

# POLARIS 4

2012

\*\*\*\*\*  
ČASOPIS ORIENTAČNÍCH BĚŽCŮ KLUBU SK ŽABOVŘESKY BRNO / ROČNÍK XIV. / #119  
\*\*\*\*\*



ŠTAFETY / RADOST POD HELFŠTÝNEM / CZE

Rozhovory: Evička, Jindra, Adam, Palo;  
VT České Velenice; M Brna ve sprintu; KOK 10Mila, ME Evropy;  
24 hodiny v Maďarsku; ŽA Nasavrky, ŽB Pamětice, Štafety pod  
Helfštýnem, ŽA Kytlice; PIM;

Jarní sezóna se konečně rozjela. A pekelně rychle! Aby taky ne, když příští týden už končí. Pardubická áčka, první letošní, a mistrovství na krátké trati od sebe dělí jen měsíc. Hm, škoda, že je to tak nacpaný na jednou. A mezi tím si reproši ještě stihli odjet na ME do Švédska a nominačky ve Švýcarsku.

Ale tak to nebylo všechno, že jo? Tradiční jarní štafety se konaly letos pod hradem Helštýnem. Strašně jsem se těšil, ale Homō prōpōnit, Deus dispōnit... Tak jsem se aspoň nemusel stresovat, že to někomu zkazím. :-) Jen jsem fandil a dařilo se. Borci (Palo, Pally a Adam) ovládli oba dva závody. Holky (Věrka/Jindra, Hanka a Evička) jednou braly zlato podruhé stříbro. Také díky tomu naše štafety ovládají všechny žebříčky! Takhle ještě zaběhnout na podzim a družstva budou moci všichni ovládat s takovým náskokem. :-) Holky dorostenky doběhly jednou pro bramboru, podruhé už pro stříbro.

Druhé áčka se pak konaly společně s mistrovstvím ve sprintu na opačné straně republiky, v Děčíně a někde na Kytlici.

Ještě než se tento pytel se závody roztrhl, tak proběhlo c. k. soustředění ve Velenicích. Tentokrát i s postřehy od Rakušanů. Rozhodně stojí za to si vzpomenout na angličtinu, nebo poprosit někoho, aby vám to přeložil. Jen nevím, kdo je Masíčko? Bohužel ani google mi moc nepomohl. Schade.

A teď o víkendu nás čeká vrchol zimního trápení, mistrovství na krátké trati. Hyn sa ukáže, co jsme natrénovali a zda to prodáme. Snad se bude dařit!

A léto už je za dveřmi. Už máte naplánováno, kam vyrazit za závody? Pár tipů najdete v těch pár rozhovorech.

### Tváře z obálky: Evička

**Gratuluji k druhé letošní brambrové mediali na MČR. To asi mrzí, když něco chybí k placce, co?**

Díky! Tak bramborové umístění je obecně nepopulární, ale v poslední době jsem se téhle příčce na mistrovstvích ani zdaleka nepřibližovala, takže mám z těch brambor velkou radost!

**Jaký jinak byl závod se sprintu?**

Moc pěkný! Nevšední, na sprint v ČR překvapivě mapově náročný. Mapa měla bohužel nějaké mouchy, mě zamrzela spíš záłudně „schovaná“ cílová krabička bez lampiónu. Ale i tak to bude podle mě na dlouho jeden z nejhezčích sprintů za poslední dobu.

**A co štafety na Helštýně? Tam se všechno asi dařilo...**

Helštýn byl paráda, tam se dařilo!

**Jak se ti jinak celkově štafety líbily?**

Každým rokem mě štafety začínají bavit víc a víc. A ten pocit, když se nám podaří dohádnout to až na bednu a s holkama se pak můžeme společně radovat z úspěchu, to je prostě super! Štafety prostě mají svoje kouzlo.

## **Jak jsi připravená na vrchol jarní sezóny na MČR krátkou trať?**

Nevím, netroufám si tipovat ;)

## **Kam vyrážíš v létě na nějaké vícedenní závody?**

Botas a Sileska.

## **Nějaký vzkaz čtenářů?**

Ola ola!

Díky za rozhovor

**Adam**

## **Gratuluji k doublu prvních místna štafetách. Jak si lišila tvá pozice na finiši v sobotu a v neděli?**

V neděli to bylo o hodně zajímavější, protože jsem to neměl tak výborně připravené, jako v sobotu, takže jsem se musel i nějak snažit. A tím to byly pořádně těžký štafety.

## **V lese to všechno šlo bez chyby?**

Udělal jsem nějaké chyby, protože jsem se snažil jít, co nejrychleji to šlo, takže jsem nějaké chyby dělal. Ale myslím, že jsem to vykompenzoval rychlostí.

## **Jaký byl sobotní sprint?**

Jako pěkný sprint, ač já ty sprinty nemám rád, tak byl pěkný, líbil se mi. Akorát jsem neuměl dobře zvolit postupy.

## **Jak jsi připravený na vrchol jarní sezóny na MČR krátkou trať?**

Vůbec. Jsem strašně pomalý. A nestihl jsem ani mapovou přípravu vyladit, takže nejsem vůbec připravený, ale těším se.

## **Za Kalevan ještě poběžíš na Jukole. Jak se těšíš na tenhle závod? Když ti tak utekla Tiomila...**

Je to Jukola, která má historiky nejvíce zatím přihlášených. Už teď je přihlášených 1 650 teamů. Což je nějakých 12 000 lidí. Jenom v chlapech, v ženských je to dalších 8 000. Tak se jako hodně těším. Myslím, že to bude velkolepá akce!

## **Jaké bylo ME?**

Pěkné závody, který nebyly moc švédské, takže se Švédům nedařilo. Moc hezký orienták a perfektně uspořádaný!

## **Kam vyrážíš v létě na nějaké vícedenní závody?**

No čteče, to nevím. To jsem ještě neplánoval, ale možná bych se na nějaký rád podíval. Za posledních 5 let jsem nikde nebyl...

## **A vzkaz čtenářům?**

Víc než oddíl!

Díky za rozhovor.

Milý deníčku, tak už zase píšu. Dneska se Ti svěřím s tím, co se událo na soustředku s Rakušákama. Nebylo toho málo, a některé věci se na Tvé běloučké stránky možná nehodí, ale pravdě se má hledět do očí a navíc je život jako bonboniéra, tak co. Soustředění to bylo povedené. Už ani nevím, čím bych začal.. Tak třeba tím, že jsme měli k dispozici vlastní limuzínu i s řidičem. No řekni mi, Béd'ó, kdo další to má?! No a jelikož stravování bylo taky na dobré úrovni, nebylo si na co stěžovat. I když...

Mohlo by se říci, že pán, který nás měl ubytovat, byl trošku mimo realitu. Bohužel, to jsou slabá slova. Nebudu Ti psát, co všechno měl potřebu řešit, ale snad mu už došlo, že nejsme základní škola, že někteří už spolu bydlí a tudíž spolu můžou spát na pokoji i přes to, že ty příčky pod postelí jsou z lamelu. A poté, co jsme zjistili, které sprchy nás obšťastní vařící vodou či naopak ledovkou, už náš zájezd nic zlého nepotkalo. Jenom pan řidič nám nechtěl dát nic z lékárničky, a tak si ten mládý Švéd'ák musel počkat do nemocnice. Stejně nebyl tak sexy jako Masíčko, tak co..

Celá akce začala sobotním závodem, kdy byl na pořadu dne Middle. Závod to byl těžký, ale pěkný. Dokonce se mi líbil natolik, že po úvodní části jsem se rozhodl, že se v lese zdržím co nejdéle a plně využiji čas, který mám k dispozici. Měl jsem štěstí a nakonec se mi to povedlo... Další dny už jsem se ale snažil dělat opak a v lese se zdržet co nejkratší možnou dobu se všemi terčíky na kontě. Dokonce se mi stalo, že jsem byl unavený. No jinak se nic moc zajímavého nedělo - jedli jsme, spali jsme, trénovali jsme a poslední večer i trošku slavili u ohýnku.

Jaké jsou mé postřehy? Jindra si oblíbila Masíčka, Masíčko si oblíbil Jindru, žádné lamely zničeny nebyly, a když Jenda nemůže šmajchlovat, tak aspoň poslouchá za dveřmi. A co na to rakušáci? Tajný zdroj zachytil tajné informace, které tajně měli a díky tomu se teď o ně můžu veřejně podělit.. Co si teda o soustředění myslí například Jindřin tajný nápadník? Masíčko: „Our next training camp in the Czech republic started with a two day event on Blockheide near the village Gmünd, in Austria. Soon after the first race we just moved over the border to the beautiful Village České Velenice, where we got a nice welcome from our host with about a trillion rules of what we were not allowed to do there. So instead of listening to his endless speech, we just planned our evening, which we actually spent a few hundred meters away, filling our tanks with pure czech energy-drinks for the long distance on the next day. The race took place in the most detailed austrian terrain, i knew! Followed by a short sprint in the afternoon and a mind destroying course with a lot of questions leaving us helpless in the forest. Luckily we all found a answer between the so impressive rocks we were crawling through. The next day went by with two more exciting trainings and a big party in the evening. The final days training took us far away from home, deep into the czech forest but with more or less help from our map, which kept hiding a lot of secrets, and the one from some new friends we found our way home, even if some of us were struggling in the forest.“

Poněkud kratší, ale výstižný komentář pronesl také Schani: „Czechs ALWAYS have to drink. They talk the whole time about sex and that stuff oh and they are quite good in orienteering.“

Takže to vypadá, že se jim s námi líbilo a myslím, že to je oboustrané ( minimálně v mém případě ;-), takže se utíkám učit německá slovíčka a zhlédnout nějaké ty lekce z Alles Gute, takže zduř a snad zase příště!

-----  
Ergebnis: 3. AC + ÖSTM Mittel Sa 28.04.2012  
-----

H21E: 1. Kerschbaumer, Gernot 33:41, 2. Merl, Robert 37:32, 3. Stanfel, Matjaz 38:06, ...6. Palas, Jan 39:04, ...22. Kazda, Adam 47:38, ...37. Zháanal, Jan 57:35, Svirak, Ondrej Fehlst; H20: 1. Mokry, Stanislav 43:08, ...10. Brlica, Pavel 1:06:18, ...AK Zrídkaveselý, Libor 46:40; H16: 1. Peter, Mathias 28:23, ...15. Splíchal, Marek 1:05:08; H12: 1. Micko, Tobias 17:05, ...9. Soska, Petr 23:02, ...13. Svoboda, Marek 35:31; H14: 1. Bonek, Jannis 22:14, ...11. Soska, Marek 36:26, ...13. Ricny, Vojtech 40:22, ...18. Komenda, Jan 44:59; H21 kurz: 1. Harju-Säntti, Er 29:31, ...22. Dedic, Filip 57:44

D21: 1. Mádlová, Vera 38:58, 2. Rufferová, Iva 40:07, 3. Toth, Reka 40:16, ...5. Indrakova, Adala 41:37, ...10. Kabáthová, Eva 44:41, ...13. Zabkova, Marie 48:13, ...15. Hlavová, Jindra 49:30, ... 18. Palátová, Petra 1:02:20; D18: 1. Ticha, Tereza 42:29, ... 4. Tesarova, Marketa 47:08, 5. Benesova, Jana 47:44, ...9. Chroustova, Lenka 58:00; D12: 1. Klimesova, Sarlo 21:50, ... 4. Hlaváčová, Anezka 23:52; D14: 1. Gassner, Jasmina 23:15, ...14. Firesová, Marketa 34:22, ...16. Malivánková, Eva 37:32, ...20. Chroustová, Sárka 42:54; D45: 1. Arbter, Vera 30:31, ... 18. Kabáthová, Jitka 59:50

-----  
4. AC Sa 30.04.2012 14:45  
-----

H21E: 1. Kerschbaumer, Gernot 55:23, 2. Merl, Robert 56:19, 3. Schgaguler, Klaus 56:51, ...22. Palas, Jan 1:08:28, ...27. Zháanal, Jan 1:11:08, ...29. Kazda, Adam 1:13:40, ...32. Svirak, Ondrej 1:15:15; H20: 1. Chloupek, Adam 48:01, ...5. Brlica, Pavel 53:13, ... AK Zrídkaveselý, Libor 55:48; H12: 1. Micko, Tobias 18:35, ...5. Gryc, Vojtech 24:54, ... 8. Soska, Petr 25:38, ...19. Svoboda, Marek 51:26; H14: 1. Bonek, Jannis 29:14, ...18. Komenda, Jan 58:03, ...19. Soska, Marek 1:05:45, ...22. Ricny, Vojtech 1:57:23; H21Kurz: 1. Plohn, Markus 39:24, ...17. Dedic, Filip 58:52

D21E: 1. Kabáthová, Eva 50:16, 2. Indrakova, Adéla 50:32, 3. Bauer, Julia 53:00, 4. Mádlová, Vera 54:00, ...8. Hlavová, Jindra 55:45, ...12. Palátová, Petra 1:01:37, ... 14. Zabkova, Marie 1:05:03; D20: 1. Poloprutská, Marketa 48:10, ... 8. Koporová, Petra 1:01:31; D18: 1. Tesarova, Marketa 44:42, ... 5. Benesova, Jana 54:12, 6. Chroustova, Lenka 58:55; D16: 1. Gassner, Anika 41:30, ...15. Koporová, Lenka 1:13:27; D12: 1. Hlaváčová, Anezka 22:58; D14: 1. Janovska, Katerina 26:59, ...7. Firesová, Marketa 35:32, ...14. Chroustová, Sárka 45:52, ...21. Kratochvílová, Anezka 1:11:40, ...Malivánková, Eva Fehlst; D45: 1. Arbter, Vera 33:50, ...19. Kabáthová, Jitka 1:19:27

\* \* \* \* \*  
M BRNA VE SPRINTU Honza  
\* \* \* \* \*

Můžu si to opakovat pořád dokola. „Nemám rád sprinty, nemám rád sprinty, nemám rád sprinty....“ přesto se na ně zase přihlásím, s tím, že to bude možná pěkné. A ještě když tu byla ehm možnost postoupit na mistrovství. Proč ne? :-) Proč jo!

Běželo se v Komíně, shromaždiště bylo v místní základce, kde jsme se ukryli před vedrem. Start byl tak akorát blízko a cíl stejně tak. Takže žádné stresy. Vše šlo hezky stihnout.

Po startu nás čekal výběh do kopce na jedničku a první barák zleva či zprava. Myslím, že tam nebylo co moc řešit a většinou se šlo zleva. Velký chyták nás čekal na šestku, protože postup na pátou kontrolu byl asi tak na 10s, zato volba na šestku byla dost složitá. Sice jsem naplánoval postup celkem rychle, ale pozdě jsem si všiml černé čáry a tudíž dlouhého ubíhání. Škoda, asi se to mělo jít dolem. Následovaly kontroly v sídlišti v kopci, takže občas jsem rád přešel do chůze. No sprint, ehm. Jenže pak se vloudila chybička a jedenáctá kontrola byla postavena trochu jinde. Ale jak vidím kontrolu na postupu, tak se raději vždy dívám na kód. Souhlasí, takže razím a odbíhám. Jenže pak mi to dochází, že ta kontrola byla trochu divně. Razím další kontrolu, ale nevěřím si. Tak se pro jistotu vracím a kontroluji kód, je to v cajku. Teprve poté se tedy vydávám na další postup. Což se nakonec ukáže jako chyba, protože postupy přes chybnou kontrolu se vymaže, a tu mi najednou naskáče větší než malé množství vteřin, který mi na sprintu chybí. Ale konečně následuje sebeh dolů na poslední kontroly. A konečně cíl. Super. Mám to za sebou.

Tak příště už ne!

Jo?

Ne... bo jo?

Jinak tratě se mi líbily. Bylo to dost zapeklité, jen škoda oné kontroly. Bohužel po loňském úspěchu Jendy, nikdo ze Žabin suprově nezaběhl, takže na mistrovství navíc nepostoupil... škoda. Hlavně třeba u holek by to bylo asi dost jednoduché. Ale ropavda, kdo by chtěl jet na sprint někam do Děčína?

-----  
Mistrovství JmO ve sprintu 5.5.2012  
-----

D14: 1.Grycová Veronika 13.48, 2.Chroustová Šárka 15.03, 3.Firešová Markéta 17.22; D16: 1.Koporová Lenka 16.24, 2.Nedbálková Hana 17.59; D18: 1.Tužilová Magdaléna 14.17, 2.Chroustová Lenka 14.57; D21C: 1.Kabáthová Eva 14.14, 2.Hlavová Hana 15.42, 3.Hrušková Barbora 15.54, ... 5.Tesařová Markéta 17.17, ...12.Jiráčková Jana 21.44 H10: 1.Soška Petr 18.50, ... 3.Urbánek Adam 24.22; H12: 1.Gryc Vojtěch 10.18, ...6.Svoboda Marek 16.06 ; H14: 1.Jirgl Karel 17.11, 2.Soška Marek 17.54, 3.Komenda Jan 18.17; H21: 1.Palás Jan 14.15, ... 6.Švirák Ondřej 15.19, ... 8.Bialožyt Michal 15.41, 9.Kazda Adam 15.50, ...12.Štemberk Adam 16.09, 13.Zháňal Jan 16.11, ...15.Zelinka Jiří 16.21, ...23.Drábek Jan 17.27, ...27.Brabec Jaroslav 18.12, ...40.König Lukáš 23.21

Minuta do startu,... 40 vteřin do startu,... čekuju kam je sever. 20,... vytrhávám si mapu. 10,... 5,... 4,3,2,1... BUM! PRÁSK!

Hned po startu strašná tlačeniče.. "Sakra předved' trochu důrazu mumlám si pod vousy." Ale nevím, to prostě není můj styl, tak poslušně běžím za téma před sebou. Už na jedničku chytám nejdelší fárstu. Běžím přes cizí kontrolu, na které to spousta lidí stáčí na dvojku. Mně chybí ještě cca 100m na tu moji. Potůček, kopeček, kontrola, pohoda pokračuju. Při výběhu na louku koukám, že jsem docela vzadu. Asi tak stý tipuju. Kurňa, teprve teď předbíhám naše Céčko. A kolem mě běží samí neznámí, mladí borci. Musím to začít rvát! Na k3. jdu rovně na buzolu, je to skoro přesně na jih, takže pohůdk. V dohledávce ale trošku tápu a znovu se přede mne dostává pár dalších běžců. Na čtyřku zase přes louku, všichni to pálí co to dá! Krátkej společnej postup a znovu rychlostní vložka po silnici a louce. Takhle to dál nepůjde, ještě se tady utavím a co pak! Poprvé před sebou uvidím kok dres. "Vegard! Nice!" Snažím se dotáhnout se mu na záda. Zhruba v půlce postupu na šestku se mi to daří. Zdravím ho a říkám kódy, takovej byl plán! Máme stejný dlouhý postup. Vědomí toho, že to následně tři kilometry máme stejné, mě trošku vyhodilo z koncentrace, protože potřeba mapovat tím značně opadla. A hned děláme malou chyбку. Místo toho, abychom řeku přebíhali po pořadateli označeném mostě, tak běžíme na o sto metrů vzdálenější lávku. Naštěstí se velmi brzo připojujeme zpátky ke skupině, se kterou dobíháme až na kontrolu. Další máme taky stejnou, tak to je pohoda. Hlídám si směr a poslušně držím lajnu. Po orazení nás čeká další dlouhý postup. V jeho první čtvrtině se potkávám s Marošem. Docela čumím, dobře se drží. Běžíme mírně zleva po cestě. Plánuji si další postupy a trošku ztrácím přehled, kde je Vegard. Najednou celý balík vbíhá do lesa. "Tož co je?!" Já to měl vymyšlené jinak, ještě aspoň chvilku po cestě. Ale sám nikam nejdu, a tak vbíhám za nimi. Hlídám si buzolu. Jeden kopec, druhý kopec, něco co se mi nechce číst a jezero. Kolem jezera a přes vrcholek, na kterém byla cizí fársta až k potůčku a za kopečkem kontrola. To už je mi trošku divné, že razíme jen asi ve třech lidech. Teď nás čeká delší midlík až do cíle. V hlavě mi běží: "hlavně si teď jdi to svoje. Je velmi pravděpodobné, že tu bude hodně farst". Až do kontroly 150, zřejmě další společná kontrola, nikoho moc nepotkávám. Při náběhu na ni ale pozoruji nečekanou rojnicí chlapů. "Kurňá, bitka!"Boj o orazení kontroly!

Pár vteřin jen koukám a nevím co mám dělat. Ale následně se zapojuji do tahanice o jednu krabičku, a po pár vteřinách skóruji. Nejsem si jistej, ale nejspíš už se mi ji podařilo orazit jednou před tím. Ale potřeboval jsem jistotu, tak razím znova. Jedna krabička způsobila, že se mezi námi zvětšily rozestupy. Pro mě to ovšem znamenalo jedinou věc, pořádně to kouřit! Kousek před sebou opět zpozoruji Vegarda. Ale běží trošku jinam a tak ho nechávám běžet bez povšimnutí. Po orazení další kontroly koukám, že se teď běží chvilku po cestě. Nahazuju turbo a letím vsříc parkovišti na půl cesty. Z něj už jen na buzolu přes údolíčko s kameny a za hřebítkem kámen. Při sbíhání na kontrolu koukám, že je tu nějak moc lidí. Kontrola zatím nikde! Jen na mě civí asi dvacet bílých oček. „Dočti to vtlokám si do hlavy. Razím!“ Později zjišťuji, že jsem tam probíhal první a ti lidi byli fotografové.

Další postup jdu zase rovně! Ovšem tentokrát je to chyba. Ale stejně se za mnou táhne spousta borců. Ale menší skupinka v čele s Martinem Johansonem volí obíhačku zleva a dostává se přede mě. A to i Vegard. Dál pokračujeme společně, poprvé v závodě

vidím i Kirila Nikolova, běžícího za Karavan Vlasty. Říkám Vegardovi kódy. Ale už si nepamatují, jestli měl stejné nebo ne, protože jsem musel řešit jiný problém. Světlo mi zhaslo! “Sakra co mám dělat?!” znovu se ho snažím zapnout a po několika pokusech se mi to daří. Ale světlo zhasínalo čím dál častěji. Nevím čím to bylo, snad asi kontaktem v kabelu. Už jsem si myslel, že budu muset použít náhradní čelovečku, kterou jsem měl kolem pasu. Tou bych si ale akorát tak posvítil do mapy, pod nohy už by asi nedosvítala. :D V průběhu této patálie jsem stačil zdolat pár velmi krátkých postupů a pak jeden delší, který běžím zase rovně. Sakra zase běžím skoro sám. Co JE?! Předem mnou jen jeden borec. Běží úplně stejným směrem, tak to má snad stejné. Přesto si velmi pečlivě hlídám kudy jdeme. Zase stejný scénář, přes potůček na koneček a kámen je můj. Při seběhu na další kontrolu vidím skupinku asi 3-4 bežců, jak se přibližují z jiné fársty. Na most se dostávají před námi, ale v hodně dobře průběžném lese je rychle stahují. Pak jen dva lehčí postupy a běžíme na předsběrku. Ta se mi bohužel stává osudnou. Podbíhám barák místo toho, abych šel nad ním, a trošku ztrácím. Navíc si přidávám menší výběh. U kontroly jsem z naší skupinky poslední. Následuje dlouhý seběh na sběrku. Před jednoho borce se dostávám, ale dalším jsem skalpován, takže to vychází nastejno.. :) Při doběhu koukám na ceduli ukazující, že jsem 6. “Nice!” Ještě podat Rasmusovi mapu a mám odkrouceno.

Škoda jen, že Rasmus hned na začátku svého úseku ztrácí 7 minut a nakonec dohání dokonce s 15minutovou ztrátou.. Ani nevím co se mu stalo. Ale to je už teď jedno.

Víťovi ani Kamendovi se moc nedařilo. Rasmus to hodně pokazil, stejně tak Ivar a Morten J. Magnus šel vyrovnaný výkon, takže si zaslouží pochvalu. Velmi dobře šli Morten B. a Gaute, tihle dva junioři mě velmi mile překvapili. Nakonec Kamenda, zostuzen Kutlochom, doběhl na 75. místě.

\* \* \* \* \*  
24 HODINOVKA V MAĎARSKU Arnošt  
\* \* \* \* \*

Kde začít ...

Tak třeba ... týden před odjezdem nám onemocněla Péta Tvarůžková, a po krátké a neúspěšné snaze najít náhradu, jsme se nakonec dohodli že přeci jen aspoň na začátek a následně denní úseky nasadíme již pěkně zakulacenou Báru.

Nejdříve pro jistotu shrnu základní fakta o nás co jsme se účastnili.

Účastníci v pořadí v němž startovali (pod hlavičkou SK Žabovřesky ;) :

1. Vítá Kasal (SBK)
2. Bára Stachoňová
3. Zdeněk Stachoň (SKM)
4. Jan Červák / Worm (LCE)
5. Jana Gebauerová
6. Richard Pátek

Závody se tentokrát konaly v nejvyšších Maďarských horách jménem Matra, u turistické chaty s malou loukou přímo uprostřed pohoří.

Start byl sice až v sobotu v poledne, ale v rámci aklimatizace jsme vyrazili už v pátek večer. Nakonec jsme na místo dorazili už kolem půlnoci. Finální dohledávka byla sice trošku na náhodu a cit, ale zvládli jsme ji a nakonec našli shromaždiště, které v tuto noční hodinu působilo značně ospale a hlavně značně prazdně. Resp. jediný kdo ještě nespal byl Lešta a dva maďarští roznašeči. Poté co jsme potrénovali noční stavění



tunelu, jsme se ubytovali a pokecali u ohniště, kde jsme se dozvěděli že v lese bude cca 86 kontrol. Také jsme se dozvěděli jaký by měl být charakter terénu, a to čistý kopcovatý les s občasnou těžbou, případně kamenitou podložkou a nebo v jedné části je tzv. techničtější terén - čili zarostlé paseky, hustníky a podobný běhu přející bordel. Druhý den už to začalo pomalu vypadat že závody nepoběžíme sami, že nám dorazí i nějaká soupeři. Což se projevilo tak, že během dopoledne se loučka zvládla zpola naplnit, objevili se koridory, výpočetka a dokonce i prezentace.

Už cca hodinu před startem dorazilo konečně i naše druhé auto, takže měl kdo jít první úsek. V poledne všech 11 štafet startujících na 24 hodin vystartovalo na 30 minutový startovní úsek, aby se nakonec ti nejrychlejší vrátili už téměř za 40 minut. Což předznamenalo, jak to bude s celkovým odhadem času vypadat, a že opět bude problém pro nás se vůbec finálovým úsekům dostat (jak se nakonec ukázalo, tak nikdo nestihl ani jeden finálový úsek).

S druhými a dalšími úseky se závod pomalu a jistě rozběhl, začal pravidelný kolotoč přípravy, čekání na svůj předávající úsek, samotný běh, vyčtení, sušení spocných věcí, jídlo, zevlink nebo případně spánek. Prostě takové pomalé směřování k noční části.

Zařazení stmívacích úseků a následný přechod do noční části závodu byl stanoven na 7h večerní. Tentokrát stmívání vyšlo na Worma a Janču. Na mě už vyšel první noční. Což mimo jiné znamenalo že jsme dle předchozí domluvy ohlásili stažení Bary ze závodu a dále už jsme pokračovali jenom v 5 lidech. Takže jsme měli kratší mezistupy mezi jednotlivými úseky.

Jak noc pomalu postupovala, ustálilo se schema, že po doběhnutí člověk předal a šel vzbudil následujícího, aby se následně lehce najedl a sám se pokusil trochu vyspat. Opět se nám nepodařilo vyběhat všechny noční ještě za tmy a tak se z posledního nočního Worm vrátil až ve třičtvrtě na osm. Po dotažení všech lehčích a kratších úseků nám nakonec dle plánu po 11h zbyly jenom 3 dlouhé těžké úseky. První z nich se sice Worm ještě pokusil do 12 hodiny stihnout, ale nakonec mu to o 20 minut nevyšlo. Ve výsledku jsme tak oběhali 29 úseků a skončili na celkovém 5. místě.

Pak už nezbývalo než se sbalit, nabalit tunel i vlajku, naložit se do aut a dát sbohem tomuto kraji, abychom vyrazit směr domov.

Příjemně nás podrželo i počasí protože celou dobu vydrželo krásně slunečno, v noci pak jasno s měsícem v úplňku a příjemnou noční teplotou..

Když to shrnu, tak pohodová akce, atmosféra jako jíz tradičně na 24hodinovce pohodová, zazávodili jsme si a konečně byli spokojeni s nasazením závodní strategie. Nakonec naběhali ti co šli 5 úseků tak cca 20km, a ti co 6 úseků tak ke 30km. Příští rok by měla být 24hodinovka v Německu, tak třeba tam jednou potkáme i Žabiňáckou štafetu A, když už to Běčko jezdí docela pravidelně.

\* \* \* \* \*  
ŽA NASAVRKY Maťo  
\* \* \* \* \*

Ráno klasika odjazd od Bohémy so Student Agency, krásne počasie v Brne vystriedal dážď na zhromaždisku. V šestici veľmi elegantne rozkladáme tunel na protekčne pokosenej trávičke. Keďže môj štart je až za 3 hodiny, tak si idem pospať do autobusu. Zo spánku nakoniec nič nebolo, ale super som si pokecal so šoférom, riadny pohodač.

Vybíham pozriem do mapy: „k#\*? a bez tej lupy tam nič nevidím“, jednotka príliš opatrne, na dvojku sa krútim ako maďar v kukurici, potom už idem iba na buzolu, začína sa to opatrne podobať na orienták, ešte nemať stuhnuté nohy z týždňa, v polke ma dobieha Karim. Jemu to tiahne na roviny, mne do kopcov. Škoda, že tu kopce nie sú. Trať sa mi nepáči, ale konečne som v celi. Výkon typický – na zaplakanie. Na vyhlásku zatlieskame úspešným. Sadáme do autobusu, po 5 rokoch budem spať v telocvični na pretekoch, vyberám miesto mimo párikov, nech mám ničím nerušený spánok.

Bolí ma hlava, som unavený a hladný ako Čenkovej deti na 13 strane (na 13 strane boli podľa mňa už riadne riadne hladné !). Trhám kolektív a vyberám si radšej reštauráciu kde bude ticho a rýchlo mi donesú jedlo, nech neznechutím ostatných svojou náladou. Oplatilo sa a spokojný a s dobrou náladou sa vraciam spolu so Švirdom a Kazdičom za zvyškom klubu. Vojdeme dnu, sedí tam už len Libor a pár skalných. Pozerám na hodinky – 8 hodín : „Čo ti je#\*? “ Dávame si pivko a ja premýšľam, kde v Matrixe sa stala chyba, rýchlo sa uspokojujem s odpoveďou, že to všetci zobrali nejak príliš prestižácky a že by tento nezdravý prístup mali do budúcnosti prehodnotiť a radšej sa venujem pivku. Okolo 22:15 sa vraciame so Švirdom a Kazdičom do telocvične, v telocvični zhasnuté a tak si pokladám svoju klasickú básnickú otázku : „Č\_T\_J?“ Našťastie Pája ešte nespí a poradí nám miestny punkový koncert a tak priberáme aj Martináča a vyrážame. Vstupné 50, ale tak reku, že prispejem na kultúru. Hneď na bare sa smejem zo sfetovaného týpka so skateom, presúvame sa pod pódium, kde (bez) nádejná metalová kapela predvádza svoj koncert. Je tam tak 20-30 ľudí, takže ťažký underground. O chvíľu na scénu nastupuje headliner, miestna punková skupina. Odposluchy a nástroje naladené, šou začína! Rozozvučia sa gitary, do toho bicie, vravím si: „krása.“ Po chvíli sa ozve speváčka, zľaknem sa arozlievam pivo. Zase si položím klasickú otázku : „Č\_T\_J?“ a ešte k nej pridávam : „tú kde vyhrabali?!“ . Bola taká strašná, až bola dobrá a tak sa mi to za chvíľu začína páčiť a tak sa ponatriasam v rytme tvrdého punku. Po, citujem frontmenku, „ďalších peckách z bandzonu“ sa zhodneme, že to balíme. Pri východe začítme lahodnú chuť pečenej klobásy a tak neváhame a berieme. Veľmi dobrá voľba a s plným bruchom a plný dojemov z predchádzajúceho kultúrneho zážitku si líham spať.

Ráno ma zobúdzia slniečko, založím si dioptrické okuliare a vravím si : „Jo, jo dneska by to šlo.“ Koláčik, čaj a klušem na štart. Nohy také tvrdé, že by som si mohol založiť veľkosklad laktátu pre Strednú a Východnú Európu, ale do lesa sa celkom teším. Bežím pomalšie, kontroly naskakujú, bavím sa orientákom a tak spokojný razím zberku, naťahujem krok, dobeh za 21 s a nebyť neistoty na trati by to bola aj spokojnosť. Neskôr si kupujem pelendrek a výborný kokosový kmeň, čím uspokojujem detskú časť svojho ja, idem zatlieskať úspešným a hurá domov. V autobuse sa ešte dozvedám skutočnú pravdu o švédskej trojke a spokojný spolu so Švirdom prichádzam domov.

-----  
1. Český pohár, žebříček A, žebříček B-Čechy, Nasavrky 12.5. 2012  
-----

D18A: 1. Kosová Štěpánka 44:46; 2. Chromá Kateřina 45:32; 13. Tesařová Markéta 50:54; D20A: 1. Pavlovcová Petra 48:22; 2. Hrušková Barbora 49:00; 20. Koporová Petra 63:00; D21A: 1. Macinská Jana 55:49; 21. Palátová Petra 66:03; 27. Mezníková Lucie 68:38; 40. Uhnová Markéta 75:10; 53. Hendrychová Zuzana 84:19; D21E: 1. Gregorová Kamila

58:51; 5. Hlavová Hana 61:07; 9. Kabáthová Eva 63:28; 17. Mádlová Věra 64:26; 21. Indráková Adélka 66:56; 23. Hlavová Jindra 68:01; H20A: 1. Petržela Jan 58:39; 10. Brlica Pavel 72:03; H21A: 1. Komanec Václav 82:13; 22. Zimmermann Jakub 93:59; 25. Kazda Adam 94:37; 55. Drábek Jan 106:23; H21B: 1. Kořínek Tomáš 74:42; 9. Krajčovič Martin 85:35; 31. Pátek Richard 101:45; H21C: 1. Karvánek Matouš 72:13; 2. Štemberk Adam 75:00; H21E: 1. Nožka Radek 85:55; 14. Švirák Ondřej 94:38; 17. Stehlík Martin 95:01; 28. Zháňal Jan 101:57; Palas Jan DISK; P6: 1. Cahel Marek 35:05; 2. Zřídka veselý Libor 37:52;

-----  
2. Český pohár, žebříček A, žebříček B-Čechy, Nasavrky 13.5. 2012  
-----

D18A: 1. Kosová Štěpánka 24:57; 3. Tesařová Markéta 26:45; 5. Chromá Kateřina 27:23; D20A: 1. Horčíčková Vendula 26:38; 3. Hrušková Barbora 29:51; D21A: 1. Vítková Lucie 33:10; 11. Mezníková Lucie 37:05; 42. Palátová Petra 43:24; D21B: 1. Říčařová Žaneta 31:18; 2. Uhnava Markéta 32:20; 3. Tvarůžková Petra 32:43; D21E: 1. Jedličková Zuzana 33:48; 3. Kabáthová Eva 35:14; 7. Mádlová Věra 35:54; 10. Hlavová Jindra 36:42; 11. Hlavová Hana 36:48; 19. Indráková Adélka 39:23; H20A: 1. Zakouřil Vít 23:25; 8. Brlica Pavel 27:49; H21A: 1. Fišer Jiří 33:03; 20. Zimmermann Jakub 36:38; 45. Stehlík Martin 40:21; 50. Kazda Adam 41:23; 54. Zháňal Jan 42:39; H21B: 1. Perůtka Jan 31:30; 9. Drábek Jan 36:07; 56. Pátek Richard 48:54; H21C: 1. Brož Marek 32:07; 3. Krajčovič Martin 36:43; 10. Štemberk Adam 40:08; H21E: 1. Kubát Pavel 31:50; 19. Palas Jan 37:13; 33. Švirák Ondřej 42:49; P6: 1. Zřídka veselý Libor 40:53;

\* \* \* \* \*  
MŮJ MARATON Zuzka Hendrychová  
\* \* \* \* \*

Maraton slovo, které běžce láká a zároveň ve většině vzbuzuje respekt. Na tuto šílenou akci jsem se přihlásila již někdy na začátku března. Čím více se přibližovalo datum běhu, tím větší jsem měla respekt. V den startu už jsem byla úplně v klidu. Věděla jsem, že to nějak odběhnu, odejdu či cokoliv a že to zkrátka nějak dopadne.

Z Václavského náměstí, kde bylo zázemí, jsme se přesunuli do startovacích koridorů. Ty byly rozděleny od A až do K myslím. Rozcvičovala jsem se a vybíhala jsem z koridoru E. Před startem jsem konverzovala s dvěma běžci z Maroka, naprosté předstartovní nesoustředění. Pán, co byl u mikrofonu nám několikrát zopakoval, že to jako dneska běží 9000 lidí a podobné jiné věci. Měla jsem už chuť mu něco udělat.

Za tonů Vltavy jsme začali vybíhat. Na začátku se ještě člověk měl i tu chuť kochat. Pařížskou jsme vyrazili přes most a pak pokračovali Valdštejnskou. Pěkný to bylo i na Karlově mostě, tam se ještě člověk rád pokochal. Pak nás čekala první smyčka podél Vltavy až na Libeňský most. Tempo cca stále 5 minut na kilometr. Dvanáctý kilometr opět znamená Pařížskou a po ní ulici Na Příkopě a Národní. Fandících lidí je tam opravdu dost a našťástí fandí všem, pokud slyším češtinu, potěší mě to ještě o mnoho více. Bylo dokonce dost času obdivovat Národní divadlo. Pokračujeme dále po nábřeží

a mě už začínají v hlavě docházet jednoduché početní úlohy, kterými bych jakkoliv zaměstnala mozek. Klička kolem 17., 18. a 19. km byla všechno jen ne hezká. Dlouhý úsek, který by byl normálně opravdu nudný, má hlava zvládla jen proto, že myslela na to, že brzo bude vytoužená půlka za mnou. Na 21. km mám čas něco okolo hodiny a  $\frac{3}{4}$ . Zpáteční trasa stejnými místy až na Palackého most se odbývá v duchu odpočtu km do  $\frac{4}{7}$  a pak  $\frac{5}{7}$  trati. Druhá velká klička byla zoufale nudná. Od 28. km zaměstnávám hlavu postupným odpočítáváním, naštěstí ji to natolik vyčerpává, že už se nezmůže ani na myšlenky na chůzi. Na 30. km jsem si uvědomila, že je to nejdělsí trasa, kterou jsem kdy v kuse běžela. Od 33. km začínám normálně odpočítávat a mé hlavě už je opravdu všechno jedno. Po 40. km si říkám, že to už prostě doběhnu. Slyšela jsem od kamarádů, že na maratonu měli krizi na 33. nebo 35. km, já krizi jako takovou neměla, jen poslední dva kilometry se mi zdály nekonečné. Poslední metry dobíháme za potlesku spousty lidí, poprvé mám pocit, že si ho všichni doběhnuvší opravdu zasloužíme.

V cíly čas 3:35. Pavel Nedvěd dobíhá 11 minut za mnou. Dostávám do sebe ovoce a zjišťuji, že ač mě při běhu nic nebolelo po doběhu tomu tak určitě nebude. A to ještě netuším, že další den se nebudu málem schopna zvednout z postele. Někdo moudrý řekl, že maratón není jen o nohách, ale taky o hlavě a mě nezbyvá než souhlasit.

\* \* \* \* \*  
MISTROVSTVÍ EVROPY Adam  
\* \* \* \* \*

„Dobře, tak již na to můžete pomalu začít došlapovat, za týden můžete chodit bez berlí a za 14 dní byste mohl pomalu začít běhat, ale jen po rovném, na 5 minut ...“

„Hmm, ale já za 12 dní odjždím na mistrovství Evropy ...“

Asi tak nějak to pro mne začalo :-). Poté, co jsem si na MČR v NOB vyvrtil kotník a uběhl s ním další 2 km, jsem si myslel, že to nebude nic hrozného. To už jsem si myslel méně, když jsem na to o hodinu později nemohl ani dostoupnout a když jsem dostal berle, tak bylo jasno.

Když jsem tedy stál na letišti a čekal na letadlo do Švédska, v nohách 60 minut volně po cestě, 40 minut středně po cestě a jeden opatrný mapový trénink, necítil jsem se zrovna jako ten, který by měl za 3 dny běžet v kamenitěm severském terénu. Ale co, i to k orientáku patří. A tak jsem to nevzdal a neotočil se na podpatku, ale vložil svůj 11kg batoh na pojízdný pás za šest dvacetikilových batohů patřících indickému páru a šel bojovat ...

Při nástupu do letadla jsem se potkal s Bárou Špotákovou, Honzou Železným a Kubou Holušou, kteří se zrovna vraceli z Dauhá a současně jeli na záznamu z Diamantové ligy v Dauhá, který promítali na gatu na letišti. Dobrá náhoda :-)

No a protože se dívám, že píšu tak rozvláčně, že by z toho bylo šest stran, což by nikdo nečetl, tak to teda teď už zkrátím a vypíchnu jen to nejpodstatnější: Ubytování luxusní, v mé posteli byly krásně měkké matrace a Kody – také tam byl košík hraček, které mi ale pořád brala malá Hanna Haldinoklechová – Butcher mne naučil luxusně zatejpotvat, zájemcům mohu vysvětlit ;-) – den před kvalifikací jsem s tejpem konečně zratil zábrany a přestal myslet na nohu a začal trénovat ;-) – přišel jsem si logo na dres bílou nití a jehlou od Dany Brožkové pomoci 6ti píchnutí – absolvoval jsem několik Kodyho „baleňáků“

... a pak přišla konečně kvalifikace na middle. Byla poměrně jednoduchá a tak bylo hodně těžké se protláčit do finále. Věděl jsem, že musím jít bez chyby, což se mi podařilo, bohužel jsem na to ale fyzicky nestačil. Takže když jsem doběhl a šel se vyklusat po trati Vasaloppet, která byla posetá energy gely od Enervitu, věděl jsem, že to těsně nevyjde. A taky nevyšlo. Ostatním (až na Kodyho) se podařilo postoupit, Vojckovi dokonce ze 3. místa!

Potom: jsem se dozvěděl, že na konci května se uklízí gely od Enervitu – nechal jsem se rozšmajchlovat od Butchera – prošel se podél jezera na jeho předpis, aby se svaly vzpamatovaly

... a pak tu byla kvalifikace longu. Byla trošku těžší než middle, takže tam někteří i trošku chybovali. Já jsem podal zase stejný výkon jako na middlu, bez chyb, ale tentokrát to už těsně stačilo a tak jsem se přehoupl těsně přes postupovou čáru a vyběhl si tak startovní číslo 1 do pátečního finále. Všichni jsme měli pěknou kliku, neboť jsme se natlačili jak sardinky k postupové čáře, která byla za 17. místem. Dokonce tak nahusto, že to vypadalo, že se navzájem vytlačíme, nakonec jsem to ale ustáli: 17., 17. a 16. místo, tam bylo hodně toho štěstíčka :-)

Pak jsem: snědl kopy výborného salátu s lososem, který pro nás navařila Mirda – byl tak dobrý, že jsem omylem snědl i porci pro Radovana, ale pst, on vůbec neví o tom, že nějaký salát byl – stáhl 3GB map do GPSky za stálého údivu celého týmu proč je ten internet tak pomalý – nechal se rozšmajchlovat Butcherem tak, že se mi udělaly puchýřky na stehně – vyděsil jsem kouče, že mám impetigo, které je šíleně naklaživé a léčí se antibiotikama, byly to ale jen ty puchýřky – znovu a o poznání lépe jsem přišil logo na dres bílou nití a jehlou od Dany Brožkové – projel celý Facebook od hlavy až k patě – projel celý Facebook od paty až k hlavě – naprogramoval několik programů – našel nejvýhodnější trajekt do Norska ... no prostě jsem dělal všechno co se tak běžně na ME dělá. Mezitím jsem zkoukl kvalifikaci sprintu a finále middlu, který byl hrozně kamenitý a náročný. Hromady kamení, které se sype na stranu, když do něj člověk stoupne, ale dělá že tam není pomocí mimiker z mechu. Zákeřné. Olav Lundanes to napral tak, že se ty kameny nestíhaly odvalovat pod jeho nohama a tak vyhrál systémem start – cíl, to jakože suverénně. V ženách vyhrála švýcarka Nigliová, jak by řekli v ČT, která byla nadopovaná třemi dětmi a tak to bylo taky suverénní :-)

No a pak přišel den D a já nastoupil s číslem 1 na klasiku K. Pohled na parametry tratě před startem mne uklidnil, neboť to bylo jen 2x delší než kolik jsem měl naběháno. Tak jsem se rozcvičil a vstoupil do koridoru, který byl dlouhý a tak jsem v něm chtěl klusat, jenže mi to nějak nešlo. Vždycky když jsem udělal krok, tak pode mnou ujely ty maskovaný kameny. Po startu to bylo ještě horší, snažil jsem se běžet, ale nemohl jsem doběhnout ani ke startovnímu lampionu, po cestě k němu jsem několikrát spadl. Vypadalo to jako krásný mešik, ale zdání klame. Stejně jako krásný květ občas skrývá masožravku, tyto krásné mechy skrývaly víc než občas pořádnou kotníkodrčku. Inu ideální na regeneraci po vyvrtnutém kotníku.

Naštěstí se nade mnou pán tvorstva (stavitelka tratí Eva Juřeníková) smiloval a trať od třetí kontroly vedla již méně drsnou částí, kde se dokonce i dalo dívat do mapy za běhu. Oběhl jsem to s jednou chybou a jednou špatnou volbou, nakonec si dal dvakrát sjezdovku nakolmo nahoru aby se nám mohli diváci vysmát jak se tam plazíme. Zjistil jsem, že stejně velký úspěch jako vyhrát je doběhnout první do cíle, soudě alespoň podle potlesku, zájmu televize a diváků :-) Pak mi řekli, že jsem DISK. Naštěstí to byla jen chyba v programu, takže mne oddiskli a umístili na první místo s vynikajícím časem „00:00“. Tam jsem zůstal až do konce závodu, takže jsem šokoval nespočetné závodníků, kteří doběhli a četli výsledky 1.Chromý, 2.Lundanes, 3. Merz, 4. Novikov ... V

průběhu jsem přibyl do výsledků ještě na 38. příčku s časem 103:20, ale to se nepočítá :-). Mám to vyfocený jak jsem první a to je hlavní :-). Z česků zaběhl výborně Šéda, který skončil na slunném 12. místě, zbytek obsadil kanálické pozice.

Pak jsme: zkoukli finále sprintu, který byl hrozně stupidní – natočili video Butcherovi ke svatbě – nejlepším hercem byl vyhlášen Kody (nebo že by to nehrál? :-D) – nejhorší herecký materiál je Miloš s Betem – nenominoval jsem do štafety – přejeli jsme do Falunu, kde jsme shlédli štafety – Šéda s Betem zaběhli výborně – ubytovali jsme se v místní věznici (fakt, fungovala do roku 1995!), kde nebyla zevnitř klika – zazpívali několik hitovek za kapelu na banketu, což mělo velký úspěch – dozvěděli se od Rusek, že „mají Čechy moc rádi, že jsme vlastně jeden stát, že si tak rozumíme, a že je hrozné, že nás tak odtrhli“ – neshořeli při přeskakování ohně – využili zdrojů Lenky Klimplové a prodloužili párty u ní – nevykoupali jsme se v jezeře, což byl úspěch – dorazili domů. Ola ola, to je všechno, tak trénuj, ať můžeš příští článek z ME psát právě ty!

\* \* \* \* \*  
ŽB MORAVA PAMĚTICE Kristýna Moravcová  
\* \* \* \* \*

Závod se konal v Paměticích u Letovic, a přestože byly vypsány jen béčka (mám c), rozhodla jsem se přihlásit v rámci tréningu. Odjezd autobusu od Bohémy byl naplánován na půl osmou a musím říct, že mě to trochu naštvalo, jelikož jsem startovala až o půl dvanácté

Protože jsem na sobotním závodě nebyla, nevěděla jsem, co mě v neděli čeká, a když jsem se po cestě dozvěděla, že poblíž shromaždiště roste ta žlutá smradlavá rostlina, mé náladě, která už tak byla špatně naladěná z ranního vstávání, to moc nepřidalo. Naštěstí stačilo přes pole jen přejít a na shromaždišti ji už cítit nebylo. Další štěstí bylo, že jsme dorazili včas a mohli si zabrat místa pod stříškou na lavičkách a nemuseli se mačkat v prachu (kterého tu bylo habaděj). Po čase začalo závodníků neúprosně přibývat a všechny rozesmál moderátor, který popletl, co mohl.

O půl desáté se první závodníci začali odebírat na start a já se konečně mohla začíst do knížky, protože mi ji už nikdo nebral.

Start byl vzdálen přes kilometr a půl a tak jsem si naplánovala odchod půl hodiny předem. Bylo to trochu brzo a tak jsem na svůj start musela čekat celkem dlouho.

První čtyři kontroly jsem zvládla docela obstojně, ale pátá byla můj kámen úrazu. Byla umístěna na severu hustníku a já kolem ní chodila pořád dokola a ne a ne ji najít. Našla jsem dokonce i šestou kontrolu. No a na té mi nějaké holky poradily jak se mám na tu pětku dostat. Musím říct, že v tuto chvíli mé sebevědomí prudce kleslo. Začínám uvažovat o brýlích. Ale aspoň jsem rychle našla tu šestku.

Až po devítku to šlo vcelku hladce, ale desítka a dvanáctka se mi stala osudnými. Kolem desítky byly jediné záchytné body čtyři cesty, které ležely takových 50 - 200 metrů od ní. Nejdříve jsem zvolila variantu pro postup hrubý azimut, ale výsledku jsem se nedopracovala. Musela jsem si to tedy celé obejít zdlouhavě (ale jistě) po cestě.

A pak ta strašná dvanáctka. Já prostě ani nevím, jak se mi to povedlo. Postup, si myslím, jsem zvolila vcelku dobrý. Ale proč jsem za hustníkem odbočila doprava a ne doleva? Možná za to mohla žízeň a vyčerpání. Naštěstí jsem dvanáctku našla a orazila a posledních pět kontrol jsem do cíle nějak doběhla. Čas ani umístění raději sdělovat nebudu (snad pochopíte proč), ale jestli by to přeci jen někoho zajímalo, tak si ho v Polarisu najde.

Byl to vcelku pokažený závod a já se akorát nadýchala prachu a zasmála moderátorovi, který pořad dokola připomínal stáří vítězných veteránek.

Domů jsem dorazila právě včas, abych stihla hokej. Tak aspoň někdo dneska vyhrál.

-----  
2. závod žebříčku B-Morava, Paměťice 19.5.2012  
-----

D12C: 1. Bruková Magda 26:01; 13. Baštařová Anna 59:49; D14B: 1. Pilcová Sabina 37:30; 9. Malivánková Eva 47:18; Firešová Markéta DISK; D14C: 1. Plhalová Šárka 55:16; 2. Kratochvílová Anežka 60:59; D16B: 1. Kašparová Zuzka 48:52; 12. Koporová Lenka 63:59; D18B: 1. Tesařová Markéta 61:02; 7. Chroustová Lenka 69:19; D20B: 1. Nožková Sára 74:05; 3. Jemelíková Denisa 92:54; D21B: 1. Kozáková Zdenka 70:34; 2. Hlavová Hana 72:12; 5. Gebauerová Jana 81:01; 23. Křístková Veronika 118:15; D45B: 1. Hlavová Miroslava 52:06; 19. Kabáthová Jitka 72:51; H10C: 1. Kundera Jan 20:26; 4. Urbánek Adam 29:27; 5. Soška Petr 29:30; H12C: 1. Jirka Mikuláš 24:13; 12. Svoboda Marek 52:52; 14. Slaný Filip 67:53; H14B: 1. Sýkora Vojtěch 39:38; 20. Říčný Vojtěch 78:19; 21. Soška Marek 83:02; Komenda Jan DISK; H14C: 1. Kinc Martin 40:40; 8. Jahoda Vojtěch 93:31; H18B: 1. Horvát Petr 65:49; 7. Jordanov Alexandr 94:09; H21B: 1. Kozák Osvald 79:46; 12. Zimmermann Jakub 91:01; 25. Krajčovič Martin 97:40; 30. Zelinka Jiří 104:54; 35. Liščinský Tomáš 114:49; 46. Pátek Richard 150:50; 47. König Lukáš 152:11; 48. Veselý Martin 155:23; Kazda Adam DISK; H21C: 86:13; 101:06; 4. Dvořák Martin 115:31; HDR: 1. Petřivalský Arnau 25:08; 28. Baštář Adam 38:59; 48. Veselá Veronika 94:46;

-----  
3. závod žebříčku B-Morava, Paměťice 20.5.2012  
-----

D14B: 1. Křečková Jana 28:17; 4. Firešová Markéta 32:02; 12. Malivánková Eva 36:43; D16B: 1. Argalášová Kateřina 27:55; 8. Koporová Lenka 38:21; 15. Moravcová Kristýna 85:11; D18B: 1. Tesařová Markéta 28:58; 8. Chroustová Lenka 35:14; D21B: 1. Kozáková Zdenka 32:58; 2. Hlavová Hana 34:40; 3. Hlavová Jindra 35:20; 4. Indráková Adélka 36:35; 11. Gebauerová Jana 43:05; 29. Hendrychová Zuzana 55:31; 33. Křístková Veronika 58:37; D45B: 1. Vavrysová Iva 39:20; 21. Kabáthová Jitka 57:27; H14B: 1. Vystavěl Ondřej 23:21; 25. Soška Marek 48:22; 28. Říčný Vojtěch 51:45; 29. Komenda Jan 53:40; 30. Jahoda Vojtěch 55:50; H18B: 1. Horvát Petr 27:13; 6. Jordanov Alexandr 38:03; H21B: 1. Kozák Osvald 39:43; 7. Zimmermann Jakub 45:09; 12. Zelinka Jiří 46:39; 28. Kazda Adam 50:28; 39. Drábek Jan 55:02; 42. Krajčovič Martin 57:18; 47. Liščinský Tomáš 60:35; 52. König Lukáš 69:48; 57. Pátek Richard 73:38; P3: 19:09; 17. Soška Petr 46:25;

Po dlouhé době jsem se opět ocitla na víkendových orientáckých závodech. Počáteční problémy – moc žen, málo štafet (před pár lety nemyslitelné...) – se brzy vyřešily a já se mohla těšit na tři závody – štafety, sprint, štafety. Pro dospělé a dorostence vše probíhalo v klasickém formátu a zpestřením mohl být jen fakt, že sprint byl WRE a závody měli i zajímavou mezinárodní účast, kromě Maďarů se zúčastnili i běžci ze Spojených arabských Emirátů. Zato pro nejmladší závodníky pořadatelé připravili vítanou novinku a uspořádali Vyzývací pohár – ČEZ Challenge cup. Oblastní výběry žactva v něm bojovali o celkové vítězství ze všech třech závodů, které byly bodově ohodnoceny. Na konci víkendu se body sečetly a z osmi oblastních výběrů vzešel absolutní víkendový vítěz.

Centrem obou štafetových závodů se stala louka pod hradem Helfštýnem. Sprint se běžel v nedalekém Lipníku nad Bečvou. Při sobotních štafetách se Žabinám v dospělých kategoriích velmi dařilo a dámská i pánská štafeta stanuli na nejvyšším stupínku. V neděli byl úspěch jen o trochu menší. Já jsem měla daleko menší ambice a mým hlavním cílem bylo si to v lese hezky užít a mít dobrý pocit z toho, jak se mi daří hledat oranžovo-bílé lampiónky.

Téměř rok bez orientáku v opravdovém lese byl na mém výkonu znát, ale když už jsem běžela špatně, tak jsem alespoň věděla kam. Kopce našťestí nebyly tak veliké, jak jsem se obávala a pasáže v rýhách byly zajímavým zpestřením jinak obyčejného českého lesa. Po společenské stránce byl víkend také příjemný. Prostě vše hezky při starém :-)

Stále se pije pivo a kofola a témata hovorů se stále točí kolem chyb a úspěchů v lese, minulých a budoucích autobusových cest na závody, šmajchlu a plánů do budoucna....

**Jindra:**

**V sobotu jsi běžela hodně dobře v béčkové štafetě, v neděli si povýšila do áčkové. Byla jsi před startem nervózní? Spalo se dobře?**

V sobotu jsem byla s výkonem celkem spokojená a měla jsem radost, že jsem se nominovala do áčka...V neděli před startem jsem byla nervózní. Holky jsou dobrý a já jim to nechtěla pokazit. Spalo se mi dobře, ale mně se spí dobře vždycky :)

**Jak sis užila první úsek?**

Neužila. Na začátku jsem udělala 3 minuty chyb a první skupinka mi utekla, Pak jsem vůbec nemohla fyzicky. Byla jsem ráda, že tam se mnou byla Peťa P. , která mě povzbuzovala. Kdyby to byl individuální závod, tak jsem tam ještě teď !

**A jak jsi spokojená s výsledkem?**

S mým výkonem nejsem vůbec spokojená, ale s 2. místem, které vybojovala Hanka s Evčou jsem dost spokojená . A největší radost mám z toho, že jsme zatím ve vedení klubů a štafet!!

**Jak se ti líbil sobotní sprint?**

Líbil, ikdyž nebyl moc těžkej..Nejvíc se mi líbila pasáž v zámecké zahradě.



## **Pomalu se blíží vrchol jarní sezóny. Jak máš natrénované na mčr na krátké trati?**

Já osobně mám vrchol až 14 dní po MČR a to na letním oddílačí :) Na ten mám natrénováno dost...Ale i na to MČR se těším, ale fakt nevím, co od sebe čekat :)

## **Kam vyrážíš na letní závody?**

Nejdřív pořádáme ( jako Konice) Cenu střední Moravy, pak jedeme na Bečov a pak na Botas. Takže jedu asi tak všude, kam se v červenci dá..POJEĎTE TAKY!!

## **Ještě by mě zajímalo, kde jsi se naučila hrát tak fotbal? ;-)**

Nemyslím si, že ho umím hrát. Ale každopádně mě to na pondělním fotbálku s klukama baví!! Na gymplu jsem občas hrála s klukama, ale jednou jsem v hrozném horku pořád hlavičkovala a měla jsem z toho otřes mozku. Po tomhle zážitku jsem se trochu stáhla do ústraní, teď se však v plné síle vracím zpět.

## **A máš vzkaz čtenářům?**

Nic chytrýho mě zrovna nenapadá, ale tak aspoň pro kluky, ať si pomalu začnou pěstovat Günter kníry- oddílač se blíží!!

Díky za rozhovor!

**Palo:**

## **Gratuluji k bronzu na sprintu v Lipníku! Asi se ti závod líbil, co?**

Dík, aj hej aj nie. Mohlo to byť viac potočené v uličkách centra ale tie dlhé laufy tam museli byť aby sa využila celá mapa. Taký štandard, nič extra.

## **Byla tam nějaká chybička či těžká volba? Jak závod probíhal?**

Volby som si tipol správne:-) asi sa mi zdali jasné. Chybka bola len jedna a stála ma víťazstvo. V dohľadávke na 15.KS som nepozrel popis a myslel som že bude za hustníčkom. Strata 9 sekúnd, celkovo som dostal od Binga 8 sekúnd. Horšie bolo že ma celý týžden bolela achilovka a ten môj beh bol hrozný. Čakal som že dostanem bežecky.

## **Taky jsi oba dny o víkendu rozbíhal áčkovou štafetu. Oba dva dny jsi přiběhl na čele. Asi ti první úsek hodně jde.**

Tak určite, už ho behám nejaký ten rôčik a viem jak bežať aby som pribehol v balíku. Konkurencia nebola zase až tak veľká, takže to bola pohodička. A musel som sa predsa odvdáčiť za šancu rozbiehať áčkovu štafetu.

## **Jaké to bylo v lese?**

Na prvom úseku v lese je to také, aké si to bežec spraví. Moja kondička je slušná, čiže aj nejaká chyba na farste sa da ľahko zmazať. Ono by som to prirovnal k fartleku. Sú tam rýchle úseky kedy bežec dobieha stratu z chyby alebo z nevýhodnej farsty a keď už dotiahol balík tak tempo je pohodové. Potom sú tam bežecké vložky - cestovky, kde sa ukazuje kto má ako natrénované úseky a kapitola sama o sebe sú rádiovky a divácke kontroly ktoré zase milujem ja , lebo si myslím že to dosť pozitívne nakopne ďalšie úseky v štafete. Proste je to zábava a baví ma to. Z neделе si pochvalujem spoluprácu s Chlupem a Honzom. A keďže ma bolela achilovka tak som bol rád že to nakoniec takto dopadlo.

## Vyrážíš letos na MS?

Hej, mám to v pláne ale uvidíme či telo nebude proti. Pobežím sprint, štafety a asi middle.

## A na nějaký letní závody? Doporučil bys třeba nějaké na Slovensku?

Letné som zatiaľ neriešil a na Slovensku samozrejme Karst popri JWOC.

## Máš nějaký vzkaz čtenářům?)

Mám. Olá olá! Žabinyýý!

-----  
26.05.2012 Sprint cup, ŽA  
-----

D16A: 1. Hančová Petra 15:12; 36. Koporová Lenka 19:32; 46. Nedbálková Hana 22:40; Moravcová Kristýna DISK; D18A: 1. Chromá Kateřina 13:52; 7. Tesařová Markéta 15:13; 26. Chroustová Lenka 17:35; D20A: 1. Pavlovcová Petra 16:36; 7. Hrušková Barbora 17:40; D21A: 1. Toužilová Martina 17:26; 7. Gebauerová Jana 17:54; 22. Jablonovská Lenka 19:42; 27. Mezníková Lucie 20:14; 31. Palátová Petra 21:15; 36. Hendrychová Zuzana 21:59; D21C: 1. Macková Petra 14:28; 4. Stratilová Marie 17:16; D21E: 1. Szerencsi Ildikó 13:53; 2. Kabáthová Eva 14:16; 18. Hlavová Hana 15:31; 20. Hlavová Jindra 15:37; 21. Mádlová Věra 15:45;

H20A: 1. Doležel Ondřej 14:11; 5. Liszka Krisztián 14:39; 8. Bakó Áron 14:55; 24. Sulyok Ábel 16:20; H21A: 1. Otrusina Jiří 15:08; 20. Zelinka Jiří 16:12; 34. Stehlík Martin 16:31; 39. Kazda Adam 16:38; 75. Drábek Jan 41:17; H21C: 1. Barcík Peter 14:21; 7. Štemberk Adam 15:39; 10. Krajčovič Martin 16:17; 33. Pátek Richard 19:48; H21E: 1. Smola Michal 14:46; 3. Bukovac Palo 14:54; 8. Chromý Adam 15:13; 15. Palas Jan 15:41; 27. Švirák Ondřej 15:58; 32. Bialožyt Michal 16:23; T; 1. Zentrich David 15:40; 4. Koporová Petra 16:20; 7. König Lukáš 17:02;

-----  
26.05.2012 Český pohár štafet  
-----

D18: 1. KAM 1 100.57, 2. LPU 2 101.01, 3. LPU 1 101.28, 4. ZBM 3 102.42 (Tesařová Markéta, Benešová Jana, Chromá Kateřina), ...20. ZBM 1 149.22 (Koporová Lenka, Moravcová Kristýna, Nedbálková Hana), ...MS ZBM 2 DISK (Chroustová Lenka, Koporová Petra, Mezníková Lucie)  
D21: 1. ZBM 1 115.51 (Mádlová Věra, Hlavová Hana, Kabáthová Eva), 2. LPU 1 119.10, 3. SHK 1 120.09, ... 6. ZBM 2 128.23 (Gebauerová Jana, Hlavová Jindra, Hrušková Barbora), ...29. ZBM 3 158.54 (Palátová Petra, Hendrychová Zuzana, Stratilová Marie)  
H21: 1. ZBM 1 107.31 (Bukovac Palo, Palas Jan, Chromý Adam), 2. TUR 1 110.18, 3. AOP 4 110.24, ...17. ZBM 2 119.43 (Švirák Ondřej, Bialožyt Michal, Stehlík Martin), ...20. ZBM 4 120.48 (Bakó Áron, Sulyok Ábel, Liszka Krisztián), ...34. ZBM 3 129.06 (Kazda Adam, Krajčovič Martin, Štemberk Adam)

MIX: 1. OOP 1 69.06, ... 8. ZBM 92.41 (König Lukáš, Pátek Richard, Drábek Jan)

-----  
27.05.2012 Český pohár štafet  
-----

D18: 1. PHK 1 107.23, 2. ZBM 1 114.33 (Tesařová Markéta, Benešová Jana, Chromá Kateřina), 3. KAM 1 115.52, ...20. ZBM 3 183.15 (Koporová Lenka, Nedbálková Hana, Moravcová Kristýna), ... MS ZBM 2 149.47 (Chroustová Lenka, Jablonovská Lenka, Stratilová Marie)

D21: 1. TUR 1 127.04, 2. ZBM 1 128.20 (Hlavová Jindra, Hlavová Hana, Kabáthová Eva), 3. HUN 1 129.05, ... 7. ZBM 2 139.19 (Gebauerová Jana, Hrušková Barbora, Mádlová Věra), ...25. ZBM 3 172.39 (Palátová Petra, Mezníková Lucie, Hendrychová Zuzana)

H21: 1. ZBM 1 121.46, (Bukovac Palo, Palas Jan, Chromý Adam), 2. PHK 1 123.05, 3. LCE 1 123.06, ...11. ZBM 4 SK Žabovřesky Brno 135.35 (Bakó Áron, Sulyok Ábel, Liszka Krisztián), 12. ZBM 2 135.40 (Bialožyt Michal, Zimmermann Štěpán, Stehlik Martin), ...51. ZBM 3 175.39 (Kazda Adam, Štemberk Adam, Pátek Richard)

MIX: 1. HUN 82.44, ... 6. ZBM 115.57 (Boháčová Lucie, König Lukáš, Vlach Jan)

\* \* \* \* \*  
ÁČKA V KYTLICI Bára  
\* \* \* \* \*

Konečně zajímavý terén. Tím bych do jedné věty shrnula můj celkový dojem z uplynulých tří dní. I když mám napsat článek jen o áčkách, splyvají mi dohromady i se sprintem, který byl už v pátek a na rozdíl od sprintu v Lipníku nad Bečvou, který byl minulý týden společně se štafetami, se u něj muselo přemýšlet.

V sobotu jsme si mohli trochu přispat, protože start klasiky byl až ve 12 hodin. Čekalo na nás přívětivé shromaždiště s malebným rybníčkem a v lese netypický terén sopečného původu: pravidelně kulaté kopce, borůvčí, bažiny a ke konci i zrádné skály. Zrádné byly nejen tím, že způsobily třem lidem vyhozený kotník, ale také, že se z patnáctkové mapy nedaly přečíst! Proto mě hodně překvapilo, že jsem vyšplhala na vršek nějaké obrostlé skály, když jsme si původně myslela, že tam má být už rovinka. Ale výhled tam byl opravdu pěkný. O to víc jsem se těšila na sobotní krátkou, protože měla být v závěrečné pasáži klasiky a navíc na desítce, ze které jsem si už věřila, že objekty přečtu.

Z vyhlášení jsme jeli rovnou (teda po čekání na Miloše, který si užíval svých 15 minut slávy) do Nového Boru na jídlo a z Boru na Panskou skálu, nedaleko našeho ubytování v Kamenickém Šenově.

Ráno bylo vstávání na start v 9:30 trochu krušnější, ale aspoň jsme se stihli potom odpoledne vrátit domů ještě za světla. Krátká byla opravdu krátká, ale o to náročnější. Po doběhu z lesa jsem ani neměla pocit, že jsem v něm běžela. Spíš jen že jsem si hodně zblízka prohlížela hustník. Kvůli vysoké hustotě stromů se mezi skalami špatně orientovalo, a to opravdu prověřilo naše orientační schopnosti. Proto také výsledková listina v naší kategorii vypadala spíš jako startovka. I když se to mnohým nepovedlo,

nebo povedlo, ale orazili jinou kontrolu, protože se jim prostě líbilo číslo 69, mohla bych říct, že to byla nejpovedenější krátká za poslední rok. Tak snad se stejně vydaří i to mistrovství na krátké a výsledky budou mnohem vydařenější.

-----  
MČR 2012 ve sprintu 1.6.2012 Děčín

-----  
D18: 1. Svobodová Lenka 15:23; 3. Chromá Kateřina 15:58; 11. Tesařová Markéta 17:30; D20: 1. Novotná Tereza 14:17; 6. Koporová Petra 16:05; 7. Hrušková Barbora 16:25; D21: 1. Duchová Iveta 13:49; 4. Kabáthová Eva 14:45; 10. Indráková Adélka 15:13; 12. Mádlová Věra 15:18; D21A: 1. Mrázková Romana 13:09; 3. Štěpánská Adéla 13:59; 11. Palátová Petra 14:41; 19. Hendrychová Zuzana 15:20; 26. Mezníková Lucie 15:53  
H20: 1. Schuster Marek 12:29; 19. Brlica Pavel 14:46; H21: 1. Dlabaja Tomáš 12:39; 9. Chromý Adam 13:34; 15. Palas Jan 14:12; Nykodým Miloš  
DISK; H21A: 1. Ondráček Radim 12:51; 8. Zimmermann Jakub 13:53; 14. Zimmermann Štěpán 13:58; 25. Zelinka Jiří 14:17; 29. Bialožyt Michal 14:24; 37. Zháňal Jan 14:44; 39. Kazda Adam 14:58; 44. Švirák Ondřej 15:02; H21B: 1. Perůtka Jan 12:51; 25. Pátek Richard 15:23;

-----  
ČP, ŽA, ŽB-Čechy 2.6.2012, krátká trať

-----  
D18A: 1. Novotná Markéta 24:32; 4. Chromá Kateřina 27:18; 7. Tesařová Markéta 28:38; D20A: 1. Horčíčková Vendula 24:30; 9. Hrušková Barbora 29:49; 12. Koporová Petra 30:44; D21A: 1. Udržalová Pavla 29:36; 18. Tvarůžková Petra 35:45; 31. Mezníková Lucie 37:31; 43. Palátová Petra 39:35; D21B: 1. Stulíková Barbora 28:02; 9. Štěpánská Adéla 32:53; 42. Hendrychová Zuzana 42:30; D21E: 1. Brožková Dana 30:29; 10. Mádlová Věra 34:02; 20. Kabáthová Eva 36:18; Indráková Adélka DISK; H20A: 1. Schuster Marek 24:01; 15. Brlica Pavel 30:35; H21A: 1. Horáček Michal 28:48; 4. Zimmermann Štěpán 33:04; 11. Zimmermann Jakub 33:49; 31. Kazda Adam 36:05; 53. Bialožyt Michal 40:14; 62. Kabáth David 43:31; 67. Zháňal Jan 50:16; Švirák Ondřej DISK; Stehlík Martin DISK; H21B: 1. Kučera Jan 28:49; Krajčovič Martin DISK; H21C: 1. Prášil Ondřej 28:30; 8. Pátek Richard 33:16; Zvarik Tomáš DISK; H21E: 1. Šedivý Jan 32:31; 2. Chromý Adam 33:14; 23. Palas Jan 41:11; Nykodým Miloš DISK; Bukovac Palo DISK;

Tak tu po roce opět máme období přihlášek na letní vícedenní závody, tak není od věci připomenou pravidla přihlašování:

1. Přihlašujte se pouze přes náš přihlaškový systém
2. Do interní poznámky k závodu uveďte způsob ubytování a případně další věci, které je potřeba zaplatit (dopravu, apod.) anebo mi pošlete tuto informaci mailem.
3. Zaplacení startovného a ubytování musí být do termínu přihlášek, tzn. že peníze budou na oddílovém účtu do dne přihlašovacího termínu. Ten kdo nebude mít do daného termínu zaplacen a nějak se jinak se mnou nedomluví, tak jej na závody nepřihlásím.

### **Způsob platby:**

Na oddílový účet: **2600060751/2010, v.s. 003xxxx (xxxx = registrační číslo)**. Do zprávy pro příjemce uveďte název závodu nebo zkratku oddílu, co jej pořádá. Informaci o provedené platbě mi pošlete mailem.

Odečtem z oddílového účtu – pouze pro ty, kteří budou mít i po odečtu částky za startovné na oddílovém účtu částku vyšší než 0, - Kč a pouze tehdy pokud mě informujete o tom, že chcete startovné odečíst z oddílového účtu nejlépe mailem nebo telefonicky.

-----  
**POKYNY NA ČERVEN 2012**  
-----

**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, pramenišť 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

**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 Zřídkaveselý - 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



Is published in "MAPA Y BRÚJULA" (ESP) №11 (4/96 & 1/97)  
The author: Yuriy MANAEV (RUS)

**TÉNINKY**

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 / ČERVEN 2012 / ROČNÍK XIV. / #119

team: Zhusta, Honza Drábek, Filip

kontakt: zbm.polaris@seznam.cz

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

\* \* \* \* \*