

## Fotka

Gabča, MČR ve sprintu

(Foto: Kade)

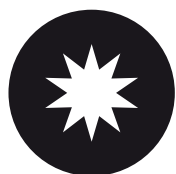
## Rozhovory

Gabča, Evička, Chlup

## Články

JML: Kunčice, Rosice, Jehnice; VT Kuničky;

ŽA šumava, ŽB Beskydy, Tiomila, Štafety v Kroučové



# Polaris

4—2015



# Úvod

Honza

Byl pozdní večer poslední máj,  
čas Polarisu pomalu zrál.  
Drbčín zval k uzávěrcce hlas,  
kde borový zaháněl háj.

Aha, nějak mi ujelo. Užijte trochu jarní poezie! :-)

Druhé a třetí letošní mistrovství nás čekalo ve Valašském Meziříčí. Také z něho vezeme několik medailí! V hlavní kategorii "zaskočil" za velkého (a už by se dalo říct tradičně disklého) favorita Miloše Chlup víc než důstojně. I přes zmatené pobíhání na startu (viz čt) si doběhl pro zlato. Druhé zlato vylovila ze změti ulic a plotů Gabča. Bronzová medaile byla pro Jakuba Dekérta. Dalších plno Žabiňáků najdeme v první desítce. V neděli pak ve stejné terénu byly sprintové štafety. Přes velkou snahu áčkové štafety (Evička, Chlup, Adélka a Miloš) jsme obhájili "jen" stříbrnou medajli. Běčko doběhlo osmé. Pěkně povedený víkend. Jedinou kaňkou je větší množství disků. Především áčkový dorostenci zamrzí, když se diskli z boje o medaili. Někdo si stěžoval, že jet kvůli dvou 15 minutovým sprintům nemá cenu. Bolt jede přes půl světa do Ostravy kvůli 20s. Takže tak hrozné to nebylo. :-)

Ale sprint nebyl úplný začátek závodní sezóny. Ten čekal v šumavském podhůří. Na áčkách se dařilo a třeba v elitní desítce pánské trati jsme měli 4 zastoupení. (zbytek doplnilo Lpu a 1\* Magnus). Ve zdejších lesích se nám hodně dařilo! Nejen kopce na šumavě, ale také v Beskydech čekaly část závodníků. Na moravském béčkovém žebříčku ve Visalajích jsme byli vidět, ale především v dámských kategoriích. Ale některým kopce nestačili a na výklus si vyrazili na Lysou horu...

Velkou zahraniční akcí je tradiční 10Míla. Letos na sever opět vyráželo plno Žabiňáků. Na prvním úseku byl vidět Miloš, ale asi nejvíce měl důvodů ke slavení Adam, který s Kalevanem doběhl na bedně, ale letos "až" na třetím místě. Reportáž z Danáčovi dlouhé noci najdete na jeho bloku. článek ale dodal Kazdič běžící ve třetím teamu NTNUI. Ale najdete mnohé holky i v předcházejícím závodě.

Oblastní závody pokračovaly v sprintovém pátku v Rosicích. Dva sprinty v jednom městečku na dvou zcela jiných mapách (trochu rozdíl třeba od MČR). Ale bez plotů. škoda, že nás nepustili na krátkou do lesa. Další oblastní žebříček nás čekal v Jehnicích.

Také jsme vyrazili na soustředění o prodlouženém víkendu. Mladší pod vedením Zhusty do Milov, starší vyrazili do kopců a kupek v Jeseníkách. Asi by mladší neušli ty stovky a stovky metrů převýšení na start. Ale nic proti vysočině, že.

A na závěr to nejlepší! Štafety v Kroučové se náramně povedly D21, když v sobotu obsadily celé stupně vítězů! Neuvěřitelné! Kloubouček dámy!

.....

## Gabča

Tvář z obálky

*Ahoj Gabčo, gratuluji ke zlaté medaile ze sprintu! Ideální závod bez jediné chyby?*

Díky. Neřekla bych, že jsem běžela bezchybný závod, tak dobrý pocit jsem z toho neměla. Když nad tím ale přemýšlím, je pravda, že žádnou větší chybu jsem neudělala, byly tam spíš asi dvě takové menší zaváhání.

*Jak jsi se poprala s tratí?*

Asi celkem dobře podle výsledků. Líbilo se mi to, bylo to složitější, než jsem čekala. Běželo se mi dobře. Prostě mi to ten den sedlo.

*Co ploty, nedělaly ti problémy? V sobotu jich bylo prý dost a dost.*

Bylo. V sobotu mě dvakrát překvapily, i když jsem se snažila dávat si na ně pozor. Naštěstí to nebyl až takový problém, protože jednou to nevadilo a podruhé jsem si sice zaběhla zbytečně pár metrů, ale byl to jenom kousíček navíc.

*A ještě více bylo kontrol... Asi jsi četla popisky, co? Nebo orazila jsi i nějakou kontrolu navíc?*

Popisky jsem četla, kódy si kontroluji radši na každém závodě, zvlášť tam, kde je hodně kontrol, to se člověk může docela jednoduše splést a je podle mě zbytečné být kvůli tomu disk. Žádnou kontrolu navíc jsem neorazila, sice jich tam bylo fakt dost, ale vždycky jsem našla tu správnou.

*Co sprintové štafety? Jak se běžely?*

Byly to moje první sprintové štafety a popravdě jsem se trochu bála, že mně tam holky budu často předbíhat. Nakonec to bylo docela v pohodě, běžela jsem celou dobu se/za stejnou

skupinkou. Snažila jsem se běžet pořád svůj závod, volila jsem si svoje postupy, a to se vyplatilo. Už se těším na další závody.

*Nominačky na JWOC máš rozeběhnuté výborně, co?*

Zatím to tak vypadá. Uvidíme, jak to dopadne.

*Máš vzkaz čtenářům?*

Asi nic podstatného... Ať se vám daří!

Ať se daří dál na nominačkách a díky!

---

## Soustředění Kuničky (1-3.května)

Vuitton

Na první květnový prodloužený víkend bylo pro trénující žabáky připravené soustředění v Jeseníkách u Starého Města pod Sněžníkem. Ubytovací základnu tvořila pěkná chata Junior přímo na mapě a v aréně MČR na krátké trati z roku 2013. Sešla se nás celkem slušná trénující skupina nažhavená na nějaké ty kopce.

Hned po příjezdu nám soustředící šéfk Jende nachystal nějakou tu techniku na rozhýbání buzoly. První trénink jsme se snažili udržet pod lajničkou koridoru, poté jsme již mohli trochu přemýšlet nad krátkými postupy ve svahu. Celé Jendovo kombo dovršil hádek v dýmově stylu „always in da midl“, pro ty s pořádnými stehnama. Odpoledne jsme za snížené viditelnosti vyrazili na nejbližší kopec užít si nějakou tu rovinku v okruzích. Bylo to úžasný, nohy to rozhodně pocítily a buzola už se cítila taky zahřátější. Zbytek odpoledne jsme pak zaplnili večerí, čajíkem a vyhánění Šviridy z pokoje.

Z důvodů přísné cenzury tohoto prestižního plátku jsem nucen vynechat kvalitní večerní analýzu postupů a hraní stolních her. Příznám se, že jsme trošku přešvihli večerku a věřím, že upřímnost to spraví.

Další den jsme se probudili do krásného slunečného dne, někdo už zjevně trochu unavený z tréninků. Vedoucí nám trénink postavili na ne-nejbližším kopci kam to byl už úctyhodný výkon jen dorazit. Zato jsme se užili pěkný rychlý midl na čas s příjemným převýšením. Následoval oběd a zasloužený regenerační spánek před odpolední svižnou fází. Odpoledne

opět výšlap do výšin s úžasnými výhledy na start prvního úseku štafet. Proběhlo nějaké to focení atletů pro časáky a mohli jsme vyrazit, ne všichni tím správným směrem a bez škrábnutí. Pořadí se na úsecích v průběhu pořád měnilo a oko diváka, tak mohlo sledovat ukrutný boj. Nakonec vše dopadlo podle očekávání a sázkaři tak opět pouze schudli. Večer si ještě někdo měl potřebu dát fotbálek na místním „nou cumpu“ s obdobnou diváckou kapacitou. Večeře, analýza midlu a hurá spát. Jako vždy.

Poslední den už to bylo fakt náročný a tak jsme museli organizačnímu týmu vypomoci při stavění soubojů opět někde na dalším kopci. Bojovalo se na krev. Zvláště ti nejmenší a až dolů k chatě, kde jsme se fakt kvalitně protáhli.

Soustředění bylo tak náročné, že někteří s kapačkou odjeli ještě před finálním tréninkem. Šéfk si s ocadem pohrál a připravil nějakou tu zábavu na konec. Zejména na paměť a držení té výšky, která tady za to stála. Můžu úspěšně říci, že jsem přežil až domů a kopce teď vidím trochu jinak, menší. Tímto bych chtěl poděkovat Jendemi a Peprovi za super víkend a rychlé zpracování přihlášek.

.....

## Buřt cup

Šárka Chroustová

V sobotu 2. května se konala další jihomoravská liga, tentokrát v Karolíně. Vyráželi jsme z Brna individuálně v autech, já jsem měla odjezd skoro od domu v příjemných 9 hodin s rodinou Kočí. Centrum závodu bylo stejné jako každoročně, cesta na start byla sice krátká, ale do kopce.

Závod byl typu „běžák“, ale stejně jsem se dokázala zadržet na spoustě lehkých postupů. Jednou jsem se skoro pět minut snažila přelézt řeku, kterou jsem, jak jsem poté zjistila, vůbec nemusela přelézat. Nebo jsem si (s úmyslem zmást soupeře) oběhla kopec trochu delší cestou. Organizace závodu byla dobrá, jenom jsme nedostali výčetky, takže jsem se snažila na doběhu celkem zbytečně. Po areálu byl rozdělán táborák, což spousta hladových dětí ocenila. Zatleskali jsme vítězům a postupně se vraceli zpět do Brna.

-----  
02.05.2015 5.Jihomoravská liga, Buřt Cup  
-----

D10: 1. Doušková Kateřina 22.07, 2. Ondrová Anna 25.49; D14: 1. Králová Lucie 46.03, 2. Bašeová Klára 54.57; D16: 1. Hrbáčková Markéta 53.01; D18: 1. Opálková Martina 41.46, 2. Nedbálková Hana 49.07, 3. Malivánková Eva 52.55, 4. Chroustová Šárka 53.47; D21C: 1. Tužilová Magdaléna 49.47, 3. Hiršová Gabriela 55.17, 14. Kočová Lenka 91.03;

D35: 1. Hiršová Marcela 47.43, 9. Cicvarkova Lucie 60.52; D45: 1. Dokoupilová Zuzana 46.43, 2. Kabáthová Jitka 48.17

H10: 1. Brosch Ondřej 17.57, 5. Cicvárek Radim 21.39, 9. Baše Matěj 30.53; H10N: 1. Schwab Filip 33.41, 3. Cicvárek Martin 39.28; H12: 1. Lička Adam 26.03, 2. Chmelík Albert 33.12; H16: 1. Sedlář Jan 42.41, 2. Komenda Jan 52.38, 5. Gregor Michal 65.04; H21C: 1. Matula Petr 59.37, 10. Liščinský Tomáš 74.32, 13. Brabec Jaroslav 79.19, 20. Koča Jaroslav 110.02; H21D: 1. Watson Kevin 49.50, 2. Kožoušek Adam 51.59; H35: 1. Hrouda Petr 53.41, 3. Finstrle Luděk 60.54, 7. Zelený Pavel 68.16, 8. Cicvárek Ivo 69.03

HDR: 24. Koča František 37.55, P: 1. Lička Lukáš 25.48, 4. Kučera Viktor 29.14  
-----

# Sprinty v Rosicích

Honza king Král

Hořící autobus

aneb Závody v Rosicích

Byly to zas jednou sprinty

v Rosicích se běhalo.

V centru hemžily se běčka

céček bylo jen málo.

Počasičko slušné sice

potkalo nás v oný den.

Až mi pípla ta krabice

poznal jsem svůj hrozný sen.

Hemží se tu lidé všude  
na trati i mimo ni,  
všichni vypadají jako  
jdoucí cestou poslední.  
Pak doběhnu předposlední  
beze strachu, pobídek.  
Je už krátce po poledni  
dám si sladký obídek.

To však ještě není všechno  
ve čtyři je další sprint,  
dáme do toho však všechno  
vyhrajeme tento sprint.

Závod skončil, odjíždíme  
do rodného městečka,  
slunko nás pořádně ždíme  
dáme trochu vínečka.

Pak najednou z autobusu  
černý dým se vyvalil,  
Vláda otevírá pusou  
kouř ho zcela zavalil.

Zastavujem na dálnici  
řidič to jde obhlédnout,  
pak stojíme na silnici  
jdeme si to prohlédnout.

Pak se zase rozjedeme  
do rodného městečka,  
když tam potom dojedeme  
končí moje básnička.

-----  
Oblastní žebříček 08.05.2015 Rosice - Zámek, dopoledne  
-----

D10: 1. Doušková Kateřina 14:28, 3. Finstrlová Julie 15:04, 6. Finstrlová Lucie 19:58, 7. Finstrlová Kristýna 20:09, 9. Kočová Klára 21:15; D14: 1. Králová Lucie 18:23; D16: 1. Korpasová Lucie 14:17, 2. Auermüllerová Anna 15:00, 5. Gombíková Johana 21:42; D18: 1. Horvátová Hana 16:47, 2. Nedbálková Hana 18:51; D21C: 1. Tesařová Markéta 13:19, 3. Tužilová Magdaléna 14:18, 5. Hiršová Gabriela 15:37, 9. Hendrychová Zuzana 16:55, 13. Adamová Eva 19:03, 21. Kočová Lenka 22:46; D35: 1. Ševčíková Pavla 16:18, 5. Firešová Andrea 18:47, 12. Kroutilová Eva 24:30, Cicvářková Lucie DISK

H10: 1. Odehnal Tomáš 12:20, 2. Urbánek Tomáš 12:46, 6. Koča Vojtěch 14:25, 7. Zřídka veselý Adam 14:32, 8. Cicvářek Radim 15:18, 14. Tachovský Jáchym 42:10; H10N: 1. ěch Radan 14:38, 3. Cicvářek Martin 16:17, 7. Finstrle Filip 18:54; H12: 1. Milán Jakub 11:37, 5. Urbánek Adam 14:37, 7. Štírbák Josef 18:09; H14: 1. Gryc Vojtěch 11:50, 5. Coufal Jáchym 14:03, 9. Tachovský Matyáš 25:16; H16: 1. Karásek Adam 13:06, 3. Komenda Jan 15:01, 7. Král Jan 16:45, 8. Gregor Michal 17:44, Řiěný Vojta DISK; H18: 1. Kelbl Vladimír 16:32; H21C:

1. Zimmermann Štěpán 15:45, 2. Brlica Pavel 15:47, 5. Hruška Jakub 16:16, 6. Švirák Ondřej 16:17, 10. Drábek Jan 17:43, 14. Stehlík Martin 18:39, 16. Zřídka veselý Libor 18:41, 24. Koča Jaroslav 20:58, 26. Kasal Vít 22:25, 27. Kůr Jiří 22:42, 28. Kožoušek Adam 23:08; H35: 1. Kheil Radim 18:16, 3. Finstrle Ludík 19:05, 5. Cicvářek Ivo 19:15, 7. Štírbák Eduard 20:20, 9. Zelený Pavel 20:32, 17. Coufal Svatoš 30:31

HDR: 4. Kroutil Tadeáš 14:39, 22. Kroutil Jošt 23:04, 24. Coufalová Rea 24:28, 25. Finstrlová Denisa 24:32, 26. Coufalová Thea 24:39, 28. Koča František 24:53; P: 1. Mašata Matěj 9:20, 4. Jordanov Alexandr 13:14, 5. Kroutil Petr 13:56, 6. Ryšavý Miloš 14:09

-----  
Oblastní žebříček 08.05.2015 Rosice - Zámek, odpoledne  
-----

D10: 1. Finstrlová Julie 7:38, 3. Finstrlová Kristýna 9:28, 4. Kočová Klára 9:40, 5. Finstrlová Lucie 12:50; D14: 1. Radová Kateřina 9:01, 2. Králová Lucie 10:55; D18: 1. Korpasová Lucie 12:42, 2. Auermüllerová Anna 13:58, 4. Gombíková Johana 15:07; D18: 1. Horvátová Hana 17:08, 3. Nedbálková Hana 21:21; D21C: 1. Tesařová Markéta 15:05, 2. Tužilová Magdaléna 15:10, 3. Hiršová Gabriela 15:45, 5. Chroustová Lenka 16:23, 6. Galatíková Lucie 16:50, 14. Hendrychová Zuzana 18:15, 16. Kočová Lenka 18:57, 19. Adamová Eva 20:11; D35: 1. Hiršová Marcela



16:36, 11. Firešová Andrea 20:53, 12. Cícvárková Lucie 22:50

H10: 1. Zřídka veselý Adam 6:52, 3. Koča Vojtěch 7:31, 8. Urbánek Tomáš 10:12, 11. Cícvárek Radim ZBM0601 12:32; H10N: 1. Račanský Jiří 10:44, Finstrle Filip DISK; H12: 1. Doušek Tomáš 7:05, 4. Urbánek Adam 8:34, 6. Štěrbák Josef 10:08; H14: 1. Grebík Radim 11:43, 4. Coufal Jáchym 12:53; H16: 1. Karásek Adam 14:14, 5. Říčný Vojta 17:17, 7. Král Jan 17:47, 8. Komenda Jan 18:26; H18: 1. Kelbl Vladimír 14:50; H21C: 1. Novotný Ondřej 14:36, 2. Brlica Pavel 14:46, 4. Hruška Jakub 15:22, 5. Zimmermann Štěpán 15:31, 12. Stehlík Martin 18:02, 13. Zřídka veselý Libor 18:08, 17. Kožoušek Adam 18:51, 21. Koča Jaroslav 19:36, 24. Kůr Jiří 20:51, Kasal Vít DISK, Švirák Ondřej DISK; H35: 1. Štěrbák Eduard 14:31, 2. Finstrle Luděk 14:50, 6. Coufal Svatoš 16:42, 7. Zelený Pavel 16:48, 8. Cícvárek Ivo 17:14

HDR: 3. Kroutil Jošt 9:48, 4. Kroutil Tadeáš 10:10, 13. Coufalová Thea 15:58, 24. Coufalová Rea 20:13, 25. Finstrlová Denisa 20:36, 26. Koča František 21:18; P: 1. Mašata Matěj 5:57, 3. Kroutil Petr 7:29, 4. Ryšavý Miloš 7:57

---

## Šumavské Sedlo - 1. a 2. závod ŽA a ČP

Steve

Jak už název napovídá tak první velké závody sezóny se odehrály na Šumavě. Centrum bylo na rozlehlé louce pod kopcem Sedlo, na kterém se po oba dny odehrávaly souboje o první body do dlouhodobých soutěží. V centru víceméně nic nechybělo, toiek bylo hodně, občerstvení taky fungovalo, počasí nám taky přálo a tak jedinou vadou byl trošku slabší dosah rozhlasu. Sobotní middle se celý odehrával na kopci Sedlo a my v elitě jsme kopec prozkoumali poměrně dobře. Start byl sice poměrně vysoko ve svahu kopce a výš než byl cíl, ale i tak se nejednalo pouze o běh dolů z kopce. V elitě jsme si těch kopců užily dostatečně a tratě byly hodně fyzicky i mapově náročné. Junioři a juniorky měli sobotní middle jako nominační závod na JMS a zároveň část z nich běžela s novými svazovými GPSkami, které využívá hlavně repre na soustředěních. Bohužel nebyly dostupné online ani promítány v centru, ale záznam je na webu. Vzhledem k absenci části reprezentantů se nám podařilo probojovat 4 chlapy do první 6ky v elitě, ale na vyhlášení jsme museli celkem dlouho čekat, protože pořadatelé sledovali hokej místo připravování vyhlášení a tak jsme na něj čekali až do druhé přestávky. Na večeri jsme zavítali do hospody, která by se určitě líbila panu Pohlreichovi, kvůli nádherné výzdobě z devadesátek a výběru z asi 300 jídel. Jídlo nakonec nic moc, ale pivko to našťástí

spláchno. Já jsem to na žádnou velkou akci neviděl a tak jsem to po dvou kouscích zabalil. Spali jsme ve třídě, do které jsme se tak tak nacpali, ale aspoň nás ráno nebudilo šustění pytlíků. Nedělní ráno bylo lehce deštivé, ale během dne se počasí zlepšilo a tak se neběhalo v dešti. Na nedělní klasiku tak bylo ideální počasí. Závodní prostor se rozšířil a tak delší tratě zavítali i k hradu Kašperk. Centrum bylo stejné jako v sobotu. Tentokrát s GPSkami běželi vybraní elifáci a elifačky, ale stejně jako v sobotu nebyly promítány. Pořadatelé mi dali důvěru a tak jsem si taky zaběhl s GPSkou na zádech. Jak jsem běžel se můžete kouknout v záznamu. Trať postavil Šeďa a byly stejně jako v sobotu povedené. Nuda to rozhodně nebyla, aspoň u nás v elitě bylo hodně voleb a pořad bylo co řešit, ale celkově klasika nebyla až tak fyzicky náročná jako sobotní middle. Čekal jsem, že to neuběhnu a dostanu žaket, ale naštěstí jsem ho dokázal zahnat gelíkem.

Celkově byly závody povedené a tak jsem odjížděl po nedělním vyhlášení spokojen a unavení. Hodně lidí se mě ptalo proč mi to teď tak běhá a oba dny jsem byl v první desítce. Je to tím, že jsem od podzimu začal víc trénovat a pak mi taky hodně pomohlo soustředění v Chorvatsku, který pořádal Danáč a jsem rád, že mě přemluvil, abych tam s ním jel. Velký vliv na výsledky mělo i to, že se mi podařilo oba dny běžet bez velkých chyb. Takže rada na závěr je: trénujte a pak vám to bude taky běžat ;).

P.S. Kvalita článku může být ovlivněna lehkou kalbičkou a odevzdání všech spisovatelských schopností do psaní bakalářky.

-----  
Český pohár, INOV-8 CUP - žebříček A, žebříček B-Čechy, 16. 5. 2015, Albrechtice u Sušice, krátká trať  
-----

D16A: 1. Firešová Markéta 26:03, 12. Odehnalová Klára 32:51; D18A: 1. Čechová Tereza 28:52, 13. Odehnalová Tereza 40:20, D20A: 1. Hiršová Gabriela 29:27; D21E: 1. Horčičková Vendula 36:17, 2. Šafka Brožková Dana 36:34, 3. Rufferová Iva 37:35, 4. Kabáthová Eva 37:47, 6. Tesařová Markéta 38:10, 7. Indráková Adélka 38:38, 10. Chromá Kateřina 40:14, 18. Hrušková Barbora 43:20, 20. Hrstková Vladěna 44:08, 24. Hlavová Hana 46:36, 29. Poklopová Lenka 48:53; D21A: 1. Valachová Martina 36:11, 3. Tužilová Magdaléna 36:18, 25. Mádlová Věra 42:43; D21B: 1. Svobodná Tereza 35:13, 15. Palasová Petra 52:48

H16A: 1. Hlaváč Ondřej 25:20, 29. Řičný Vojta 47:05; H18A: 1. Netuka Vojtěch 31:38. 2. Hirš Otakar 31:49, 24. Kelbl Vladimír 41:17; H20A: 1. Horák Patrik 28:06, 13. Hruška Jakub 36:17; H21E: 1. Minář Marek 37:28, 2. Chloupek Adam 38:47, 3. Kamenický Matěj 38:54, 4. Hájek Daniel 38:57, 5. Zimmermann Štěpán 39:00, 6. Nykodým Miloš 40:25, 12. Mokrý Stanislav 41:48, 15. Brlica Pavel

42:43, 30. Palas Jan 46:39, 36. Klusáček Matěj 51:50, Bravený Vít DISK; H21A:  
1. Holas Ondřej 36:32, 4. Bořil Tomáš 38:17, 29. Zháňal Jan 43:10,  
35. Zimmermann Jakub 44:45, 56. Švirák Ondřej 49:31, 66. Přikryl Petr 57:21

-----  
Český pohár, INOV-8 CUP - žebříček A, žebříček B-Čechy, 17. 5. 2015, Albrechtice  
u Sušice, klasická trať  
-----

D16A: 1. Chaloupská Barbora 38:31, 3. Firešová Markéta 40:15, 22. Odehnalová  
Klára 53:06; D18A: 1. Čechová Tereza 56:43, 5. Odehnalová Tereza 63:20; D20A:  
1. Procházková Marie 68:54, 4. Hiršová Gabriela 70:20; D21E: 1. Omová Michaela  
73:50, 2. Šafka Brožková Dana 74:42, 3. Kabáthová Eva 75:32, 4. Indráková Adélka  
80:09, 7. Poklopová Lenka 82:41, 8. Tesařová Markéta 82:53, 9. Hlavová Hana  
83:31, 16. Hrušková Barbora 88:31; D21A: 1. Tužilová Magdaléna 69:04, 7. Mádlová  
Věra 81:00, 36. Hendrychová Zuzana 110:11; D21B: 1. Horčíčková Eva 70:38, 25.  
Palasová Petra 111:41

H16A: 1. Chvátil Šimon 52:55, 30. Řičný Vojta 76:55; H18A: 1. Wolf Filip 59:28,  
2. Hirš Otakar 60:26, 28. Kelbl Vladimír 81:22; H20A: 1. Kettner Vojtěch A  
72:57, 6. Hruška Jakub 79:55; H21A: 1. Nykodým Miloš 94:24, 2. Zvěřina Petr  
95:25, 3. Minář Marek 98:06, 6. Hájek Daniel 100:58, 7. Zimmermann Štěpán  
101:09, 10. Chloupek Adam 102:31, 27. Brlica Pavel 116:33, 28. Zimmermann Jakub  
117:11, 31. Zháňal Jan 119:36, 35. Klusáček Matěj 138:13, Bravený Vít DISK;  
H21A: 1. Prášil Marek 83:23, 4. Palas Jan 85:15, 5. Švirák Ondřej 85:24, 11.  
Mokřý Stanislav 91:10, 17. Bořil Tomáš 92:19, 21. Přikryl Petr 94:10

# Béčka aneb ne všechno, co je od Bé, je dobré!

Hanka

Volný (hodně) přepis básně „Maryčka Magdonová“ (Slezské písně) od Petra Bezruče, která nás naprosto zbytečně provázela celým víkendem, vid' Drbčo... Pokud vám některé části nedávají smysl, věřte, že chyba není ve vás.

Jelo pár žabiňáku z Brna do Beskyd,  
u Janáčkova divadla ráno se sešli,

až v osm hodin tomu bylo tak.

Plakali, co jeli na áčka.

Mikrobus naplnilo devět lidí.

Seděla v něm hlavně omladina.

Ostatní do auta nacpat byla dřina,

nejstarší Jitka Kabátová.

Kdo se jich ujme a kde bude řídit?

Budeš spát či budeš koukat z okna?

Cesta bude ještě dlouhá, máme jít snídat,

tak jak ty, Evičko Malivánková?

Bez konce je dálnice Dé jedna.

Posádka mikrobusu nadskakujíc hore,

čurpauzy dožadovat se začala,

co pravíš, Drbčo?

Zajedeme na pole, když je čas čůrat,

čůpnem si do kopřiv, není čas reptat.

Někdo si spálil zadek,

mám mlčet, Aničko Auermullerová?

Visalaje, co je to za místo?

Před deseti lety tu prý sněžilo,

tak rychle jdeme postavit stan.

Dojdeš s ním, Honzo a Jáchyme?

Co je to za smrad? Zelený opar

z karimatky se line, fuj, to je puch.

Na čele krůpěje potu,

co je ti Honzo Komendo?

Místní terén, prudké svahy,

dávají v celku zabrat.

Kopce to chtělo více trénovat.

Jak je ti, Hanko Nedbálková?

V ledové vodě pak myjeme si nohy,

Kdo vyhrál? A kdo to dnes nedal?

Maturantka si to tuřila!

Co znělo ti v srdci po cestě, Lucko Galatíková?

Večer jsme na pouť našťěstí zašli,

místní to rozjeli ve velkém stylu.

Někde tu mečí ovce.

Slyšíš ji, rozumíš, Šárko Chroustová?

Ráno zas běžíme, tentokrát middle,

stále se potkáváme na kontrolách.

Ha, tuhle mám jinou!

Sbohem buď, Tome Zvariku!

Závodění skončilo, po všem je, po všem.

Na stupni vítězů žabiňáci stojí,

Brno jede a Žabiny jsou zlatá loď!

Tam vyhrálo se, co se dalo.

-----  
Žebříček B-Morava, 16. 5.2015, klasická trať  
-----

D16B: 1. Čechová Klára 39:59, 4. Auermüllerová Anna 43:08, 5. Malivánková Eva 45:26; D18B: 1. Zentrichová Daniela 60:24, 3. Chroustová Šárka 62:05, 7. Nedbálková Hana 68:4; D20B: 1. Galatíková Lucie 61:07; D21B: 1. Chromá Adéla 59:43, 2. Koporová Petra 60:10, 4. Gebauerová Jana 63:51, 15. Adamová Eva 89:01, D55B: 1. Kabáthová Jitka 48:10

H14B: 1. Milán Tomáš 31:08, 13. Coufal Jáchym 40:07; H16B: 1. Müller Jonáš 52:44, 17. Král Jan 75:28, 19. Komenda Jan 80:48; H21B: 1. Kozák Osvald 76:56, 5. Drábek Jan 87:29, 31. Liščinský Tomáš 138:01; H35B: 1. Dittrich Pavel 68:43, 18. Zvarik Tomáš 105:40

D16B: 1. Čechová Klára 25:09, 5. Malivánková Eva 27:15, 6. Auermüllerová Anna 27:20; D18B: 1. Chroustová Šárka 24:10, 4. Nedbálková Hana 31:24; D20B: 1. Galatíková Lucie 27:58; D21B: 1. Pekárková Eva 38:17, 3. Chromá Adéla 38:41, 5. Gebauerová Jana 39:09, 12. Adamová Eva 43:09; D55B: 1. Wsocka Jolanta 33:41, 3. Kabáthová Jitka 38:45  
H14B: 1. Kostka Jiří 21:32, 14. Coufal Jáchym 27:02; H16B: 1. Müller Jonáš 24:46, 13. Král Jan 35:17, 21. Komenda Jan 41:16; H21B: 1. Kozák Osvald 32:13, 10. Drábek Jan 37:48, 28. Liščinský Tomáš 48:33; H35B: 1. Dittrich Pavel 29:35, 11. Auermüller Vít 38:55, 12. Zvarik Tomáš 39:56

## „Norská“ Tiomila

Kazdič

No asi jste postřehli, že už jsem nějaký pátek nebyl na závodech. Je to tím, že jsem na studijním pobytu ve Trondheimu. Takový highlight mého pobytu zde měla být Tiomila, na kterou jsem se hodně těšil po zkušenostech ze žabiňáckých zájezdů. Proto jsem se přihlásil v místním univerzitním klubu NTNUI, kde jsem celý rok nepoctivě trénoval, a bylo mi doporučeno absolvovat nominační závody.

Díky mé tréninkové pili jsem neměl žádné ambice, a tak jsem vynechal první 4 nominační závody (2 byly ve Švédsku a 2 norské poháry u Osla). Takže jsem se účastnil posledních 2 nominačních závodů v okolí Trondheimu 2 týdny před Tiomilou. Jaro v Trondheimu bylo hodně pozvolný a sníh se v lese držel hodně dlouho, takže nebylo moc možností pro mapový tréninky v lese. Před nominačkama jsem byl asi jen na 2 mapáčkách a nočák jsem běžel naposled na podzim.

První nominační závod byl střeďeční nočák a ja jako velkeje outsider startoval mezi prvníma okolo 10 hodin, a proto mě opravdová tma zastihla až v cíli. Mapu jsem si celkem pohlídal a 6 km zaběhl za 57'. Vítězný čas byl 43' a můj čas stačil na 29. místo ze 40. Druhej nominační závod bylo oblastní 4-členné štafety a já opět jako outsider rozbíhal poslední neúplnou štafetu. Tentokrát jsem svou roli potvrdil, když jsem se vychyboval na druhé farstě a ztratil balík. Z prvního úseku jsem doběhl 24. z 26 opět s časem 150% vítěze.

V pondělí bylo slavnostní zveřejnění nominace v areálu kolejí. Já si to moc neužil, protože

jsem se tady za rok nenaučil norský ani jedno slovo. Takže jsem byl potom hodně překvapený, když jsem se v mailu dočetl, že jdu druhéj úsek ve čtvrté štafetě a jsem první rezerva pro třetí tým. NTNUI letos stavělo 9 chlupských štafet, ale tři byly oborové (medici, stavaři a matfyz). Den před odjezdem jsem měl telefonát, že je někdo z druhého týmu nemocný, takže se posouvám do trojky na devátý nefarstovaný úsek. Měl jsem z toho smíšené pocity, protože jsem se těšil, že už si konečně do třetice zaběhnu noční úsek. Ale zároveň jsem byl rád, že jsem se vešel do lepší štafety, která měla vyběhlý dvojciferný startovní číslo.

Odjezd byl v pátek ve 3 ráno, nafasovali jsme NTNUI magazin k Tiomile, poslouchali Tiomila radio, který nahráli dne před odjezdem. Škoda že jsem ničemu nerozuměl. V plánu byla zastávka v Gävle, kde jsme trénovali průvod, dali si kebab a nakoupili na zpáteční cestu do partybusu. Na shromaždišti Tiomili jsme byli už v pátek večer, kdy se postavilo tradiční NTNUI zázemí, věž na reklamy a světelnou tabuli, ozvučení, gril a stánek s občerstvením. V sobotu ráno jsem skoro zaspal zahajovací NTNUI průvod. Po holčičím závodě měl můj tým mítink, kterej probíhal ve stylu, že se 9 borců bavilo norský, dali mi startovní číslo, já jim řekl, kdy mě mají vzbudit. Pak měl každej říct svůj plán pro svůj úsek, zase všichni norský. Takže jsem vůbec netušil, co mam říct. Tak jsem jim řekl, že je nefarstovanej a že to uvisím, když mi to přinesou ve skupině, jinak to si to odmapuju sám, že nejsem na Tiomile poprví. Zahlídl jsem Evičku, Adélku a Mišku, ale bohužel zrovna během mítinku, tak mi bylo mi blbý odejít, ačkoliv jsem jim nic nerozuměl. Večer jsem popřál štěstí Milošovi, podíval se na první úsek a šel se vyspat.

Zatímco v sobotu bylo krásně v neděli jsem se vzbudil do deštivýho studenýho dne asi tak 3 hodky před startem, abych se mohl nasnídat. Naše štafeta se pohybovala okolo 130. místa a dostávali jsme 2 úseky, takže jsem se mohl v klidu podívat na finiš prvních štafet, kdy za velkého aplausu vyhrál švédský Göteborg, který porazil Halden a Kalevan na cílové rovince. Já vyrazil do lesa úplně sám po doběhu 20. štafety. Po dlouhé době jsem cítil, že běžím rychle, což mi les v okolí Trondheimu neumožňuje. Hodně jsem se soustředil na kódy, protože mě borci varovali, že za DISK se kupuje karton piv. To mi bylo trochu osudným, protože jsem si 2x pamatoval špatnej kód a odběhl od správné kontroly. Pak jsem to chtěl dohnat a trochu riskoval, což se mi 2x vymstilo. Nakonec jsem se vrátil, ze svýho 8,5km úseku za 68 minut a dostal 28 minut od vítěze úseku. Štafetě jsem sice polepšil o 3 pozice, ale spokojený se svým výkonem nejsem a mohl jsem být pro štafetu mnohem užitečnější. Na cestu zpět byl jasnou volbou partybus, kdy to vypadalo podobně jako z držustev, jen celý autobus po 12 hodin. NTNUI 3 bylo v celkovém účtování 132., což je můj nejlepší výsledek na Tiomile. Ale určitě se ještě musím vrátit a zaběhnout si konečně noční úsek.

# MČR ve sprintu

Chlup

*Přes zimu jsi neměl zrovna ideální podmínky na přípravu, zranění... přesto tvoje první letošní mistrovství a hned zlatá placka! Gratuluj! Asi velká spokojenost?*

Musím říct, že v cíli jsem nechápal, co se děje! (což v tývi bylo dost vidět.. :) Spokojenost určitě, po chybě na první kontrolu jsem to viděl tak, že to je jasný – jsem v háji, ale závodí se až do cíle! Pocity by byly lepší, kdybych Dýma a Beta porazil přímo a nebyli by disk. Mám prostě takový pocit, že můj titul je spíše bronz, protože jsou lepší... Těžko říct.. Je to ale pro mě motivace zase začít trénovat a pokusit se urvat i nějaký ten další úspěch tento rok. Původně jsem myslel, že tuhle sezónu vypustím.

Snad titul spadnul do správných rukou, to posuďte vy čtoucí :)

*V ČT je vidět tvoje kličkovaná na startu. Co se stalo? Ale to asi byla jediná chyba v závodě?*

Viděl jsem Ňufa, jak špatně odběhl a kličkoval... Tak jsem věděl, že si to mám pohlídat. A udělal jsem to pro sichr dvojité, mapa na jih a pak až zase na sever. Prostě to nebyl ideální start! :D Pak jsem to ale šupal asi bez chyb :)

*Co ploty? Nenachytaly tě někde?*

No překvapili mě na dlouhém postupu. Nevšiml jsem si toho posledního na postupu středem a dost jsem byl překvapený! Naštěstí to ale nebylo slepé a ke kontrole jsem se dostal a nakoupil jsem tam od Dýma jen 6''. Pak už jsem to radši pořádně hlídal!

*Druhý den a obhajoba stříbra! Parádní víkend, co?*

Zavánělo to pomalu i zlatým doublem! Nakonec cinklo „až jen stříbro“, tak snad za rok Beřákovce už vyklepnem. :)

*Přesto letos to zlato bylo na dosah, co? Čekal jsi, že Evička to tak urve a budeš vybíhat na trať sám?*

Jó, to bylo! Já jsem to Evičce říkal den předem, že na rozbíhání je skvělá! Oproti holkám je úplně jinde v tom, že to psychicky neřeší a nenechá se rozhodit. Tak si šla svoje a šups, náskok byl na světě. Mně to nevadilo, věděl jsem, že to musím jít v klídku a přesně tak jsem to šel... Nikam jsem nespěchal a neriskoval.



*Co balík za tebou? Viděl jsi ho někde? Šlapal ti někde na paty?*

Potkával jsem je, ale fakt jsem to pustil z hlavy... Takové věci se při závodě přeci neřeší! :)

*Co čekání na Adélku a hlavně Miloše? Nervy pracovaly? :-)*

Trošku mě zajímalo, jak se s tím Áďa popasuje, ale zvládla to výborně! Jen ji Denča stáhla asi fyzicky, do toho nevidím. Dým je dost zkušený na to aby to ustál a ustál to taky, jen škoda té rozhodující volby na sběrku :) Alespoň je na příští rok co zlepšovat ;)

## Evička

*Ahoj Evi, gratulace ke stříbru na sprintových štafetách! Spokojená s medailí?*

Díky. Ano, určitě ano, s medailí nejde být nespokojený.

*Jak se ti povedlo urvat celé pole hned na začátku na prvního úseku?*

Vlastně pořád moc nevím... Snad možná, že jednička a dvojka byly farstované. Myslím, že některé holky se nechaly stáhnout na cizí kontrolu... to mi připadalo podle záznamu z gps, protože na svoji dvojku jsem šla jediná zleva. A to byly možná ty cenné vteřinky, které jsem si nahnala. Další věc byla, že jsem se na neděli moc dobře vyspala a Adélka Indráková mi na běh udělala perfektní účes.

*Budeš rozbíhat teď i normální štafety?*

Tuto sobotu ne, dál nevím.

*Jaké bylo dlouhé čekání v cíli? Co nervy? ;-)*

Já si to hrozně užívala, za každý úsek naší štafety jsem byla trochu nervózní, že by neudrželi přední příčky jsem se nebála, ale nechtěla jsem, aby se nachytali na nějaké hlouposti, to pak člověka žere. Moc mě ty štafety bavily, krásný sportovní zážitek.

*Co sobotní sprint? Jak ti šly číst ploty v ulicích?*

Pomalou a netrpělivě. Nedokázala jsem si pro to načtení pořádně zastavit a 2x z toho bylo pár zbytečných vteřin navíc.

*Vyrážíš na světák do Švédska? Jak se těšíš?*

Hrozně moc! Protože mě to závodění teď hrozně moc baví. A na severu ještě o něco víc.

-----  
Mistrovství a Veteraniáda ČR ve sprintu, oblastní žebříček 23.5.2015  
-----

D16: 1. Chaloupská Barbora 10:31, 2. Janošíková Tereza 10:38, 3. Malinová Apolena 10:55, 11. Firešová Markéta 11:52, 29. Odehnalová Klára 13:07; D16C: 1. Auermüllerová Anna 10:18, 5. Malivánková Eva 12:34; D18: 1. Nováková Tereza 11:29, 2. Novotná Klára 11:34, 3. Čechová Tereza 11:54, 24. Odehnalová Tereza 14:05, 38. Chroustová Šárka 15:28; D18C: 1. Hlinovská Johana 11:04, 6. Nedbálková Hana 13:56; D20: 1. Hiršová Gabriela 13:27, 2. Hlubučková Kristýna 13:44, 3. Štičková Anna 13:56, Galatíková Lucie DISK; D21: 1. Kosová Denisa 13:30, 2. Fenclová Marta 14:23, 3. Knapová Jana 14:25, 5. Indráková Adélka 14:32, 5. Kabáthová Eva 14:32, 7. Poklopová Lenka 14:39, 14. Hiklová Natalia 15:21, 22. Šimková Johanka 16:05, 24. Hrušková Barbora 16:12, 26. Tesařová Markéta 16:38; D21A: 1. Koporová Petra 13:35, 11. Hendrychová Zuzana 15:35, 14. Adamová Eva 16:21; D60: 1. Kabáthová Jitka 14:52  
H12C: 1. Valík Adam 7:58, 21. Štěrbák Josef 24:02, H16: 1. Křivda Tomáš 12:12, 2. Bořánek Michal 12:31, 3. Dekrét Jakub 12:32, 39. Řičný Vojta 16:43; H16C: 1. Siegl Matyáš 11:21, 10. Král Jan 13:49; H18: 1. Sýkora Vojtěch 11:53, 2. Vandas Daniel 11:56, 3. Netuka Vojtěch 12:27, Hirš Otakar DISK; H20: 1. Hubáček Jonáš 12:38, 2. Glonek Jakub 12:58, 3. Čech Jan 13:04, 8. Hruška Jakub 13:55;  
H21: 1. Chloupek Adam 14:03, 2. Hubáček Michal 14:05, 3. Procházka David 14:12, 4. Hájek Daniel 14:18, 9. Brlica Pavel 14:40, 17. Bravený Vít 15:24, Nykodým Miloš DISK; H21A: 1. Záveský Filip 13:43, 6. Švirák Ondřej 14:17, 7. Mokry Stanislav 14:19, 54. Přikryl Petr 19:00, Zháňal Jan DISK; H21B: 1. Liščinský Tomáš 16:33; H40: 1. Chupek Jozef 14:45, 6. Štěrbák Eduard 16:30

-----  
24.05.2015 Mistrovství a Veteraniáda ČR sprintových štafet  
-----

DH18: 1. SK Praga 58.37, 2. OK 99 Hradec Králové 59.14, 3. OK Lokomotiva Pardubice 59.25, 20. ZBM 2 66:58 (Auermüllerová Anna, Hlaváč Ondřej, Odehnalová Klára, Kelbl Vladimír), 25. ZBM 3 74.40 (Malivánková Eva, Král Jan, Chroustová Šárka, Řičný Vojta), ZBM 1 DISK (Firešová Markéta, Dekrét Jakub, Odehnalová Tereza, Hirš Otakar)

DH21: 1. 1 SK Praga 60.45 (Matějů Martina, Flašar Jan, Tichovská Martina, Procházka Jan), 2. ZBM 1 60.52 (Kabáthová Eva, Chloupek Adam, Indráková Adélka, Nykodým Miloš), 3. OK 99 Hradec Králové 61.45 (Topinková Monika, Petržela Jan, Kosová Denisa, Kamenický Jakub), 8. ZBM 2 61.58 (Poklopová Lenka, Hájek Daniel, Hiklová Natalia, Brlica Pavel), 12. ZBM 4 64.58 (Tesařová Markéta, Mokry

Stanislav, Hrušková Barbora, Švirák Ondřej), 15. ZBM 3 65.41 (Šimková Johanka, Bravený Vít, Hiršová Gabriela, Hruška Jakub), 24. ZBM 5 69.31 (Koporová Petra, Zháňal Jan, Hendrychová Zuzana, Drábek Jan), 32. ZBM 6 80.03 (Galatíková Lucie, Příklad Petr, Nedbálková Hana, Zřídka veselý Libor)

---

# Oblž neboli oblasták (řečeno po valašsku) v Jehnicích

Martináč

Hned na začátku mě napadlo, jestli se Jehnice náhodou nesklouňují stejně jako Konice a tudíž „Oblž v Jehnici“. Ale Jehnice nejsou tak překvapivé jako Konice a oblž byl tedy v Jehnicích Janča říká, že to bylo do kopce a do kopce a do kopce.

Zatímco se většina zdatných orientáku vydala na celý víkend zaběhnout si 2 x 15 minut ve Valmezu, naše rodinka vyrazila prorvat v nedělní dopoledne Jehnickou buš a zdolat ty kopce v průměrném čase 38 minut na člena rodiny včetně neběžící Aničky. Ale na rozdíl od Valmezu, prostor závodu byl snad ještě menší. Pro Janču to byl po porodu úplně první závod, k čemu jsem ji snad i trochu přiměl. V autě cestou do Jehnic jsem ji začal opatrně upozorňovat, že to možná není úplně nejhezčí les, což se ukázalo být pravdou. Nicméně stejně jsme si závod užili, stálo to za to a v naší velkolepé sezóně pokračujeme následující víkend ve Všemíně na Zlínsku a pak ahoj všichni v Třebíči!

---

4. 5. 2015 Brno, Jehnice JML

---

D10: 1. Procházková Doubravka 15:53, 4. Finstrlová Julie 19:11, 6. Finstrlová Lucie 20:04, 7. Finstrlová Kristýna 20:34, 9. Ondrová Anna 22:09, 12. Havlová Natálie 33:01; D10N: 1. Kubáňová Tereza 30:01, 4. Kočová Klára 38:17; D14: 1. Radová Kateřina 42:42, 2. Králová Lucie 45:48, 3. Bašeová Klára 49:50, D18: 1. Korpasová Lucie 30:36, 4. Baštařová Anna 46:23, 6. Gombíková Johana 71:08, 7. Hrbáčková Markéta 79:10; D21C: 1. Müllerová Věra 35:54, 20. Kočová Lenka 60:55, 21. Smoradová Barbora 61:46, 24. Stehlíková Jana 72:04; D35: 1. Ševčíková Pavla 36:33, 6. Cicvářková Lucie 50:58, 7. Hrušková Lenka 52:53, 8. Firešová Andrea 61:48

H10: 1. Urbánek Tomáš 14:03, 3. Koča Vojtěch 14:50, 7. Cicvárek Radim 19:24, 12. Baše Matěj 30:11; H10N: 1. Štěpánek Jan 21:55, 6. Finstrle Filip 40:49, 8. Cicvárek Martin 45:23; H12: 1. Gryc Ondřej 23:21, 5. Marek Vojtěch 32:59, 6. Chmelík Albert 36:54, 7. Urbánek Adam 38:42, 8. Zelený Vladan 64:46; H14: 1. Gryc Vojtěch 27:43, 3. Coufal Jáchym 31:30; H21C: 1. Vedra David 35:54, 9. Stehlík Martin 43:19, 15. Kožoušek Adam 49:37, 21. Kůr Jiří 59:41; H35: 1. Hrouda Petr 35:15, 4. Cicvárek Ivo 42:26, 5. Finstrle Aleš 42:49, 6. Finstrle Luděk 42:51, 9. Coufal Svatoš 45:20, 14. Zelený Pavel 49:45  
HDR: 4. Kroutil Tadeáš 26:18, 27. Coufalová Rea 52:31, 28. Coufalová Thea 52:36, 29. Finstrlová Denisa 54:02, 30. Koča František 54:12, 36. Kroutil Jošt 63:44, Kroutilová Eliška DISK

---

# Květnový trojboj v Kroučové

Honza

Poslední májový víkend nás čekal první echt štafetový víkend. přes různé neúčasti jsme postavili v chlapech a ženách 5 štafet a dorostenci/nkyně měli po dvou. Slušné počty. Taky byl autobus, ač jsme prolomili magickou hranici šesté hodiny (vyráželi jsme ještě o půl hodinu dřív), skoro plný. A na cestě zpátky byly volná tak dvě sedadla. Jelo s námi plno mlad'ochů jedoucích na vyzývací pohár mládeže.

Štafety byly postaveny tak, aby byla jedna silná a zbylé aby slušně bodovaly.

Shromaždiště nás čekalo na fotbalovém hřišti v Kroučové. Počasí v sobotu rozhodně nebylo pozdně májové, ale aspoň bylo ideální na běhání. Po našem příjezdu na nás čekaly dokonce postavené stany! Ani si nikdo nemusel chodit pro popisy. :-)) Tak už jen se rozběhat a přichystat na start. První úseky brzo zmizely v lese a musel jsem se začít rozhýbat. Stany jsme měli postavené na hezkém místě, takže všichni běželi kolem nás a mohli jsme je dobře hlídat, stejně tak i fandit.

Ještě před mým startem se už z prvních doběhavicích závodníků šířily fámy, že je to na jedničku strašně daleko a moc dokola. No, a když mi Klusy předal a uviděl jsem postup na jedničku, tak mě trochu zamrazilo. No všichni strašně točili volantem zpátky doprava na obíhačku. To se mi moc nechtělo a tak jsem si aspoň trochu cestu narovnal, narazil jsem na hezkou cestu a chvíli po ní běžel. Byl jsem zcela sám, asi to nebyl ideální postup. Pak se cesta začala spouštět dolů, tak jsem se jal vyškrabat na planinu na cestu. Sotva popadající dech jsem

viděl soupeře smažící to po cestě. No nic moc, hned se přizpůsobit jejich tempu. Následovaly lehké kontroly na planině a aniu přechod do svahu nebylo příliš složitý. Po seběhu a vracení v traverzu jsem osudově potkal Pepra. Po pár jiných kontrolách jsme si řekli kódy. Hm. Jednu jsme měli stejnou a pak jinou. Jenže to byla pro mě chyba a nějak jsem si přehmátl mapu a dvě podobné kontroly před zeleným hustníkem... no vyrazil jsem o kontrolu dál na před diváckou. Že to bylo nějak dlouhé, mapa neseděla, mi nějak nedocházelo. Ach jo. škrábání na sběrku, divácká a těžké kontroly v hustníku... šly celkem dobře. něco jsem ještě nechal na předsběrce a pak rychle do cíle. Dlouhá fronta na vyčítání, bez lístečku a pak fandění. Taprve před doběhem Standy, Jende říká, že jsme disk. cože?! Jdu se podívat na mapu a po chvíli mi to dochází... A to si dal ještě Standa velký sprinterský souboj s Járou... pardon borci. Bohužel druhou kaňkou bylo disk Lucky Galatíkové... takže pět štafet nebylo.

To byly ale poslední kaňky na víkend!

Holkám v D21 se povedl úžasný kousek! Áčková štafeta si jela od začátku sólo závod a vyhrála o parník. Na dalších místech to už bylo napínavější, ale díky poslednímu úseku se najednou na finiši strhl velký boj o druhé místo mezi Lenkou a Hankou! Takže holky obsadily všechny tři místa vítězů! Velká pochvala! Ač Béd'a píše, že to bylo poprvé, tak my víme, že na Mistrovství Moravy v Rosicích už jednou takhle holky doběhly. Stříbrní byli ještě dorostenci a mocně stahující Danáč doběhl bramborový. Holky skončily také bramborové.

Na odpoledne jsme se už v přeplněném autobuse přesunuli do Žatce, kde jsme se uvelebili na dopravním hřišti. Nabírali jsme síly už za teplejšího počasí než dopoledne. Čekal nás typický sprint, škoda, že pořadatelé více nevyužili historického centra a hradeb. Ploty tu také byly, ale naštěstí jen na přeběhu silnice. Paráda! Žádné čtení záludností. Kontrol akorát. A druhá část mezi paneláky pekelně rychlá! V elitních kategoriích vyhráli Miloš a Evička! Třetí byla Lenka a (opět) bramborový Danáč.

Tentokrát jsme už lístečky v cíli dostali. :-)

Do tělocvičny jsme se přesunuli do Loun. Tentokrát se kvůli dětem brzo zhaslo, tudíž nás ráno mohly brzo zbudit...

Štafety nás měly čekat dnes na druhou stranu lesa. Také se dost podstatně zvýšilo převýšení. Počasí se krásně vyjasnilo a čekal nás krásný den. Ještě jednou jsme stavěly v H21 štafety celkem vyrovnané. Dlouhý pohled na vzdalující se první úseky dával tušit, že minimálně od začátku to bude pěkná palba. První úsek ne a ne se vynořit z lesa, a když se už začal objevovat, tak to bylo dost potrhané.

Do lesa jsem vyrážel kousek za Liborem. Na jedničku měl jinou farstu a tak po mé menší chybě, špatná paseka jsem do na trojku předcházel do kopce. Pak už jsem ho v závodě neviděl.

Trať se mi celkem líbila. Jen dlouhá volba zpátky přes údolí se prý měla obíhat... vzal jsem ji poctivě po čáře, takže žádná sláva. Ale stáhl jsem za sebou nějakého hradečáka. No ale já sám nas ty obíhačky moc nejsem. Po divácké mi nějak došlo a dost jsem se trápil. Hlavně běh po silnici, no hrůza. Ale když jsem předal Klusymu a lísteček nebyl s disk, tak aspoň trochu odčinění soboty.

A konečné výsledky? Holky běžící tak složené z 1 až třetí štafety doběhly druhé. (Evička a Adélka se šetřily na svěťák Ve Švédsku.) Další byly čtvrté a páté! Krásný výsledek! Miloš vytáhl štafetu se Standou a Stevem na stříbrnou pozici. (Po finiši s Pardubicemi). Zato Ořas s Niklasem a Ondrou byl také až stříbrný. Taková doba stříbrná.

Pak následovalo ani ne nijak dlouhé vyhlášení a krásné pohledy na stupně vítězů. A pak hurá na dlouhou cestu domů...

---

### 3. Český pohár štafet - Neděle 30. 5. 2015 - Kroučová

---

D18: 1. PGP 105:38, 2. LPU 108:43, 3. TRI 109:55, 4. ZBM 1 110:51 (Odehnalová Tereza, Odehnalová Klára, Firešová Markéta), 22. ZBM 2 128:39 (Auermüllerová Anna, Nedbálková Hana, Malivánková Eva)

D21: 1. ZBM 1 120:44 (Tesařová Markéta, Indráková Adélka, Kabáthová Eva), 2. ZBM 2 127:20 (Šimková Johanka, Hrušková Barbora, Poklopová Lenka), 3. ZBM 3 127:37 (Hiršová Gabriela, Tužilová Magdaléna, Hlavová Hana), 8. ZBM 4 134:44 (Hrstková Vladěna, Chromá Adéla, Hlavová Jindra), ZBM 5 disk (Galatíková Lucie, Mádlová Věra, Hendrychová Zuzana)

H18: 1. PHK 1 133:25, 2. ZBM 1 136:39 (Brantner Niklas, Hlaváč Ondřej, Hirš Otakar), 3. SHK 138:45, 22. ZBM 2 190:02 (Řičný Vojta, Kelbl Vladimír, Král Jan)

H21: 1. PGP 1 127:21, 2. LPU 1 128:49, 3. TUR 1 129:19, 4. ZBM 1 131:59 (Brlíca Pavel, Zimmermann Štěpán, Hájek Daniel), 14. ZBM 3 145:16 (Klusáček Jan, Bořil Tomáš, Zimmermann Jakub), 16. ZBM 4 146:20 (Zháňal Jan, Přikryl Petr, Švirák Ondřej), 22. 17 ZBM 5 149:53 (Hruška Jakub, Zřídka veselý Libor, Bravený Vít), 23. ZBM 2 disk (Klusáček Matěj, Drábek Jan, Mokřý Stanislav)

---

### Český pohár, INOV-8 CUP - žebříček A, Žatec, 30. 5. 2015

---

D16A: 1. Janošikova Tereza 9:34, 7. Firešová Markéta 10:33, 26. Odehnalová Klára 12:08, 33. Malivánková Eva 12:37; D18A: 1. Čechová Tereza 11:26, 18. Odehnalová Tereza 13:55; D20A: 1. Štičková Anna 11:36, 2. Hiršová Gabriela 12:06, 17. Galatíková Lucie 15:05; D21E: 1. Kabáthová Eva 12:00, 3. Poklopová Lenka 12:22, 5. Indráková Adélka 12:25, 7. Tesařová Markéta 12:41, 11. Hrušková

Barbora 13:03, 14. Šimková Johanka 13:27, 18. Hlavová Jindra 13:54, 22. Tužilová Magdaléna 14:08, 25. Hlavová Hana 14:36, 29. Hrstková Vladěna 15:27; D21A: 1. Mullis Kateřina 12:32, 14. Chromá Adéla 14:00, 22. Mádlová Věra 15:03, 29. Hendrychová Zuzana 15:41

H16A: 1. Fencel Jonáš 10:06, 30. Říčný Vojta 13:10; H18A: 1. Navrátil Šimon 13:05, 7. Hirš Otakar 13:39, 15. Kelbl Vladimír 14:31, 23. Brantner Niklas 15:20; H20A: 1. Horák Patrik 13:12, 12. Hruška Jakub 14:06; H21E:

1. Nykodým Miloš 13:18, 4. Hájek Daniel 13:56, 26. Zimmermann Štěpán 15:22, 28. Brlica Pavel 15:28, 34. Bravený Vít 16:07; H21A: 1. Čermák Jan 11:48, 6. Švirák Ondřej 12:28, 8. Zháňal Jan 12:30, 11. Bořil Tomáš 12:34, 16. Mokřý Stanislav 12:47, 17. Zimmermann Jakub 12:49, 34. Klusáček Matěj 13:30, 49. Drábek Jan 13:51, 55. Přikryl Petr 14:13; H21C: 1. Pova Ondřej 15:10, 7. Klusáček Jan 16:23, 28. Zřídka Veselý Libor 18:38

-----  
4. Český pohár štafet - Neděle 31. 5. 2015 - Kroučová  
-----

D18: 1. LPU 101:14, 2. PHK 103:34, 3. PGP 105:31, 9. ZBM 1 114:48 (Odehnalová Tereza, Odehnalová Klára, Firešová Markéta), 26. ZBM 2 135:37 (Malivánková Eva, Nedbálková Hana, Auermüllerová Anna)

D21: 1 PHK 145:49, 2 ZBM 1 148:19 (Tesařová Markéta, Hiršová Gabriela, Hrušková Barbora), 3. LPU 150:15, 4. ZBM 2 152:12 (Hrstková Vladěna, Hlavová Hana, Tužilová Magdaléna), 5. ZBM 3 160:49 (Hlavová Jindra, Chromá Adéla, Šimková Johanka), 21 ZBM 4 190:33 (Galatíková Lucie, Mádlová Věra, Hendrychová Zuzana)

H18: 1. LCE 125:40, 2. ZBM 1 126:04 (Brantner Niklas, Hlaváč Ondřej, Hirš Otakar), 3. LPU 128:10, ZBM 2 disk (Kelbl Vladimír, Říčný Vojta, Král Jan)

H21: 1. TUR 143:13, 2. ZBM 1 144:00 (Mokřý Stanislav, Zimmermann Štěpán, Nykodým Miloš), 3. LPU 1 144:02, 13. ZBM 4 154:49 (Hruška Jakub, Bořil Tomáš, Švirák Ondřej), 16. ZBM 5 161:29 (Zháňal Jan, Drábek Jan, Klusáček Matěj), 22 ZBM 3 164:58 (Klusáček Jan, Zřídka Veselý Libor, Bravený Vít), 30. ZBM 2 176:24 (Zimmermann Jakub, Přikryl Petr, Brlica Pavel)

# Program na červen a prázdniny

---

3. 6. – ST – mapový trénink (žactvo) – Královo Pole, Na kopcích – sraz: 16:15 – mapa: Rybstole – typ tréninku: COB – doprava: autobusem číslo 43 na zastávku „Na kopcích“

---

3. 6. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Kladeruby nad Oslavou – sraz: 16:30 u konečné tramvají ve Starém Lískovci (parkoviště u STK a benzínové pumpy) (tramvaj číslo 6 a 8) – mapa: Kramolín (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: souboje – doprava: osobními auty – přihlášky do pondělí 1. června Zhustovi

---

6. 6. – SO – ŽA, ŽB-M, ČP (TTR) – klasická trať– centrum: Štětměchy – start: 12:00 – doprava: zvláštním autobusem v 9:00 od Bohémy – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: pestrý, různorodý vysočinský s množstvím malých vodních rýh, střídavými pasážemi lesů s různými průběžnostmi a různým podrostem; hustá síť průseků a cest – příjezd: okolo 18:00

---

7. 6. – NE – ŽA, ŽB-M, ČP (TTR) – krátká trať– centrum: Štětměchy – start: 10:00 – doprava: zvláštním autobusem v 7:30 od Bohémy – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: pestrý, různorodý vysočinský s množstvím malých vodních rýh, střídavými pasážemi lesů s různými průběžnostmi a různým podrostem; hustá síť průseků a cest – příjezd: okolo 16:00

---

10. 6. – ST – mapový trénink (žactvo) – Veselka – sraz: 16:15 – mapa: Veselka – typ tréninku: okruhy – doprava: autobusem číslo 52 na zastávku „Kopce“ (odtud cca 2 km pěšky)

---

12. 6. – PÁ – M Jihomoravského kraje štafet (JmO) – štafety – Líšeň, Mariánské údolí – start: 17:00 – doprava: autobusem 55 na zastávku „Mariánské údolí“ – vedoucí: Jan Zháňal

---

13. 6. – SO – 9. Jihomoravská liga + Mistrovství Jihomoravského kraje na klasické trati (ADA) – klasická trať – Olomučany – start: 10:00 – doprava: zvláštním autobusem v 8:30 od Bohémy – vedoucí: Luděk Finstrle – návrat okolo 15:00

---

17. 6. – ST – mapový trénink (žactvo) – Žebětín, Ríšová – sraz: 16:15 – mapa: Augšperský potok – typ tréninku: sudá-lichá – doprava: autobus číslo 52 (zastávka „Ríšová“)

---

17. 6. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Bukovinka – 16:30 u supermarketu Albert u zastávky „Jírova“ v Líšni (tramvaj číslo 8) – mapa: Rakovecké údolí (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: dvoukolová krátká trať – doprava: osobními auty – přihlášky do pondělí 15. června

---

19. až 21. 6. – SO, NE – M ČR na krátké trati (EKP, ONO) – krátká trať – centrum: Jáchymov

---



– start: SO: 12:00, NE: 9:30 – doprava: zvláštním autobusem v pátek v 16:00 od Bohémy – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: hřbet s členitými svahy a širokým plochým vrchem, pozůstatky po těžbě, jámy, kupy, rýhoviště, haldy hlušiny, horský les s různou průběžností, suťová místa – ubytování na posteli na Božím Daru (pension Medard) – příjezd: v neděli 21:00

---

24. 6. – ST – mapový trénink (všichni) – Lesná, louka pod ZŠ Blažkova – sraz: 16:15 – mapa: Lesná (1:4000, E=2,5m) – typ tréninku: štafety – doprava: autobusem číslo 46 na zastávku „Blažkova“

---

25. 7. až 1. 8. – SO až SO – Soustředění Švýcarsko – viz samostatný rozpis akce – přihlášky: do 1. července 2015 přes členskou sekci

---

4. až 9. 8. – ÚT až NE – 5 dnů Bohémia 2015 – Doksy, Hamr na Jezeře – účast na tradičních 5-ti denních závodech OB – viz samostatný rozpis akce – přihlášky: do konce června přes členskou sekci

---

15. až 22. 8. – SO až SO – Letní tábor 2015 – Nesměř – tradiční prázdninový tábor pro všechny věkové generace – viz samostatný rozpis akce – přihlášky pouze e-mailem Zhustovi

---

## **5 dnů OB – Doksy, Hamr na Jezeře**

Datum: 4. – 9. srpna 2015

Cena: 2 700,- Kč – žáci (do 10 let)

2 800,- Kč – žáci (10 – 16 let)

3 300,- Kč – dorost+

(ubytování, stravování, doprava, trénink, vklad na závody)

Ubytování: Doksy, Lesní hotel. Spí se na postelích, spací pytel není potřeba.

<http://www.leshotel.cz/>

Jídlo: od sobotního oběda do sobotní snídaně, (snídaně, večeře v Lesním hotelu – obědy na závodech)

Doprava: vlak + osobní auta

Odjezd: v úterý v 7:41 z hlavního nádraží. Sraz v 7:15. Brno 7:41 – 9:35 Kolín (EC Slovenská strela), Kolín 9:46 – 11:19 Doksy.

Příjezd: v sobotu v 18:19 na hlavní nádraží. Doksy 14:40 – 16:10 Kolín, Kolín 16:23 – 18:19 Brno (EC Jan Jesenius)

nebo

v sobotu v 20:19 na hlavní nádraží. Doksy 16:40 – 18:10 Kolín, Kolín 18:23 –

20.19 Brno (EC Slovenská strela)

Čas příjezdu bude určen podle startovní listiny a možností přesunu na nádraží.

Přihlášky: do 26. dubna 2015 přes členskou sekci  
nebo Liboru Zřídka Veselému (tel. 604 996 773, email : zr@sky.cz)

Program: • účast na závodech „Bohemia orienteering 2015“ – 5 dnů OB  
→ <http://ok-bor.cz/bohemia2015/>  
• krátké mapové tréninky, hry, soutěže, výlety, koupání

---

## Tábor OB – Nesměř

Datum: 15. – 22. srpna 2015

Cena: 0,- Kč – děti (0 – 1 rok)

700,- Kč – žáci (1 – 3 roky)

2 100,- Kč – žáci (4 – 6 let)

2 300,- Kč – žáci (6 – 10 let)

2 500,- Kč – žáci (10 – 14 let)

2 700,- Kč – dorostenci (15 – 18 let)

4 500,- Kč – sourozenci (2 sourozenci 0 – 14 let)

3 000,- Kč – dospělý člen rodiny

vedoucí dle individuální domluvy

Způsob platby: výhradně na účet 1356013309/0800, VS 082015 nejpozději do konce června.

Ubytování: RS Nesměř – <http://www.rekreacnistrediska.cz/strediska/nesmer>

Jídlo: od sobotního oběda do sobotního oběda (snídaně, obědy, večeře, svačiny)

Doprava: vlak

Odjezd: v sobotu v 8:20 z hlavního nádraží. Sraz v 7:40. Brno 8:20 – 9:08

Křižanov (R Sázava), Křižanov 9:15 – 11:25 Velké Meziříčí.

Příjezd: v sobotu v 15:41 na hlavní nádraží. Velké Meziříčí 14:35 – 14:51

Křižanov, Křižanov 14:53 – 15:41 Brno (R Lipnice).

Přihlášky: již pouze ve výjimečných případech Liboru Zřídka Veselému (zr@sky.cz)

Program: • tréninky orientačního běhu, táborové hry, soutěže, koupání

*Zveme všechny, kdo by si rádi OB zkusili.*

*Pobyt lze využít jak k tréninkům, tak i k rekreaci v okolí řeky Oslavy. V okolí je velká řada míst, která stojí za to vidět – více informací a turistických zajímavostí naleznete na [www.mikroregionvmb.cz](http://www.mikroregionvmb.cz).*

## Seznam věcí

věci na běhání není vždy možnost je někde rychle usušit, proto doporučuji mít (doporučený) věci na běhání 3x, boty na běhání 2x. Běháme za každého počasí, proto oblečení přizpůsobte počasí (pokud bude chladno, přidejte teplejší věci)

Oblečení: Tričko s krátkým rukávem, tričko s dlouhým rukávem, tepláky nebo elastáky (něco, co má dlouhé nohavice), běhací dres (dederon, kdo má), obuv ven (tenisky na běhání po lese) ponožky a spodní prádlo (dle počtu dní), oblečení pro pobyt v budově (nejlépe využitelné jako oblečení na běhání v případě nouze), pyžamo, šátek, přezůvky.

Ostatní potřeby: Propisku, tužku, buzolu (kdo má), čip (kdo má), fixy nebo pastelky – stačí barvy černá, hnědá, zelená, modrá, žlutá, červená. Blok nebo sešit se čtverečkovaným papírem A5, izolepu, svírací špendlíky, mapník - sáček na mapu (průhledný, nešustivý, A4), pláštěnku, baterku, láhev s pitím, svačinu, menší batůžek, knížku na čtení, karty, menší cestovní hry apod. Nezapomeňte léky – pokud nějaké užíváte pravidelně.

.....

## Tréninkový kemp Švýcarsko – Flims

Datum: 25. červenec až 1. srpen 2015 – sobota až sobota

Přihlášky: nejpozději do 1. června 2015

Cesta:

Brno – Wien (120 km) – Linz (300 km) – Salzburg (430 km) – Innsbruck (600 km) – Flims (850)  
Flim – Innsbruck (200 km) – Salzburg (420 km) – Linz (550 km) – Wien (730 km) – Brno (850)

Ubytování: Ferienhaus davos Grap – Trin – 32 postelí <http://ferienhaus-crap.ch/>  
Celý hotel máme k dispozici, ale bez obsluhy.

Je potřeba si s sebou vzít vlastní povlečení.

Jídlo: Budeme si vařit sami a mám k dispozici velkou kuchyni.

Doprava: Mikrobusy a osobní auta

Odjezd: Brno – odjezd od Bohémy v 7:00

Program:

Sobota cesta do Flimsu

1 trénink

Neděle 2 tréninky

Pondělí 1 trénink + výlet

Úterý 2 tréninky – St. Moritz

(JWOC 2016 – 80 km)

Středa	2 tréninky
Čtvrtek	1 trénink + výlet
Pátek	2 tréninky – St. Moritz (JWOC 2016 – 80 km)
Sobota	1 trénink cesta domů
cena:	E, A, B, R: 6 500,- CZK / Ostatní: 8 000,- CZK (ubytování, doprava, jídlo...)
JWOC 2016:	<a href="http://www.jwoc2016.ch/">http://www.jwoc2016.ch/</a>
Více info:	<a href="http://zhusta.sky.cz/">http://zhusta.sky.cz/</a> / <a href="http://www.t-pak.ch/">http://www.t-pak.ch/</a>

## Rozpis tréninků od 31. března 2014

Den	Doba	Skupina	Typ tréninku	Místo
Pondělí	16:30 – 18:00	dorost +	běžecký	Žabovřesky – Rosnička
Úterý	17:00 – 18:30	žáci	běžecký	atletická dráha ZŠ Horní
	17:00 – 18:30	dorost +	běžecký	atletická dráha ZŠ Horní
Středa	16:15 – 18:00	výpravy za OB	výpravy za OB	okolí Brna – viz rozpisy
	16:15 – 18:00	pulci	mapový	okolí Brna – viz rozpisy
	16:15 – 18:00	žáci	mapový	okolí Brna – viz rozpisy
	16:30 – 18:30	dorost +	mapový	okolí Brna – viz rozpisy
Čtvrtek	14:30 – 15:30	začátečníci	tělocvična, hřiště	tělocvična ZŠ Kotlářská
	16:00 – 17:30	všichni	běžecký – dráha	Žabovřesky – Rosnička
	19:30 – 21:00	dospělí +	volejbal	tělocvična ZŠ Kotlářská
Pátek	16:00 – 21:00	dorost +	noční mapový	okolí Brna (osobními auty)
	18:00 – 20:00	dospělí +	florball	tělocvična ZŠ Kotlářská
Sobota	–	všichni	závod OB	–
Neděle	–	všichni	závod OB	–



POLARIS — ČERVEN 2015 — ROČNÍK XVII. — #143

Redakce: Zhusta, Honza Drábek, Filip

Kontakt: [zbm.polaris@seznam.cz](mailto:zbm.polaris@seznam.cz)

Web: [www.sky.cz/zhusta](http://www.sky.cz/zhusta)