

POLARIS ⁶/₂₀₁₃

ČASOPIS ORIENTAČNÍCH BĚŽCŮ KLUBU SK ŽABOVŘESKY BRNO / ROČNÍK XV. / #129



BŮRA / ŠTAFETY (CZE

Cena střední Moravy, Advanta cup, Magnus cup, Pěkné prázdniny, Východky, Letní tábor, Hostýnská osma, Podzminí štafety

* * * * *

Úvod / Honza

* * * * *

A léto je definitivně za námi.

Tedy jen orientácké... a začal podzim a hlavní sezóna, dost zhuštěná, je tu! Tedy jen závan, protože letos trvá jen měsíc. Ale zase čtyři týdny plné závodů. No je na co se těšit.

Ten první už máme za sebou! Opět štafety, letos poprvé v silném složení a hned borci stáli na bedně a holky kousek pod ní. No a míst v áčku na mistrovství je tak málo. A v družstvu taktéž. A ani těch postoupivších štafet není příliš. Bohužel čtvrté chlapské scházelo asi 20 vteřin. Škoda. V sobotu se rozlosování na bodující nepovedlo... zato v neděli chybělo jen kousek. Na bedně také stály holky (Evička, Anička a Maky) v D14! Pěkné!

Teď už jen pořádně naladit na áčka na Kokořínsku (respektive béčka v Hostýnských vrších), pak jen královská disciplína klasika a štafety s družstvem. A máme letošní trápení za sebou.

Jo, ještě ne! Oddíláč! Vrchol před námi. Už vymýšlíte téma? Cesty na závody budou dlouhé, takže času bude víc než dost!

Ještě si můžete přečíst dozvuky letošního léta.

Adam s Adélkou si řekli třikrát „ano“... a máme tu další Žabiňácký pár spojený dokud je smrt nerozdělí. Tak ať jim to jen klapě! Hodně štěstí ve společném životě!

Tvář z obálky:

Bóřa

Najednou, kde se vzal tu, se vzal, na jaře se objevil Bóřa a přinesl si sebou pořádnou formičku. Lítá jak za mlada! Vítej zpátky na palubě!

Nemohu začít jinou otázkou, Bóřo, co tě vedlo ke comebacku?

Určitě čekáš, že vypíchnu jeden faktor, ale comeback se rodil postupně. Oriénták má pro mě mnoho výhod a myslím, že když ho člověk tolik let dělal, zanechal v něm nějakou stopu. A s roky bez lampiónů a vším kolem se to u mě stále hlasitěji hlásilo o slovo.

Když jsem letos na jaře pár měsíců od comebacku párkrát chytl a zažil při závodě pravý flow, jak by to pojmenoval Dým, věděl jsem, že to je to, v čem chci pokračovat.

A kde bereš takovou dlouhou formu? Už na jaře jsi běhal jako za mlada. A teď na podzim ti to také lítá!

Tak určitě. Změnil jsem každopádně svůj pražácký životní styl a po pár letech jsem začal zase pravidelně běhat, jezdit na kole atd. A zařadil do tréninku mého oblíbence Emila (krátké intervaly ve stylu 4x4 minuty); nezabere moc času a není na něj potřeba les - ani jedno v Praze nemám:) Myslím, že po těch letech hraje velkou roli i hlad po lampíonech a zatím jsem se určitě nenajedl:D

Změnily se nějak Žabiny za těch pár let, co jsi tak zmizel do Prahe?

Tak určitě. Začnu tím, co se pro mě nezměnilo a to je hafo srandy s partou vrstevníků každý závodní víkend, což platilo v H18 a platí nejspíš i teď, jak zatím mohu soudit..

Co se z mého pohledu změnilo je to, že chod oddílu stojí v mnohých ohledech méně na Liborovi. To se mi líbí, protože si myslím, že jakýkoliv těleso lidí, které je celé postavené na fungování pouze jedné osoby, na to časem může doplatit a nemá zaručenou prosperující budoucnost.

A jak se ti líbily podzimní štafety? Dařilo se v lese?

Z prvního závodu sem byl zklamaný, asi i proto, že už jsem běžel sám na posledním úseku s velkou ztrátou a nikoho neviděl. Druhý závod sem si naopak užil od začátku do konce, byly to dostihy, farsty, hezký les, fajn výkony celé naší štafety a týmu, cítil jsem team spirit... Do pytlíku jsem vbíhali na posledním úseku asi s 6 štafetami a já přitom vždy běhal první úsek, ale popasoval jsem se s tím...:D

A jak se ti líbil sprint? Stále bylo co řešit, co?

Tak sprint se mi určitě líbil. Myslím, že pořadatelé vytáhli z toho terénu maximum a věnovali se přípravě hodně poctivě. Jo, bylo neustále co řešit, většina postupů skýtala nějakou volbu... Bohužel jsem tam udělal jednu chybu 30', ale pak sem na trati potkal Chrobáka, který sice běžel jinou kategorii, ale slušně jsme se několik postupů tahali... což mi čas zase zpátky trochu vylepšilo.

A s jakými cíly pojedíš na klasiku? S takovou formičkou si můžeš věřit na a finále, ne?

Tak určitě ne.. Odpovím otřepanou frází, že tam jedu s cílem hlavně si užít ten horský les... Musím zmínit, že mi dlouho trvalo překročit hranici 10 závodů a přenést se tak přes 200. místo v ranku a mít právo na MČR. Ale jinak si teď říkám, že když se sejde forma, může to být i to áčko teoreticky...ale i za béčko budu rád. Klasiku mám nejraději!

Oddíláče se určitě zúčastníš, ne? Máš nějaký svůj nápad na letošní masky?

Plánuji se zúčastnit, obzvlášť po loňské zkušenosti z klubu Miami Vice ve Žďáře, ale nic neslibuji, s tou logistikou dopravy z Prahe to vždy není jednoduchý, však mě znáte...:) Co třeba aktuální téma mafie, kmotři, mazánci apod.?

Díky

* * * * *

CSM / Zuzka Hendrychová

* * * * *

Na CSM jsem se vydala hlavně z důvodu, že jsem během těchto týdnů pracovala a o víkendu jsem se chtěla proběhnout.

První etapa byla v pátek jako sprint v Lipníku nad Bečvou. Bylo vedro, že by se člověk spíše vyložil někde do stínu a ne běhal sprinty. Vzpomněla jsem si na závody, které tu byly loni. Bylo tam několik zajímavějších postupů a zavedlo nás to do míst, která jsme loni neviděli. I 3 km v tomto vedru byly namáhavé. Navečer jsme se přesunuli pod hrad Helfštýn a tam se na loukách ubytovaly.

V sobotu se toho konalo více. Hned ráno jsme běželi druhou etapu, která se tak trochu podobala klasice. Běželi jsme v místech, kde se loni bojovalo ve štafetách. Trať byla pěkná, bylo na ní spousta údolíček, kopců a terénních zářezů. Startovalo se v 10, ale už během trati začínalo být běžcům veliké teplo. Po doběhnutí etapy jsme odpočívaly ve stínku a čekaly na druhou fázičku na sprintové štafety na hradě a kolem něj. Bylo to až navečer, takže vedro stačilo trochu polevit. Startovalo se před hradem a první okruh se šlo okolo hradu a někde až k hradbám. Byla jsem ve dvojici s Tomášem a vybíhala jsem až jako druhá. V těchto štafetách si dvojice mění čip. Kontroly okolo hradu byly pěkné, ale ne moc těžké. Těžší část měla teprve přijít. V hradu to bylo o něco těžší, některé kontroly byly uvnitř a část jich byla mimo hrad. Šlo o to poznat, která je kde. Nakonec jsme s Tomášem skončili asi 13. Večer se na hradě konalo promítání pohádek pod širým nebem. Dohodla jsem se s kluky a vyrazili jsme. První pohádka bylo Ať žijí duchové a druhá O statečném kováři. K tomu hvězdné nebe nad náma, zkrátka paráda.

V neděli se běželo naštěstí už v 9. Vedro začalo být až potom co jsme doběhli. Bylo to něco na způsob hendikepové krátké. Byla to velmi pěkná trať a my jsme si ji užili. Nakonec byla u nás v kategorii Denča 1. a já druhá. Po vyhlášení jsme se pěšky vydali na cestu do Lipníku nad Bečvou.

* * * * *

Advanta cup / Hanka Nedbálková

* * * * *

V pátek 9. srpna jsem se svojí rodinkou vyrazila na Advanta cup, který se konal v Novém Městě nad Metují. Kvůli strachu z přehnaně letního počasí jsme vyrazili už ráno a na shromaždiště jsme dorazili snad ještě dříve než pořadatelé. Tak jsme si aspoň postavili stan a zabrali místa pro Hruškovice a Firešovi, daleko od nejmenovaných Luhanů, kteří později hráli fotbal nejen mezi sebou, ale i se stany. V pátek pozdě odpoledne nás čekala první etapa v podobě sprintu. Ti šťastnější, kteří startovali brzo, si užili sprint a my ostatní jsme si zaběhli spíše NOPB. Jelikož jsem byla po angíně a ještě celý víkend jsem měla dobírat antibiotika, dostala jsem jasně pokyny „Nebliňni, jdi to volně, ať to nepřeženeš a nejseš zase nemocná!“. První etapu jsem si tedy vyloženě užívala výhledy na město. Znatelně jsem zrychlila ve chvíli, kdy mě z kochání probral hrom jako kráva, přihlížející fotograf nadskočil a celou situaci zhodnotil slovy „ty vole, jsem se málem posral“. Když vám nad hlavou lítají blesky a duní hromy, tak si říkáte, že jste rádi za město, a že teď nemusíte být v lese. I já měla takové pozitivní myšlenky, ale jen do chvíle než mi začalo téct do bot. Schody vedoucí od zámku dolů do města začínaly připomínat tekoucí schody pod Petrovem, s tím rozdílem, že se v nich ne-

koupali žádní obyvatelé města. Stejný den večer nás čekal ještě nočák. Běhali jsme po okraji města a mezi skálami. Teď si představte, že ležíte týden doma v posteli a nic neděláte. Dostanete se konečně do lesa a dají vám mapu. Co uděláte? No, já jsem jaksí zapomněla na pokyny a prostě jsem vypálila. Nakonec se to vyplatilo a skončila jsem druhá a v těsném závěsu za mnou Maky. Stejně tak se závod povedl i Jendovi s Bárrou, kteří skončili oba druzí, a tak mají aspoň hezkou společnou fotku ze stupňů vítězů. Večer probíhalo zaučování mé mámy, která se s námi chystala na sobotní etapu, jejímž heslem bylo „nevzdávej to, ostatní jsou na tom stejné“. Když jsem se ráno probudila, věděla jsem, že jsem to včera přehnalá. Co už. Centrum druhé etapy bylo v kempu Kamenec nedaleko Zdobnice. Čekalo na nás nepřehledné bludiště klečí. Ačkoliv jsem tento závod diskla a byla z něj naprosto vyčerpaná a bolavá, užila jsem si, jak výhled, tak sbírání borůvek. Celkově se mi etapa vlastně moc líbila. Maky se opět zadařilo a skončila druhá. Co to kecám „zadařilo“?! Maky si prostě držela svůj standart a skončila druhá, Báře uteklo pár minut na třetí místo a moje maminka přežila. Po doběhu osazenstva našeho auta jsme se vrátili do centra a prošli si městečko, tentokrát bez mapy a deště. V době konání pivních štafet, kdy účastníci překonávali ledovou Metuji sem a tam, jsme my grilovali a odpočívali. Běda tomu, kdo se někam pohnul bez svolení Betky! Večer nám příjemně uběhl a my usínali za zvuků party hudby linoucí se z budovy ještě dlouho potom, co jsme usnuli. Poslední etapa- krátká. Hlavně nepřejít start. S radostí jsem zjistila, že všechny části těla, které mě boleli předešlý den, mě už nebolí, a tak jsem si zaběhla pohodový závod. Maky to nakonec celé vyhrála, a tak jsme jí pořádně zaplácali. Bohužel nevyhlašovali příchozí, kde skončila Andrea jako druhá. Takže pro Firešovic úspěšný víkend. Ještě pográtulovat Ptákům, kteří zase vyhráli, co mohli (tedy i ty čerstvé koláče, od kterých byli všichni celí od cukru) a hurá domů!

* * * * *

Magnus cup / Peťa Koporová

* * * * *

M oje první závody v Česku po prázdninách strávených ve Švédsku
A kusicky skvělá louka (diskotéka a karaoke byly slyšet celou noc až do jejích nejzazších koutů)
G roteskní nálada Bédi, když mě nazval favoritkou ženské elity
N ěkteří (a nebylo jich málo) potkali vosy
U rčitě všechny překvapila 3. skalnatá „sprintová“ etapa
S tavitelé se snažili z terénu vytěžit co nejvíc, ale některé kontroly na náhodu se mi stejně dost nelíbily

C ontroly byly pekelně schované, občas z maliní koukala jen krabička
U chvatné výhledy z auta při cestě po loukách všem braly dech
P očasi se vydařilo, bylo krásně, teplo, nelilo

* * * * *

Pěkné prázdniny / Janinka

* * * * *

Letošní Pěkné prázdniny se konaly v Českém ráji. Tyto atraktivní terény přilákaly mnoho běhuchtivých závodníků. Za necelý den byl naplněn limit a dlouhá listina náhradníků. Kemp, ve kterém se závody konaly i před čtyřmi roky, nabízel přímý výhled na Trosky, což byla celkem pěkná kulisa, hlavně v noci.

Doprava na jednotlivé etapy byla zajištěna autobusy, aby si závodníci mohli vychutnat nejlepší terény z okolí. Tak si to někteří vychutnávali pěkně dlouho, pak má totiž člověk levnější minutu v lese. A kdo nebyl moc spořivý, proletěl mezi skalními srázy a možná stihl i horolezeckou vložku. Z mého subjektivního pohledu byly tratě pěkné a líbilo se mi, že i přes hodně startujících závodníků to v lese nebylo jak na Václaváku.

Doprovodný program byl na dvoudenní závody poměrně bohatý. Pro nedočkavce se konal v pátek mikrosprint a v sobotu byl ještě kromě dvou závodních etap Píchač PP.

Trochu slabší bylo zázemí kempu, když se člověk musel sprchovat v předklonu nebo v dřepu, protože jinak to prostě neteklo. Chaos v jídelně na spokojenosti taky moc nepřidal, ale hlady snad nikdo nezůstal. Stejně pak všem pivo pročistilo trávicí trakt. Nakonec ale musím vyzdvihnout snídaňový bar, domácí buchty byly jako na každých PPčkách výborné a na vynikající kremrole tam chodím každý rok!

* * * * *

Východky / Saša Jordanov

* * * * *

Poslední závody před začátkem školy, to jsem si alespoň říkal já, když jsem jel na své už několikáté „Východky“. Tentokrát to nebyly jediné závody, které se poslední víkend konaly, ale nakonec jsem zvolil tyto. Terén, který pro nás připravili pořadatelé z Pardubic, byl pěkný, jen v některých místech chyběly vodoteče anebo bylo na zemi hodně vykácených větví, že se nedalo běhat.

Na závody jsem vyrazil s cílem neskončit poslední, a to se mi i na mém neoblíbeném middlu podařilo, sice pár chybiček, které mrzí, ale říkal jsem si, že to spravím na sobotní klasice, kterou mám podstatně raději. Sobotní závod byl na „oběhanější“ mapě z minulých let, tak jsem alespoň trochu věděl, co mě čeká. Na volbě na první delší postup jsem zvolil asi tu nejhorší variantu, což mě stálo nějaké ty minuty. Postupy pak byly celkem lehké, akorát některé dohledávky byly složitější, tak jsem na nějaké nechával po vteřinách. Nakonec v cíli z toho nebylo tak špatné umístění, ale chyby opět mrzely. Na nedělní zkrácené nás protáhli na začátku přes vykácené průseky, ve kterých se špatně běželo, protože na zemi ležely větve. Takže začátek byl trochu pomalejší, pak jsem se dostal do bílého lesa a už to bylo jen o tom, abych se nevychýlil od směru. A to se mi párkrát také nepovedlo, ale naštěstí jsem se rychle našel a dohledal kontrolu. Po zhruba polovině se trať opět dostala do zelenější části lesa, kde se muselo trochu zpomalit. Nakonec v cíli čas podobný sobotní klasice, ale byl jsem spokojený a to je důležité.:)

* * * * *

Tábor: Dobytí Severního pólu Čechem Karlem Němcem / Anička Auermüllerová

* * * * *

V neděli 18. srpna jsme se všichni s koly a velkými batohy sešli s trochu ospalým úsměvem v hale brněnského hlavního nádraží. Vlakem jsme dojeli do Nového Města a odtud, už vzbuzení a s hřejícím sluníčkem v zádech, na kolech do mrazivého arktického podnebí Skleného, abychom dobyli severní pól. Hned potom, co jsme přijeli, jsme zjistili, že se dá velmi dobře vařit i v takové zimě, o čemž nás naše kuchařky přesvědčovaly celý následující týden.

Postupně jsme si obstarali po týmech věci, které jsou na takovou cestu potřeba včetně pasů a šál, které se vážně povedly.

Hrozně se mi líbily tréninky, protože les byl většinou krásně průběžný a trať moc pěkně postavená. Nejvíce se ale povedl střeďeční výlet na kole. □ Rozdělili jsme se na dvě skupiny- kluci (a já) jeli s Jendou, Drbčou a Dejvem, a holky jeli s Leňou, Maky a Májou. Nakonec toho holky ujely víc než my, ale určitě nejely tak krásným terénem. □ Ve čtvrtek večer se ještě běžel mikrosprint na čipy kolem chaty, kde na vás za každým rohem čekaly nějaké záludné ploty. No a v noční hře, která následovala, jsme se ztratili tak, že už jsme ji ani nedokončili. Další den byl trochu náročný, jak pro malý, protože jsme se po týmech vydali zjistit polohu severního pólu, ale i pro nás kteří jsme v noci prokřičovali neúspěšně celou mapu. Nakonec jsme však všichni, i když unavení, zarážili do země u severního pólu naše vlajky a hurá na občerstvení. □

Nakonec bych chtěla poděkovat všem, kteří se podíleli na programu tábora, protože se moc povedl.

* * * * *

Hostýnská osma / Danáč

* * * * *

Tak se zadařilo! Přežili jsme hejku! :-)

Celá myšlenka zaběhnout si nějaký ultramaraton vznikla někdy na jaře, když jsem se s Víťou Braveným po nějaké jedničce nebo dvojce bavil o tom, že by nás oba lákalo zkusit něco delšího. Ve chvíli přípravy na státnice jsem na konci května zabrousil na termínovku ultraběhů a vyskočila na mě Hostýnská osma, která mě hned zaujala. Jít do toho sám jsem se trochu bál, ale díky možnosti startu v kategorii dvojic jsem právě Blondáka oslovil a ten souhlasil. Paráda, plány byly ze začátku velké, ale kvůli mé přípravě na Euromeeting, jsem si více delších běhů musel odpustit a vyrazil s Blondiem nejprve na konci června na 38 km a pak v půlce července na 48 km dlouhé treninky. Víťu, ale při obou bězích limitovalo lehké zranění a tak nakonec svou účast na osmě tři týdny před závodem vzdal. Našel mi ale hned více než kvalitní náhradu v podobě Švirďy, takže se jelo dál!

Z treninků jsem viděl, že by pro mě neměl být žádný problém distancí dlouhou 62 km odběhnout, ale nemoc během EM a protrápená klasika týden před H8 mě trochu poslaly zpět na zem. Přišla trocha respektu, ale naštěstí i uklidňující zprávy od Švirďy, který běhal ve velké pohodě.

Během cesty do Rajnochovic (startu a cíle závodu) jsme si řekli základní taktické pokyny, jako že uvidíme během závodu a budeme pružně reagovat na nastálé situace. Hlavně abychom těch 62 km s převýšením 2600 m přežili!

Závod jsme odstartovali svižně, ale bylo tam pár střelců, kteří to trochu přehnali a drželi se prvních 15 kiláků před náma. A samo taky pár těch, kteří na to měli:-) No hned jsme si vytvořili, z našeho pohledu, docela výhodnou taktiku a sice, že Švirda mi nastupoval v kopcích, které je zvyklý běhat a já chodit a já ho pak zase předbíhal s prudčích kopců. Tato vzájemná oscilace rezultovala ve svižné tempo a dobíhání jednoho soupeře za druhým, až jsme se v půlce závodu na split-tajmu na 34 km dostali mezi závodníky, kde bychom se měli pohybovat. Po tomhle mezičase jsme ještě přitopili pod kotlem a šli další patnáctku asi úplně nejrychleji ze všech. Jakožto totální nováčci na ultraběžích jsme neměli ponětí kdo je kdo, ale já moc dobře věděl kdo je Karel Axman a když jsme doběhli i jeho a v zápětí ho nechali daleko za sebou, bylo nám jasné, že jdeme výborně. No právě to bylo až moc. Těsně před závěrečnou občerstvovačkou jsem se začínal dostávat do problémů, ale už to bylo sotva tucet kiláků a pár set metrů do kopce k tomu, tak jsem věřil, že nám to ve výsledku nijak zásadně neuškodí. Na Tesáku jsem nacpal dvě tabletky, několik osolených melounů, Siestu, dvě hrsti rozinek, misku müsli a polévku s játrovými knedlíčky a za dvě minuty jsme vyrazili na závěrečnou pouť. Další asi kilák byl brutální, ale držel jsem pořád slušné tempo až do náběhu do výlezu na Čerňavu. Tam jsem se prvních 300 m stoupání sotva plazil, pak ale zauřadovaly knedlíčky a já byl z ničeho nic plný síly. Další kopec se dostal do mírných problémů i Švirda, ale zkušeně zahnal únavu a doběhli jsme si pro oražení poslední kontroly na Kelčském Javorníku. Pořadatelé tu měli poznačeno, že chybí 4,8 km do cíle a my zrovna měli časek 5 hodin a 30 minut a bylo nám více než jasné, že si jdeme s přehledem pro výsledek pod magických 6 hodin. V závěrečném dlouhém technickém seběhu jsme si hlídali zdraví a dobíhali v pohodě pro vítězství v kategorii týmů. Za chvíli nás předběhl Rostislav Novotný, kterého jsme viděli naposledy tak před dvěma hodinama a pak i Karel Axman, který nám sdělil, že si musíme pohnout abychom to stihli pod 6 hodin. Po chvilkové ignoraci tohoto sdělení nám došlo, že má pravdu a že je to fakt podle mapy ještě dost daleko, doběhli jsme ho a vydali se na závěrečný zoufalý souboj s časem, který jsme i přes závěrečnou kvalitní stíhačku suverénně prohráli. Nicméně i přes tuto zásadní skvrnu na našem výkonu a času o 39 s nad šest hodin, jsme si se zkušeností sobě vlastní pohlídali vítězství v kategorii týmů a odnesli si ze závodu kromě dřevěných noh i první ultramaratonskou trofej.

* * * * *

Podzimní štafety / Honza

* * * * *

A už to zase začalo! Ráno k Bohémě. U Kauflandu za Lužánkami znovu fronty důchodců. Prázdna výpadovka na Svitavy.

Jo a jak poběžíme? Libin přichází s „postupovými“ variantami. Jedna silná a tři vyrovnané na postup. No uvidíme. Mám jít se Švirdou a Víťou. Budu se muset snažit.

„Shromaždiště dostává za jedna!“ komentuje Jeden, že po dlouhé době, to máme z busu blíž než od aut. Parádní louka, je krásně modro. Stavíme stan, ale skoro není potřeba. Leda na ukrytím před slunkem. Je docela teplo, no jo. Léto!

Start prvního úseku se blíží, jdu se rozklusat, protáhnout a jdu na start. Klasické bědovské odpočítání, 70, 30, 15 a start! Málem se zabiji v první zatáčce, no musím skoro zastavit. Ale pak se vracím do balíku, už na konci. První kontrola je jasná, pod zatáčkou do jámy. Poslouchám, kdo ji má a pak se zavěšuji za nějaký hradecký dres. V balíku pokračuji dále, držím se, přede mnou se Libin rozčiluje, Tak hoši *urva, jsme na

závodech, běžíme!“ Bohužel mám dost špatnou farstvu a dělám menší myšku, takže mě před velkým zeleným hustníkem odbíhá balík a začínám ho česat sám, postupně se skupina lidí hledající 93 zvětšuje... takže to chvilku. Dobíhá náš Jende, kterého píchla vosa. To si myslím, že jsem ho ještě dohnal já. Po pěti minutách ji najdeme a razíme s balíkem pryč od toho bludného kořene. Pak před diváckým už jen pálit, pálit orazit diváčkou a ještě nás čeká dlouhý pytlík. Neustále mi utíká Ondra Novotný z ABM, ale při dohledávkách ho doháním. Vzhledem k tomu, jak mi utekl ve středu na tréninku, tak si říkám, že jdu celkem dobře. Ale popravdě předávám dost vzadu Šviridovi. Jende doběhne až po mně. Tak aspoň jeden skalp, než se dozvím, že málem nedoběhl.

Ostatní jdou dost dobře, áčko nakonec doběhne třetí, Evička nakonec o třetí místo přijde na finiši, škoda. Bohužel Víta ráno vstal špatnou nohou a tak po divácké razí špatnou kontrolu. Škoda. Jinak bysme skončili asi 23 a splnili bysme cíl na postup. Jenže děčku se nedaří a tak je mimo bodovací místa.

Po rychlém vyhlášení se přesunujeme do Rychnova na sprint. Centrum je v hokejové hale, naštěstí led tam ještě není.

Myslím, že sprint se povedl. Hezký závod! Furt bylo co řešit. Sporná místa byla jasně omlíkováná. Asi takhle to má vypadat. Na začátku nás čekal průchod školou, takže jsme vůbec neměli potuchy, kam běželi, ti před námi. Prvně jsme běželi do zámecké zahrady a pak jsme pořádně proběhli centrum městečka. Patřil rozhodně k tomu povedenějšímu!

Evička prodala svoji vysokohorskou přípravu z Dolomit a dlouho se držela na prvním místě. Startovala jedna z prvních. Až na konci o vedení přišla a skončila druhá. Překvapil hlavně Adam, který si doběhl pro čtvrté místo jen o chlup. Za ním zůstal třeba i Miloš. Jára s Májou s přehledem vyhráli céčkové kategorie. To se také počítá. :-)

Večer jsme ochutnali místní kebab i pohodičku na náměstí na zahrádce. Potom jen usnout v tom hluku, co tam ty děčka dělala.

Ráno jsme se vrátili na místo činu. Tentokrát jsme změnili štafety, protože ty čtyři tam nedostaneme. Jdu tedy svůj oblíbenější druhý úsek s Libinem a na finiši se Stevem.

Dneska je to delší a Libin se (asi pro mě naštěstí) neudrží s Honou Benešem, který předává dost na čele. Vyrážím do lesa a na jedničku je to zase dlouhý kus. Bohužel se trochu zamotám na trojce a trochu se ocitám v lese sám. Moje pětka je dost na houby kontrola, na náhodu? Ale štěstí přede připraveným. Takže jednou ho mám a moc se neztrácím. Další kontroly jsou v klidu a dokonce někoho dobíhám. Na osmičku jdu po čáře, po cestě si ani nevšímnu volby. Bohužel na dvanáctku mě předbíhá menší skupinka. Tak se ji snažím dohnat, ale 14 razí jinou a já netuším, kde ji mohu mít. Jo tady je ta oplocenka a už ji vidím, prodírám se hnusnými zelenými šrafy a přes trojkový hustník. Fakt na houby. Rozběhnout na cestě a dorazit je! To se mi daří, protože v zeleném vlaji na konci vláčku. Super, nemusím dohledávat! Další dvě kontroly v rozbitém terénu, nakonec moc neztrácím. Dobíhám někoho z Dobrušky, čeká nás dost těžká 21, tak se ptám na kód a máme stejný, tak přede mě a mapuju! Tamto je ona? Razím ji první a valíme na diváčkou, dneska je divácký do kopce, ale slyším, jak fandí, tak se držím. Rychle pytlík, někoho dobíháme a valíme do cíle. Předávám Stevovi. Poper se s tím! Steve běží parádně! Bohužel ve finiši prohraje se Zlíňákem asi o 9 vteřin. A to asi znamená, že děčko nakonec nepostoupí na MČR... škoda chlapi. Byla to paráda!

Jdu na finiš a čekám, co se bude dít. V H21 se objevuje prvně Šěda... pak nic, nakonec Miloš, konečně. Za sebou vleče nějaké dva mladoše. Naštěstí je drží za sebou a v cíly je

trio Chlup, Adama (i s pořádným monclem pod okem – ne nerval se, ale rval to tak, že neviděl nějakou větev) a Miloš na druhém místě. I další štafety běžely dobře, 13 a 17! Hezké vyhlídky před mistrovstvím.

Vítězná štafeta se nemění... ale holky to promíchaly. A tak na pátém místě dobíhala finišující Hanka, která v pytlíku za sebou udržela Danu Brožkovou! Evičce se nedařilo a doběhla až desátá. Ještě v D14 malé holky (Anička, Evička a Maky) doběhly třetí.

No a pak už jen nedlouhá cesta k Bohémě.

5. Český pohár štafet, Česká liga klubů - SRK 7.9.2013

H18: 1. LCE 1 114:52, 2 PHK 1 116:23, 3 TUR 1 118:00, ... 20. ZBM 1 152:29 (Hruška Jakub, Jordanov Alexandr, Kelbl Vladimír)

H21: 1. PGP 117:57, 2 SSU 118:43, 3. ZBM 1 120:26 (Chloupek Adam, Chromý Adam, Nykodým Miloš), ... 20 ZBM 4 138:14 (Zřídka veselý Libor, Zimmermann Jakub, Brlica Pavel) ... 37. ZBM 2 150:38 (Zháol Jan, Zimmermann Štěpán, Bořil Tomáš), ... ZBM 3 disk (Drábek Jan, Švirák Ondřej, Bravený Vít)

D14: 1. VCO 1 101:08, 2. STH 1 103:32, 3. STC 1 107:27, ... 7. ZBM 1 124:19 (Malivánková Eva, Auermüllerová Anna, Firešová Markéta)

D18: 1 PHK 1 109:14, 2 KAM 1 109:18, 3. ABM 1 110:35, ... 18. ZBM 1 144:00 (Koporová Lenka, Chroustová Šárka, Nedbálková Hana)

D21: 1. LPU 1 113:10, 2. LPU 2 113:21, 3. TUR 1 117:48, 4. ZBM 1 117:57 / Hlavová Hana, Hlavová Jindra, Kabáthová Eva), ... 6. ZBM 2 121:07 (Tesařová Markéta, Hrušková Barbora, Chromá Kateřina), ... 16. ZBM 3 140:20 (Koporová Petra, Chroustová Lenka, Mádlová Věra), ... 28. ZBM 4 152:17 (Bialožytová Tereza, Mezníková Lucie, Žabková Marie)

6. Český pohár štafet, Česká liga klubů - SRK 8.9.2013

H18: 1 LCE 1 131:42, 2 TUR 1 132:59, 3 PHK 1 134:32, ... 20 ZBM 1 168:46 (Hruška Jakub 43:41, Jordanov Alexandr 65:52, Kelbl Vladimír 59:13)

H21: 1 PGP 139:15, 2 ZBM 1 141:21 (Chloupek Adam, Chromý Adam, Nykodým Miloš) 3. LCE 1 141:24, ... 13 ZBM 2 152:40 (Brlica Pavel, Švirák Ondřej, Bravený Vít)... 17. ZBM 3 154:48 (Zháol Jan, Zimmermann Jakub, Bořil Tomáš), ... 31 ZBM 4 165:21 (Zřídka veselý Libor, Drábek Jan, Zimmermann Štěpán)

D14: 1 VCO 1 82:20, 2 VCO 2 87:08, 3 ZBM 1 88:41 (Auermüllerová Anna, Malivánková Eva, Firešová Markéta)

D18: 1 KAM 1 121:44, 2 LPU 1 122:07, 3 PHK 1 123:31, ... 18 ZBM 1 149:39 (Koporová Lenka, Chroustová Šárka, Nedbálková Hana)

D21: 1 LPU 1 129:25, 2 LPU 3 134:12, 3 TUR 1 135:42, ... 5 ZBM 2 137:12 (Hrušková Barbora, Hlavová Jindra, Hlavová Hana), ... 10 ZBM 1 144:31 (Tesařová Markéta, Chromá Kateřina, Kabáthová Eva), ... 21 ZBM 3 164:01 (Koporová Petra, Chroustová Lenka, Mádlová Věra), ... 29 ZBM 4 183:36 (Bialožytová Tereza, Mezníková Lucie, Žabková Marie)

Sprint cup, Žebříček A SRK 7.9.2013

D14C: 1. Firešová Markéta 11:15, 2. Šmelíková Tereza 11:28, 3. Kalenská Dominika 12:10, ...13. Auermüllerová Anna 13:55, ...17. Malivánková Eva 14:55; D16A: 1. Vavrysová Barbara 12:55, 2. Čechová Tereza 13:10, 3. Vyháňková Barbora 13:37, ...12. Koporová Lenka 15:04, ...18. Nedbálková Hana 15:38, ...29. Chroustová Šárka 17:21; D20A: 1. Horěičková Vendula 13:56, 2. Chromá Kateřina 14:10, 3. Knapová Lenka 14:20, ...5. Tesařová Markéta 14:24, 6. Hrušková Barbora 14, ... 16. Koporová Petra 16:21, ...21. Chroustová Lenka 17:28; D21A: 1. Balcarová Jana 15:53, 2. Holinková Hana 16:20, 3. Šediváková Helena 16:21, ...9. Mezníková Lucie 16:55, ...22. Bialožytová Tereza 18:32; D21C: 1. Žabková Marie 14:57, 2. Stryková Kateřina 17:14, 3. Venclová Veronika 17:36; D21E: 1. Duchová Iveta 15:49, 2. Kabáthová Eva 15:53, 3. Zvěřinová Martin 15:56, ...13. Hlavová Jindra 17:23, ...25. Hlavová Hana 18:31, ...29. Mádlová Věra 19.11

H18A: 1. Mašata Matěj 12:54, 2. Veselý Jakub 13:19, 3. Mudrák Štěpán 13:25, ...9. Hruška Jakub 13:52, ...32. Jordanov Alexandr 18:52; H20A: 1. Hadač Filip 14:03, 2. Kubelka Tomáš 14:12, 2. Zakouřil Vít 14:12, ...6. Chloupek Adam 14:41, 7. Brlica Pavel 15:08; H21A: 1. Nečas Jiří 15:24, 2. Landovský Tomáš 15.26, 3. Novotný Ondřej 15:28, ...12. Bořil Tomáš 15:59, ...15. Zhábal Jan 16:07, ...19. Zimmermann Štěpán 16:19, ...37. Drábek Jan 17:07, ...Ondřej Švirák Disk; H21C: 1. Zimmermann Jakub 14:25, 2. Drobník Michal 14:46, 3. Dlabaja Štěpán 15:09;

H21E: 1. Král Vojtěch 13.48, 2. Procházková Jan 14:12, 3. Šedivý Jan 14.33, ...5. Chromý Adam 14:43, 6. Nykodým Miloš 15:01, ...24.Bravený Vít 16.26

Poslední dva závody ŽB-Morava / Hana Nedbálková

V sobotu jsme se (luxusně až v devět hodin)vydali na letošní poslední béčka. Při stoupaní na Tesák nás přešel smích. Mlhaza autem, mlha před autem a k tomu ještě děšť. Starší a odvážnější v představeníjítky a Drbči šli okouknout prezentaci a my se zatím schovávali v suchu mikrobuseu.Nakonec i my museli do deště, a tak jsme v na některých po stupech v hustnícíchprošli v podstatě myčkou aut bez šampónu a vosku. Řekla bych, že většinatratí se nesla v duchu „kudy to oběhnu?“ a „tam se nikdy nevyškrábu“. Vyhlášeníbulo naštestí přesunuto, a tak jsme odjeli ze shromaždiště ke škole, kde na násčekalo nemilé překvapení. Zbývala nám víc jak hodinka do otevření tělárny. Vydalijsme se tedy nakoupit do Alfréda. Po ubytování jsme vyrazili na pizzu, kde jsmebyli svědky nové disciplíny bowlingu, jejíž pravidla nám zůstala neznámá.Pravděpodobně šlo o to tu kouli hlavně zahodit. Lenka si dala vegetariánskoupizzu se šunkou a vyrazili jsme zpět do tělárny, osprchovali se v celku luxusníchsprchách a zase jsme vyrazili do města. Ve zkratce: houpačky, znáte Barbora K.?,bacha policajtj, jdeme po šípkách, Lenka s Evičkou jdou do keře na záchod,slyšíme dechovku, co valíš?, Evička s Lenkou tančí polku, zkoušíme sprchupro bezdřáky, sáčky na psí exkrementy, šmirák Vojta, Saša šel srát, 26, 58, 59,76, wifi zdarma, Vojta za rohem, Vojta na zdi, doleva-doprava-rovně, není tonaše škola, je to naše škola, zamčeno, otevřeno, jsme tady. Teplota uvnitřtělocvičny byla nejspíše regulována počtem přespávajících závodníků, a tak

jsemjá osobně mrzla. V neděli na nás vykukovalo sluníčko, a tak jsme mělilepší vyhlídky na krátkou trať. Pořadatelé nás táhli 2,4 km na start, kde nanás na rozdíl od soboty nečekal mapový start do kopce. V lese bylopodstatně víc kamenů a podstatně mň mokro. Při koukání na doběh nás překvapiladvojce Anička-Klárka Odehnalová. Chvíli nám trvalo, než nám došlo, kdo kohovlastně podpírá, a pak už jsme běžely na pomoc. Byl z toho Aniččin asinatřený sval a diplom pro Klárku za fair play. Tak jsme si Aničku odvedly domikrobusu, já si odběhla s Leňou na vyhlášení, udělaly jsme Anežce HlaváčovéJežiška, utrhaly ucha taškám a vyrazily jsme domů. Cesta utekla strašně rychle.Sotva jsem stačila předvést svůj nejnovější kouzelnický trik s vosou v rukávěa už jsme byli v Brně. Myslím, že ty poslední bé čka se i přes změnu „klasiky“na „vodní orientační vrcholový běh“ vcelku vydařily.

8. závod žebříčku B - Morava Klasika 14.9.2013

D14B: 1. Janošíková Tereza 34.45, 2. Odehnalová Klára 38.22, 3. Grycová Kateřina 39.05, ... 7. Auermüllerová Anna 44.57, 13. Malivánková Eva 55.37;

D16B: 1. Nedbálková Hana 56.01, 2. Koporová Lenka 61.51, 3. Soldánová Tereza 65.04; D55B: 1. Kabáthová Jitka 50.26, 2. Horynová Eva 55.45, 3. Rezníková Renáta 65.50

H14B: 1. Hlaváč Ondřej 40.26, 2. Vopařil Jan 42.37, 3. Horčička Vít 43.09...16. Říčný Vojta 56.19; H18B: 1. Turna Matyáš 73.25, 2. Sklenář Martin 73.47, 3. Walach Ondřej 74.21... 5. Jordanov Alexandr 90.53; H21B: 1. Palát Petr 78.01,

2. Kopec Tomáš 78.19, 3. Tomanek Daniel 80.08, ... 9. Drábek Jan 89.10; H35B: 1. Horký Jan 71.01, 2. Matoušek Jiří 73.12, 3. Škoda František 74.40, ...19.

Štolfa Jaromír 107.10

9. závod žebříčku B - Morava Krátká tr

D14B: 1. Janošíková Tereza 26.57, 2. Grycová Kateřina 28.24, 3. Čechová Klára 29.42, ...12. Malivánková Eva 34.55; D16B: 1. Soldánová Tereza 32.18,

2. Nedbálková Hana 34.38, 3. Švancárová Veronika 40.31, ... 5. Koporová Lenka 44.57

H14B: 1. Vopařil Jan 25.57, 2. Horčička Vít 27.30, 3. Šrámek Ondřej 28.43, ...19. Říčný Vojta 39.41; H18B: 1. Sklenář Martin 40.38, 2. Turna Matyáš 43.40,

3. Walach Ondřej 48.00, 4. Jordanov Alexandr 54.01; H21B: 1. Fučík Karel 35.20, 2. Holas Tomáš 38.56, 3. Bencúr Juraj 39.20, ... Drábek Jan DISK; H35B: 1. Rigó Marek 39.34, 2. Škoda František 41.14, 3. Hepnar Luboš 43.14,

...16. Štolfa Jaromír 58.09

PROGRAM NA ZÁŘÍ AŽ LISTOPAD

28. a 29. 9. - SO, NE - M ČR štafet a klubů - štafety + kluby (TJN) - centrum: Břízky - start: SO 12:00; NE 9:00 - doprava: zvláštním autobusem v 6:30 od Bohémy - ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku - vedoucí: Libor Zřídka Veselý - terén podhorský, kamenitý, místy podmáčený, různé typy průběžnosti - příjezd: okolo 20:00 v neděli.

1. 10. - ÚT - Zahradní párty ZBM 2013 - Skorkovského 153 (u Zhusty) - od 16:00 do 22:00

2. 10. - ST - mapový trénink (všichni) - Vinohrady - sraz: 16:15 na louce u SŠ Bzenecká na Vinohradech - mapa: Akátka (1:4 000, E=5m) - typ tréninku: sprint - doprava: trolejbusem 25, 26 nebo 27 na zastávku „Pálavské náměstí“ - přihlášky do pondělí 30. září Zhustovi

5. 10. - SO - 10. Jihomoravská liga (ABM) - klasická trať - Dambořice - start: 10:30 - doprava: zvláštním mikrobusem v 8:30 od Bohémy - vedoucí: Jitka Kabáthová - příjezd: okolo 15:00

8. 10. - ÚT - Liga škol v orientačním běhu - Juliánov, Bílá hora - pořádáme - pořadatelé: Zhusta + dorostenci - sraz pořadatelů v 8:00 (start v 9:30)

11. 10. - PÁ - Mistrovství Brna ve sprintu (ZBM) - centrum závodu: Vinohrady, Bzenecká - doprava: trolejbusem 25, 26, 27 „Pálavské náměstí“ - start v 16:30

12. 10. - SO - 11. Jihomoravská liga (ZBM) - Březina - start: 10:30 - doprava: zvláštním mikrobusem v 8:30 od Bohémy - vedoucí: Libor Zřídka Veselý - návrat okolo 15:00 - **!!! POŘÁDÁME !!!**

13. 10. - NE - Zhusta cup (ZBM) - Augšperský potok - centrum závodu: Žebětín, louka nad Žebětínem - doprava: autobusem číslo 54 na zastávku „Rišova“ - start v 10:15

19. 10. - SO - 12. Jihomoravská liga (VBM) - centrum: Javůrek - start: 10:30 - doprava: zvláštním mikrobusem v 8:30 od Bohémy - vedoucí: Jitka Kabáthová - příjezd: okolo 15:00

19. a 20. 10. - SO, NE - M Rakouska v nočním OB + Austria cup krátká trať - centrum: Friedreichs (Gmünd) - <http://okgittis.info/> - doprava: dle domluvy v sobotu okolo 12:00 - vedoucí: Libor Zřídka Veselý - bližší informace na jiném místě Polarisu

25. - 30. 10. - PÁ - ST - Podzimní prázdniny - Slovinsko, Julské Alpy - bližší informace o místě, ceně, dopravě, ubytování a stravování na jiném místě Polarisu

28. 10. - PO - 13. Jihomoravská liga (KON) - centrum: Vratíkov - start: 10:30 - doprava: zvláštním mikrobusem v 8:30 od Bohémy - vedoucí: Jitka Kabáthová

9. - 10. 11. - SO, NE - ODDÍLOVÝ PŘEBOR - centrum: Nesměř - mapa: Nesměř - bližší informace na jiném místě

M Rakousko NOB + middle - Friedreichs

- Datum:** 19. a 20. října 2013 – sobota a neděle
- Odjezd:** v sobotu v 9:00 od Bohémy
- Příjezd:** v neděli okolo 16:00
- Ubytování:** Střední škola České Velenice. Ubytování na postelích – <http://www.sscv.cz>
- Stravování:** z vlastních zásob.
- Doprava:** osobními auty.
- Náplň:** *sobota* 1 mapový trénink v Rakousku (krátký na rozeběhnutí)
závod ÖM NachtOL 2013 – Friedreichs – 00=19:30 – NOB
<http://okgittis.info/>
neděle závod Austria cup 2013 – Friedreichs – 00=10:00 – krátká
trať — <http://okgittis.info/>
- S sebou:** věci na běhání, závodní vybavení, světlo, ...
- Cena:** 200,- licence E, A
400,- ostatní
- Přihlášky:** nejpozději do 8. října 2013 přes členskou sekci.

VT Slovinsko – Planica

- Datum:** 26. – 30. říjen 2005
- Cena:** 3 300,- Kč (ubytování + stravování + doprava).
- Doprava:** osobními auty.
- Účastníci:** 2013 – ???
2005 – Libor Zřídka Veselý, Jiří Zelinka, Jana Gebauerová, Adéla Štěpánská, Jakub Pracný, Štěpán a Jakub Zimmermann, Daniel Hájek, Marie Stratilová, Martin Stehlík, Matěj Klusáček, Filip Dědic, Kateřina Borecká, Richard Pátek, Lukáš König, Jana Jiráčková, René Novotný, Iva Žáčková, Markéta Uhnová, Zdeněk Stachoň, Barbora Reinerová, Tomáš Zvarik.
- Jídlo:** zajištěno od sobotní večere do středeční snídaně. Snídaně a večere máme zajištěny v místě ubytování (ČŠOD Planica). Obědy z vlastních zásob (povezeme salámy, sýry, paštiky, apod.).
- Ubytování:** ČŠOD Planica..
- Náplň:** turistika v Julských alpách + 1 mapový trénink cestou zpátky v Rakouské části Alp (mezi Villachem a Klagenfurtem) pro zájemce. Přesný program výletů stanovíme až po příjezdu podle počasí.
- Odjezd:** v sobotu v 7:00 z ÖMV na dálničním přivaděči směr Vídeň (auta rozdělíme předem a posíráme se navzájem).
- Příjezd:** ve středu v podvečerních hodinách.
- Oblečení:** zájemci si vezmou věci na běhání do lesa, věci na turistiku (zejména dobrou obuv) a teplé oblečení (rukavice a čepice si nezapomeňte).
- Poznámky:** s sebou dobrou náladu, minimálně občanský průkaz nebo pas, třebaš nějakou tu společenskou hru (pro pamětníky RISK bude).
- Přihlášky:** do 11. října 2013 Zhustovi.

Oddílový přebor 2013 — Nesměř

- Datum:** 9. a 10. listopadu 2013
- Místo:** Nesměř (Českomoravská vrchovina – Velké Meziříčí)
- Přihlášky:** přes přihlašovací systém na oddílových WWW stránkách do 31. října 2013
- Razící systém:** SportIdent – nezapomeňte si svůj čip
- Cena:** 500,- Kč (cena zahrnuje jídlo + ubytování + dopravu + mapy)
- Odjezd:** zvláštním autobusem v sobotu ráno v 8:00 od Bohémy
- Start:** 10:30 – I. etapa, budou klasické 2 etapy v sobotu a v neděli štafety
- Mapy:** Rohovec a Nesměř (2011)

Ubytování: RS Nesměř – <http://www.rekreacnistediska.cz/strediska/nesmer>
 Stravování: zajištěn sobotní oběd, večere, nedělní snídaně a oběd (již v ceně)
 Návrat: zvláštním autobusem v neděli ve 12:30 z Nesměře

TRÉNINKY ZÁŘÍ A ŘÍJEN

Den	Doba	Skupina	Typ tréninku	Místo
Po	-	-	-	-
Út	17:00 – 18:30	Zhusta	běžecský	Lesná – BVCČ, Milénova ulice
St	16:15 – 18:00	všichni	mapový	okolí Brna – viz rozpisy
Čt	14:00 – 15:00	Pulci	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	volejbal	tělocvična ZŠ Kotlářská
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 / ZÁŘÍ 2012 / ROČNÍK XV. / #129

team: Zhusta, Honza Drábek, Filip

kontakt: zbm.polaris@seznam.cz

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

