozek a začal se blížít začátek mého konce. Jak malý děcko sem si otočila mapu asi o 45 stupňů – jak na potvoru to docela sedělo (a co nesesedělo, to sem si domyslela ). Z mého snu o porážce Vladky mě vytrhl nějaký veterán, který se mě zeptal, jestli nepotřebuju poradit (asi sem už vypadala docela zoufale, protože mi to přestávalo sedět)... Chvilí jsem se ho snažila přesvědčit, že to on neví, kde je, ale neprošlo to. Od šesté kontroly mě dělily aspoň

další dva kiláky! Tak sem se svižným tempem vydala stahovat svou chybkou. Vzhledem k tomu, že mozek byl nejspíš pořádkem zavařený, tak mi přišlo jako dobrý nápad, přejít přes celkem široký potok po tenoučkém spadlém stromku. Po prvních dvou krocích mi bylo jasné, že to dobrý nápad nebyl, ale to už jsem ležela v potoce! Musím přiznat, že tohle osvěžení mi celkem prospělo a cesta do cíle už se obešla bez větších zaváhání. Vladku sem ani náhodou neporazila, ale pár jiných případů se k mému překvapení našlo.

Vzhledem k suprovému jarnímu počasí jsme obsadili jeden ze dvou stolů na zahrádce u místní hospody a čekali na odvážlivce z DT. To čekání se trochu protáhlo, protože Arnie si vůni lesa vychutnával bezmála 4 hodiny! Ale nakonec i nás spolehlivě našel, takže pro tentokrát nikdo v lese nezůstal.

-----  
31.3.2012: Výsledky Mistrovství Moravy na dlouhé trati:  
-----

D21C: 1. Čermáková Magdalena 45:53; 13. Jiráčková Jana 75:24; 15. Stachoňová Barbara 78:19; D21DT: 1. Kozáková Zdenka 98:46; 2. Gebauerová Jana 119:33;

H21C: 1. Navrátil Tomáš 49:41; 23. Liščinský Tomáš 78:32; 28. König Lukáš 93:56; H21DT: 1. Zbranek Roman 114:59; 27. Pátek Richard 226:17;

\* \* \* \* \*  
APRÍLOVÝ CESOM 2012 / Jindra  
\* \* \* \* \*

Byl konec března a jako na konci každého měsíce se blížila i malá finanční krize. Takže když jsme se dozvěděli, že se na Slovensku poběží závody, při kterých se dá slušně přivydělat, neváhali jsme a při hlásili se na CESOM. Nedaleko česko-slovenských hranic, v rovinatém terénu blízko Senice tak na nás čekaly tři závody ve dvou dnech. V sobotu ráno náš Hjungdájek nabral Evičku, Drbču a Kátu a vyrazili jsme směr Borský Mikuláš. Centrum závodu bylo na místním fotbalovém hřišti, na kterém se nám odpoledne poštěstilo shlédnout velice vyrovnaný zápas místních (věžňů) proti hostům ze sousední vesnice.

Jelikož byla od rána pěkná zima a vítr, vytvořili jsme si zázemí na tribuně. Postupně jsme se začali vydávat na start 1. etapy. Tou byla krátká trať, která byla ze začátku moc pěkná. Nejdůležitější bylo udržet směr a pořádně to smažánkovat. Na konci trati na nás sice čekala buš, písek a 0,5 km přeběh městem, ale i tak se závod líbil skoro všem. V holkách si nejlépe vedla Evička (1. místo) a v klucích Adam (3. místo), kterého navíc brzdilo jeho přerostlé páčo. Hanka si ze závodu odnesla asi centimetrový trn v ruce, který se po dlouhé operaci podařilo vytáhnout.

Pauzu mezi dopolední krátkou trati a odpoledním sprintem jsme strávili hlavně v bufetu, kde bylo teplo. Sotva jsme si stihli zahrát hru s lístečkama na čelech, pomalovat si ruce obrázkama a už byl čas chystat se na další závod - sprint. Ten se běžel hlavně po městě, které nenabízelo moc zajímavých postupů. Rozhodovala tedy především fyzická. Po závodě jsme se přesunuli do místního kulturního domu, kde jsme si nafoukli svoje postýlky. Jelikož v kulturáku nebyla ani jedna sprcha, opláchlí jsme se v umyvadle, přestříkali sprejem a poté vyrazili na večeri.

Druhý den jsme se probudili do slunečného počasí. To však dlouho nevydrželo a snad každého během závodu zastihlo sněžení. Nedělní klasika byla taky moc pěkná, našly se v ní vyložené běžecké části, ale taky těžší mapové pasáže, takže si každý přišel na své. V samiččí elitě vyhrála Evička a nejen, že si odnesla peněžitou výhru, ale hlavně získala další zlatý pohár, za který byla opravdu moc ráda. Adam byl nejlepším žabíňákem a v součtu 3 etap vybojoval 4. místo. Celkově to byl parádní víkend s hezkým orientákem a dobrou partou :-). Příště zas!

-----  
 31.3. - 1.4.2012: Cesom 2012  
 -----

H21E:

1. Dlabaja Tomas	(33:37	15:15	77:47)	126:39
2. Sedivy Jan	(33:55	15:33	78:41)	128:09
3. Prochazka Jan	(33:59	14:46	82:28)	131:13
4. Chromy Adam	(33:59	17:09	83:46)	134:54
12. Palas Jan	(38:33	17:18	91:25)	147:16
20. Stehlik Martin	(43:04	18:59	105:13)	167:16
21. Zhanal Jan	(43:09	18:14	108:46)	170:09
27. Drabek Jan	(44:55	21:54	114:18)	181:07
- Švirák Ondrej	(47:33	18:30	dnf )	disq

D21B:

1. Hrouzová Pavla	(29:44	15:29	58:03)	103:16
2. Palatova Petra	(31:59	15:31	59:44)	107:14
3. Barčíková Renáta	(33:07	15:51	58:36)	107:34
5. Uhnava Markéta	(39:15	16:49	62:31)	118:35
11. Otrusinova Jana	(42:33	19:23	75:31)	137:27
20. Stachoňová Barbara	(56:44	30:02	102:47)	189:33

D21E:

1. Kabathova Eva	(32:58	17:52	64:48)	115:38
2. Gajda Monika	(34:33	17:45	69:33)	121:51
3. Labašová Katarína	(36:34	17:21	69:21)	123:16
4. Hlavova Hana	(35:19	19:24	69:10)	123:53
5. Indráková Adéla	(34:27	18:40	71:22)	124:29
6. Tesarova Marketa	(36:12	19:38	71:16)	127:06
8. Hlavova Jindra	(37:26	18:33	72:35)	128:34
10. Hruskova Barbora	(38:11	22:02	76:37)	136:50
15. Stepanska Adela	(41:18	20:03	93:05)	154:26
- Chroma Katerina	(34:46	mp	69:37)	disq

\*\*\*\*\*  
 1. JML. LOVČIČKY / Vojta Říčný  
 \*\*\*\*\*

Moc si z nich nepamatuju takže se nezloubte...

Po zimě jsem se na závody těšil celkem dost, protože už mě nebavilo se bořit sněhem, kterej byl jenom někde, ale vždycky tam kam jsme jeli. V zimě to taky nebylo špatný

ale byla zima takže mi byla zima, to pak po zimě taky byla zima, takže zima trvala i na jaře. Ale po zimě je to vždycky lepší takže jsem se těšil dost.

V lese to bylo (a je) celkem dobrý a já si nemám na co stěžovat... Ale něco by se našlo protože to nejhorší, co mě vždycky čekalo byly trny a ty já fakt nemám rád. Mě si trny fakt oblíbily a já jsem dycky celej dopíchanej. A pak ještě takový ty hustý „hutníčky.“ Jinak mi to vůbec nevadilo a bylo to v lese SUPEEER!!!

„Běh“ probíhal vždy s lehkostí a úžasem, no... ne doslova. Sem tam se vloudila taková malá chybička, sem tam se vyběhlo z mapy asi 3 kiláky, ale jinak zas tak moc drobnější chybiček nebylo a celkem se mi dařilo.

Na nočácích mě děsily vždycky srnky a sem tam kanci a jejich mini rodinky. Srnka už mě málem převálcovala, když jsem „pípal“ kontrolu tak se na mě vyřítla z díry nějaká splašená srnka. To je jedna z veselejších příhod, když mě málem klepla pepka, pak večer nikde nikdo jenom DUP,DUP a asi 20 metrů ode mě se řítí předem zmiňovaná prasečí mini rodinka s nezmiňovanejma orandžovejma očima.

Nic zvláštního se nepřihodilo a orienták už celkem zvládám, když jsem začínal tak mi bylo jasný jenom jak vypadá lampionek a buzola, teď už se vyznám v mapě a vím co je co takže už mi to celkem jde.

-----  
31.3.2012: 1. jihomoravská liga  
-----

D14: 1.Firešová Markéta 29.06, 2.Grycová Veronika 31.41, 3.Chroustová Šárka 31.43, 4.Malivánková Eva 39.17; D16: 1.Syrovátková Vladimíra 44.40, ... 3.Nedbálková Hana 49.41, 4.Koporová Lenka 52.37, 5.Moravcová Kristýna 102.46; D18: 1.Otrusinová Jana 46.03, 2.Chroustová Lenka 53.53; D21C: 1.Kozáková Zdenka 46.30, ... 8.Jiráčková Jana 84.10; D45: 1.Chroustová Petra 38.21, 2.Kabáthová Jitka 45.19  
H10: 1.Milán Jakub 19.29, ...4.Soška Petr 30.11; H12: 1.Gryc Vojtěch 27.11, ...4.Humlíček Tomáš 38.47, 5.Svoboda Marek 39.17; H14: 1.Hlaváč Ondřej 30.29, ...3.Soška Marek 45.20, 4.Řičný Vojtěch 57.30; H21C: 1.Kozák Osvald 56.28, ...14.Pátek Richard 130.37, 15.König Lukáš 132.45; H21D: 1.Jordanov Alexandr 51.41; H45: 1.Gryc Jan 52.49, ...6.Štěpánský Václav 59.54, ...11.Hájek Petr 78.47  
HDR: 1.Račanský Jakub 22.38, 2.Humlíčková Pavla 25.25, ...15.Kroutil Tadeáš 56.49, Kroutil Jošt DISK

\* \* \* \* \*  
VELIKONOCE / Léňa Chroustová  
\* \* \* \* \*

Velikonoce se nám letos opět vydařily. Nakonec jsme přece jenom jeli na Vidnavu. Račí údolí bylo trochu daleko od všech našich tréninku, ale to nás vůbec neodradilo od vynikající tréninkové morálky.

Ve čtvrtek 5. dubna jsme po příjezdu měli první trénink. Byly to krátké postupy a také takový mix všeho s bílými místy na mapě. Cestou na trénink viděli všichni Chrobáka v kadibudce a Pája si ten den přilepšil o dva body v Bergově :). V pátek ráno se běžely souboje a odpoledne byl pak trénink na sudou a lichou, která přešla v noci pro většinu v nočák.

V sobotu kapánek přituhlo a trochu i sprchlo, ale dvoufázový a pro fotbalové nadšence i třífázový trénink se vydařil. Myslím že, jsme vylepšovali naše stavařské schopnosti a odpoledne se nadchli pro middle.

V neděli jsme se pak probudili do bílého, zasněženého rána s představou odpolední sáňkovačky na protějším svahu, ale bohužel to po sprintech a vy nikajícím obědě roztálo, tak nám nezbyvalo nic jiného, než jít opět hrát fotbal. Večer jsme zazpívali Thomasovi k narozeninám a politovali Pallyho kotník.

Velikonoční pondělí jsme nachystaly ve formě indicií schovaných pod samiččinými polštáři. Kluci na nás byli hodní, až tradičně na Martináče, který mrskal tak, abychom si ho pamatovaly i za týden. U štafet se velmi intenzivně fandilo na divácké kontrole, všichni doběhli ve zdraví a užili si to! Naštěstí jsme odjeli dříve, než si místní kočička stihla oblíbit vícero postelí :).

\* \* \* \* \*  
MISTROVSTVÍ MORAVY / Honza  
\* \* \* \* \*

Druhými velkými závody v republice už tradičně bývá Mistrovství Moravy. Tak tomu bylo i letos, kdy se běželo nedaleko Brna v Říčkách. V sobotu byl bus skoro plný. Hlavně plno malých dětí, kterých člověk ani moc nezná.

V sobotu nás čekala klasika. Parametry nebyly tak děsivé jako loni, takže to vypadalo na pohodu. Jedničku měli jak chlapi, tak holky stejnou. A přestože jsem cestou na start z Věrky snažil vymámit, kudy je to lepší, tak mi nic moc neprozradila. Ještě jsem se snažil přemluvit Máru Cahla, aby na mě počkal, ale nepodařilo se. Když jsem dostal do rukou mapu, moc jsem netušil jak na onu jedničku jít. Ale vzhledem k mým mapovým (ne)schopnostem byla nakonec volba jednoduchá. Asfaltka. Sešupnout do dolů a pak běžet, jak na interválcích. Po výstupu na jedničku jsem toho měl plný zuby a už jsem si přál, aby závod skončil. :-) Tak jsem si hned na dvojku vybral slabší chvíli... ale nakonec jsem ji našel. Tři kontroly za sebou mi nedělaly problémy a tak jsem se trochu srovnal. Poctivě jsme se mezi 8-9 občerstvil a vyrazil na další zdolávání tratě. Další dlouhý postup z 12 na 13 jsem asi taky zrovna nevyhrál. Chvillemi jsem příliš netušil, jak se z těch ostružin vymotat, takže to šlo pomalu. Nakonec prudké údolí a v něm skála, měl jsem jisté pochybnosti, že jsem správně, ale naštěstí jsem byl. Postup 15 -16 mi strašně připomínal dohledávku po loňském ¼ hodinovém postupu. Na každé větší volné ploše jsem se koukal za sebe a čekal na Adama, který startoval osm minut za mnou. Naštěstí se neukazoval. Při krosení hustníku na 18 předběhla přede mnou asi dva metry tři divoká prasata. Tak jsem se trochu lekl a hned jsem zakufroval. Další volba lesem/po cestě byla znovu jasně. Aspoň pro mě. No a kousek před cílem mě doběhl Osin, takže jsem mapování na sběrku nechal na něm, a jen jsem se snažil držet. Povedlo. V cíly jsem byl rád, že to mám za sebou.

Nakonec jsem byl dost spokojený, protože jsem na Binga ztratil necelých 20 minut. Holky vyhrála Evička o kousek před Hankou a třetí byla Zdenka, za ní hned Jindra. Což byl rozhodně dobrý příslib na nedělní štafety!

Po klasickém dohadování kdo s kým, kdy, kde, jak a proč byly štafety nějak rozlosování a mohli jsme jet domů.

Večer jsme ještě shlédli neúspěšný pokus Komety porazit Pardubice a už jsme večer mohli naladit na štafety.



Nějak jsem se moc nevyspal, takže jsme to viděl dost bledě. Zato holky se musely vyspat skvěle...

Když jsem se po startu koukal, jak na jedničku, tak jsem moc netušil. (Ostatně jako v sobotu.) Čekal nás seběh a tak jsem to pustil a záhy jsem se ocitl nějak moc vpředu. Předemnou jen Klusy a Roumen. Hm. Ale už zahýbají do lesa. Nechám se vést vláčkem. Jenda mě předbíhá dost dlouho po startě. Ještě křičí kódy, ale vůbec nemáme stejné. Menší chybička na jedničku, ale držím se za Kárlem von Fučík, takže zatím dobré. Bohužel na dvojku mi cuká a tak zůstávám vzadu. Chvilku se radím s Mařem, ale ten mě předbíhá a zůstávám dost sám a chvilku se hledám. Ne, to se nemělo stát, to mi dělat neměli! Ale už je to tak a tudíž běžím rychle na trojku a další kontroly. Pár lidí předbíhám, ale za chvilku jsem dost sám. Ach jo. Vláček mi stále někde mizí. A sám to moc nejde. Ale najednou na 13 jsou přede mnou lidi! Wow! Z kopce přidávám a dobíhám je. Výšlap nahoru je plus minus stejně rychlý. Jen bohužel vývrat podbíhám, takže mi zase mizí. Ale je to do kopce a tak razím diváčkou vpředu balíku. Bohužel mám jinou farstu než zbytek vláčku a tak ji předbíhám. Bohužel je tu zrovna shozený lampion i krabička, takže stojan není vůbec vidět! Dost ho přebíhám, než mě zarazí krmelec za ní. Tak se vracím a už jsou včudu. Přidám, ale jsou stále přede mnou. Tak dobíhám kousek za nimi. Ach jo. Ale Jenda mi dal asi jen dvě tři minuty, takže dobré. Zato holky už si stojí velice dobře. Hanka doběhal sice o kousek druhá, ale Jindra už dobíhá první. Stejně tak vpředu je béčko, kde na druhém úseku to na druhé místo donesla Věrka a Barča to už jen držela. Evička dobíhá o pytlík a něco na prvním místě. Po ní běží diváckým úsekem Barča. Náskok má luxusní. Až za dlouho se objeví na diváckém Káta, která má za sebou pražský dres. Ale pozici drží. Takže druhá dobíhá Barča a kus za ní na třetím místě Káta. Takže holky obsadily všechny tři stupně vítězů! Pěkně! Áčková štafeta kluků ve stejném složení nakonec doběhal 10. Já jsem to na rozdíl od loňska nediskl, takže jsme doběhli asi 14. Celkem dobrý výsledek. Ale ty baby nás dneska daly! Snad příště to bude lepší... teda jen od kluků. Před holkami to chce smeknout už dneska! :-)

-----  
14.4.2012: Mistrovství Moravy, klasická trať, Říčky  
-----

D14B: 1. Kůstková Daniela 29:34; 6. Chroustová Šárka 34:11; 10. Fírešová Markéta 35:15; 11. Malivánková Eva 36:43; D14C: 1. Zdráhalová Pavla 27:55; 4. Kratochvílová Anežka 39:08; D16B: 1. Argalášová Kateřina 40:16; 11. Koporová Lenka 55:37; 16. Nedbálková Hana 63:35; D16C: 1. Moravcová Kristýna 61:02; D18C: 1. Chroustová Lenka 51:39; D20B: 1. Nožková Sára 59:53; 4. Koporová Petra 64:29; D21B: 1. Kabáthová Eva 57:20; 2. Hlavová Hana 57:39; 4. Hlavová Jindra 60:57; 7. Mádlová Věra 63:11; 12. Gebauerová Jana 68:01; 15. Tvarůžková Petra 70:35; 21. Sladká Kateřina 72:08; D45B: 1. Vavrysová Iva 45:28; 8. Kabáthová Jitka 53:52;

H10C: 1. Kundrata Jan 16:22; 5. Soška Petr 21:05; 8. Urbánek Adam 23:28; H12C: 1. Filípek Sebastian 21:24; 17. Slaný Filip 36:57; 20. Svoboda Marek 45:22; H14B: 1. Sýkora Vojtěch 33:12; 20. Soška Marek 51:41; 22. Říčný Vojtěch 53:58; H14C: 1. Jirgl Karel 38:34; 5. Komen-da Jan 60:47; 6. Jahoda Vojtěch 66:16; H16C: 1. Šplíchal Marek 45:00; H18B: 1. Minář Marek 55:28; 11. Jordanov Alexandr 77:34; H21B: 1. Smola Michal 77:43; 17. Stehlík Martin 91:08; 29. Drábek Jan 96:12;

35. Zháňal Jan 98:48; 41. Kazda Adam 100:18; 51. Krajčovič Martin 104:23; 61. Liščinský Tomáš 118:31; 62. Brabec Jaroslav 118:44; Brlica Pavel DISK; H45C: 1. Urválek Jiří 41:04; 15. Hájek Petr 70:28; HDR: 1. Račanský Jakub 19:39; 18. Zřídka veselý Adam 30:58; 18. Tachovský Matyáš 30:58; 36. Kroutil Jošt 44:15; 40. Tachovský Jáchym 48:17; 41. Zřídka veselý Martin 48:32; 44. Kroutil Tadeáš 51:36;

-----  
15.4.12: 2. český pohár štafet  
-----

DH12: 1. ZPV 66.44, 2. TBM 72.31, 3. KSU 72.41, ... 5. ZBM 83.25 (Urbánek Adam, Soška Petr, Svoboda Marek); D14: 1. SJI 88.33, 2. JPV 90.55, 3. TRI 102.51, ... 7. ZBM 137.01 (Malivánková Eva, Kratochvilová Anežka, Firešová Markéta); D18: 1. TRI 119.04, 2. ABM 120.10, 3. TZL 123.27, ... ZBM DISK (Nedbálková Hana, Moravcová Kristýna, Koporová Lenka); D21: 1. ZBM 1 118.10 (Hlavová Hana, Hlavová Jindra, Kabáthová Eva), 2. ZBM 2 127.03 (Gebauerová Jana, Mádlová Věra, Hrušková Barbora), 3. ZBM 3 130.55 (Štěpánská Adéla, Koporová Petra, Chromá Kateřina)

H14: 1. LCE 86.34, 2. TRI 89.56, 3. KSU 93.19, ...6. ZBM 125.07 (Říčný Vojta, Jahoda Vojta, Soška Marek); H21: 1. TTR 126.43, 2. AOP 134.59, 3. LCE 136.23, ... 10. ZBM 1 144.48 (Zháňal Jan, Stehlík Martin, Zimmermann Jakub), ...14. ZBM 2 154.01 (Drábek Jan, Brlica Pavel, Kazda Adam), ...25. ZBM 3 190.37 (Krajčovič Martin, Liščinský Tomáš, Chvátal Lukáš)

\* \* \* \* \*  
ZÁPISKY Z MORKU KOSTÍ O NOMINAČKÁCH NA ME / Adélka Indráková  
\* \* \* \* \*

To osudné ráno vstala jsem v šest. Třeba bylo moc brzo, třeba bylo moc pozdě, ale vlčí pudy vytáhly mne z bezměsíčné noci přímo do náruče štíplavého rána. Taška přečpaná oblečením skočila mi bez rozmyslu na záda a já v tichosti vykročila do víru velkoměsta, aby mne autobus v příštím okamžiku vyplivl kousek od místa setkání. Nepočtená osádka bojovníků vyjela obhájit českou hrdost do míst konání koncilu, na kterém mistr Jan Hus svůj skon v ohni našel.

Kostnice přijala nás mokrou náručí aprílového deště, zkrápějícího naše hlavy stejně urputně jako střechu ubytovny na břehu Bodensee. Vyškřábali jsme se s námahou do výšin budovy bez výtahu, cítíce po šesti patrech svaly na nohou, jež ještě dnešní den měly odpočívat. Příštího rána vydali jsme se na ten nechutný červený tartan zaběhnout test na 3000 m. Po výstřelu startovního tlesknutí spolu se spuštěním stopek začalo nikdy nekončící odpočítávání.. 3000 – 2950 – 2900 – 2850 – 2800 – 2750 – 2700 - ... - 250 – 200 – 150 – 100 – 60 – 50 – 30 – a vysněný cíl. Bez dnů úlevy a rozběhávání zakouslých lýtek po tomhle maratónském výkonu, čekal nás další den nelitostní dvojsprint. První klasické bloudění švýcarskou vesničkou rozhodilo startovní pole pro druhý, lovecký závod. Přes nesmírnou náročnost prožívali jsme rozkošné okamžiky závodu, v kterém ostré lokty a kvalitní vodič rozhodli o výsledku víc než mapová preciznost. Abychom se snad nezhyčkali odpočinkem, absolvovali jsme následující den

závod na klasické trati. Let lesem nepodobný trysku zajíce vyžadoval jen málo orientáckého umu, zato však prověřil do morku kostí fyziku každého závodníka. Poslední nominační den nezbývalo než se dorazit midlíkem u Cholfirstu, opět proklatě rychlým a běžecky zničujícím naše zhuntovaná těla.

A čekáte-li do konce této nóty se zatajeným dechem, jakpakže obstáli naši červenočerní borci, věřte, že důstojně. Bližší info na repwebu. :-)

\* \* \* \* \*  
DOUBLE VYSOČINA CHAMPIONSHIPS! / Markétka  
\* \* \* \* \*

Sobota 21. dubna byla ve znamení hned několika „mistrovství“! V Praze se konalo Mistrovství ČR v nočním OB, již ve dne ale Velkomeziříčsko přivítalo hned dva mistrovské závody – Mistrovství oblasti Vysočina na krátké trati a ve sprintu.

Krátká trať měla své centrum v rekreačním středisku v Nesměřském údolí a o tituly se závodilo v krásném prostoru loňského Mistrovství na krátké trati. Terén je pro krátkou trať jak stvořený, mnoho terénních detailů, skalek a kamenů, složité a náročné hustníkové pasáže. Počasí se taky po týdnu opravdového aprílu umoudřilo a tak, i když závod byl pro mnohé vyčerpávající a delší než předpokládali, pozitivní dojmy převažovaly.

Opoledne byl pak připraven závod ve sprintu přímo ve Velkém Meziříčí. Tratě byly náročné s několika zálužnostmi v podobě skrytých průchodů, schodů či naopak překvapivých plotů a zídek. Celkově ale nebyly tratě příliš zapeklité.

Jen ti nejdůležitější a nejzdatnější se pak po dvouzávodě vydali vstříc tmě a třetímu mistrovství v jednom dni.

(A jen ti nejdůležitější si tam šoupli i čtvrtý závod...)

-----  
21. 4. 2012: Liga Vysočiny a Jihomoravská liga Nesměř  
-----

D14: 1. Tereza Čechová 22:08; 4. Markéta Firešová 25:58; D16: 1. Gabriela Hiršová 24:18; 6. Lenka Koporová 46:57; 7. Kristýna Moravcová 103:51; D18: 1. Tereza Tichá 29:16; 3. Lenka Chroustová 36:07; D20: 1. Denisa Jemelíková 60:58; D21: 1. Kateřina Štěpánková 40:58; 3. Petra Tvarůžková 45:47; 8. Markéta Uhnává 54:07; 20. Petra Palátová 67:04; Lenka Kočová DISK;

H10: 1. Šimon Mareček 18:21; 6. Petr Soška 30:46; H14: 1. Ondřej Hlaváč 28:16; 5. Marek Soška 41:29; 12. Jan Komenda 66:04; 13. Vojtěch Jahoda 67:09; 14. Vojtěch Říčný 79:08; H16: 1. Dominik Frýba 26:19; 9. Marek Šplíchal 47:36; H18: 1. Jan Málek 36:10; 4. Jakub Hruška 49:34; H21: 1. Jan Procházka 34:04; 5. Ondřej Švirák 42:04; 6. Jiří Zelinka 42:22; 8. Jan Palas 42:37; 10. Jakub Zimmermann 43:16; 11. Adam Kazda 43:18; 16. Jan Zháňal 45:18; 17. Jan Drábek 45:28; 34. Štěpán Zimmermann 52:44; 43. Tomáš Liščinský 57:53; 44. Krajčovič Martin 57:57; 45. Alexandr Jordanov 58:50; 51. Martin Veselý 64:08; 52. Richard Pátek 65:06; 58. Jaroslav Koča 81:14; HDR: 1. Jakub Smutný 18:36; 33. Vojtěch Koča 48:36; 40. Veronika Veselá 86:00;

22.4.2012 Liga vysočina, sprint Velké Meziříčí  
D14: 4.Čechová Tereza 10.57, 2.Firešová Markéta 12.50; D16: 1.Peňázová Veronika 14.39, ...  
4.Moravcová Kristýna 22.24; :D18: 1.Doleželová Kateřina 15.22, ...4..  
Chroustová Lenka 20.45; D21C: 1.Gregorová Kamila 16.39, ...4.Palátová  
Petra 20.49, ...8.Tvarůžková Petra 21.27, ...11.Uhnavá Markéta 22.39,  
...23.Kočová Lenka 29.24;  
H10: 1.Nechanický Jan 11.00, 3.Soška Petr 13.34; H14: 1.Kafka Ma-  
těj 16.25, ...4.Jahoda Vojtěch 19.20, 5.Komenda Jan 19.33, ...8.Soška  
Marek 22.22, ...10.Říčný Vojtěch 22.49; H16: 1.Frýba Dominik 14.03,  
...8.Šplíchal Marek 22.52; H21C: 1.Drahokoupil Aleš 15.28 3.Palas Jan  
16.03, ...11.Švirák Ondřej 17.12, ...17.Zelinka Jiří 18.13, ...22.Drábek  
Jan 18.40, ...33.Koča Jaroslav 21.25, ...40.Pátek Richard 24.47

## Markétka Firešová

### **Gratuluji, stala ses vicemistryní vysočiny ve sprintu. Jaký byl závod?**

Dobry, ale moc mi to nešlo, protože mě doběhla holka, co běžela za mnou. Ale strašně mě bolelo břicho, takže jsem moc nemohla běžet, (Velice dlouhý smích.) protože mě píchalo v boku a nemohla jsem moc rychle běžet, takže jsem myslela, že to bude horší, ale dobrý.

### **Jak se ti běžela dopolední krátká trať?**

Líbila se mi. Byly tam celkem těžký dohledávky, ale jinak to bylo dobrý.

### **Nějaký spešl zážitek z lesa?**

Prostě jsme asi s pěti holkama na jedné kontrole ji dohledávaly. Já jsem ji potom uviděla. Strašně potichu jsem k ní šla, aby si mě nikdo nevšiml, jenže jsem pak chtěla strašně rychle odběhnout, ale odběhla jsem na opačnou stranu, než jsem měla jít.

### **Jak šlo trénování přes zimu?**

Občas jsem chodila do tělocvičny trénovat s Věrkou nebo s Markétou. Tréninky se mi líbily.

### **Mínulý týden bylo mistrovství Moravy. Jak se ti první běčkové závody líbily?**

Dobré byly! Splnila jsem si svoje předsevzetí. Chtěla jsem být do desítky a byla jsem desátá.

### **Jaké máš cíle na jaře? Vyhrát běčkový žebříček?**

(Smích) Chtěla bych se nějak dobře umístit.

### **Ještě by mě zajímalo, tvoje příjmení je Firešová, ale je spíše hodně Fišerů... tak jestli nevíš, kdy se přehodily souhlásky ve jménu?**

To fakt netuším.

### **Škoda a máš nějaký vzkaz čtenářům?**

Běhejte dobře a vyhrávejte!

\* \* \* \* \*  
MČR V NOB ANEB HOUBAŘIT SE NEMÁ ZA DNE, NATOŽ V NOCI! / Pavel  
\* \* \* \* \*

Milý deníčku, rozhodl jsem se, že si Tě začnu psát. Jmenuji se Pavel a mí kamarádi mi tak i někdy říkají. Včera jsem běžel Měr v Nočním. No hrůza...

Vše začalo celkem nevině, když mě ten pán vzal do auta. Ale pak nám pustil Včelí medvídky a mně bylo jasné, že něco není v pořádku... Ani jsem se nenadál, a projeli jsme Prahou a blížili se na shromaždiště. Byli tam nějakí lidi, pak náš oddílový stan a pán, co prodával klobásy. Já jsem si nic nekoupil, protože když jsem šel kolem, tak si ten pán olízl rty, lišácky se usmál, já se lekl a radši se běžel schovat do stanu.

Ve stanu jsem se musel převlíknout, ale nebyly tam žádné kabinky, tak jsem se styděl. Navíc vážně netuším, proč se mám v 22:34 začít převlíkat do běhacího... Spíš jsem si asi měl vzít pyžámko. No nic, nasadili mi na hlavu světlo a já vyrazil na start - po cestě se nic zajímavého nestalo, akorát jsem znásilnil Adélku, ale Chrobák řekl, že to nevadí, takže je to v poho.

Když jsem měl vystartovat, tak se mi chtělo čůrat, ale v těch koridorech byli další lidi, tak jsem musel opatrně, aby mě neviděli. No v lese to bylo zajímavé. Kontroly bez reflexů, já bez báze a Hany (ta radši šmajchlovala s Járrou), ale zato s klidnou hlavou.

Začátek jsem si docela fukal a absence reflexů mně ani moc nevadila.. to se změnilo při dlouhém postupu na 7.kontrolu, kde jsem na dohledávce (jáma v bílém lese, šel jsem třikrát z odrazového bodu a nic) nechal medaili... Nebo vlastně nenechal, protože jsem startoval až jako poslední a tak jsem v lese potkal už jenom pár bloudících stařečků a jednoho pořadatele u výměny map, kterému byla asi zima, a tak se rozhodl založit si uprostřed hustníku oheň. No závod jsem nějak doklepal, ale výsledek nic moc a spokojenost nulová.

Chrobák musel skončit kvůli distorzi kotníku a tak nás zachraňovaly holky, které vybojovaly několik medailí. Aspoň jsme nemuseli čekat na vyhlášení a tak jsme byli doma už něco po třetí hodině ranní. A Adélka si zaslouží medaili za statečnost, když nás všechny rozvezla až domů i přes viditelné známky vyčerpání a nastávajících halucinací.

Milý deníčku, je to sport, takže určitě za rok znovu budem bojovat a pokusíme se urvat minimálně zlatou, pokud teda nepřijdou ta zranění, protože když jseš zraněnej, tak nemůžeš točit, a když nemůžeš točit, tak je sezóna v Toitoice. Zítra jedu na exkurzi, tak si asi dám od točení volno. No nic, musím jít uklidit pokojíček, jinak nedostanu zmrzlinu. Tak ahó!

-----  
22.4.2012: MČR NOB Lipence  
-----

D16: 1. Hančová Petra 31:33; 13. Koporová Lenka 44:16; D18: 1. Chromá Kateřina 32:28; 3. Tesařová Markéta 36:04; D20: 1. Hrušková Barbora 41:23; 6. Koporová Petra 49:22; D21: 1. Indráková Adélka 56:56; 4. Kabáthová Eva 60:13; 11. Štěpánská Adéla 69:11; H20: 1. Zakouřil Vít 60:58; 6. Brlica Pavel 69:13; H21: 1. Procházka Jan 70:39; 30. Zháňal Jan 94:22; 49. Zelinka Jiří 121:21; 54. Pátek Richard 149:50; Chromý Adam DISK; T5; 1. Mezníková Lucie 58:56;

Vyjednavačům Lokomotivy Ingstav-Brno se opět nepodařilo dosáhnout konsensu s vedením areálu Kaskáda-Jinačovice ohledně vymezení závodního prostoru pro letošní 5. JmL. Pořadatelé proto zvolili nouzovou alternativní lokalitu, která se nachází v průměru o 200 m výše a 2 km západněji v přírodním parku Baba. I přestože počasí bylo zrána poněkud Sychrové, drtivá většina soutěžících na změnu pružně zareagovala radostným lazarovským odhozením holí a nadšeným úprkem vstříc stoletému bukovému porostu. Tedy, až na jedince s příliš vysokým handicapem: ...no na první jamku nebylo přes hřeben moc dobře vidět, takže tam jsem šel dost nad par. Ze začátku se mi trochu pletly psí nohy, ale zbytek čistej a přímej. Čekal jsem vlastně samej green ale plánek byl v podstatě black'n'white. Jen jednou jsem dost dlouho hledal míček v hustníku, ale jinak jsem dohledával všechno tak na 3, někde jsem i srazil na dva paty. Ještě mě překvapilo, že chyběly jamky 17 a 18, ale já nad sebou hůl zlomil už před třináctkou. Přes cestu mi přeletěl datel černý, tak jsem si řekl, že to dál nebudu pokoušet... Milí čtenáři, vám ostatním přejeme v nadcházející sezóně dostatek odhodlání nejen na klasických tratích. A dovolujeme si poznamenat, že dřev, zvláště na ty delší úseky, je v každém lese dosti pro každého.

- - - - -  
22.04.2012: 4. jihomoravská liga Ivanovice  
- - - - -

D14: 1. Firešová Markéta 26.15, 2. Chroustová Šárka 27.51, 3. Malivánková Eva 34.17, 4. Kratochvílová Anežka 47.31; D16: 1. Nedbálková Hana 48.28, ...3. Moravcová Kristýna 64.32; D18: 1. Chroustová Lenka 62.46; D45: 1. Chroustová Petra 38.32, ...3. Kabáthová Jitka 43.11  
H10: 1. Milán Jakub 15.08, 2. Soška Petr 16.29, Urbánek Adam DISK;  
H14: 1. Hirš Otakar 21.57, ...5. Soška Marek 29.38, 6. Říčný Vojtěch 33.18, 7. Jahoda Vojtěch 34.09, ...9. Komenda Jan 35.33; H21C: 1. Henek Vladan 56.00, ...12. Liščinský Tomáš 72.09, ...15. Brabec Jaroslav 74.01, Chvátal Lukáš DISK; H45: 1. Jordanov Nikolaj 53.11, ... 3. Štěpánský Václav 55.48  
HDR: 24. Kroutil Jošt 21.02, 39. Kroutil Tadeáš 34.29

-----  
PROGRAM NA DUBEN - KVĚTEN  
-----

**2. 5. - ST - mapový trénink (žactvo)** - Pisárky, hotel Myslivna - sraz: 16:15 - mapa: Koniklecová - typ tréninku: okruhy - doprava: autobusem číslo 68 na zastávku „hotel Myslivna“

**5. 5. - SO - 5. Jihomoravská liga + Mistrovství Jihomoravského kraje** ve sprintu (Jm0) - Brno, Komín - start: 10:30 - doprava: trolejbusem 36 na zastávku „Kristenova“ nebo individuálně - vedoucí: Libor Zřídka-veselý - návrat okolo 12:00

**9. 5. - ST - mapový trénink (žactvo)** - Žabovřesky, Palackého vrch - sraz: 16:15 - mapa: Kozí hora - typ tréninku: hvězdice - doprava: autobusem číslo 53 na zastávku „Palackého vrch“

**9. 5. - ST - mapový trénink (dorost + dospělí)** - Jedovnice, Lesní arboretum - sraz: 16:30 u konečné autobusů v Líšni, Jírova (parkoviště u obchodního domu Albert) (tramvaj číslo 8, autobusy 45, 56 a 78) - mapa: Proklet (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: okruhy - doprava: osobními auty - přihlášky do pondělí 7. května Zhustovi

**12. a 13. 5. - SO, NE - ŽA, ČP - Klasická + krátká trať (LPU)** - centrum: Nasavrky - start: SO: 12:00, NE: 10:00 - doprava: zvláštním autobusem v 8:30 od Bohémy - ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku - vedoucí: Libor Zřídka-veselý - terén: rovinatý les (530 - 590 m n.m.), hustníky (snížená viditelnost), těžká podložka, vodoteče, četné komunikace, různorodá vegetace - příjezd: okolo 17:00 v neděli

**15. 5. - ÚT - Liga škol v orientačním běhu** - Žabovřesky, Rosnička - pořádáme - pořadatelé: Zhusta + dorostenci; stavba tratí Pavel Brlica - sraz pořadatelů v 8:00 (start v 9:30)

**16. 5. - ST - mapový trénink (žactvo)** - Soběšice, Klarisky - sraz: 16:15 - mapa: Kobylník 398 - typ tréninku: COB - doprava: bus č. 43, 57 na zastávku „Klarisky“

**16. 5. - ST - mapový trénink (dorost + dospělí)** - Zhoř - sraz: 16:30 v Rečkovících u konečné tramvaje (tramvaj číslo 1) - mapa: Kraví hlava (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: koridory - doprava: osobními auty - přihlášky do pondělí 14. května Zhustovi

**17. a 18. 5. - ČT a PÁ - Sportovní vyšetření** - Ústav sportovní medicíny Brno - přihlášky Zhustovi do 30. dubna - doprava autobusem číslo 44, 84 na zastávku „Velodrom“

**19. 5. - SO - ŽB-M + 6. Jihomoravská liga - klasická trať (ADA)** - centrum: Pamětice - start: 12:00 - doprava: zvláštním autobusem v 9:30 od Bohémy - terén: smíšený les, hustá síť komunikací, místy erozní a skalní tvary - vedoucí: Jitka Kabáthová - návrat okolo 17:00

**20. 5. - NE - ŽB-M + 6. Jihomoravská liga - krátká trať (ADA)** - centrum: Pamětice - start: 10:00 - doprava: zvláštním autobusem v 7:30 od Bohémy - terén: smíšený les, hustá síť komunikací, místy erozní a skalní tvary - vedoucí: Jitka Kabáthová - návrat okolo 15:00

- 23. 5. - ST - mapový trénink (žactvo)** - Žebětín, Ríšová - sraz: 16:15  
- mapa: Augšperský potok - typ tréninku: okruhy - doprava: bus číslo 52 na zastávku „Ríšová“
- 23. 5. - ST - mapový trénink (dorost + dospělí)** - Říčky - sraz: 16:30  
u konečné tramvaji ve Starém Lískovci (parkoviště u STK a benzínové pumpy) (tramvaj číslo 6, 7 a 8) - mapa: Zastávka (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: I. úsek štafet - doprava: osobními auty - přihlášky do pondělí 21. května Zhustovi
- 26. a 27. 5. - SO + NE - ŽA + GČP, ČPŠ** - štafety + sprint + štafety (UOL + JPV) - centrum: Helfštýn (štafety), Lipník nad Bečvou (sprint)  
- start: SO dopoledne 10:00, odpoledne 16:00, NE 10:00 - doprava: zvláštním autobusem v 7:00 od Bohémy - ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku - vedoucí: Jan Palas - terén: štafety: smíšený les, kopcovitý (260 - 480 mm), porostově pestrý, místy velké množství detailů (rýhy, zářezy, skalky, kameny); sprint: částečně historická zástavba, částečně novodobé sídliště, zámecký park - příjezd: v neděli okolo 16:00
- 30. 5. - ST - mapový trénink (žactvo)** - Kohoutovice - sraz: 16:15  
- mapa: Kohoutovice - typ tréninku: sprint - doprava: autobusem 29, 37, 50 na zastávku Kohoutovice, „Jírovcova“
- 30. 5. - ST - mapový trénink (dorost + dospělí)** - Boskovice - sraz: 16:30 v Rečkovících u konečné tramvaje (tramvaj číslo 1) - mapa: Boskovice (1:4 000, E=5m) - typ tréninku: sprint + ½ krátká trať - doprava: osobními auty - přihlášky do pondělí 28. května Zhustovi
- 1. - 3. 6. - PÁ, SO, NE - M ČR sprint, ŽA, ČP** - sprint + klasická trať + krátká trať (LDC, BOR) - centrum: Děčín (sprint), Kytlice (ŽA)  
- start: PÁ: 16:30, SO: 12:00, NE: 9:30 - doprava: zvláštním autobusem v 11:00 od Bohémy - ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku - vedoucí: Libor Zřídkaveselý - terén: sprint: zámecký park (30 %), městská zástavba - asphalt, dlažba (70 %); klasická a krátká trať: kopcovitý, členitý, s množstvím terénních tvarů, skalek, kamenů a dalších detailů, místy horší průchodnost porostů, středně hustá síť cest a pěšin - příjezd: okolo 18:00 v neděli
- 2. 6. - SO - ŽB-M + 7. Jihomoravská liga** - klasická trať (PLU + KON)  
- centrum: Seloutky - start: 12:00 - doprava: zvláštním autobusem v 9:30 od Bohémy - vedoucí: Jitka Kabáthová - terén: středně kopcovitý, porostově velmi různorodý (jehličnatý, listnatý a smíšený) s velmi rozdílnou průběžností, oblast s množstvím jam, hustá síť komunikací - příjezd: okolo 17:00
- 3. 6. - NE - ŽB-M - krátká trať (PLU + KON)** - centrum: Seloutky  
- start: 10:00 - doprava: zvláštním autobusem v 7:30 od Bohémy - vedoucí: Jitka Kabáthová - terén: středně kopcovitý, porostově velmi různorodý (jehličnatý, listnatý a smíšený) s velmi rozdílnou průběžností, oblast s množstvím jam, hustá síť komunikací - příjezd: okolo 15:00
- 6. 6. - ST - mapový trénink (žactvo)** - Veselka - sraz: 16:15 - mapa: Veselka - typ tréninku: věšák-sběrák - doprava: autobusem číslo 52 na zastávku „Stará dálnice“



**6. 6. - ST - mapový trénink (dorost + dospělí) - Ruprechtov - sraz:** 16:30 u konečné autobusů v Líšni, Jírova (parkoviště u obchodního domu Albert) (tramvaj číslo 8, autobusy 45, 56 a 78) - mapa: U větrného mlýna (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: neúplná mapa-vrstevnice - doprava: osobními auty - přihlášky do pondělí 4. června Zhustovi

**9. a 10. 6. - SO, NE - M ČR na krátké trati** - krátká trať (TZL) - centrum: Rusava - start: SO: 12:00, NE: 9:30 - doprava: zvláštním autobusem v 9:00 od Bohémy - vedoucí: Libor Zřídka Veselý - terén: horský terén, výskyt kamenných polí, balvanů, skalek, prameništ a porostových detailů, středně hustá síť cest; smíšený les; čistý les i hustníkové pasáže - příjezd: v neděli okolo 16:00

**13. 6. - ST - mapový trénink (žactvo) - Kr. pole, Na kopcích** - sraz: 16:15 - mapa: Rybstole - typ tréninku: COB - doprava: autobusem číslo 43 na zastávku „Na kopcích“

**13. 6. - ST - mapový trénink (dorost + dospělí) - Morkovice-Slížany** - sraz: 16:30 u konečné trolejbusu číslo 33 ve Slatině („Slatina, sídliště“) - mapa: Skavsko (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: souboje - doprava: osobními auty - přihlášky do pondělí 11. června Zhustovi

**14. 6. - ČT - testy SCM - dráha AC Moravská Slavia Brno (Staré Brno)** - sraz: 16:00 - běh na 5km nebo 3km + další testy - doprava: tramvaj číslo 2, 5, 6, 7 a 8.

**16. 6. - SO - ŽB-M - klasická trať (SKM)** - centrum: Kostelany - start: 11:00 - doprava: zvláštním autobusem v 8:30 od Bohémy - vedoucí: Jitka Kabáthová - terén: kopcovitý, průběžný, množství cest, porostových detailů, terénních prvků a na hlavním hřebeni kamenů a skalek, les převážně listnatý - příjezd: okolo 16:00

**20. 6. - ST - mapový trénink (žactvo)** - U stadionu Pod lesem - sraz: 16:15 - mapa: Rosnička - typ tréninku: štafety - doprava: tramvaj číslo 1 - Bráfova, 3,11 na zastávku „Burianovo nám.“

**23. 6. - SO - 8. Jihomoravská liga + Mistrovství Jihomoravského kraje na klasické trati (ZBM)** - Ruprechtov, u rybníka - start: 10:30 - doprava: v 8:30 od Bohémy - vedoucí: Libor Zřídka Veselý - návrat okolo 14:00 - **!!! POŘÁDÁME !!!**

**18. - 26. 8. - SO až NE - Letní tábor 2012 - Toulovcovy Maštale** - tradiční prázdninový tábor pro všechny věkové generace - podrobnější informace na jiném místě v tomto časopise - přihlášky: do 10. června 2012 na členské sekci

## Soustředění České Velenice / Gmünd

---

**Datum:** 28. dubna až 1. května 2012 – čtvrtek až neděle

**Odjezd:** ve čtvrtek okolo 9:00.

**Příjezd:** v úterý 1. května v podvečerních hodinách.

**Ubytování:** Střední škola České Velenice. Ubytování na postelích (2 až 3 lůžkové pokoje) – <http://www.sscv.cz>

**Stravování:** Od sobotní večere do úterní snídaně.

**Doprava:** osobními auty.

**Náplň:**

sobota	závod	Austria cup 2012 – Gmünd – 00=14:00 – krátká trať <a href="http://www.hsvwrn-ol.at/2days/">http://www.hsvwrn-ol.at/2days/</a>
neděle	závod	Austria cup 2012 – Gmünd – 00=10:00 – klasická trať <a href="http://www.hsvwrn-ol.at/2days/">http://www.hsvwrn-ol.at/2days/</a> mapový trénink
pondělí		2 mapové tréninky v Rakousku
úterý		1 mapový trénink v Čechách odpoledne odjezd do Brna

**S sebou:** věci na běhání, plavání (termální lázně); pozor může být chladněji, tedy vezte si i něco teplejšího.

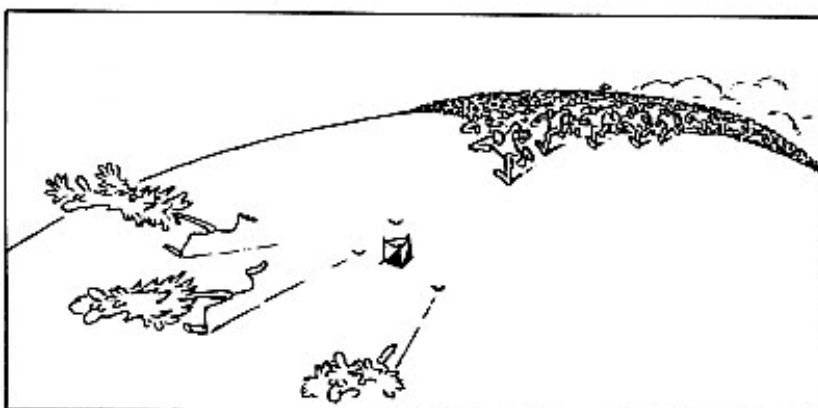
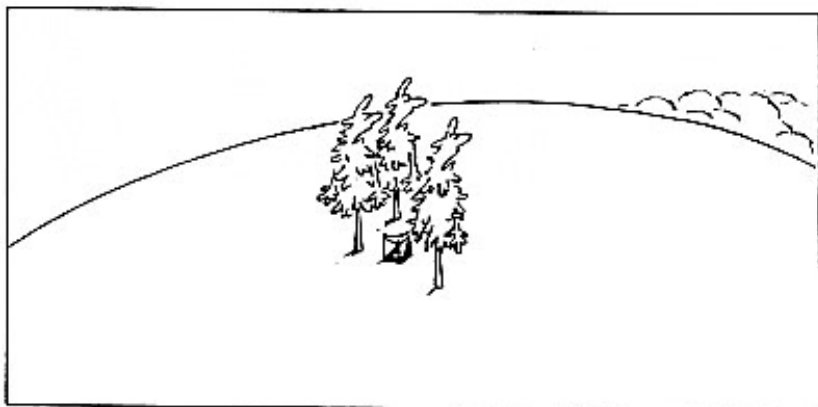
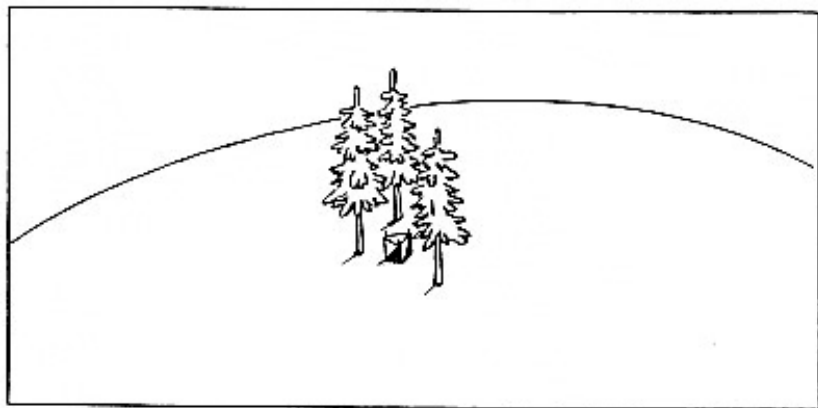
**Cena:** V celkové ceně je zahrnuto vše (ubytování, stravování, mapové tréninky, závody, doprava). Cena se může upravit podle místních podmínek, ale snad jen směrem dolů.

2 100, – základní plná cena

1 800, – R

1 500, – licence E, A, B

**Přihlášky:** nejpozději do 9. dubna 2012. Kapacita cca 40 osob.



Is published in "Baliza" (ESP) №11(1/92)  
The author: Yuriy MANAEV (RUS)

## TÉNINKY OD 7. LISTOPADU

Den	Doba	Skupina	Typ tréninku	Místo
Po	15:30 – 17:00	Zhusta	běžecský	Žabovřesky – Rosnička
Út	17:00 – 18:30	Zhusta	běžecský	Lesná – BCVČ, Milénova
St	16:15 – 18:00	všichni	mapový	okolí Brna – viz rozpisy
Čt	14:00 – 15:00	začátečníci	tělocvična, hřiště	tělocvična – ZŠ Kotlářská
	16:00 – 17:30	žactvo	běžecský – dráha	Žabovřesky – Rosnička
	16:00 – 17:30	Zhusta	běžecský – dráha	Žabovřesky – Rosnička
	20:00 – 21:30	Zhusta	hry (jen duben)	tělocvična Právnická fakulta
Pá	18:00 – 20:00	Arnošt	florbal, basketbal	tělocvična ZŠ Kotlářská
So	-	-	Závody OB	-
Ne	-	-	Závody OB	-

PRO AKTUÁLNÍ INFO: <http://www.sky.cz/zhusta>

\* \* \* \* \*

POLARIS / DUBEN 2012 / ROČNÍK XIV. / #118

team: Zhusta, Honza Drábek, Filip

kontakt: zbm.polaris@seznam.cz

web: <http://www.sky.cz/zhusta>

\* \* \* \* \*

