

POLARIS ⁷/₂₀₁₃

ČASOPIS ORIENTAČNÍCH BĚŽCŮ KLUBU SK ŽABOVŘESKY BRNO / ROČNÍK XV. / #130

PŘEDÁVKA JINDRA A MILOŠ / MČR DRUŽSTVA: FOCENO KADEM



Rozhovory: Jindra, Miloš, Barča, Chlup; ŽA Kokořín, MČR na klasické trati, družstva a štafety, JML: Dambořice, Javůrek, M Brna ve sprintu, Zhusta cup, Vokolo Pri(ý)glu, 25 manna, PWT Čína, M Rakouska v nočním

Hlavní oficiální část letošní sezóny je za námi a před námi už je jen poslední závod – oddílový přebor. V letošním roce se počtem závodníků blíží ke stovce, což je už opravdu úcty hodné číslo. Tedy na úvod vám přeji co nejvíce zážitků a zábavy na oddíláci.

O uplynulé sezóně si můžete přečíst v ročence, která bude k dispozici tradičně v sobotu večer. Tedy jen stručně – velká gratulace všem k vašim velkým či malým úspěchům, medailistům gratulace k domácím či mezinárodním úspěchům.

Jak už to tak v našem orientáckém životě bývá, jedna sezóna končí a druhá právě začíná. Tedy na následujících stránkách najdete nejen hodně článku, které se věnují vrcholům naší domácí sezóny M ČR na klasické trati, štafet a družstev, ale najdete tu i mnoho informací o našich zimních trénincích, soustředěních, pravidelných nočních mapových trénincích, sobotních výběžích či výpravách Pulců nebo Žabiček, ale i mnoho dalších možností jak začít s přípravou na další sezónu. Tedy, i když je to leckdy obtížně vysvětlitelné, snažte se maximálně využít tréninkových možností, které máte, neboť není lepšího tréninku, než takového kdy trénujete ve skupině, ať už jste v ní ten nejlepší či nejhorší, protože málo kdo dokáže sám trénovat stejně kvalitně a dobře jako když je na tréninku ve větší skupině.

Závěrem mého krátkého úvodu přeje jen troch ohlédnutí. Je to už více než 15 let co vychází náš oddílový časopis Polaris a já jsem moc rád, že i když to má Drbča někdy moc těžké nakonec nemusí psát články on sám nebo já, ale že si je umíme udělat všichni. Tedy obrovský dík Drbčovi za to jak se mu daří pravidelně připravovat jednotlivá čísla Polarisu a vám ostatním přispěvatelům velký dík, že si umíte najít chvíli času na napsání příspěvků. Posledním v řadě při tvorbě Polarisu je Filda, který nakonec vše poskládá a upraví do tisknutelné podoby – tedy také moc díky.

Tedy co nej oddílový přebor a úspěšný start do přípravy na novou sezónu.

Zhusta

Jindra:

Gratuluji ke bronzové medaili ve družstvech! Na tvůj úsek jsi šla už, když bylo pole dost roztrhané. Startovala jsi na druhém místě. Co nervozita na startu?

Nervózní jsem byla hodně, protože to byl můj první a nejspíš i poslední závod v A družstvu. Chtěla jsem podat co nejlepší výkon a ostatním to nepokazit. Bála jsem se, že ostatní holky strašně posmažánkujou a já jim nebudu stačit.

... a doběhla jsi na špici. V lese všechno šlo jako po másle?

Jo, jo jako po másle. Kromě jednoho špatně zvoleného postupu jsem nic nepokazila a navíc se mi běželo dobře. Na 2. kontrole jsem doběhla Martu Uvizlovou, rekla jsem si s ní všechny kódy a do průběhu běžela s ní, ale pak jsem ji trochu utekla a potkaly jsme se až na dopingovce

A jak jsi spokojená s bronzem?

Jsem moc spokojena. Myslím, že letos to bylo pro nás maximum, na co jsme měli. TUR a SJC byly letos lepší.

I v sobotu jsi šla dobře, (vyběhla sis vlastně „a“ družstvo :) sedl ti jablonecký les?

V sobotu jsem dělala trochu chyby, ale závod se mi i tak moc líbil. S holkama jsme bojovaly o nominaci do áčka, tak sem se fakt snažila. Je radost běžet v takovém lese, za hezkého počasí a takové atmosféry, jaká byla.

A jak se ti běželo v jesenických krpálech? U Konice máte také pořádné kopce, takže to šlo?

Klasika se mi docela líbila. Nebyla ani nějak drsná. Finále bylo hezky až na ten poslední dlouhý postup do kopce, který nenabízela žádnou volbu. Ale s výkonem jsem spokojena...U Konice sice kopce jsou, ale moje silná stránka to rozhodne není.

A nějaký vzkaz čtenářům?

Tady máte něco hezkého od pana Wericha: Lidské štěstí, to je taková šňůrka, na kterou navlékáme malé korálky, taková malá štěstí - čím jsou drobnější a čím je jich víc, tím je to jejich štěstí větší.

Miloš:

Miloši, gratuluji k bronzu na družstvech. spokojen s výsledkem?

Spíš asi jo, každá medailová pozice se počítá! (Je pěkná)

Co ta předávka? To bylo domluvené nebo to tak vyplynulo?

Jasně že to bylo domluvené, jen ta realizace se nám s Jindrou úplně nepovedla.

V sobotu jste ve štafetě doběhli druzí, jen o kousek. To je asi smůla, co?

Stačilo málo a mohli jste dát Pragovku... Prostě nám nebylo přáno. Náskok jsme měli po prvním úseku na Pragovku slušnej, ale Bet s Šedou nás úplně deklasovali. Škoda, bylo to těsný.

A jak se běželo v jabloneckém lese?

Mě se běželo parádně. Nebylo to těžké mapově... Spíš fyzicky, protože bylo v lese hodně dobře vidět.

A co klasika na Rejvízu? Jak se povedla?

Tak o tom bych raději vůbec nepsal. Vůbec se nepovedla, ani mapově ani fyzicky. Zvolil jsem spoustu špatných postupů. A navíc mi ty kontroly vůbec nenaskakovaly. I ten výsledek svědčí o neúspěchu. Po vyhrané klasice na Kokoříně jsem si myslel na lepší umístění.

A jak máš poladěno na Hroby? Jedete s Pavlíkem vyhrát?

Jedeme si to s Pavlíkem užít do krásného šumavského lesa. Žádné vysoké ambice nemáme.

A máš nějaký vzkaz čtenářům?

Uvidíme se na oddílači děcka!

O víkendu 14. - 15. září se početná výprava žabiňáků a žabiňaček zúčastnila áčkového dvojzávodu ve fyzicky i mapově náročných skalnatých terénech Kokořínska, na které se snad úplně všichni orientáři velmi těšili a považovali ho za letošní vrchol sezóny, aspoň co se atraktivitu nabízeného terénu týče. Mírným zklamáním bylo oznámení na stránkách závodu o omezeném počtu startujících závodníků na 1 200 a tudíž, kdo se přihlásil příliš „pозdě“ nemohl běžet.

Shromaždiště pořadatelé situovali na trošku menší, ale pěknou louku uprostřed místní „divočiny“. Na shromaždišti bylo vše potřebné, dokonce i parkoviště pro auta se tam muselo vlézt, protože jiná možnost tak nějak reálně nepřicházela v úvahu, všechna auta se tam ale stejně nevlezla, a tak se parkovalo i podél silnice. Autobusy také luskusně vyhodili i nabrali závodníky přímo na shromaždišti, což jsme všichni ocenili. Louka sice posekána nebyla, což by až tak nevdalo, horší však byla velká odolnost místního podloží vůči kolíčkům našeho stanu. Kdo o tomto víkendu není ve formě, se ukázalo již při prvních slovech komentátora Aljoši – byl to rozhlas, jestli se tomu tak vůbec dalo říkat.

Ale přijeli jsme sem přece kvůli terénu a tam by to mělo stát za to! Cestu na start sobotní klasiky bylo možné nadstandardně zkrátit a tím využít bohužel podstandardní tréninkovou mapku, na které chyběla hlavní vrstevnice a srážky se vznášely v meziprostoru. No co, byla to „jen“ tréninková mapka, ta závod přece nedělá. Jako další „nadstandardní“ záležitost se ukázal fakt, že přes tréninkovou mapku vedla i jedna z variant postupů. Celkem jsme se lekli, že jsme pronikli do zašrafovaného prostoru závodu, když jsme potkali na cestě závodníka smažičiho si to přímo proti nám. Pak už jsme jen potkali celkem slušný napalm zmapovaný jako čistý dobře průběžný les, ale říkali jsme si, že je to jen samý okraj tréninkové mapy...

Bohužel náhle po startu, již na první kontrole, kterou měl být srázek v dvojkovém hustníku, se ukázalo, že avizovaná revize 10 let staré mapy buď vůbec neproběhla, nebo proběhla jen v její jiné části. První kontrola totiž byla v klasickém bílém lese. Jak se postupem času ukázalo, revize nejspíše proběhla jen na náhodně zvolených místech, protože kousek od shromaždiště chyběla relativně nová a velká paseka (stará zhruba 3 roky), což nebyl zdaleka jediný nedostatek mapy. Samotné tratě taky nebyly na to, co umožňoval terén, nijak zvlášť pěkné. Pozitivní na tomto závodě byly tedy jen 3 věci: krásný terén, již před 10 lety kvalitně zmapované skály a použití měřítka 1 : 10 000. Holt šetřit na mapě se nemá, navíc když se de facto jedná jen o revizi porostů, tak je to trestuhodné!

Po závodě jsme se přesunuli na ubytování do Mělníka, kde jsme nabrali sílu na nedělní krátký, ale velmi kopcovitý middle. Za zmínku z této „etapy“ závodu stojí návštěva kavárny a galerie Ve věži, kde jste se mohli pokochat nočním pohledem na město a širé okolí, a zázoveň si nechat dovést speciálním „výtahem“ oblíbený čaj, čokoládu, kávu nebo i pivo.

V neděli na nás čekalo mírně horší počasí, ale oproti tomu ,co se dělo na moravských béčkách to byl prý pořad velký luxus. Cesta na start tentokrát nebyla tak dlouhá jako v sobotu, ale k mému údivu jsme se na ní opět potkávali s již závodícími závodníky – takové malé deja vu. Samotné čekání na startovní „výstřel“ zpestřili místní náruživí vyznavači sběru hub přímo ze sedla motokrosové motorky. A jaké to bylo v lese?

Mapa nezklamala – dosahovala obdobných kvalit jako v sobotu. To vadilo ještě více než v sobotu, protože některé kontroly byly umístěny na malých hustničkách, které za uplynulých 10 let změnili své proporce a parametry. Terén byl stejný, možná ještě trochu hezčí, než v sobotu, což ve spojení s pěknou stavbou tratí učinilo závodníky spokojenějšími než v sobotu. Z výsledků si toho už moc nepamatuju, teda vlastně, nemohu přece zapomenout na svoje drtivé vítězství v té nejprestižnější kategorii, kde jsem měl tu čest porazit legendy Keňu s Árným.

Celkově to byl příjemně strávený víkend v pěkných terénech, snad při příští návštěvě tohoto prostoru pořadatelé provedou revizi jinou metodou než napsáním na mapu kouzelných slůvek: „Revize: léto 2013“.

ŽA ŽB (Čechy) - klasika 14.9.2013

D20A: 1.Chromá Kateřina 60.09, 2.Horčičková Vendula 61.01, 3.Myslivcová Pavla 62.42, 4.Hrušková Barbora 64.17, ... 6.Tesařová Markéta 65.14, ...17.Koporová Petra 76.53; D20B:

1.Chroustová Lenka 77.47, 2.Jančová Jana 87.18, 3.Charousková Lucie 88.55; D21A: 1.Valešová Jana 81.47, 2.Neradová Alena 82.39, 3.Mechlová Lenka 83.21, ...14.Gebauerová Jana 90.38, ...26.Tvarůžková Petra 101.31, ...32.Palasoá Petra 113.38, ...37.Jiráčková Jana 122.14, ... 38.Bialožytová Tereza 126.20; D21B: 1.Smutná Pavla 66.49, 2.Chromá Adéla 68.23, 3.Hojná Silvie 68.46, ...10.Mezníková Lucie 76.06; D21E: 1.Omová Michaela 69.28, 2.Šafka Brožková Dana 70.32, 3.Zvěřinová Martina 72.06, ...6.Kabáthová Eva 76.27, ...11.Hlavová Jindra 81.35

H18A: 1.Kettner Vojtěch 61.21, 2.Pavlovec Jan 62.23, 2.Mašata Matěj 62.23, ...10.Hruška Jakub 68.53; H20A: 1.Kubelka Tomáš 68.32, 2.Hubáček Michal 68.47, 3.Chloupek Adam 69.41, ...10.Brlica Pavel 78.47; H21A: 1.Perůtka Jan 66.29, 2.Procházka Jan 68.32, 3.Klusáček Matěj 70.23, ...11.Bořil Tomáš 73.35, ...22.Švirák Ondřej 77.07, 45.Zháňal Jan 82.00, ...55.Zimmermann Štěpán 84.36; H21B: 1.Kadeřávek Petr 65.46, 2.Fišer Jiří 68.13, 3.Karvánek Matouš 69.30, 4.Zimmermann Jakub 69.58, ...32.Stehlík Martin 83.00, ...50.Pátek Richard 89.20, ...65.Liščínský Tomáš 107.03, ... Palas Jan DISK; H21E: 1.Nykodým Miloš 84.56, 2.Dlabaja Tomáš 84.58, 3.Šedivý Jan 85.45, 4.Chromý Adam 88.45, ... 6.Hájek Daniel 90.46, ...11.Bravený ; Vít 94.55; H35B: 1.Kučera Jan 76.12, 2.Zuzánek Zdeněk 77.04, 3.Nehasil Vladislav 81.13, ...10.Veselý Martin 131.11

ŽA-ŽB(Čechy) middle 15.9.2013

D20A: 1.Horcicková Vendula 28.21, 2.Knapová Lenka 29.59, 3.Chromá Katerina 30.34, ... 5.Hrusková Barbora 30.56, ...14.Tesarová Markéta 38.16, ...24.Koporová Petra 48.10; D20B: 1.Chroustová Lenka 34.02,

2.Ducháčková Katerina 36.21, 3.Teplá Barbora 44.15; D21A: 1.Neradová Alena 42.54, 2.Valesová Jana 43.32, 3.Jircáková Martina 45.49, ...10. Jiráčková Jana 50.12, 11.Gebauerová Jana 50.22, ...27.Mezníková Lucie 57.31, ...35.Tvaruzková Petra 61.07, ...48.Bialozytová Tereza 67.59, ...51.Palasová Petra 85.23; D21B: 1.Ondřejová Dita Terezie 38.09, 2.Alblová Lucie 40.08, 3.Svíglerová Pavla 40.13, ...5.Chromá Adéla 40.24; D21E: 1.Safka Brozková Dana 36.28, 2.Gregorová Kamila 37.52, 3.Topinková Monika 38.30, 4.Kabáthová Eva 40.24, .. .12.Hlavová Hana 44.00, ...23.Hlavová Jindra 46.28
H18A: 1.Fürst Matous 24.59, 2.Horák Patrik 25.18, 3.Cech Jan 26.16, ...12.Hruska Jakub 32.28; H20A: 1.Hadac Filip 28.05, 2.Semík Ondrej 29.03, 3.Hubáček Jonás 29.24, 4.Chloupek Adam 29.57, ...31.Brlica Pavel 45.34; H21A: 1.Panchártek Jan 38.05, 2.Benes Jan 38.17, 3.Pospíšil Vítek 39.27, ...15.Boril Tomáš 42.14, ...22.Zimmermann Stepán 43.04, ...37.Palas Jan 45.58, ...43.Zhánal Jan 47.28, ...71.Svirák Ondrej 57.19; H21B: 1.Kaderávek Petr 37.03. 1.Liscinsky Zdenek 37.03. 3.Kalous Vladislav 37.45, ...52.Stehlík Martin 50.43; H21C: 1.Zimmermann Jakub 30.47, 2.Nyvlt Martin 34.27, 3.Prosek Michal 36.20, ...13.Pátek Richard 44.24, ...17.König Lukáš 48.41, ...28.Licsinsky Tomáš 59.42; H21E: 1.Sedivy Jan 37.35, 2.Dlabaja Tomáš 38.14, 3.Nykodym Milos 38.56, 4.Hájek Daniel 39.02, 5.Chromy Adam 39.12, ...35.Braveny Vít 50.37; H35B: 1.Král Ales 43.25, 2.Vácha Tomáš 44.02, 3.Polák Jaroslav 45.23, ...13.Vesely Martin 63.31

* * * * *
DÉMISTREM NA KLASICE / Honza
* * * * *

Základem je vybrat si kategorii. Pak je také důležité nepokoušet svůj osud, když vám to nalinkuje dopředu.

Krásně jsem se vlezl do rankingu (193 místo), takže jsem mohl poprvé vyrazit na mistrovství na klasice! Jelo se na Rejvíz, takže jsem se dost těšil, čekal jsem dost kopce a nebyl jsem zklamán. Bohužel už na startu jsem byl vylosován do rozběhu „D“, takže to bylo nalajnované ze začátku.

Sice jsem si říkal, že bych mohl bojovat o céčku, ale nemohu mít všechno v jeden rok.

Po prvních dvou kontrolách nás čekal zásadní postup na trati. Zvolil jsem po čáře, bohužel ke konci jsem netrefil cestu a tak jsem zbytečně brzo seběhl a následoval nepřijemný výstup. Bohužel jsem o kousek přešel kontrolu, takže jsem tu něco ztratil. Pak následovaly kratší postupy ve svahu na severním okraji mapy, který korunoval, dlouhý, ale jednoduchý, hlavně rychlý seběh na občerstvovačku v bažině. A z nejnižšího bodu závodu se začalo stoupat, de facto až do cíle. Ve výstupu se za mnou objevil Petr Přikryl, ach jo. Ten mě doběhl. Máme stejnou kontrolu v hustníku, moc to tam nechápu, bohužel si myslím, že další budu mít jinou, takže jdu někam do háje a zbytečně bloudím a ztrácím tak 3 minuty. Konečně ji mám! Dál se mírně stoupá v traverzu a další občerstvovačka je nahoře, kousek od startu. Pak už jen doběhnout do cíle, což je na morál. Chvilí se držím na postupovém místě do céčka, ale brzo klesnu na 29. místo a nic.

protože je to klasika, přesunujeme se na ubytování v hotelu, večere se málem nedočkáme... ale zpraví to pak snídaně. Hlavně se pořádně nadlábnout, já ty švédské stoly nesnáším, nejde odejít. Ještě že jsem nestartoval nějak brzo.

Stan je příjemně prázdný, všichni áčkaři jedou totiž později. málem ale nestíhám start, díky frontě na toiky. Ale aspoň se nemusím moc rozcvičovat.

První kontrola se skoro dotýká startovní trojúhelníku. A ještě k tomu hustníku. Tak si říkám, že to bude problém, ale nacházím ji celkem rychle! Následuje dlouhý postup v celkem strmém svahu, dohledávka se sice nezdá jednoduchá, ale objevuje se přede mnou, takže razím a jdu na další. Takový krátký a ještě ji trochu přeběhnu, vyhrávám mezičas a dostávám se do čela závodu. Dál po seběhu následuje občerstvovačka, nějak brzo, ne? A volba kopce zleva či zprava, jdu zleva, asi horší, takže ztrácím. Pak následuje pasáž s několika kontrolami, nějak to naskakuje, přes kopec, samozřejmě. Bohužel dohledávka v kopci dolů. hm nic moc. Po dvou kratších postupech následuje skoro stejný postup, jako včera, jen opačně. konečná kontrola je trochu jinde. Škoda. Dnes cestu třím! Valím co to je a ke konci mám volbu přímo nebo oběhnout. Tak samozřejmě přímo! Vystoupám to a valím na další. Trochu si na další nejsem jistý, rozplácly svah a konec kupky či čehosi? Je jich tam plno, znejistím, ale nakonec ji najdu a valím na předsběrku. Občerstvení? Není třeba, dneska to zvládnou. Na hodinkách mám něco přes hodinu, že bych to dal pod 70? Mám načas! Poslední závod sezony? Tak kopec vybíhám! Mezičas nevyhraji, ale výsledek dobrý, valím na sběrku, předbíhám Janču a v cíly mě dokonce Běda hlásí! Nakonec tedy vyhrávám o minutku! Paráda. Dé mister! :-)

Pak už jen zaujmout dobré místo u koridory, vyhnat ty ženský, co zavazí ve výběhu a fandit na doběhu. Super odpoledne. Místy svítilo i sluníčko. Nějaké ty medaile i Žabiny pobrali (Káťa stříbro D20, Chlup zalto H20 a Chrobák byl šestý...)

Jen cesta domů byla díky nějaké havárce na dálnici delší, takže od Prostějova po staré a za Vyškovem v koloně...

21.09.2013 Mistrovství a Veteraniáda ČR na klasické trati (semifinále)

D16A: 1. Vyhnálková Barbora 32.41, ...15. Nedbálková Hana 54.06;
D16C: 1. Vavrysová Barbara 36.48, ... 3. Firešová Markéta 37.54,
...12. Koporová Lenka 46.02; D20A: 1. Knapová Lenka 40.02, 2. Chromá
Kateřina 42.45, ...5. Tesařová Markéta 43.56; D20B: 1. Hrušková Bar-
bora 41.53,12. Koporová Petra 48.03; D21A: 1. Topinková Monika
50.56, 2. Kabáthová Eva 51.44, ...16. Gebauerová Jana 66.16, ...21.
Mezníková Lucie 72.08; D21B: 1. Duchová Iveta 49.10,4. Hlavo-
vá Jindra 54.43,10. Palasová Petra 58.22; D55: 1. Horová Magda
33.56, ...14. Kabáthová Jitka 45.45
H18B: 1. Veselý Jakub 42.05, ...6. Hruška Jakub 44.05; H20A: 1.
Chloupek Adam 43.38, ...7. Brlica Pavel 47.31; H21A: 1. Kubát Pavel
65.24, ... 3. Bravený Vít 69.15...16. Švirák Ondřej 76.08; H21B:
1. Procházka Jan 71.35, ...9. Bořil Tomáš 75.12, ...17. Zimmermann
Štěpán 80.07, ...21. Zimmermann Jakub 82.32; H21C: 1. Dlabaja Tomáš
65.22, 2. Chromý Adam 66.39, .. 4. Nykodým Miloš 70.11; H21D: 1. Še-
divý Jan 66.14, ... 4. Hájek Daniel 69.59, ...23. Zháňal Jan 84.50,

...29. Drábek Jan 88.43; H35: 1. Šidla Jan 50.23, ...36. Pátek Richard 81.41, ...40. Zvarik Tomáš 85.26;
T4: 1. Bořánek Michal 39.40, ...35. Hájek Petr 69.35, ...T6: 1. Nečas Jiří 47.00, ...23. Liščinský Tomáš 72.55, ...32. Chroustová Lenka 84.57

22.9.2013 Mistrovství a Veteraniáda ČR na klasické trati (finále)

D16A: 1. Čechová Tereza 43.36, 2. Vavrysová Barbara 45.36, 3. Vyháňková Barbora 46.01, ...13. Firešová Markéta 53.49; D16B: 1. Šmelíková Tereza 47.24, ...18. Koporová Lenka 74.15; D16C: 1. Jansová Doubravka 41.05, ...17. Nedbálková Hana 59.27; D20A: 1. Knapová Lenka 55.13, 2. Chromá Kateřina 58.03, 3. Horčíčková Vendula 59.29, ...10. Hrušková Barbora 66.12, ...13. Tesařová Markéta 69.03; D21A: 1. Šafka Brožková Dana 67.56, 2. Omová Michaela 70.53, 3. Gregorová Kamila 72.03, ...11. Kabáthová Eva 76.44, ...14. Hlavová Jindra 79.09; D21B: 1. Hepnerová Martina 62.13, ...6. Gebauerová Jana 67.18, ...18. Palasová Petra 76.43; D21C: 1. Sukeníková Zuzana 59.44, ...16. Mezníková Lucie 75.42; D55B: 1. Kabáthová Jitka 37.24; H18A: 1. Fürst Matouš 57.26, ... 2. Horák Patrik 58.31, ... 3. Hubáček Jonáš 59.38, ...10. Hruška Jakub 64.43; H20A: 1. Chloupek Adam 69.20, 2. Parfianowicz Piotr 69.32, 3. Grundmann Jan 69.37, ...14. Brlica Pavel 81.08; H21A: 1. Šedivý Jan 81.56, 2. Král Vojtěch 85.54, 3. Dlabaja Tomáš 87.09, ...6. Chromý Adam 91.33, &am p;nb sp;7. Hájek Daniel 92.57, 8. Nykodým Miloš 93.02; ...14. Bravený Vít 96.41; H21B: 1. Šmehlík Eduard 81.54, ...17. Bořil Tomáš 93.42, ...26. Švirák Ondřej 99.21; H21C: 1. Losman Petr 70.02, ...14. Zimmermann Jakub 82.53, ...21. Zimmermann Štěpán 84.48, ...35. Zhňal Jan 93.08; H21D: 1. Drábek Jan 69.07; H35B: 1. Hrazdil Roman 66.03, ...9. Zvarik Tomáš 86.15, ...11. Pátek Richard 89.27
T6: 1. Nečas Jiří 44.18, ...11. Liščinský Tomáš 64.03, ...14. Chroustová Lenka 68.39

MČR ŠTAFET A DRUŽSTEV ANEB KDYŽ JE BURČÁK ŠTÁVA A ČÍNSKÝ VÍNO PROŠLÝ / Pavlík

Tak už je to tak, další sezóna je za námi a je na co vzpomínat. Zakončení bylo více než povedené, získali jsme nějaké ty medaile a někteří jako bonus i slušnou hladinku. Ale pěkně od začátku.

Jak se již na podzimní závody stalo zvykem, od Bohémy jsme vyjžděli brzo ráno. Cesta proběhla bez problémů, na přání jsme dostali tolerantního pana řidiče, což mělo své výhody hlavně na zpáteční cestě. Po šťastném příjezdu na parkoviště nás čekal výšlap na shromaždiště - no bylo to docela daleko a ještě k tomu do kopce, naštěstí ztráty byly minimální a tudíž jsme mohli postavit plánovaný počet štafet. Průběh závodu asi nemá cenu popisovat - pořadí se přelévalo, ztráty měnily a atmosféra byla hustá tak, že to leckterý zkušený závodník těžce rozdýchával. Naštěstí to se netýkalo běžců

v červeno-černých dresech se žábou na zádech, kteří zanechali stopy ve všech kategoriích, posbírali nějaké ty medaile a hlavně potvrdily, že nedělní družstva budou složena ze samých kvalitních závodníků! Nutno dodat že všichni podali pěkné výkony Po závodech následoval pěší přesun do tělárny, kterou jsme měli luxusně jen pro sebe. Honem do sprchy, sušit věci a rychlý přesun do různých restauračních zařízení. Já nakonec skončil s vybraným okruhem kamarádů v čínské, kde se to pěkně rozjelo - Kachna, kuře, rýže, čínský hůlky, to vše litalo vzduchem, k tomu pivko, čínský víno, druhá sklínka, flaška, pěkná servírka, smažené banán a jahody - no prostě luxusní poladění na nedělní družstva. V tělocvičně už jenom sexy protažení s Danáčem a šup do spacáku.

V neděli se stávalo tak nějak pozvolně, v podstatě se odcházelo na shromaždiště po vlnách podle toho, kdo běžel který úsek. Startovat se začalo již v 9, přece jenom 7 úseků, abychom taky stihli dojet domů ještě v neděli, což se nakonec ukázalo, že není jen tak.. Průběh závodů zase popisovat nebudu, tentokrát nejen z důvodů lenosti, ale také kvůli tomu, že napjatá atmosféra, čínské víno, pivka a burčák dělali svoje a jelikož jsem mohl začít slavit konec sezóny již po prvním úseku, mohli by být některé mé vzpomínky zkreslené. Co ale můžu napsat je, že všichni podali perfektní výkony jak se sluší a patří a nikdo si neudělal ostudu, takže k šití kabátů také nedošlo. Na sluníčku jsme se snažili nechat dojít burčák, i když těžko říct, jestli bychom tomu neměli říkat spíš jabkáč.. Všichni fandili na jedničku a průběh diváckým průsekem i doběhem do cíle byl opravdový zážitek !! Všichni vypadali docela spokojeni, na vyhlášení vítězů došlo pouze k drobným incidentům, když Miška rozbila pohár, Běda vyjel na Chrobáka, aby na stupně netahal burčák a tím výčet nekončí ! Jenom ta paměť... Abychom neporušili tradici, tak jsme ze shromaždiště odcházeli skoro poslední, no nemá to s námi Libinda lehký... Každopádně v Jablonci jsme zakroužili, proslov byl, zadky na skla jsme taky párkrát tiskli, cestu si převážně užili a tak ani nevadilo, že jsme vlastně přijeli docela pozdě... Mladáci už taky vypadali, že se těší, až se dostanou do elitní skupiny zadní části autobusu, no tak snad za rok, když se budou trochu snažit a jejich výkony a ostatní důležité věci jim porostou jako z vody!

Vždyť je konec sezóny, tak cóóó...

Chlup

Gratuluji ke zlatu na klasice. Bylo to doslova o chlup, co?

Tak 12 vteřin není o chlup, vid! A nebýt té podivné jamky by Magnus před cílem, tak by to byla taky jiná! Hlavně ale, že to vyšlo!

Jak jsi se popasoval s jesenickými terény?

Tak s terénem jsem problém neměl, zato ta mapa! Byla to relativně běžecká klasika, podívat se a jít! Např. semifinále bylo lehučké, pro nás juniory lehce na zahřátí. A to, že to bylo kopcovaté, díky bohu, jinak bych to na zlato nestáhnul! Takovýto terén mi problémy nedělá, ale to většinou, myslím si, že v nich umím běhat a rozhodně nejsem jediný.

Něco tě tam překvapilo?

Zrádná byla úvodní middlová pasáž, nechal jsem tam 3minutovku na druhé kontrole a pak jsem to pojmul jako stíhací závod. Myslím si, že taková pasáž není až moc vhodná pro klasickou trať. Guláš to ale udělalo, takže pořadatelé můžou být spokojení... :)

Na posledním mistrovském víkendu to dvakrát cinklo. Prvně stříbro ve štafetách. Oba dva dny jsi rozbíhal, nějak se první úsek lišil?

Pro mě rozhodně, druhý den jsem byl jak mrtvola! A nešlo mi to tak, jak jsem chtěl, dělal jsem v neděli chyby. Oba dva dny to bylo krásně fárstované, poklona Picánkovi!

Proti favoritům z Pragovky jste se dost dlouho na štafetách drželi. Nakonec zlato uteklo o kousek. smůla? Motivace na další rok na trénink?

Vypadalo to nadějně, 4 míny jsem nahnal na Flašku, Bet stáhnul jen jednu, ale Šeda ukázal, že je špička a Chlup to uteklo! Tak snad příště! Motivace bude, o to bych se nebál! :)

A co dlouhé čekání na výsledky družstva? Napínavé?

To taky vypadalo suprácky, byli jsme ve vedení.. Škoda Evičky, neměla svůj den, to se stane! Pak už stačilo věřit Chrobákovi, že ojede Noga a bronz byl náš....

Jak jsi spokojen s výsledkem?

Tak za sebe v sobotu spokojený sem, za můj nedělní výkon moc ne! A být na někoho naštvaný, že se mu nedaří, to je nesmysl, ve štaflích to bez štěstí na dobrý výkon a že to všem členům sedne, to prostě nejde! :)

A jak se líbil jablonecký terén? Příští rok přecházíš do dospělé kategorie, bude to nějaká velká změna?

Další z mých oblíbených terénů... Myslím si, že v něm umím běhat. A změna? Krom toho, že dostanu pokouřit a medaile se neposypou, tak žádná, bude to chtít dál pilně na sobě zapracovat a neflákat se!

MČR štafet 29.9.2013

d18: 1. SK Kamenice 1 110:20, 2. TJ Loko Liberec 1 114:48, 3. OK 99 Hradec Králové 1 115:36, ... 22. ZBM 150:20 (Koporová Lenka, Nedbálková Hana, Chroustová Šárka)

d21: 1. LPU A 121:54, 2. SJC 126:49, 3. LPU B 128:04, ...6. ZBM A 131:50 (Tesařová Markéta, Chromá Kateřina, Kabáthová Eva), ... 8. 8. ZBM B 134.45 (Hlavová Hana, Hlavová Jindra, Hrušková Barbora), ...26. ZBM C (Chromá Adéla, Mezníková Lucie, Koporová Petra)

H18: 1. Tur 124:41, 2. LCE 124:48, 3. SJI 126.27, ... 24. ZBM 167:42 (Hruška Jakub, Kelbl Vladimír, Jordanov Alexandr)

H21: 1. PGP 130.00, 2. ZBM A 130.10 (Chloupek Adam, Nykodým Miloš, Chromý Adam), 3. SJC 131.56, ...10. ZBM B 136:48 (Brlica Pavel, Bra-

vený Vít, Hájek Daniel), ...18. ZBM C 147:50 (Švirák Ondřej, Zimmermann Jakub, Zimmermann Štěpán)

Mix: 1. Bor 108.05, 2. Asu 117.26, 3. Vam 122:23, ... 5. ZBM 2 128.54 (Stehlík Martin, Uhnava Markéta, Kazda Adam), ... 9. ZBM 3 136.36 (Zháňal Jan, Chroustová Lenka, Richard Pátek), ...16. ZBM 5 147:10 (Kabáth David, Henrychová Zuzana, Liščinský Tomáš), 17. ZBM 4 147:50 (Kolbaba Tomáš, Stehlíková Jana, Brabec Jaroslav), 36. ZBM 1 184.54 (Koča Jaroslav, Kočová Hana, Jevsejenko Alexandr)

MČR Družstev 30.9.2013

DH18: 1. Tur 273:39, 2. LCE 273:52, 3. PHK 278.01, ... 14. ZBM 368:54 (Kelbl Vladimír, Firešová Markéta, Řičný Vojta, Nedbálková Hana, Hruška Jakub, Koporová Lenka, Jordanov Alexandr)

DH21: 1. Tur 281:17, 2. SJC 283:20, 3. ZBM A 288:12 (Chloupek Adam, Chromá Kateřina, Hájek Daniel, Hlavová Jindra, Nykodým Miloš, Kabáthová Eva, Chromý Adam), ...10. ZBM B 313:43 (Brlica Pavel, Tesařová Markéta, Zimmermann Štěpán, Hrušková Barbora, Bravený Vít, Hlavová Hana, Švirák Ondřej), ...27. ZBM C 353.40 (Zimmermann Jakub, Chromá Adéla, Zřídka Veselý Libor, Mezníková Lucie, Zháňal Jan, Koporová Petra, Kabáth David), ...51. ZBM D 434:49 (Kazda Adam, Chroustová Lenka, Stehlík Martin, Palasová Petra, Pátek Richard, Henrychová Zuzana, Liščinský Tomáš), ...54. ZBM E 459:39 (Koča Jaroslav, Uhnava Markéta, Kolbaba Tomáš, Kočová Hana, Brabec Jaroslav, Bendová Barbora, Jevsejenko Alexandr)

* * * * *
OBLŽ DAMBOŘICE / Tomas

* * * * *

Sobotní ráno je trochu děsivější, protože je silný vítr. Cestou do obce Dambořice se vítr uklidňuje a je téměř hezky. Kde nás čeká dvojzávod Hanácké a Jihomoravské oblasti, které pořádá oddíl ABM. Do Dambořic jsme dojeli s třicetiminutovým zpožděním před mým startem. Tudíž už nebylo možné zaparkovat, poblíž centra závodu ale o kus dál v přilehlé ulici. Shromaždiště se nacházelo kousek za vesnicí Dambořice ve stráni kopce.

Už se blíží doba mého startu tak abych se stihl rozcvičit tak volím běh na start. Ale všechno jsem stihnul. Hned na první kontrolu, volím obíhačku po cestě. Pak dál na trati už dělám obvyklé chyby jak je to u mě běžné. V lese bylo plno cest a hodně prostorových detailů. Tratě byly poněkud dlouhé a kontroly nebyly nijak poschovávány. Některé kontroly byly vidět z dálky. Terén byl spíše těžší. Pokoušel jsem se nabíhat kontroly přesně, ale to se mi pořád nedařilo.

Závod se mi líbil ikdyž na ten čas, které jsem strávil v lese na trati. Zaslouhou mi patří pěkné druhé místo... ale od zdola. Což je největší ztráta na vedoucího závodníka Romana Horynu z Luhačovic.

Po závodě na shromaždišti byl stolek, kde prodávali burčák. Podle mého názoru to spíše byla ovocná šťáva nebo mošt. Nechybělo ani občerstvení a ke konci závodu jim už jim ubývali zásoby.

Vyhlašování proběhlo na dvě části. Jenom vítězové ostatních kategorií a první tři v žákovských kategoriích. Po vyhlášení jsme se vydali na cestu do svých domovů.

10. Jm liga, 8. valašský oblž 5.10.2013

D10: 1.Vedrová Ela 20.37, 2.Mulíčková Markéta 22.07, 3.Poloučková Hana 23.05, ...11.Mácalová Soňa 36.26; D10N: 1.Chroustová Michaela 28.25, 2.Dittrichová Lucie 29.09, 3.Hlaváčová Lucie 35.53, ... 9.Nimrichterová Natália 65.54; D16: 1.Kůstková Daniela 37.06, 2.Chroustová Šárka 37.53, 3.Firešová Markéta 39.21, ... 7.Koporová Lenka 48.05, ... 9.Moravcová Kristýna 56.20; D21C: 1.Podmolíková Dagmar 50.26, 2.Hrušková Barbora 51.30, 3.Gebauerová Jana 51.54, ... 5.Tesařová Markéta 53.21, ...16.Chroustová Lenka 68.45, ...18.Kočová Hana 72.54, ...20.Kočová Lenka 75.00; D45: 1.Ferdusová Eva 44.36, ...9.Kabáthová Jitka 55.02

H10: 1.Palát Tomáš 19.49, 2.Urbánek Adam 20.00, 3.Gryc Ondřej 20.53, ... 6.Urbánek Tomáš 36.39; H10N: 1.Bednařík Vilém 22.46, 2.Odehnal Tomáš 35.23, 3.Koča Vojtěch 62.15; H12: 1.Milán Jakub 22.43, 2.Klgl Radim 28.00, 3.Adámek Filip 30.07, ... 4.Svoboda Marek 30.10, ... 8.Soška Petr 34.12, ...14.Coufal Jáchym 42.59; H14: 1.Zentrich Dušan 29.07, 2.Gryc Vojtěch 30.08, 3.Florián Vojtěch 31.25, 4.Říčný Vojta 32.41; H16: 1.Vopařil Jan 40.12, 2.Hlaváč Ondřej 41.44, 3.Zvoniček Jan 50.43, ... 5.Šplíchal Marek 52.32 ; H21C: 1.Horyna Roman 62.58, 2.Novotný Jiří 68.58, 3.Kašpar Michal 69.25, ... 9.Zháňal Jan 72.13, ...30.Koča Jaroslav 108.50, 31.Dvořák Martin 117.29, 32.Liščínský Tomáš 118.24; H21D: 1.Ptáček Pavel 56.33, 2.Mazal Zdeněk 59.40, 3.Jordanov Alexandr 62.10; H35: 1.Škoda František 46.51, ...11.Finstrle Aleš 60.24, ...23.Coufal Svatoš 76.07

HDR: 9.Kroutil Jošt 31.55, 21.Kočová Klára 35.44, 22.Finstrle Filip 35.46, 33.Kroutil Tadeáš 49.01, 34.Finstrlová Lucie 51.22, 36.Finstrlová Denisa 56.32

AMSTEL AUTUMN RACE ŽďÁR-BRNO / Honza

Na první říjnovou sobotu byl naplánován tradiční sjezd (z kopce dolů – z vysočina na jižní Moravu, ze severu na jih...) ze Žďáru do Brna: Amstel Autumn Race. Po dlouhém domlouvání a přemlouvání byl nakonec v ranním vlaku do Žďáru čtyř členný peloton: Pally, Pája, Kazdič a Drbča. Trochu zklamání, že Jaguáre, či Dejeve?!

Zcela jiná sestava, jak na jarní klasice (více v Bořkově článku v předminulém Polari-su), takže žlutý dres byl dán všanc.

Ve Žďáru nás přivítala, kromě klasické popkornové vůně, i dost silná zima (někteří malomyslní chtěli vyjždět už v 7:20!), vymetená obloha a ostrý vítr. Velmi silný vítr z JV směru!

Po namapování jsme vyjeli zdárně, někteří i trochu přes červenou, ze Žďáru a poznali jsme hned, že to nebude zadarmo. První sprinterskou prémie k lesu vyhrál Pally, když si zkušeně počíhal v závětrí a pak to rozbil a my se ani nestačili divit.

Pak už jen krásná vysočina, následujících 30 km se nic nestalo. Tak vám přečtu jen názvy kapitol: NMnM, Zubří, nedostavěný most, hotel v ničem, motokros, Dalečín, Vír.

Druhá sprinterská prémie se nacházela konci hráze. Vyrazil jsem dopředu, ale moc foukalo, tak jsem chtěl počkat na peloton, ale ten mě jen přefrčel. Ještě jsem zafinišoval, ale urval jsem jen druhé místo. Do zeleného se převlékl Pavel. A to byl konec sprintů.

Následovala horská prémie první kategorie na rozhlednu na Horním lese. První část po asfaltce roztrhala pole, ale Kazdič nás záhy dojel při vysvlikání zbytečných vrstev. Druhá část už nebyla vůbec zadarmo. Puntíkový dres si po dobře odvedené práci zasloužil Pally, když v posledním úseku urval celé pole. Odměnou nám byl krásný výhled, z mírně pohupující se rozhledny, a při sjezdu dolů také krásné muchomůrky.

Oběd v Olešnici jsme si zasloužili. Když po objednání kolem nás prošla nějaká paní, tak někdo prohlásil, „přišla kuchařka. „ Zasmáli jsme se. O chvíli později se z kuchyně začal ozývat typický zvuk strouhání brambor.

Po Olešnici měla následovat pohodovější část sjezdu do Hodonína. Příliš pohodlné to nebylo, ale peloton skvěle spolupracoval a ušetřili jsme hodně sil, které se později hodily při dalším ostrém stoupání do Černovic. Pally si upevnil puntíkový dres.

Dál následoval spíše už jen sjezd do Černé hory. Bohužel v ostrém větru se peloton trhal, takže to nebyla žádná sranda. Menší zpříjemnění cesty byla rozhledna na Babyloně.

V Černé hoře nastalo dojemné loučení a Pája s Kazdičem vzdali výšlap na Jedli a do Blanska se vydali po rovině. S Pallym jsem si tedy ještě stříhl tři ostré kopečky (Už zmíněnou Jedli, Šebrov a ve Vranově) a sjezd do Brna.

Parádní výlet! A jestli stále ještě nemáš plán na první říjnovou sobotu v roce 2014 (případně 2015)... tak můžeš jet i TY!

* * * * *
M BRNA V SUPERSPRINTU / Honza
* * * * *

Druhý říjnový víkend a začíná klasická trojkombinace. Mistrovství Brna ve sprintu, oblž (námi pořádaný) v Březině a zakončí to Zhusta cup.

V pátek jsme se sešli na pomezí Vinohrad a Akátek, kde asi před týdnem byl mapový trénink. Takže poctiví mohli potrénovat ve velice relevantním (dalo by se říci i stejným) terénu.

Vzhledem k tomu, že jsem přišel na prezentaci celkem brzo, tak jsem také brzo startoval. To se ukázalo jako velká nevýhoda. Někdy to hustníky v Akátkách probít holt musel. Trať se více a více zrychlovala, takže se není čemu divit, že třeba Beťák nám prvně startujícím (třeba Rajmovi a mě) nadělil docela kotýlek. Měl by se k tomu vymyslet nějaké relevantní koeficient. Rajmovi dokonce ani nepomohlo, že by ve středu (nějakou minulou) běhat.

První část tratě nás zavedla do velmi hustého terénu keřů a akátů, poté zásadní volba zleva či zprava, nebo chcete li přes divácký úsek či schování v lese. Někteří se vytrestali a vběhli do areálu školy. Pár kontrol mezi paneláky a poslední vpád do keřů Akáték a vybičovat se do posledního kopce to do cíle.

No ale to už se začaly nad námi honit mraky a padat deště, takže rychlé vyhlášení, neva, že někdo je eště v lese... což se ukázalo jako chyba, protože Barča, jenž vyhrála, doběhla chvíli po vyhlášení. Ale ve výsledcích už je na prvním místě a co... čokoládu a dort člověk sní a brzo se zapomene. Zato ve výsledné tabulce už ji nikdo nesmaže! :-)

A Betákoví už chybí jen poslední vítězství, aby zkompletoval hattrick. Tak co borci, potrénujete, co? Přece mu to nedáte! Trojnásobný mistr Brna ve sprintu z Prahe. :D Snažte se naladit na příští ročník, už jen necelý rok! ;-)

M Brna ve supersprintu 12. ročník , 19. října 2012 , Brno, Komín

Muži:

1. Jan PROCHÁZKA	11:58
2. Eduard ŠMEHLÍK	12:19
3. Matěj KLUSÁČEK	12:56
4. Vít BRAVENÝ	13:13
5. Jakub ZIMMERMANN	13:24
6. Ondřej ŠVIRÁK	13:30
7. Miloš NYKODÝM	13:36
8. Štěpán Zimmermann	13:37
10. Pavel BRLICA	14:37
11. Zdeněk RAJNOŠEK	15:59
12. Jan ZHÁŇAL	16:04
13. Jan DRÁBEK	16:29
16. Adam KAZDA	16:48
19. Tomáš LIŠČINSKÝ	18:02
26. Marek SVOBODA	27:42

Ženy:

1. Barbora HRUŠKOVÁ	17:49
2. Michaela OMOVÁ	18:02
3. Jindra HLAVOVÁ	18:13
4. Markéta FIREŠOVÁ	19:37
5. Markéta UHNAVÁ	19:47
6. Adéla CHROMÁ	20:22
8. Lenka KOPOROVÁ	21:54
10. Eva MALIVÁNKOVÁ	23:16
13. Tereza RAJNOŠKOVÁ	26:28
14. Lucie CICVÁRKOVÁ	35:08
15. Sofie STAŠKOVÁ	37:48

* * * * *

TRIEXPERT VOKOLO PRÍGLU / Chlup

* * * * *

Zatímco se všichni vydali pořádat Oblž, já jsem v sobotu 12.10. vyrazil „flákat“ a hájit barvy Žabin na TRIEXPERT Vokolo Príglu, páč jsem se tam přihlásil nevědouce, že nějaký oblž je :) Kdo neví, o co jde, tak je to jeden z největších „masových“ běhů v ČR a tento rok se konal čtvrtý ročník. A vypadá to, že si Prígl buduje solidní tradici, já např. jsem se zúčastnil podruhé a stává se to pro mě klasickým zakončením běžecké sezóny. Dostal jsem tu čest běžet z elitní vlny, protože jsem se drze zeptal mailem a díky tomu jsem mohl vynechat též i startovné a vyfasoval jsem dokonce i přístup do VIP Šatny. Takže mě čekalo 14,2km +- dřiny a dilatace času, protože mi vždycky přijde, že těch 50 minut se děsně táhne! A převýško se tam také najde, obíhá se přehrada kolem dokola po směru hodinových ručiček, houpe se to pořád nahoru dolů, za Veveřím tam přijde hlína a bahýnko pod nohy a frčí se zpět! A obvykle se tam sejde dosti solidní konkurence z české běžecké špičky a semtam i nějaký ten cizinec.

Už jak minulý, tak i tento rok nás bělochy přijel vyklepnout jakýsi Keňan (neplést s Keňou, ten určo taky běhá rychle jak drak!) a tak se i stalo, Homoláč s Kourkem se podělili o třetí a druhé místo. Elitní vlna má start fajnový, protože nás bylo jen dvacet, za námi bouchnou zavodivou vlnu A, která už se tlačí o dost víc! První 5ka se trhla rovnou, jiné tempíčko mno! Na prvním kiláčku jsem čuchal problém, páč 3:05 vypadalo krapet děsivě, na druhém jsem si to myslel stále a na třetím jsem se trošku uklidnil, tam mi hodinky ukázaly 9:34. Prozíravě jsem nechal ty silničáře běžet a šel jsem podle sebe, takže jsem se nezatavil, za Veveřím přišla má hodinka (pravda spíš párminutovka) a postupně jsem se propracoval vpřed, a od 8mého km jsem se stále ohlížel, jestli mě někdo nelohne. Nakonec spokojenost, osobáček o 3 mínky a udržžený 6. flek za 48:00. Jen škoda, že se vyhlašovalo prvních 5!

Jinak zahlédl jsem tam také Edu Štěrbáka, který zaběhl luxusní 18. místo s časem 51:54, rozhodně poklona! Mimojiné tento závod má i úžasnou atmosféru, krom vlny A si tam přijde jen oběhnout přehradu a užít sluneční den dalších 1400lidí, z celkových 18tiset!

* * * * *

ZHUSTA CUP PO 27. / Jenda

* * * * *

V neděli jsme se po pohodově odpořádaném oblži šli proběhnout na 27. ročník atrakce pořádané naším nejvyšším...

Byla trošku mlha, ale to nakonec vůbec nevadilo, tratě byly zajímavé, vzhledem k velké účasti byla velká i bitva o mapy. První kolo - skorelauf mě fakt bavil. Asi to bylo tím, že jsem chytil mapu, hned potom směr a až v cíli zjistil, že ostatní zvolili taktiku viset reproto. Druhé kolo už bylo víc na fyzickou, ale stejně vyhráli ti, co na to měli i mapově. Pár mých postřehů:

- 1) vlastní postup na skorelaufu může být lepší než Milošův ale stejně ho neporazím protože je rychlý jak ...
- 2) vlastní postup na skorelaufu může být lepší než Pavlův ale stejně ho neporazím protože visí za Milošem.

3) vlastní postup na skorelaufu může být lepší než Drbčův a pak ho porazím i když visí za Pavlem

4) Pavel je hodný, počká na všechny.

5) Když na to nemáš nohama, je ti skvělá mapa k ničemu

6) Pavel na tebe počká i když na to nemáš.

7) Holky odhazují mapu v hustníku 3 kontroly před cílem - asi aby jim to víc běželo do kopce.

Zhusta cup 27. ročníku , 13. října 2013 Brno Žebětín

H:

1. Procházka Jan	(6:21, 23:52) 30:13
2. Nykodým Miloš	(6:19, 24:03) 30:22
3. Brlica Pavel	(6:20, 26:36) 32:56
4. Liščinský Zdeněk	(6:49, 26:13) 33:02
5. Ehl Jiří	(6:56, 26:10) 33:06
6. Zháňal Jan	(6:34, 26:41) 33:15
7. Hirš Otakar	(6:50, 26:29) 33:19
8. Piltayer Jaka	(6:59, 26:36) 33:35
9. Hlaváč Ondřej	(7:07, 30:58) 38:05
10. Drábek Jan	(6:44, 31:43) 38:27
11. Matula Petr	(6:52, 31:39) 38:31
12. Kheil Radim	(7:07, 31:37) 38:44
13. Liščinský Tomáš	(7:21, 31:38) 38:59
14. Stehlík Martin	(7:55, 32:46) 40:41
15. Strejček Petr	(8:07, 33:11) 41:18
16. Ptáček Ondřej	(8:12, 33:59) 42:11
17. Hirš Libor	(8:28, 37:27) 45:55
18. Jordanov Alexandr	(8:17, 37:47) 46:04
19. Minařík Luboš	(9:07, 37:05) 46:12
20. Šafek Jiří	(8:49, 37:46) 46:34
21. Humlíček Aleš	(9:02, 37:39) 46:41
22. Jordanov Nikola	(8:26, 46:00) 54:26
23. Rajnoha Mirek	(11:54, 66:29) 78:23
24. Tršl Lubomír	(12:54, 72:59) 85:53

D

1. Omová Michaela	(7:06, 23:45) 30:51
2. Hrušková Barbora	(7:40, 25:57) 33:37
3. Matulová Lucie	(8:07, 25:38) 33:45
4. Gebauerová Jana	(8:19, 25:29) 33:48
5. Hiršová Gabriela	(8:39, 25:25) 34:04
6. Odehnalová Klára	(8:22, 28:48) 37:10
7. Odehnalová Tereza	(9:16, 28:26) 37:42
8. Koporová Lenka	(8:36, 30:43) 39:19

9. Uhnavá Markéta	(8:48, 30:35) 39:23
10. Hiršová Marcela	(9:45, 32:45) 42:30
11. Hlaváčová Anežka	(9:41, 33:33) 43:14
12. Stehlíková Jana	(10:29, 33:48) 44:17
13. Tršilová Daniela	(13:43, 39:12) 52:55

* * * * *

25-MANNA / Evička

* * * * *

Už hezkou chvíli jsem si stýskala po švédských terénech. Pak přišel říjen a s ním jeden ze severských o-svátků, štafetová 25-manna. Sbalila jsem si svých pět švestek a na pár dní zběhla společně s pár dalšíma turnovskýmá ovečkama ke Švédákům z klubu Söders.

Po ubytování v krásné klubovně, kam jsme se po hodině a půl došounili (jednoho překvapí, jak je ten Stockholm rozlehlej), jsme ještě v rámci rychloaklimatizace vyrazili na trénink. A protože těžko na cvičišti - lehkou na bojišti, tak to byl rovnou nočák.. no a no proč vlastně ne. Následovala klubová pasta večere, inaugurace nových členů a vyslovení očekávání. To byl čtvrtek. V pátek jsme pak měli čas se nad tím vším ještě zamyslet a dokončit svou rychloaklimatizaci v okolí klubovny.

V sobotu pak přišel vrchol zájezdu. Hodina cesty z klubovny na druhou stranu Stockholmu, kde už nás vítaly naše první úseky. Start v 9:30, dva první úseky po jednom člověku jak je běžné u nás, pak předávka a na trať zároveň vyběhli další čtyři týmoví kolegové. Takových 4-členných úseků bylo dohromady pět, čímž se průběh závodu dost podstatně zrychlil a my už aspoň nemuseli znovu vytahovat čelovky. Terén byl letos nezvykle těžký, jak nám říkali jiní zkušenější. Část našeho týmu se školácky vychybovala, a tak jsme loňský výsledek nezlepšili, neobhájili, ba ani ty Täby jsme neporazili.. Ale nás to baví pořád dál a to je vůbec to nejdůležitější. Takže za rok adios amigos, budeme se těšit!

* * * * *

PWT ČÍNA / Chlup

* * * * *

A ještě jeden článkuček, tentokrát ze zahraničí!

Tento rok si Kačor vybral nás, takže na PWT do Číny vyrazili mladoši – Já, Michal Hubáček a Leňda Knapová. Mamču nám ze Švýcarska přijela dělat Topča s Baptistem.

Jeli jsme tam tak nějak za odměnu na „dovolenou“ po sezóně, v životě jsem seděl v letadle jednou hodinu a půl, do španělského Alicante. Takže jsem si rovnou vybral pořádný výlet, jen krásných 10hodin a čtvrt v letadle. Přiletěli jsme do Pekingu, naběhli hnedle taxikáři a šli spát po 17ti hodinách cestování – letěli jsme Praha – Amsterdam – Beijing. Další den jsme vyrazili vlakem směr ChangChun vláčkem, asi 1100km a bylo to takové horší naše ěcéčko! Zde se uskutečnily 3 závody, z toho byly 2 společné i pro vybraných 1000 čínských studentů. Takže s námi bylo zacházeno jako s hvězdami :)

Jinak se tam krom švýcarských sprinterských specialistů sešla skoro celá světová špička, tak jsme alespoň nakoukli, jak moc jako junioři pokulháváme. V Changchunu jsme pobýli 4 dny, šoupli tam 2x sprint a jeden middle, poslední jsme strávili na letišti,

protože do Pekingu nic nelétalo kvůli smogu. Posečkali jsme tam 8 hodin. Alespoň jsem dostal k obědu celou kuřecí hlavu! Pak nás čekal neskutečný sprint v ruinách starého summer palace, den volna a hurá zpět! Ještě jsme se stihli po sprintu podívat i na Velkou zeď.

Já jsem skončil vždy v druhé desítce, 12,13,14 a 17. místo. Takže žádné famfáry za úspěch, spíše motivace pro další trénink. Byla to taková expresČína, viděli jsme rostoucí velkoměsta s kontrastem bohaté/chudé čtvrti, podýchali jsme pořádný smog, ochutnali netypické terény (při závodě jsem se 3 metrovým kukuřičným polem ještě neprobíjel) a po cestě zpět nás odměnil 10hodinový pohled na celý euroasijský kontinent, luxusní! Viděli jsme poušť Gobi, Bajkal, Sibiř a chtěl jsem vystoupit už nad Švédskem, ale zastávka na znamení se nekonala! :(Každopádně zajímavý výlet a jsem o pár zkušeností bohatší! Např. se vyhnout v pekingské špičce metru! :)

* * * * *
MISTROVSTVÍ RAKOUSKA V NOČNÍM / Víťa
* * * * *

Když jsem se o nočním mistrovství Rakouska dozvěděl někdy v létě od Libora, neváhal jsem, sebral světlo, zbytky sil ze sezony a s nočními specialisty z Žabin, se k městu Gmund vydal. Před samotným závodem jsme si ještě dali krátký trénink v relevantním terénu. Kdo byl, ví, že mi to docela šlo. Potom přesun do Českých Velenic do asijské restaurace na ochutnávku jejich kuchyně. Kluci si dali. Já jsem neexperimentoval a dal si sladkokyselou omáčku. No nic moc. Přesun na velmi strohou ubytovnu, kde si беру ihned zodac (alergie), protože nemůžu dýchat. Odjezd do Arény. Centrum závodu nebylo velké, vlastně tam nebylo ani moc lidí, ale velká nová stodola perfektně zastřešila celý závod. Samotný závod byl opravdu něco, co u nás moc na nočním neznáme. Terén byl velmi členitý, orientačně zajímavý a pěkný. Navíc perfektní organizaci celého mistrovství podtrhly perfektní tratě. Já osobně jsem si závod moc užil a doufám, že snad bude takový závod i na území ČR. Vítězí Chrobák, který dokazuje opravdu špičkovou regeneraci po 8 pivkách a nespánku. Návrat na ubytovnu, druhý zodac a spánek. Zítra nás čeká ještě krátká trať. Probudí nás opravdu excelentní počasí. Centrum závodu je stejné, i když nyní už za světla. Terén podobný, nyní však trať více middlová tzn. více kontrol. Rozhodovala, jak fyzická zdatnost po včerejším závodě, tak precizní mapová technika. Přesně jak má být. Vítězí opět Chrobák, a společně s polovinou startovky ze ZBM v H21E, tak trochu dovršuje drobné ovládnutí rakouského mistrovství a veřejného závodu. Organizace opět perfektně klapala, snad bych jen vytknul posunutí hodin na startu o 4' tím horším směrem. S velmi pozitivními dojmy se vracíme zpět do vlasti. Musím říct, že se moc těším na akci podobného rázu v Rakousku pod hlavičkou ZBM. Čus příště.

Barča – po závodech v Rakousku

Ahoj Barčo, gratuluji ke zkompletování medailí na nočních mistrovství! (2. na MČR, 3. na MSrbska a 1. na MRakouska). To asi nikdo jen tak nemá, co?

Děkuju. To nevím, jestli to nikdo nemá, ale dokud jsi mi nepoložil tuhle otázku, tak jsem si to ani neuvědomila. A v Rakousku se cizincům medaile nerozdávají, tak mám doma jen 2.

Kde to bylo nejtěžší?

Určitě teď v Rakousku v okolí Gmündu. Je tam hodně kamenů a trať postavená našim koučem rozhodně nedávala výhry zadarmo. Ale i ostatní závody mi daly zabrat. V Srbsku se pořád zapadávalo do bažin s vůní kravince a taky jsem se (celkem netakticky) pokoušela obéhnout povinný úsek. Ale každý nočák je těžší než denní orienták.

A kde se ti to naopak nejvíce líbilo?

Naopak? Právě kde je to nejtěžší, tam je to i nejhezčí!

A vlastně to také byl poslední závod v dvacítkách. Neukápla na startu, či v cíli, slza? ;-)

To že se blíží můj poslední závod ve 20, jsem si uvědomovala už před MČR na klasice. A představa, že příští rok budu běhat v kategorii s Radkou Šafka-Brožkovou, nebo s Míšou Nykodým-Omovou mě spíš děsí. Je to jak z hororového filmu: V klídku si poklusávám lesem svým tempem, o kterém si myslím, že je celkem rychlé. Najednou se začne za mnou ozývat křupání větviček a hlasité funění. Jen se stačím otočit, a v ten okamžik mě jako parní válec přejede jedna z takových žen, která si jde přes mrtvoly pro vítězství. Její tempo je vražedné.

Jaké byly závody v Rakousku? „Bahnleger“ byl Zhusta, něčím překvapil, nebo jste měli výhodu, že Libin nám staví tréninky dost často?

Možná jsme nějakou výhodu měli, ale největší výhoda byla v tom, že to bylo pěkné. Samotní Rakouští závodníci poznali, že stavěčem byl nerakušák.

Jak sis užila družstva?

Mrzelo mě, že nepršelo. Ale možná je to lepší. Všichni jsme měli dobrou náladu, která přetrvala i do autobusu, řidič kroužil, dělaly se zastávky,...

A jak se připravuješ na dospělou kategorii?

Začínám HROBem. To je zkouška. Jestli to přežiju, tak můžu běhat s dospělými.

A jak máš naladěno na vrchol sezóny?

Tak na ten mě parádně naladí ten HROB (doufám).

A máš nějaký vzkaz čtenářům?

Milujte Pavla

* * * * *
POZDNE LETNÍ OBLŽ NA JAVŮRKU / Honza
* * * * *

Po roce se opět vrátil orienták na Javůrek. Dalo by se říct, že se vším všude. Krásné počasí, na to, že bylo asi 18. října, tak to vypadalo spíše tak na konec září. Jen do oranžova zbarvený les naznačoval, že se blíží listopad. Jinak po chvíli běhu musel litovat každý, kdo si vzal pod dres nějaký propocovák. Neuvěřitelné počasí! Ještě jednou věcí se oblž navázal na loňské bloudění v lese. Cíl byl na místě loňského startu a start byl v loňském cíli.

A jaký byl tedy závod? Nádherný! Vlastně to dělalo to krásné počasí, že... H21 to měli na krátký, takže parádní proběhnutí! Vyhýbali jsme se hustníkům, takže krása. Měli jsme kontroly v rýhách, kde vždycky hledám na nočáku kontroly přibližně sto let, ale za světla tam skákaly jako divé. Zde jsem také doběhl Tomase, dával jsem mu asi 10 minut, takže jsem byl spokojený, ale jak ho znám, tak se kousl a další dvě kontroly se držel za mnou. Ale zvolil špatný postup, obíhačku, místo přímo, i přes TU paseku plnou ostružin. Příště se nezapomenout vyhnout! No a závěr do posledního kopce a hurá do cíle.

Super proběhnutí. Na to, že jsem startoval v půli pole, tak vyčítám jako první. :-) Pořadatelé ještě drze napísali na lísteček, jestli mi cesta z cíle do centra trvala 22 minut. To se ví, že trvala, když cíl je 2 km od centra!

Parádní, můj poslední, oblž. Jen škoda, že nás nejelo víc. Určitě to i ve známém terénu pěkné. Ale možná mi trochu začínají chybět ty pravé podzimní oblže, kdy jsme klepaly kosu, drkotaly zuby, místy sněžilo a či přšelo. Ale co, takhle je to lepší. Zase sníh bude na jaře.

19.10.2013 Oblastní žebříček

D14: 1. Špringlová Kamila 29.33, 2. Korpasová Lucie 35.01, 3. Baštařová Anna 35.09; D21C: 1. Tužilová Magdaléna 45.57, 2. Rábová Zuzana 57.43, 3. Křístková Veronika 60.12, ...7. Kočová Hana 64.49, ...12. Kočová Lenka 83.44; D45: 1. Janotová Dobra 43.55, 2. Janská Iva 46.44, 3. Kabáthová Jitka 50.28
H10: 1. Gryc Ondřej 17.33, 2. Urbánek Adam 20.18, 3. Kraus Jakub 23.16, 4. Urbánek Tomáš 23.50 ,5. Marek Vojta 24.57, ...9. Koča Vojtěch 29.51, ...10. Cívárek Radim 34.19; H12: 1. Coufal Jáchym 25.00, 2. Adámek Filip 29.38, 3. Soška Petr 29.42, ...5. Slaný Filip 33.09, ...7. Humlíček Tomáš 39.08, ...Tachovský Matyáš DISK; H14: 1. Florián Vojtěch 29.48, 2. Gryc Vojtěch 30.08, 3. Řičný Vojta 30.54; H16: 1. Peřinka Šimon 73.35, 2. Soška Marek 78.28, 3. Šplíchal Marek 85.52; H21C: 1. Nečas Jiří 57.45, 2. Palát Petr 60.18, 3. Liščinský Zdeněk 61.40, ...5. Drábek Jan 66.52, ...9. Liščinský Tomáš 79.06, ...16. Pátek Richard 104.00, ...17. Dvořák Martin 112.42, ... Jordanov Alexandr DISK; H35: 1. Schwab David 63.06, ...9 . Humlíček Aleš 75.46, ...15. Coufal Svatoš 88.22

HDR: 14. Finstrlová Julie 32.26, 16. Zelený Vladan 34.08, 20. Kočová Klára 35.11, 28. Tachovský Jáchym 40.28; P: 1. Finstrle Luděk 18.57, 4. König Lukáš 23.07, 19. Cicvářková Lucie 29.48

Výsledky:

– Český pohár 2013

D: 1. Omová Michaela 139, 2. Zviøinová Martina 117, 3. Topinková Monika 116, ...10. Kabáthová Eva 76,14. Hlavová Hana 48, ...21. Indráková Adélka 29, 22. Hlavová Jindra 29, ...30. Mádlová Věra 14
H: 1. Nykodým Miloš 116, 2. Kubát Pavel 116, 3. Šmehlík Eduard 115, ...5. Chromý Adam 100, ...9. Hájek Daniel 88, ...15. Bravený Vít 74,43. Palas Jan 19

– Žebříček A 2013

D20A: 1. Horčičková Vendula 616.69, 2. Knapová Lenka 610.58, 3. Chromá Kateøina 597.73,
4. Tesařová Markéta 593.41, 5. Hrušková Barbora 589.51,15. Koporová Petra 504.81
H18A: 1. Horák Patrik 606.01, 2. Pavlovec Jan 603.49, 3. Fürst Matouš 597.56, ...8. Hruska Jakub 559.45
H20A: 1. Chloupek Adam 611.53, 2. Hadaè Filip 601.96, 3. Hubáèek Michal 601.31, ...13. Brlica Pavel 533.60

– Moravskoslezský žebříček B 2013:

D14B: 1.Janošíkova Tereza 516.85, 2.Odehnalová Klára 505.13, 3.Grycová Kateøina 491.97, ...13.Firešová Markéta 390.41, ...15.Malivánková Eva 346.17, ... 16.Auermüllerová Anna 319.06
D16B: 1.Soldánová Tereza 524.12, 2.Nedbálková Hana 505.72, 3.Koporová Lenka 497.36
H14B: 1.Hlaváè Ondøej 513.20, 2.Vopaøil Jan 505.15, 3.Jirka Mikuláš 488.29, ...17.Řičný Vojta 390.05 , ...24.Komenda Jan 299.96
H18B: 1.Sklenáø Martin 538.68, 2.Fajkus Radim 494.98, 3.Walach Ondøej 479.21, ...7.Jordanov Alexandr 304.02

– Česká liga klubu 2013:

Dospělí:

1.	SJC	196
2.	TUR	187
3.	ZBM	182

Dorost:

1.	LCE	188
2.	PHK	187
3.	KAM	181
22.	ZBM	34

– Českého poháru štafet 2013

D18:

1.	KAM A	145
2.	PHK A	127
3.	LPU A	117
23.	ZBM A	25

D21:

1.	LPU A	150
2.	LPU B	131
3.	TUR A	119
5.	ZBM A	102
8.	ZBM B	88
19.	ZBM C	40

H18:

1.	LCE A	141
2.	TUR A	137
3.	PHK A	113
22.	ZBM A	24

H21:

1.	PGP A	175
2.	ZBM A	174
3.	SJC A	160
16.	ZBM B	87
28.	ZBM C	54
48.	ZBM D	5

Program na listopad až březen

7. 11. - ČT - Mistrovství Brna v NOPB - Brno, Kohoutovice (ZŠ Pavlovská - trolejbus 37 nebo autobus 50 - zastávka „Talichova“) - sraz: do 18:15 - mapa: Kohoutovice (1 : 4 000, E = 2,5m) - přihlášky do 5. listopadu na internetu - start: 18:30 - předpokládaný čas vítěze je 20 minut

9. - 11. 11. - SO, NE - ODDÍLOVÝ PŘEBOR - centrum: Nesměř (Velké Meziříčí) - odjezd autobusem v 8:00 od Bohémy - návrat okolo 14:00 v neděli (12:30 odjezd z Nesměře) - stravování od sobotního oběda do nedělního oběda

17. 11. - NE - Brněnský běžecký pohár (1. závod) - Jehnice, škola - sraz do 9:30 hod. - 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. - přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,- Kč - doprava vlastní nebo MHD (autobus 70)

22. 11. - PÁ - noční mapový trénink - Deblín - sraz: 16:30 v Řečkovících u konečné tramvaje (tramvaj 1 - konečná zastávka „Řečkovice“) - mapa: Deblín (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: scorelauf + krátká trať - doprava: osobními auty

23. 11. - SO - trénink - Bystrc, „Přístaviště“ (zastávka tramvaje číslo 1, 3, 11) - sraz: 9:30 - běh s mapou „okolo přehrady“ - dorost a starší - sraz je v běžeckém oblečení

23. 11. - SO - výprava Pulců - Bystrc, „Přístaviště“ (zastávka tramvaje číslo 1, 3, 11) - sraz: 9:30 - výprava Pulců za pokladem Kočičího žlebu - Pulci - délka cca 2 až max 3 hodiny - konec na stejném místě

30. 11. - SO - Brněnský běžecký pohár (2. závod) - Okrouhlá - sraz do 9:30 hod. - 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. - přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,-Kč - doprava vlastní

1. 12. - NE - Brněnská zimní liga (1. závod) = KAUF LAUF - Komín, ZŠ Pastviny (tramvaj 1, 3, 11, trolejbus 30, 36 - zastávka „Svratecká“) - sraz: do 14:15 - start 00: 14:30 - mapa: Komín (1 : 4 000, ekvidistance 2,5 m) - doprava: individuální

6. 12. - PÁ - noční mapový trénink - Valchov - sraz: 16:00 v Řečkovících u konečné tramvaje (tramvaj 1 - konečná zastávka „Řečkovice“) - mapa: Ledková huť (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: one man relay - doprava: osobními auty

7. 12. - SO - Běh na Býčí skálu - Řečkovice, Zamilovaný háj - sraz: do 9:30 - start: 10:00 - přihlášky předem nejsou třeba - doprava: individuální, v dosahu MHD (tramvaj 1, autobus 42, 65 a 70)

12. až 15. 12. - ČT-NE - Soustředění Sklené - viz samostatný rozpis akce

14. 12. - SO - Brněnský běžecký pohár (3. závod) - Vranov, Sportovní areál AMK Zbrojovky Brno - sraz do 9:30 hod. 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. - přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,-Kč - doprava vlastní

20. 12. - PO - noční mapový trénink - Soběšice - sraz: v 16:00 v Soběšicích (značeno ze zastávky „Útěchovská“, autobus 43) - mapa: Panská

lícha (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: vánoční překvapení - doprava: individuální

23. 12. - PO - Běh okolo Brna - tradiční cca 16 ročník předvánočního oběhnutí Brna - Mariánské údolí - Pod Hádkem - Nový Dvůr - Březina - Zadní pole - Babice na d Svitavou - Alexandrovka - Adamov - Útěchov (cca 120 min; MHD) - Soběšice - Lesná - Husovice - sraz do 9:00 hod. V Mariánském údolí - doprava autobusem číslo 55 s odjezdem v 8:29 z Židenic, nádraží (Stará Osada 8:31; Dělnický dům 8:36)

24. 12. - ÚT - Běh na Babu - Skalka za Medláneckým kopcem - sraz do 9:30 hod. - doprava vlastní nebo MHD (tramvaj 12, 13 nebo autobus 53)

26. 12. - ČT - Brněnský běžecký pohár (4. závod) - sokolovna Syrovice - sraz do 9:30 hod. - 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. - přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,-Kč - doprava vlastní

1. - 26. 1. - ST až NE - Zimní mapový trénink - mapa Veselka - přihlášky o mapy Zhustoví - centrum: Veselka; MHD (autobus 52 - zastávka „Kopce“)

3. 1. - PÁ - noční mapový trénink - Kohoutovice - sraz: 16:30 v Kohoutovicích u pomníčku v lese (autobusem 37, 50 - zastávka „Pavlovská“) - mapa: Dub Troják (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: okruhy - doprava: individuální

4. 1. - SO - Brněnský běžecký pohár (5. závod) - Kuřim - sraz do 9:30 hod. - 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. - přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,-Kč - doprava vlastní

6. 1. - PO - První trénink po vánočních prázdninách - běžecký trénink Rosnička

10. 1. - PÁ - noční mapový trénink - Mojetín - sraz: 16:30 na Lesné na parkovišti u Lídlu (tramvaj 9, 11 - zastávka „Halasovo náměstí“) - mapa: Veselice (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: krátká trať - doprava: osobními auty

11. 1. - SO - Běžecké testy - Lesná - Zhustových 60 minut - BCVČ Lesná, Milénova ulice - sraz do 9:30 hod. - kluci 60 minut, holky 40 minut (lesní kros)

12. 1. - NE - Brněnská zimní liga (2. závod) - Hruška cup - Bohunice, ZŠ Armenská - sraz: do 14:15 - start 00: 14:30 - mapa: Bohunice (1 : 4 000, E = 2,5 m) - doprava: individuální (nejlépe tramvaj číslo 6, 8 na zastávku „Běloruská“)

18. 1. - SO - Brněnský běžecký pohár (6. závod) - Radostice - sraz do 9:30 hod. - 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. - přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,-Kč - doprava vlastní

24. 1. - PÁ - noční mapový trénink - Říčky - sraz: 16:30 u STK ve Starém Lískovci nad konečnou tramvaje číslo 8 - mapa: Doubravky (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: krátká trať + scorelauf - doprava: osobními auty

25. 1. - SO - trénink - Líšeň, „Velká Klajdovka“ (na parkovišti nad hotelem Velká Klajdovka - autobusem 45, 78, 82 zastávka „Velká Klajdovka“) - sraz: 9:30 - běh s mapou „Moravským krasem“ - dorost a starší - sraz je v běžeckém oblečení

25. 1. - SO - výprava Pulců - Líšeň, „Velká Klajdovka“ (na parkovišti nad hotelem Velká Klajdovka - autobusem 45, 78, 82 zastávka „Velká

Klajdovka“) - sraz: 9:30 - výprava Pulců s mapou na Šumberu - Pulci - délka cca 2 až max 3 hodiny - konec na stejném místě

27. 1. - 16. 2. - PO až NE - Zimní mapový trénink - mapa Koniklecová - přihlášky o mapy Zhustovi - centrum: Kohoutovice, „Jírovцова“; MHD (autobus 50, trolejbus 37 - zastávka „Jírovцова“)

30. 1. až 2. 2. - ČT-NE - Soustředění Sklené - viz samostatný rozpis akce

1. 2. - SO - Brněnská zimní liga (3. závod) - Hromniční trápení - Blansko - podrobnější informace v lednovém čísle Polarisu - detailní rozpis dosud nebyl vydán

7. 2. - PÁ - noční mapový trénink - Kuničky - sraz: 16:30 na Lesné na parkovišti u Lídlu (tramvaj 9, 11 - zastávka „Halasovo náměstí“) - mapa: Škatulec (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: krátká trať s motýlky - doprava: osobními auty

8. 2. - SO - Brněnský běžecký pohár (7. závod) - Ráječko, sportovní hala - sraz do 9:30 hod. 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. - přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,-Kč - doprava vlastní

9. 2. - NE - Brněnská zimní liga (4. závod) - ONOS cup - Žabovřesky, ZŠ Náměstí Svornosti - sraz: do 14:15 - start 00: 14:30 - mapa: Žabovřesky (1 : 4 000, E = 2,5 m) - doprava: individuální (nejlépe trolejbusem 30, 36 na zastávku „Náměstí Svornosti“)

16. až 23. 2. - NE-NE - Soustředění Špindlerův Mlýn - viz samostatný rozpis akce

17. 2. - 9. 3. - PO až NE - Zimní mapový trénink - mapa Dlouhé vrchy - přihlášky o mapy Zhustovi - centrum: Útěchov MHD 43

28. 2. - PÁ - noční mapový trénink - Kladeruby nad Oslavou - sraz: 17:00 u STK ve Starém Lískovci nad konečnou tramvaje číslo 8 - mapa: Kramolín (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: krátká trať - doprava: osobními auty

1. 3. - SO - trénink - Královo Pole, „Technologický park“ (tramvaj 12, 13) - sraz: 9:30 - běh s mapou „na Babu“ - dorost a starší - sraz je v běžeckém oblečení

1. 3. - SO - výprava Pulců - Královo Pole, „Technologický park“ (tramvaj 12, 13) - sraz: 9:30 - výprava Pulců po Medláneckých kopcích - Pulci - délka cca 2 až max 3 hodiny - konec na stejném místě

5. až 9. 3. - ST až NE - Soustředění Slovinsko - podrobnější informace na jiném místě v tomto časopise

8. 3. - SO - Brněnský běžecký pohár (8. závod) - Modřice, sokolovna - sraz do 9:30 hod. 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. - přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,- Kč - doprava individuální (MHD tramvaj číslo 2)

10. až 30. 3. - PO-NE - Zimní mapový trénink - mapa Veverí - přihlášky o mapy Zhustovi - centrum: Bystrc, „Ečerova“; MHD (tramvaj 1 - konečná „Ečerova“)

14. 3. - PÁ - noční mapový trénink - Ruprechtov - sraz: 17:30 v Líšni na parkovišti u supermarketu Albert (tramvaj 8, autobus 45, 55, 56, 78) - mapa: U větrného mlýna (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: scourelauf + krátká trať - doprava: osobními auty

15. 3. - SO - Brněnský běžecký pohár (9. závod) - hotel Myslivna - sraz do 9:30 hod. 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. - přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,-Kč - doprava vlastní nebo MHD (autobus 52 - zastávka „Myslivna“)

16. 3. - NE - Brněnská zimní liga (5. závod) - Adamna cup - Jundrov, ZŠ Jasanova - sraz do 14:15 hod. - start 00 = 14:30 - mapa: Jundrov (1 : 4 000, E = 2,5m) - doprava: individuální (autobusem 67)

22. a 23. 3. - SO a NE - Jarní pohár 2013 - dlouhá trať + štafety - Hradec Králové - SO 00=10:00; NE 00=9:30 - přihlášky na členské sekci do 9. března - podrobnější informace na: <http://ob.tmapserver.cz/dt> - doprava: bude upřesněna podle počtu přihlášených - ubytování na zemi - vedoucí: Libor Zřídka veselý

28. 3. - PÁ - noční mapový trénink - Babice nad Svitavou - sraz: 18:00 v Líšni na parkovišti u supermarketu Albert (tramvaj 8, autobus 45, 55, 56, 78) - mapa: Křtiny (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: krátká trať - doprava: osobními auty

29. 3. - SO - trénink - Bystrc, „Přístaviště“ (tramvaj 1, 3, 11) - sraz: 9:30 - běh s mapou „okolo přehrady“ - dorost a starší - sraz je v běžeckém oblečení

29. 3. - SO - výprava Pulců - Bystrc, „Přístaviště“ (tramvaj 1, 3, 11) - sraz: 9:30 - výprava Pulců na bruslích s ledovou mapou po přehradě - Pulci - délka cca 2 až max 3 hodiny - konec na stejném místě

31. 3. - PO - změna v časech a místech tréninků - platí letní program tréninků

Zimní mapové tréninky listopad 2013 - březen 2014

22. 11.	DEBLÍN	Deblín	Řečkovice (tramvaj 1)	16:30
6. 12.	LEDKOVÁ HUŤ	Valchov	Řečkovice (tramvaj 1)	16:00
20. 12.	PANSKÁ LÍCHA	Soběšice	Soběšice, zastávka „Útěchovská“ (bus 43)	16:00
		Vánoce		
3. 1.	DUB TROJÁK	Kohoutovice	Kohoutovice, zastávka „Pavlovská“ (trol. 37)	16:30
10. 1.	PALAVA	Veselice	Lesná (tramvaj 9, 11)	16:30
24. 1.	DOUBRAVKY	Říčky	Starý Lískovec (tramvaj 6, 8)	16:30
7. 2.	ŠKATULEC	Kuničky	Lesná (tramvaj 9, 11)	17:00
		Jarní prázdniny		
28. 2.	KRAMOLÍN	Kladeruby nad Oslavou	Starý Lískovec (tramvaj 6, 8)	17:00
14. 3.	U VĚTRNÉHO MLÝNU	Ruprechtov	Líšeň, Jírova (tramvaj 8)	17:30
28. 3.	KŘTINY	Babice nad Svitavou	Líšeň, Jírova (tramvaj 8)	18:00

Základní charakteristika tréninků:

Odjezd je vždy v uvedeném čase z místa uvedeného ve třetím sloupci.

Přihlášky na každý trénink nejpozději do středy rána Liboru Zřídka veselému – 604 996 773, zr@jaroska.cz

Informace o dopravě vždy ve středu na tréninku ZBM nebo od středy na internetových stránkách ZBM.

Noční mapové tréninky budou připraveny v délce okolo 50 minut pro muže a 40 pro ženy.

Délka i charakter trati budou připomínat závod na krátké trati.

Budou se nepravidelně střídát tréninky s intervalovým startem a hromadným startem.

Na kontrolách budou reflexi + SI (nezapomínejte svoje SI čipy).

Mapy budou vždy připraveny v mapníku a s popisy kontrol.

U každého tréninku bude po tréninku připraven v dostatečném množství teplý čaj.

Tréninky listopad 2013 - březen 2014

17. 11.	Brněnský běžecký pohár „1“	Jehnice, škola	9:30
23. 11.	běh s mapou „okolo přehrady“	Bystrc „přístaviště“, tram 1, 3, 11	9:30
30. 11.	Brněnský běžecký pohár „2“	Okrouhlá u Boskovic, kulturní dům	9:30
7. 12.	Běh na Býčí skálu	Řečkovice, Zamílovaný háj, tramvaj 1	9:00
14. 12.	Brněnský běžecký pohár „3“	Vranov, Sportovní areál AMK Zbrojovky Brno	9:30
21. 12.	běh s mapou na Babí lom	Útěchov, autobus 43	
23. 12.	Vánoční běh okolo Brna	Mariánské údolí, konečná bus 55	9:00
24. 12.	Běh na Babu	Skalka za Medláneckým kopcem	9:30
26. 12.	Brněnský běžecký pohár „4“ Nový rok	Sokolovna Syrovice	9:30
4. 1.	Brněnský běžecký pohár „5“	Kuřim, Základní škola Tyršova	9:30
11. 1.	Běžecké testy – Lesná = Zhustových 60'	BCVČ Lesná	9:30
18. 1.	Brněnský běžecký pohár „6“	Radostice	9:30
25. 1.	běh s mapou „Moravským krasem“	Líšeň „Velká Klajdovka“, autobus 45, 78, 82	9:30
1. 2.	VT Sklené – bez tréninku		
8. 2.	Brněnský běžecký pohár „7“ Jarní prázdniny	Ráječko, sportovní hala	9:30
1. 3.	běh s mapou „na Babu“	Královo Pole „Technologický park“, konečná tramvají 12, 13	9:30
8. 3.	Brněnský běžecký pohár „8“	Modřice u sokolovny	9:30
15. 3.	Brněnský běžecký pohár „9“	Brno-Kohoutovice, hotel Myslivna	9:30
22. 3.	Jarní pohár – Hradec Králové		
29. 3.	běh s mapou „okolo přehrady“	Bystrc „přístaviště“, tram 1, 3, 11	9:30
5. 4.	Brněnský běžecký pohár „10“	Brněnská přehrada, TJ Lodní sporty Rakovec	9:30

Tréninky napsané skloněným písmem jsou atletické závody, vždy na tratích 5km/10km, většinou po asfaltu. Start kategorie žen je v 10:30 hod., start kategorie mužů je v 11:15 hod. Přihlášky na místě 15 minut před startem. Vklad 50,- Kč. Závody jsou hodnoceny do žebříčku a počítá se 8 nejlepších výsledků.

Ostatní tréninky jsou jako každý rok.

Zimní mapové tréninky 2014

1. – 26. 1.	VESELKA	Žebětín, Kopce – MHD 52	1 : 5 000
27. 1. – 16. 2.	KONIKLECOVÁ	Kohoutovice, Jírovcova – MHD 29, 37, 50	1: 10 000
17. 2. – 9. 3.	DLOUHÉ VRCHY	Útěchov – MHD 43	1: 10 000
10. – 30. 3.	VEVEŘÍ	Bystrc, Ečerova – MHD 1	1: 10 000

Základní charakteristika tréninků:

Délka i charakter trati bude shodný s technicky obtížným závodem na krátké trati (v brněnských podmínkách = tedy více kontrol v oblastech s mnoha detaily)

Budou připraveny tři tratě – H (25 až 30 minut), D (20 až 35 minut), HD (trať pro mladší v délce cca 25 minut).

Mapový trénink je k dispozici po celou dobu stanovenou rozpisem.

Na kontrolách budou fixní vodě odolné lampióny.

Mapy budou vždy připraveny v mapníku a s popisem kontrol.

Přihlášky na každý trénink e-mailem Liboru Zřídka Veselému – 604 996 773, zr@jaroska.cz

Mapa bude připravena k vyzvednutí na vrátnici ZŠ a MŠ Brno, Kotlářská 4 (vždy v obálce na jméno).

Změřený čas nahlaste Liboru Zřídka Veselému.

Doprava na trénink je individuální. Dopravní spojení lze zjistit pomocí stránek DPMB – www.dpmb.cz.

Soustředění Sklené

Datum: 12. až 15. prosince 2013 – čtvrtek až neděle

Odjezd: ve čtvrtek 12. prosince v 16:20 vlakem z Brna hl. nádraží (sraz 16:00 ve vestibulu nádraží. Jízdenku zakoupit do stanice Žďár nad Sázavou (R 684). Ve Žďáru přestup na autobus směr Sněžné, odjezd 17:50.

Příjezd: v neděli 15. prosince 15:41 (14:32) vlakem do Brna.

Ubytování: Turistická základna DDM Žďár nad Sázavou Sklené – klasické místo našich soustředění. Ubytování na postelích v povlečených peřinách. WC a sprcha na pokoji.

Stravování: plná penze + svačinky. Po celý den bude k dispozici společný čaj.

Náplň: běhání nebo lyžování podle sněhových podmínek.

S sebou: maratony a orientky (pokud sníh nebude) nebo lyže (pokud sníh bude), věci co běžně potřebujete, tréninkový deník, hry na dlouhé 3 zimní večery a další dle toho co Vás napadne.

Cena: 1 000,- Kč. V ceně je ubytování, doprava a náklady na společné jídlo. Peníze budu vybírat v průběhu soustředění.

Přihlášky: nejpozději do 1. prosince 2013, kapacita 42 postelí

Soustředění Sklené II.

- Datum:** 30. ledna až 2. února 2014 – čtvrtek až neděle
- Odjezd:** ve čtvrtek 12. prosince v 16:20 vlakem z Brna hl. nádraží (sraz 16:00 ve vestibulu nádraží. Jízdenku zakoupit do stanice Žďár nad Sázavou (R 684). Ve Žďáru přestup na autobus směr Sněžné, odjezd 17:50.
- Příjezd:** v neděli 15. prosince 15:41 (14:32) vlakem do Brna.
- Ubytování:** Turistická základna DDM Žďár nad Sázavou Sklené – klasické místo našich soustředění. Ubytování na postelích v povlečených peřinách. WC a sprcha na pokoji.
- Stravování:** společné (snídaně + obědy + večeře). Po celý den bude k dispozici společný čaj.
- Náplň:** lyžování podle sněhových podmínek.
- S sebou:** maratonky a orientky (pokud sníh nebude) nebo lyže (pokud sníh bude), věci co běžně potřebujete, tréninkový deník, hry na dlouhé 3 zimní večery a další dle toho co Vás napadne.
- Cena:** 1 000,- Kč. V ceně je ubytování, doprava a náklady na společné jídlo. Peníze budu vybírat v průběhu soustředění.
- Přihlášky:** nejpozději do 20. ledna 2014, kapacita 42 osob
- Poznámka:** **soustředění je určeno především pro pulce, žáky a dorostnce (mají přednost), ostatní do maxima kapacity**
-

Soustředění Špindlerův Mlýn — všichni

- Datum:** 16. února – 23. února 2014
- Cena:** předpokládaná cena je 2 000,- Kč (ubytování + stravování), s cestou maximálně 2 500,- Kč
- Doprava:** tam kombinací vlaku a autobusu, zpátky autobusem, nebo individuální – podrobnosti pro individuální dopravu u Zhusty
- Jídlo:** zajištěno od oběda 16. února do oběda 23. února
- Ubytování:** Chata SK LOB Nová Paka ve Špindlerově Mlýně, těsně pod vrcholem Přední Planina přímo pod lanovou dráhou Svatý Petr – Pláně. Spí se na postelích. Nutno vzít spací pytel.
- Tréninky:** Podle sněhových podmínek, předpokládáme, že sněhu bude dost. Pokud někdo chcete sjezdovat, vezměte si s sebou i sjezdovky.
- Odjezd:** neděle 16. února v 6:55 z hlavního nádraží vlakem směr Praha (R Myslбек) – sraz v 6:30 ve vestibulu. Příjezd do Špindlerova Mlýna okolo 12:00, odtud cca 2 km pěšky (převýšení 500 m – jde se po sjezdovce nahoru).
- Příjezd:** v neděli 23. února v 19:10 do Brna na Zvonařku. Odjezd ze Špindlerova Mlýna v 13:04.
- Přihlášky:** do 31. ledna Liboru Zřídkaveselému. Peníze se budou vybírat ve Špindlerově Mlýně. Jízdenky na autobus se budou kupovat 1. února – pokud pojedete individuálně, nezapomeňte to sdělit.

Poznámky: Na chatě je ping-pongový stůl. Sprcha není k dispozici (teplá voda v omezené míře, studená voda v nepřeborném množství).

Vezměte si sebou co nejméně věcí, rolba určitě nebude. Všechny věci povežeme nahoru lanovkou.

Oddílový přebor v LOB

Datum: sobota 12. února 2014

Start: intervalově od 10:00 (vzdálenost na start z chaty cca 300 m)

Cíl: vzdálenost od chaty cca 300 m (občerstvení po závodě na chatě NPA)

Mapa: Přední Planina, 1:15 000, ekvidistance 5 m (dle norem map pro LOB)

Trať: zkrácená klasická trať

Způsob ražení: SportIdent

Vklad: závodníci ZBM a NPA 0,- Kč, ostatní 100,- Kč

Přihlášky: do pátku 11. února 10:00 hod.

TRÉNINKY OD 7. LISTOPADU

Den	Doba	Skupina	Typ tréninku	Místo
Po	15:30 – 17:30	Dorost +	běžecký	Žabovřesky – Rosnička
Út	20:00 – 21:15	Dorost +	posilování	tělocvična ZŠ Kotlářská
St	16:00 – 18:00	žabičky	výpravy za OB	Lesná – BCVČ, Milénova
	16:00 – 18:00	pulci	hry + mapa	Lesná – BCVČ, Milénova
	16:00 – 18:00	dorost	běžecký + teorie	Lesná – BCVČ, Milénova
	16:30 – 18:00	dorost +	běžecký	Lesná – BCVČ, Milénova
Čt	14:30 – 15:30	začáteč.	tělocvična	tělocvična ZŠ Kotlářská
	15:00 – 16:00	pulci	tělocvična	tělocvična ZŠ Kotlářská
	16:00 – 17:30	žactvo	tělocvična	tělocvična ZŠ Kotlářská
	17:30 – 18:30	dorost +	aerobic	tělocvična ZŠ Kotlářská
	19:30 – 21:00	dospělí +	volejbal	tělocvična ZŠ Kotlářská
Pá	16:00 – 21:00	dorost +	noční mapový	okolí Brna (doprava auty)
	18:00 – 20:00	dospělí +	florball	tělocvična ZŠ Kotlářská
So	9:30	všichni	BBP, mapový	viz samostatný rozpis
Ne	14:00	všichni	BZL	4x za zimu ob závod

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

POLARIS / LISTOPAD 2013 / ROČNÍK XV. / #130

team: Zhusta, Honza Drábek, Filip

kontakt: zbm.polaris@seznam.cz

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

