

Fotka

Jan Komenda

Články

Úvod, Fotka naobálce: Kome(nda), Onos cup, Jizerská 50, VT Mrdďarsko, repre ve Švýcarsku, Balada o Kauflaufu, O-Mikron, BBP: Myslívna, Hruška cup, Maky po LOBech, Jarní pohár, Přestupy, Několikrát poprvé (>2 měsíce v Keni), Poděkování za Olympijský festival

Polaris

2 - 2018



Časopis orientačních běžců klubu SK Žabovřesky Brno – Ročník XX – Číslo 163

Úvod

Honza

Až se zima zeptá, co jsi dělal v létě?

Vzhledem k tomu, že čerstvé jahody (a nemyslím zmrzlé, na které někdo mohl zapomenout, jak se zpívá z hitu z minulého století) můžete koupit v prosinci/únoru nebo i březnu, tak se tohle rčení stává už zastaralým. Ale asi jde použít na orienták. Až se jaro zeptá, co jsi dělal v zimě?

No řekněme si na jarních závodech...

Klasicky se lyžovalo ve Špindlu. Po pár letech se nic nezměnilo, rolba nejela, nebyla nafukovací a studené vody nebyl nedostatek.

A pak se také roztrhl pytel nejen s orientačními závody. Klasická zimní liga v Žabinách pod vedením Onosu, netradiční městská klasika v podání Kauflaufu, po roce opět Zeldovy mikrohustníky pod Hády, opět s nečekaným vítězem. Na Špilberku jsme si vyzkoušeli dvoukolový sprint s výběrem mapy v druhém kole. No zajímavé. A ér (čip) rozhoduje.

I na Jizerské 50 najdete pár závodníků s žábou na dresu. No jo, okurková sezóna.

Do zahraničí za orientákem v únoru? Jak v Maďarsku tak i ve Švýcarsku bylo plno sněhu. Možná více než v Brně. :-)

No a samozřejmě konec února je čas přestupů... a co se rozpoutalo, to mi hlava nechce stále brát. Až je mi z toho smutno, že to takhle opravdu muselo? dopadnout. Ach jo.

Fotka na obálce: Kome(nda)

Ahoj Kome, podle záznamů na stravě.com to vypadá, že celkem točíš? Jak ti to jde?

Ahoj Drbčo, jak strava říká, tak tomu opravdu je. Snažím se hodně a měl bych ještě víc, ale vzhledem k mým zdravotním potížím to teď moc nejde :/ Jednou je to lýtko, pak kotník... Ale přece jenom, co je na stravě dáno, to je naběháno!

Co Pan trenér? Je na tebe přísný?

To jsem se ho zatím ještě neptal, ale když děláme týdenní souhrny, jde vidět, že je spoko s tím, co jsem naběhal :D #easylife #luvukouči

Na podzim sis vyběhl áčko, k tomu letos přecházíš z dorostenců na juniory. Jak se těšíš na delší/těžší tratě?

No tak to bude opravdu zajímavé. Na delší tratě nemám úplně naběháno, ale doufám, že to bude zábava. Těším se hodně. (s malou nervozitkou na zádech). Ale díky Raketě, Stevovi, budu mít zásobu gelů, abych uběhl i ty nejdelší vzdálenosti.

Letos budeš běhat už i dospělé štafety? Máš nějaké vysněné parťáky?

Moje vysněná štafeta je z naší tréninkové skupiny #SaK, rozbíhá ji Vláďa, předává Saša a já finišuji na prvním místě #easylife. Ale na druhou stranu mi bude chybět parťák à la Audi quattro Mc Kak #botanka, Tomík, se kterým se mi ve štafetě běhalo obzvlášť dobře.

Jakou máš vlastně oblíbenou disciplínu? Na co cílíš tohle jaro?

V oblíbě mám middle a sprint, ale nejde úplně říct, že je mám rád víc než klasiku. Všechno má své + i - . Ovšem předně budu cílit na middle a sprinty, obzvlášť toto jaro. #easylife

Díky

Onos cup

Martin Kinc

Jako každý rok se pravidelně konal závod brněnské zimní ligy NOS Cup, tentokrát v Žabínách. Jako vždycky se závodilo ve 4 kategoriích H, D, ZV a HDD. Celkem se sešlo na startu 207 závodníků. Tratičky byly postavené na nově zmapované mapě Žabotunel.

Start závodu byl u školy Waldorfská, začátek byl veden mezi paneláky. Na první kontrolu bez problému. Hned na druhou kontrolu jsem udělal chybu, kterou jsem udělal snad poprvé. Kouknul jsem se do mapy, zorientoval jsem se podle paneláku a vyběhl směrem na druhou kontrolu a náhle uviděl start. Říkám si „tady je něco špatně, radši použiji buzolu.“

Po zorientování běžím plnou silou vpřed, abych dohnal svoji blbost. Po třetí kontrole následoval delší přeběh přes silnici Žabovřeská, na které byly dvě varianty. Jedna vrchem přes lávku a druhá spodem přes lávku. Volím variantu po spodní lávce. Nakonec obě varianty přišly na stejno. Čtvrtá kontrola byla zároveň i desátá. Po oražení kontroly následoval krátký a jednoduchý okruh mezi paneláky. Po jednodušším úseku následoval nejdelší postup z celého závodu. Opět zde byly dvě varianty (zase přes lávky). Kouknou do mapy a jednoznačně volím vrchní variantu. Když kličkuji mezi paneláky, říkám si, že spodní varianta byla přece jenom lepší. Po dvanácté kontrole následovaly 3 kontroly, které byly u obchodního centra. Z mapy jsem si nedokázal za běhu představit, jak to ve skutečnosti může vypadat. Když však nacházím první kontrolu a vidím, jaká je skutečnost, nacházím další dvě kontroly bez problémů. Poté už následovaly poslední tři kontroly, opět mezi paneláky. Ty už bez problémů nacházím a pak rychle hurá do cíle.

Nakonec si s rychlými tratičkami v málo používané části Žabovřesk nejlépe poradil Palo Bukovac, Barbora Zháňalová, Tomáš Doušek a Martin Zřídka Veselý.

Onos cup, 18.2.2018, Žabovřesky

D: 1. Zháňalová Barbora 15.21, 2. Hiršová Gabriela 16.06, 6. Mádlová Věra 19.23, 8. Kočová Lenka 19.52, 10. Hendrychová Zuzana 20.09, 12. Odehnalová Klára 20.20, 15. Firešová Andrea 21.05, 16. Finstrlová Alena 21.30, 18. Hlavová Hana 21.55, 22. Barnatová Klára 24.02, 26. Bašeová Klára 24.26, 37. Pařízková Zuzana 30.43, 39. Kučerová Renata 31.19, 40. Stašková Petra 32.15, 42. Klangová Bohumila 39.43, Hiklová Natalia DISQ, Beránková Šárka DISQ

H: 1. Bukovac Palo 14.51, 6. Híkl Tomáš 16.55, 7. Finstrle Luděk 17.00, 8. Drábek Jan 17.06, 10. Zřídka Veselý Libor 17.32, 11. Kelbl Vladimír 17.46, 14. Komenda Jan 17.55, 16. Coufal Jáchym 17.59, 17. Kinc Martin 18.01, 20. Urbánek Adam 18.39, 21. Přikryl Petr 18.45, 23. Stehlík Martin 19.03, 25. Jordanov Alexandr 19.23, 26. Kasal Vít 19.28, 28. Baše Tomáš 19.52, 30. Dvořák Martin 20.19, 31. Roteck Pavel 20.42, 35. Kyncl Tomáš 21.44, 44. Pátek Richard 23.05, 46. Zelený Pavel 23.20, 58. Beránek Miroslav 28.04

HDD: 1. Zřídka Veselý Martin 13.52, 3. Kočová Klára 15.20, 4. Marková Eva 17.03, 7. Saitl David 20.10, 9. Rotková Veronika 21.44, 10. Beránková Kamila 22.42, 11. Beránková Julie 22.44, 15. Kučerová Tereza 26.02, 18. Koča František 29.01, 20. Kyncl Ondřej 32.01, 22. Bašeová Jolana 34.12, 23. Brabec Lukáš 39.28, 24. Pařízková Eliška 45.21, 28. Pařízek Jakub 58.18, Zelená Berenika DISQ

ZV: 1. Doušek Tomáš 13.59, 2. Josef Štěrbák 14.35, 3. Marek Vojtěch 14.58, 4. Zřídka Veselý Adam 15.03, 11. Kučera Tomáš 17.13, 12. Koča Vojtěch 17.33, 16. Rotková Markéta 18.07, 22. Marek Filip 19.55, 22. Janotová Dobra 19.55, 34. Zelený Vladan 23.20, 38. Baše Matěj 24.30, 46. Finstrlová Kristýna 30.32, 47. Filip Finstrle 31.37, 53. Finstrlová Julie 36.19, Mazálková Klára DISQ, Hiklová Eva DISQ

Jizerská 50

Klusy

Drbča píše, že má Polaris okurkovou sezónu, ať prý napíšu něco o Jizerské padesátce. Jako vážně? Běh na lyžích má s orientačním během společné tak nanejvýš slovo běh. Asi není dost jiných událostí na domácí nebo zahraniční scéně, komentářů, křížovek, účetních uzávěrek, politických afér nebo víkendových příloh, které by zaplnily stránky čísla. Nu budiž.

Jel jsem Jizerskou padesátku. Jede se na běžkách, klasickou technikou, měří nějakých 48 kilometrů a účastní se jí asi čtyři tisíce závodníků, kteří startují, jako když se startují štafety (hromadně a ve vlnách). Takže lyže na lyži. Doslova. S tím, že rychlejší lidi mají teoreticky startovat z dřívějších vln. Což se teda ne vždycky povede na sto procent. Taky kdyby se to povedlo naprosto dokonale, tak by bylo pořadí jasné a vlastně by se závod nemusel vůbec konat, že. Takže buď si připadáte jako pitomec, protože vás pořád někdo předbíhá, nebo si připadáte jako pitomec když pořád musíte přeskakovat ze stopy do stopy, jak se snažíte předběhnout borce, kteří si o sobě myslí, že to zvládnou usoupažit na skatových lyžích jako Standa Řezáč, ale kopec z Kristiánova na Rozmezí jim trvá dvakrát tak dlouho, než kdyby vyzuli lyže a vydali se nahoru pěšky. Tak jako tak si připadáte jako pitomec mezi ostatními pitomci.

Kdy jsem si poprvé přestal připadat jako pitomec, bylo zhruba ve třetině trati, kdy letmá extrapolace minut a kilometrů z hodinek napověděla, že by se to pod ty tři hodiny dalo stlačit. Tři hodiny byla magická hranice, kterou jsem letos chtěl překonat. Na podzim jsem se s tím cílem svěřil Majdě a pak jsem nesčetněkrát litoval, když mi to nekompromisně připomínala vždycky, když se mi nechtělo trénovat. Vlastně nelitoval, protože bych litoval víc, kdybych se flákal a pak to nedal. V půlce závodu na Jizerce jsem s časem 1:24 už žádný důvod k lítosti neměl. At all.

Druhou polovinu závodu jsem jel v módu zkrátit rozestup k další skupince z padesáti metrů na nulu – trochu si za nimi odpočinout – přepočítat odhad času v cíli – uvědomit si, že by to mohlo vyjít, pokud udržím současné tempo – předjet skupinku, za kterou se vezu, jakmile to jen trochu půjde – zkrátit rozestup k další skupince z padesáti metru na nulu – a tak dál. Magistrálu jsem měl naježděnou z točby z před čtrnácti dnů, lyže jely jako namazané a jelikož nepřišla žádná neočekávaná událost (čti: žaket), byly všechny přepočty až překvapivě přesné. Tak jsem z toho měl radost. Radost jsem měl i z konečného času 2:53. Narozdíl od minulé padesátky, kterou jsem jel pár let zpátky – tam byl výsledek horší a radost jsem z něj věru neměl. Letos mi nejlepší holky daly jen nějakých 25 minut, za což už není třeba se stydět. Takže cíl splněn a příště už si snad nebudu muset nic dokazovat a platit pytel dukátů za účast na davovém šílenství. I když... uvidíme.

VT Mrdd'arsko

Steve

Dlouho nebylo jasné kam se pojedje. Informace na různých místech ukazovaly na destinace Rakousko/Španělsko/Maďarsko, nakonec byla záhada vyřešena a jelo se do Maďarska. Zásadní otázka je, proč jsme tam jeli? No přece si zaběhat v jalovcové stepi pěkně v teple, teda v relativním teple, prostě tepleji než u nás, ideálně nad nulou a v suchu. A jak to dopadlo? Byla zima, sníh a sněžilo. Tepleji než u nás ale bylo a celou dobu taky nesněžilo. O víkendu i svítilo slunce, ale teplota zase klesala hluboko pod nulu. Jalovců a běhání jsme si užili dost, těch jalovců možná až moc.

Ale pěkně od začátku, první skupinka vyrážela už ve středu po práci. Cestou jsme se spojili s mikrobusem rakouských juniorů a Marošem. Uvítací společná večeře proběhla v restauraci s velkým M a pokračovalo se za vydatného sněžení až na ubytování. Kvalita postarších bungalovů byla spíš slabší, ale obsahovaly vše potřebné včetně tepla, lednice a televize, která se při absenci wi-fi a končící olympiádě hodila.

Úvodní middlový trénink byl v jalovcích jen lehce, ale 10 cm mokrého sněhu a sněžení dělalo trénink poměrně náročným. Příjezd i odjezd z tréninku taky výrazně prověřil řidičské schopnosti jízdy ve sněhu a posádka některých aut nebyla ušetřena tlačení. Vzhledem k vzdálenosti tréninku od ubytování jsme polední pauzu včetně oběda strávili v malé maďarské hospůdce. Smažák a řízek se neukázaly jako nejlepší jídlo před odpoledními okruhy, které už tentokrát byly v jalovcích hodně. Krom píchání jalovcových jehliček jsme byli ještě odměněni mokrým sněhem z jeho větví. Cestou z tréninku nás ještě potkala nepříjemnost v podobě prasklé žárovky, kterou se nám vzhledem k absenci šroubováku s hvězdičkovou hlavu podařilo vyměnit až v neděli. Večer byly v plánu místní termální lázně, ale bohužel měli večer zavřeno, tak jsme vymysleli alternativní zábavu v podobě ochutnávky místních ionťáků, spáleného popcornu a srovnávání virtuálních řidičských schopností. Pátek dopoledne jsme vyrazili na 1. úsek štafet v otevřeném terénu, tak otevřeném, že jalovců bylo opravdu málo. Příjezd byl opět po zasněžené cestě a po menším bloudění museli někteří při otáčení hrabat a tláčit. Byl to takový farstovaný přespolák, u kterého ale bylo potřeba koukat do mapy. Tentokrát trénink nebyl tak daleko a mohli jsme si po obědě v hospůdce, kam jsme chodili cca 300 m na většinu jídel, lehce odpočinout v posteli a podráždit olympiádu v televizi. Odpolední sudá-lichá nabízela hodně zajímavých tratí, jako například optimální délka 5100 m nebo zkratka 69. Rozdělení do dvojic bylo jednoduché, protože bungalovy byly po dvou. S koučem jsme nakonec oželeli lákavé nabídky a zvolili jsme druhou nejdelší možnost, myslím 7900 m. Večer už sliboval termální lázně, protože páteční večer bylo otevřeno až dlouho do noci. Vyzkoušeli jsme skoro všechny bazény různých teplot a barev. Podařilo se nám vyhnout několika místním tsunami a po dlouhém prohrátí jsme ještě doplnili energii před víkendovým jalovcovým peklem, o kterém jsme nevěděli, jak moc bude pekelné. Pozdě večer dorazila druhá skupinka, která přijela jen na víkendové závody. S tou jsme se setkali až v mrazivém sobotním ránu a teplota -7 značila, že ty jalovce nebudou třeba tak pekelné, ale opak byl pravdou. Shromaždiště bylo na malé loučce uprostřed „lesa“, ale vzhledem k zimě všichni zůstávali v autech. Maďaři moc časově nezvládali a start se posouval o 15 minut, někteří brzo startující měli problém i s pomalými roznašeči a museli na ně čekat. Jalovcové peklo začalo hned na první kontrole a skončilo, až na střední pasáž v lese, až v cíli. Jalovce byly tak husté, že by se daly krájet, ale bohužel nebylo čím. Žlutá místa v mapě byla někdy až moc optimisticky zmapovaná, a tak žlutá někdy znamenala řídké jalovce. Chyby se počítaly v minutách a chybovalo se hodně. Někteří strávili v jalovcích opravdu dlouho dobu. Musím říct, že mě to bavilo tak první půlku, pak už toho bylo moc. Cestou ze závodů jsme se pokusili nakoupit mačety na neděli, ale bohužel v nabídce byly jen obouruční sekery. Sobotní večer jsme strávili opět v termálních lázních, tentokrát s rozbohem postupů a následnou mentální přípravou na jalovcové peklo vol. 2. Nedělní ráno bylo mrazivé a trošku hektické kvůli rychlému balení a vymetání spáleného popcornu, dalšího smetí a lidí z bungalovů. Únava ze včerejšího mrazivého jalovcového pekla byla značná a cesta na závody byla unavená. Běželo se ve stejném prostoru, a tak už kličkování mezi jalovci bylo o fous jednodušší a stavba tratí byla taky přívětivější vůči vyhýbání se opíchání jalovcem. Závod to byl hezčí než v sobotu i proto, že už se vědělo, co se asi dá prolézt a kam raději bez mačety nejít. Mapa byla po oba dny na některých místech taková pofiderní, asi to bylo i tím, že je od roku 2002 jen revidovaná a nebyla udělaná znovu. Čekání na vyhlášení bylo hodně dlouhé, ale kvůli tekutému jalovci o objemu 0,7 l se vyplatilo. Bohužel PePr vyhlášení nestihl, protože si jalovce dlouho užíval, až jsme měli strach, jestli nebyl opíchán jalovcem až moc, ale nakonec dorazil v pořádku do cíle. Před cestou domů nás čekala ještě výměna žárovky po nákupu šroubováku v Tesco za posměchu juniorů, ale uvidíme, kdo se bude smát, až se podívají v létě do pravého jalovcového rozpáleného pekla v rámci JMS. Zmrzlí a opíchání jalovcem jsme pak vyrazili domů do ještě větší zimy. Pokud vám přijde, že se v článku často objevuje jalovec, je to jen proto, že jalovec byl všudypřítomný, ale frekvence jalovce v článku je ještě oproti výskytu jalovce ve skutečnosti daleko menší.

Boróka Kupa (tavasz) / Juniper Open (spring) 2018.

M14: 1. Salopek Tihon (37:41, 48:52) 86:33, 7. Zridkavesely Adam (53:39, 84:03) 137:42, 13. Marek Vojtech (97:53, 106:42) 204:35; M16: 1. Coufal Jachym (42:49, 56:39) 99:28; M18: 1. Bujdosó Zoltán (52, 51:41) 103:41, 4. Milán Tomás (57:06, 69:46) 126:52; M20: 1 Szuromi Mátyás (52:09, 69:59) 122:08, 18 Kral Jan (91:49, 143:31) 235:20, Komenda Jan (dnf , mp) DISK; M21A 1 Zimmermann Štěpán (79:37, 86:25) 166:02, 11 Kazda Adam (93:20, 133:21) 226:41, 15 Kelbl Vladimír (124:32, 111:56) 236:28, 17 Jordanov Alexandr (116:31, 128:07) 244:38, 20 Prikryl Petr (87:28, 176:58) 264:26 21 Finstrle Luděk (142:34, 128:09) 270:43, Zridkavesely Libor (mp , mp); W14: 1 Sárközy Rita (29:35, 31:54) 61:29, 2 Rotkova Marketa (36:24, 39:41) 76:05; W16: 1 Bednarikova Emma (36:41, 55:36) 92:17; W20: 1 Chaloupská Barbora (46:08, 49:05) 95:13, 10 Firesova Marketa (53:59, 59:56) 113:55; W21A: 1 Hiklova Natalia (61:11, 68:07) 129:18, 2 Hirsova Gabriela (64:02, 65:48) 129:50, 3 Tuzilova Magdalena (79:10, 64:26) 143:36.

Repre ve Švýcarsku

Barča

Brňáci jeli ráno do Prahy vlakem o půl sedmé, aby mohli ve 12 sedět v letadle směrem do Milána. Od tama už autem do Švýcarského Ticina.

Půjčování aut bylo velmi zdouhavé, tak jsme zjistili, že v Miláně na letišti mají automat na espresso. Po objednání můžeš sledovat celý proces přípravy kávy: pomletí, upěchování do filtru až po přefiltrování. Bylo výborné.

Na letišti dále zjišťujeme, že nám půjčovna aut nachystala vozy s letními pneumatikami. Ještě si narychlo připláčíme za zimní, protože ve Švýcarsku je to povinné (navíc tam má sněžit). Jen Šédovo auto zůstává s letními. Snad nepotkáme policajty a chumelenici.

Cestou na ubytování ještě stihneme trénink v Itálii. Po cestě na start mě docela překvapuje pán, co si ukládá běžky do auta. Kouknu nad sebe a nejnižší sních vidím tak 500 výškových metrů nad sebou. Proč si tam nevyjel autem? Kroutím nechápavě hlavou. Na závěr tréninku sbíhám po kontrolách lese až k autu a tato záhada se mi vyjasní. Poslední kontrola leží hned vedle běžeckých tras s umělým osvětlením a umělým sněhem. Zrovna na nich probíhá trénink dorostenců. A já si pomyslím, že je to snad poslední sních, který za toto soustředění potkáme. Opak je však pravdou.

Na švýcarské straně je sněhu nad kotníky a ještě přisypává. Však jsme v úpatí vysokých Alp. Extrém nastane v pátek, kdy sněží celý den. Ráno kauč zjišťuje, že nejenže Šédovo auto na letních nikam nevyjede, ale i ostatní auta raději zůstanou zaparkovaná bezpečně u domečku. Všechny cesty v tomto kraji totiž vedou serpentinami (Proto taky Adélka I. musela pořád sedět vpředu).

Tak vyrážíme na záložní plán: dlouhá vytrvalost z ubytka. Cesta vede kus od embarga na ME, snažíme se našlukovat okolní terén. Z vyhlídky na St. Salvatoru však nic krom mlhy nejde vidět. Prý ještěže tak, jinak by se Miška bála a nikam by nedoběhla.

Po 110 minutové vytrvalosti nějak cítím stehna. Rychle vyčtu hodinky na stravu a koukám, že jsme za 12 km nastoupaly 800 m převýšení. No to by odpovídalo. Přesně v tomhle duchu se totiž táhly i ostatní mapové tréninky. V extrémně prudkých svazích jsme i při downhillu měli pocit, že pořád lezeme do kopce.

Další překážkou pro běžce v tomhle terénu byly kaštany. Sice byly jedlé, o to však nepříjemnější. Jejich slupka má totiž ostré bodliny, které se velmi lehce propíchnou botou i kůží. Jen si představte, že v takovém lese zakopnete a spadnete dlaněmi přímo do nich. Zapomněla jsem zmínit, že se ty bodlinky blbě vyndávají. A v takové dlani, ve které je zabodnut kaštan, se nedá držet mapa.

Co se týče kvality mapy, tak je to spíš italská kvalita. Žádný laser scan, proto vrstevnice moc nesesí, chce to hodně představivosti a běhat na objekty. Ještěže na ME už laser scan bude.

Takže jsme v neděli v 7 hodin večer odlétali z Milána zase do Prahy ponaučení: musíme víc běhat kopce, pořídít si pevné boty (nejlépe model Icebug Zeal) a mapa bude vypadat úplně jinak. A to jsou vlastně samá pozitiva. Protože víme, že nás už nic nepřekvapí jako zácpa před Švýcarsko-italskou hranicí.

Balada o Kauflaufu

Ivo Cicvárek

pozn.: recitace na známky bude vyžadována...

Probouzí ve mně skrytý děs,
ten závod, který bude dnes.

Ač v Líšni, přece žádný sprint,
mráz pálí jako pepermint.

Jen blázní v zimě soutěží,
však zmrzne ten, kdo neběží.

Ref.:

U kontroly dítě stálo,
z plna hrdla volalo.

Já jsem mu nic neporadil,
Neb mě v boku píchalo!

Kdo vymyslel tak dlouhý běh?
Po půlce už mi schází dech.

A dohání mě pochyby:
zas do kopce? Zas do chyby!

Oběhnout líšeňskou kotlinu?
Zničte tu trať, i šalinu!

Dům! Průchod! A já za vola.
Za zády je ta kontrola!

Motám se křovím ve zmatku,
bořím se do vrstvy odpadků.

Ref.:

U kontroly dítě stálo,
z plna hrdla ječelo.
Já jsem mu nic neporadil,
Smrt mi sedla na čelo!

Tak do třetice přes rokli,
triko je potem promoklý.

Škleb šilence mám na líci,
proč schody nejsou jezdicí?

Míjí mě běžecké stálice,
já těsně před stavem mrtvice!

To mám jen osm na tričku,
a oni šestnáct v malíčku.

Ref.:

U kontroly dítě stálo,
z plna hrdla sípalo.

Já jsem mu nic neporadil,
V čipu cosi pípalo.

Cíl.

Svět zase bere tvar.

Mládí je v hajzlu. Sportu zdar!

11. Kauflauf, 25.2.2018

15km: 1. Daniel Hájek 1:07:26, 6. Martin Kinc 1:25:05, 8. Tomáš Baše 1:30:31, 10. Lukáš Chvátal 1:34:07

2km: 1. Klára Kočová 18:55, 3. Veronika Rotková 28:15, 4. František Koča 31:55, 8. Thea Coufalová 44:25, 9. Rea Coufalová 44:45, 10. Julie Beránková 49:12, 11. Kamila Beránková 49:18, 14. Jolana Bašeová 1:00:35,

4km: 1. Vojtěch Koča 32:14, 8. Veronika Křístková 39:27, 14. Klára Kročová 42:39, 23. Matěj Baše 53:56, Martina Coufalová DISK

8km: 1. Bronislav Přibyl 43:59, 2. Adéla Indráková 47:35, 3. Adam Kožoušek 50:17, 7. Svatoš Coufal 53:02, 19. Lenka Kočová 1:00:30, 26. Ivo Cicvárek 1:06:18, 31. Miroslav Beránek 1:09:16, Pavel Rotek DISK

O-Mikron

Honza

Ahoj Vlád'o, gratuluji k vítězství v O-Mikronu. Vlastně loňské obhajobě vítězství v buši pod Hádami. Jak si to vítězství vysvětluješ? Co ti tak sedlo na terénu?

Čus Drbčo, čus děcka, díky! ;)

Vítězství má jednoznačné kořeny v precizní práci s buzolou, ve čtení mapy a velké dávce štěstí. Před rokem jsem vůbec netušil, že tento prostor existuje. A najednou zde Zelda udělá závody. Přicházím na ně ohromen výjimečnou absurditou tohoto terénu způsobenou tím, co je to za terén: rozsypaný TRNITÝ čaj ve žlutém poli vysoké trávy zpestřen rozličnými terénními tvary. To je to, co mi na terénu sedlo. Těšil jsem na něj, na jeho extravagantnost. Těšil jsem se z nevědomosti – nevěděl jsem jak se orientovat; co mě tam čeká (bezdomovci, odpadky, potažmo mořské panny).

Důvodem vítězství asi nebudou zmíněné věci. Vítězství způsobila zejména velká dávky štěstí, že jsem se nikde z nerozvážnosti nezamotal do labyrintu ostatních keřů a netočil se v kruzích. Dále jsem se pokoušel co nejvíce používat buzolu a udržovat pozornost na výrazné objekty. Letos jsem jen zopakoval stejný postup.

Jak zvládáš mapovat Zeldovy všechny hustníky?

Nezvládám. Většinou je ignoruji, pokud nejsou dostatečně velké pro zvolení záchytného bodu.

Asi je to měřítkem, ale hustníky v Maďarsku mi z mapy přijdou mnohem lépe čitelné než pod Hády.

Jak jde příprava běhání na novou sezónu? Jak si to skloubils s vysokoškolským životem?

Vysokoškolský život mě příjemně zaskočil, až jsem zapomněl na běhání. Což mi nevadilo. Stejně jsem průběžně pořád něco dělal. V druhé polovině zimy jsem se potýkal s různými zdravotními potížemi. V poslední době se mi daří skloubit větší objem tréninku se školou.

Nemýlím-li se, čeká tě první sezóna v dospělých. Jak se těšíš?

Ano, čeká. Těším se jako vždy.

Díky

O-Mikron, 4.3.2018, Hády

1. Kelbl Vladimír 20:13, 2. Zimmermann Štěpán 20:26, 3. Zřídka veselý Libor 21:26, 6. Drábek Jan 8511 23:47, 7. Příkryl Petr 23:52, 8. Kinc Martin 24:13, 9. Jordanov Alexandr 24:49, 10. Hirš Otakar 25:53, 11. Zháňal Jan 27:09, 13. Coufal Jáchym 27:54, 15. Cicvárek Ivo 30:40, 17. Gregor Michal 31:47 FA, 18. Hrazdil Jiří 32:34, 19. Komenda Jan 32:36, 27. Koča Jaroslav 36:45 FA, 28. Kync Tomáš 7201 38:11, 31. Dvořák Martin 39:35, 35. Coufal Svatoš 41:12, 42. Mokří Stanislav 50:44

D: 1. Kabáthová Eva 22:38, 2. Bednaříková Emma 24:29, 3. Mádlová Věra 24:42, 6. Křístková Veronika 30:12, 11. Hendrychová Zuzana 35:51, 15. Cicvářková Lucie 40:28, 19. Vršková Dagmar 50:32

HDD: 1. Cicvárek Martin 12:06, 2. Zřídka veselý Martin 15:17, 3. Kočová Klára 15:34, 4. Koča František 16:05, 5. Coufalová Rea 20:44, 8. Marková Eva 21:50, 11. Coufalová Thea 29:45

K: 1. Bednařík Vilém 18:55, 6. Koča Vojtěch 27:14, 8. Zřídka veselý Adam 32:52, 9. Mazálková Klára 34:20, 11. Marek Filip 40:40, 12. Mazálková Libuše 44:18, Marek Vojtěch DISK

BBP: Myslivna

Drbča

Předposlední bbp nás čekalo v Kohoutovicích. V sobotu panovalo krásné jarní počasí a zkratka bbp dostala také nový význam. Tak třeba brněnský bahenní pohár. Protože část tratě se změnila na poctivé bahenní orgie. Takové, jaké jsme měli na přeběhu našich nedělních družstev.

Dorazil jsem právě včas na start pětky. Při rozklusání jsem byl obhlédnout trať, bohužel jen tu část, kde nebylo bahno. Zafandil jsem holkám na doběhu a jal se rozlousknout otázku kde, v čem že to poběžím?

Nakonec jsem volil decentní zimní oblečení, ač někteří soupeři běželi, jako kdyby bylo 30 °C, kraťasy a tílko. Myslím, že jsem neprohloupil. Aspoň co se ukázalo později v závodě.

Start a mačkanice na začátku, pak úprk do kopce, vyhnout se zábradlí a po asfaltce do kopce. Pole se trhá a než se přeběhne poprvé silnice, už nás čeká první kaluž a bahno. Ale to byla jen předzvěst cesty

za silnicí. Zde už po pětce a čele balíku nás čekalo pěkné bahýnko, které do druhého kola ještě trochu více zhoustlo. Hlavně dávat bacha a nekoupat se v něm, jako borec přede mnou. Malá odpočinková část na asfaltce a pak kolem Myslívny. Zde už byla cesta hezčí. Seběh kousek nad start a hurá do druhého kola. Je to pěkný hnus a jsem rád, že mám dlouhé ponožky. Protože vidím, že soupeři už to začalo zasychat, když znovu vbíhá do dalších a dalších kaluží. A pak jen do cíle natáhnout krok a hurá z kopce do cíle. Opět mě Pepr, Svatoš i Zelda porazili, opět se vlezli ale do minuty, takže spojenost.

Na botách začíná zasychat bahno, tak nejvyšší čas vzít kolo a rychle domů.

Jo a díky všem po trase za fandění. Pomůžte.

9. BBP Myslívna, 10. 3. 2018

10 km: 1 ČÍPA Jiří 35:52, 7 HIRŠ Otakar 40:32, 36 COUFAL Svatoš 46:02, 37 PŘIKRYL Petr 46:05, 44 DRÁBEK Jan 46:59, 73 ROTEK Pavel 00:50:59

5km: 1 ŠVEJNOHA Jan 19:57, 5 COUFAL Jáchym 21:09, 23 TUŽILOVÁ Magdalena 24:48, 25 ZHÁŇALOVÁ Barbora 25:16, 28 HIRŠOVÁ Gabriela 25:50, 29 TESAŘOVÁ Markéta 26:00, 33 FIREŠOVÁ Markéta 26:26, 56 KABÁTHOVÁ Jitka 28:56, 64 HENDRYCHOVÁ Zuzana 29:35

Přípravky mladší dívky: 11 COUFALOVÁ Thea 01:41

Přípravky starší hoši: 6 BULIČKA Martin 03:23, 7 ZŘÍDKAVESELÝ Martin 03:23

Mladší žáci: 3 ZŘÍDKAVESELÝ Adam 04:21

Mladší žákyně: 1 FINSTRLOVÁ Julie 04:34

Starší žáci: 7 ŠTĚRBÁK Josef 05:50, 8 MAREK Vojtěch 06:05

Hruška cup

Danáč

Když mi v úterý před Hruška cupem říkal na tréninku v tělárně Jenda, že mám v neděli přijít na závody, že to přeci dělají pro nás, tak jsem měl v hlavě, že se stejně chci proběhnout v neděli dle plánu rychleji, takže proč ne. Napsal jsem Márovi Minářovi, abych měl reprezentační konkurenci a těšil se na pěkný jarní zážitek.

Vzhledem k tomu, že se běželo na Špilberku a shromaždiště bylo ve stejné škole jako na loňském MČR, tak jsme přesně věděli, co náš čeká. Co jsme ale přesně netušili, byl systém, jakým bude závod v knock-out sprintu probíhat.

První kolo (semifinálové skupiny), znamenalo oběhnout cca 11' klasický sprint, ze kterého vždy dva nejlepší ze čtyř rozběhů postoupili do finále A, potažmo finále B. Tratičky byly příjemné, protože jsme se ještě plní sil na úplném začátku dostali na vršek kopce, následně proběhli hradem Špilberk a pak se pomalu pustili z kopce dolů směř cíl. Mise splněna, postup do áčka se podařil.

Druhé kolo bylo testem nové inovované sprintové disciplíny knock-out sprint, která by se měla brzy začít běhat na velkých mezinárodních akcích. Podstatou je, že jdou závodníci minutu před startem k mapám a tam si vybírají, co vlastně chtějí běžet. Opravdu je to tak. Připraveny jsou 4 varianty tratí, ze kterých si vyberete jednu a v okamžiku startu vyběhnete. Jelikož tady měla každá z variant jinou jedničku, bylo jasné hned několik sekund po startu, že jsem si s Márou a Adamem vybral stejnou variantu a jen Steve běží jinou. V průběhu závodu jsme se přetahovali s Márou o vedení na stejné trati, zatímco za námi zuřil boj o poslední místo na stupních na odlišných, ale podobných kontrolách. Prostor finále se překrýval s prvním kolem, takže byla naše navigace bezchybná a my mílovými mířili k cíli. Já jsem měl nakonec více sil a v závěru uhájil před Márou první místo.

V hlavní kategorii žen pak vyhrála Adélka. Jelikož se jednalo o poslední podnik BZL, byly vyhlášeny i celkové výsledky letošního ročníku. Pak už zbývalo jen zas about tenisky a doběhnout domů, abychom mohli pořádně nakrmit Stravu, když už jsme se dnes vydali „jen“ sprintovat.

Díky za další pěkný závod a za rok se znovu těším na zimní pohodové závody v Brně a okolí!

Hruška cup, 11.3.2018, Špilberk

D1: 1. Indráková Adélka 11.02, 5. Finstrlová Alena 17.53, 8. Bašeová Klára 21.05; D2: 1. Tesařová Markéta 12.51, 2. Firešová Markéta 13.39, 3. Bednaříková Emma 14.52, 5. Firešová Andrea 19.43, 6. Kočová Lenka 19.52, 8. Vršková Dagmar 35.29; D3: 1. Tichovská Martina 11.32, 2. Hiršová Gabriela 12.10, 3. Mádlová Věra 14.44, D4: 1. Zháňalová Barbora 11.10, 2. Křístková Veronika 14.41, 6. Hendrychová Zuzana 17.48,

H1: 1. Zimmermann Štěpán 11.48, 2. Drábek Jan 13.01, 8. Kyncl Tomáš 20.24, Komenda Jan DISQ; H2: 1. Minář Marek 11.39, 4. Coufal Jáchym 15.36, 6. Urbánek Adam 16.59, 9. Gregor Michal 19.40, 12. Oujezdský Matyáš 22.14, H3: 1. Chromý Adam 12.26, 2. Kinc Martin 14.41, 3. Kelbl Vladimír 16.20, 5. Rotek Pavel 17.01, 9. Baše Tomáš ZBM7402 24.18; H4: 1. Hájek Daniel 10.31, 3. Hikl Tomáš 12.08, 6. Jordanov Alexandr 15.02, 7. Koča Jaroslav 15.30, 8. Zelený Pavel 15.55

HDD: 2. Bulička Martin 17.13, 6. Zřídka veselý Martin 17.26, 8. Koča František 17.36, 11. Kočová Klára 22.10, 12. Bašeová Jolana 22.50, 14. Kyncl Ondřej 23.14, 22. Chaloupková Klára 29.15, 23. Stehlíková Kateřina 30.06, 27. Chaloupka Matěj a Jakub 53.45

ZV: 1. Doušek Tomáš 14.36, 2. Štěrbák Josef 14.48, 3. Urbánek Tomáš 14.50, 7. Koča Vojtěch 16.33, 10. Finstrlová Julie 17.17, 14. Finstrlová Kristýna 18.50, 18. Baše Matěj 25.31, 22. Marek Filip 29.19, 24. Komenda Jakub 31.05, 31. Stehlíková Barbora 52.55, Zřídka veselý Adam DISQ

Finále:

H - A: 1. Daniel Hájek, 2. Marek Minář, 3. Štěpán Zimmermann, 4. Adam Chromý

H - B: 1. Jakub Zimmermann, 2. Vojtěch Netuka, 3. Jan Drábek, 4. Martin Kinc

D - A: 1. Adélka Indráková, 2. Barča Zháňalová, 3. Markéta Tesařová, 4. Martina Tichovská

D - B: 1. Gabriela Hiršová, 2. Markéta Firešová, 3. Veronika Křístková, 4. Adéla Chromá

Maky po LOBech

Ahoj Maky, máš za sebou sezónu v LOBech, jak se ti dařilo? Jak to jezdilo? Bylo dostatek sněhu?

Ahoj, letos jsem měla nalyžováno trochu méně než minulý rok, ale i tak bych řekla, že to s výsledky nebylo tak zlé. Já si LOBY vždycky užívám a užila jsem si i tuto sezónu. Letošní zima u nás patřila k těm lepším, takže sněhu na českých závodech bylo dost (přesunout se musely jen jedny závody). To se bohužel nedá říct o MSJ v Bulharsku, kde jsem přidala na lyže několik dalších šrámů k těm loňským z Finska.

Reprezentovala jsi ČR i na závodech v zahraničí. Jak se ti tam dařilo??

Z Bulharska si vezu jeden pěkný výsledek - 15. místo na klasice. Všechny závody ale byly skvělým dobrodružstvím, bohužel jsem se asi až v tom posledním individuálním závodě naučila správnou techniku jízdy po bahýnku a jehličí a skákání potoků.

A co bylo tvým nejlepším letošním závodem

Nevím, který byl nejlepší, ale nejvíc užité byl určitě middle právě na jwsocu, kde se jezdilo hlavně po krásně namrzlé louce, dalo se to všude fikat a nemusela jsem ani řešit, kde skútr najel cesty.

A jaký byl přechod zpátky na běhání? A jak se těšíš na letošní sezónu? Čekají tě juniorské tratě, jak se s nimi popereš?

Snažila jsem se běhat i přes zimu, takže přechod to zas tak výrazný není. Už se ale strašně těším na jaro a první jarní závody. Rozdíl mezi tratěmi 18 a 20 není tak velký, tak to snad zvládnou.

Juniorské máte v Maďarsku, byla jsi tam už i na závodech i soustředění. Jaké je běhání v jalovcích?

Běhání v jalovcích je ohromná zábava, ale někdy, když už se několik minut hledám mezi křovisky, mi moc do smíchu není.

Díky

Jarní pohár

Honza

Prvním velkým závodem je už pravidelně Jarní pohár. Já tedy vyrazil až v sobotu ráno, takže co se dělo na nočáku, to se musíte zeptat povolanějších. Jelo se klasicky do Hradce a pak ještě kousek dál. Bylo to daleko na shromaždiště, ale aspoň jsme nemuseli shánět popisy (to nevdá, že to jsou štafety) ani rychle hledat záchod, protože tunel byl už postavený. Paráda.

No moc ne, běžel jsem první úsek a po rýmičce z minulého týdne jsem se zrovna v top formě necítil. Co už, neběžím áčko, že. Takže trochu rozklusat, protáhnout, jak dobře poznamenal Kube, musím to udělat pořádně, protože tohle rozcvičení a rozklus mi musí vydržet do konce sezóny. :-) (A po oddíláču dám pořádný výklus.)

Takže k mapám a úprk do lesa. Ten nepřekvapil. I když tu bylo pár kopců, ale bylo to prostě jen palba, rovně, rovně, mladé bukové hustníky a zase rovně. Balík mi po chybě utekl a marně jsme ho naháněl. No jo, špatná forma. Ale květen bude důležitější. V půli jsem aspoň předběhl Kinga, naši čtvrtou štafetu, a pak hurá do cíle přes největší kopec na trati. Divácký průběh a sranda pytlík a doběhnout do cíle a předat Majklovi.

No divácky moc atraktivní štafety nebyly, udělalo se zima a nešly i mezičasy, takže Běďa toho moc hlásit nemohl. No tak jsme čas trávil v tunelu a pak na doběhu.

Po závodě do tradiční tělocvičny, žádná společná sprcha letos nebyla, zato teplé vody bylo dostatek. Druhý den jsem se bláhově přihlásil do elity, čímž jsem prý „přemluvil“ další Žabiňáky. „Přece když jde Drbča, tak musím i já...“ Blázni. ;-) Ale popravdě, nechtělo se mi čekat na start a ten začátek je dobrý, a taky slušný kilometry, že. Za chvíli na to natočeno mít už nebudu.

Takže na jedničku ani nekoukám do mapy, dvojku si pohlídám, abych šel za dobrý vlakem, pak se začnu propadat balíkem a najednou se ohlídnu a jsem sám. No dobrý, to bylo rychlé. Ještě menší chyba v druhém motýlku a jsem jasný. Dobíhám na uzlovku a čeká mě dlouhatánský postup přes celou mapu. Nikdo nikde, tak snad nejsem totálně poslední. Běžím a běžím, rovně, co to jde. Před občerstvovačkou v dálce najednou vidím nějaký dres, jde stejným směrem, tak že by soupeř? Občerstvení, super, banánky, cukr, voda... Tak jdu za dresem a o kilometr dál a dvě kontroly už mu dýchám na záda a před poslední uzlovkou/občerstvovačkou/Kadem s foťákem jdu před něho. Jde do druhého motýlku a já dělám chybu a zbytečně obíhám... jenže v dalším motýlku mě dobíhá Jenda a balík, wau, mapu otáčím na popisy a ať rychlíci mapují. Vydržím s nimi zpátky na občerstvení a pak zase sám. Tedy, za zády na mě někdo dýchá a po mé chybě mě dotahuje. Ale jen visí, takže jednu kontrolu přebíhá společně se mnou. A už jdu na poslední občerstvovačku a zde vidím opět soupeře, kterého jsme tak dlouho stahoval. Tak běžíme do kopce na před sběrku a mezery stále stejný. A to ani netuším, že nás touhle dobou dost stahuje nějaký borec z Dobrušky. Bohužel předsběrku špatně razím a utíká mi. A borec za mnou je jen krok... ale zkouší ještě nějaké finty, ale na sběrce jsme před ním. Zákeřný povinný úsek do cíle, ale nepustím ho před sebe a druhým nejrychlejším finišem si dobíhám pro 25. místo. :D

A to by bylo všechno. Tak zase za rok?! Uvidíme.

No a co na závěr? Dojel jsme k bohémě. :-)

Jarní pohár. Prase(k), Prasečí kalup, 24.3.2018, štafety

D14: D14 1. VRL 1 90,05, 3. ZBM 1 (Rotková Markéta, Pánková Klára, Finstrlová Julie) 97,22; D18: 1. TBM 1 110,59, 9. ZBM 1 (Bednaříková Emma, Barnatová Klára, Mulíèková Markéta) 120,49; D21: 1. PHK 1 122,48, 3. ZBM 1 (Firešová Markéta, Hiršová Gabriela, Tužilová Magdaléna) 125,37, 13. 92 ZBM 2 (Odehnalová Tereza, Koporová Petra, Odehnalová Klára) 144,32
H14: 1. LPU 1 87,20, 4. ZBM 1 (Štěrbák Josef, Zřídka veselý Adam, Oujezdský Matyáš) 108,26; H21: 1. TZL 1 139,39, 5. ZBM 1 (Zháňal Jan, Bravený Vít, Chloupek Adam) 143,41, 11. ZBM 2 (Hruška Jakub, Klusáèek Jan, Hirš Otakar) 149,37, 19. ZBM 3 (Drábek Jan, Bialožyt Michal, Kelbl Vladimír) 163,26, 32. ZBM 4 (Král Jan, Jordanov Alexandr, Finstrle Luděk) 188,30, ABS ZBM 5 Rotek Pavel

Jarní pohár. Prase(k), Prasečí kalup, 25.3.2018

D14C: 1. Martanová Lea 31:11, 7. Rotková Markéta 35:54, 29. Pánková Klára 45:49; D21E: 1. Wiśniewska Hanna 65:02, 2. Čechová Tereza 65:11, 3. Gregorová Kamila 67:43, 6. Hiršová Gabriela 68:34; D21A: 1. Tužilová Magdaléna 55:24, 8. Firešová Markéta 61:32, 9. Odehnalová Tereza 62:01, 13. oporová Petra 63:57, D21B: 1. Hepnerová Martina 51:35, 3. Mádlová Věra 55:39, 12. Odehnalová Klára 65:05, Nedbálková Hana ZBM9755, D21C: 1. Karlová Anna 39:32, 29. Bednaříková Emma 48:21, 50. Barnatová Klára 53:12, H14C: 1. Haas Filip 36:47, 3. Štěrbák Josef 38:47, 4. Zřídka veselý Adam 39:41; H14D: 1. Pulc Ondřej 41:32, Oujezdský Matyáš 43:52; H21E: 1. Kamenický Matěj 88:41, 2. Křivda Tomáš 88:51, 3. Sýkora Vojtěch 90:08, 8. Chloupek Adam 93:24, 10. Zháňal Jan 96:54, 12. Hruška Jakub 97:25, 22. Klusáček Jan 101:18, 25. Drábek Jan 109:27, 28. Bialožyt Michal 116:43; H21A: 1. Kolárik Jan 78:14, 4. Bravený Vít 84:12, 15. Přikryl Petr 91:44, 23. Kelbl Vladimír 99:17; H21B: 1. Procházka David 59:34, 9. Král Jan 67:44, 28. Jordanov Alexandr 78:19, H21C: 1. Nagy Josef 41:23, 19. Milán Tomáš 45:51, 32. Coufal Jáchym 47:33, 47. Urbánek Adam 50:16, H35C: 1. Filip Libor 65:12, 22. Rotek Pavel 98:17 HDR: 11. Beránková Kamila 30:10, T: 14. Beránek Miroslav 70:01

Přestupy

Petra Koporová ASU9353 → ZBM9353

Ahoj Peťo, vítej zpět. :-) Dostala jsi stejnou registračku nebo máš novou?

Ahoj Drbčo, děkuji za přivítání :-)

Dostala jsem zpět svou stejnou oblíbenou registračku ZBM9353.

Rok jsi pobyla v Magnusu, jaký byl impuls se vrátit, když nejsi vlastně v Brně? Nebo jen červený dres ti více sluší k pleti?

Sice nejsem v Brně, ale přestěhovala jsem se o něco blíže k Brnu. A navíc, jak jsi správně napsal, červeno-černo-bílá má své kouzlo.

Co nějaké zákulisní know how z Magnusu, máš? Něco, co bychom mohli tu zlepšit?

Nějaké zákulisní informace... Ani tolik ne. Spíš jsem zjistila, že v Magnusu opravdu nejsou Marťani, jak má spousta Žabiňáků pocit. Stejně tak jsem se pokusila přesvědčit Magnusáky, že Marťani nejsou ani v Žabinách. Nevím, proč vlastně ty nálepky "Cizí oddíl = jiný svět" vznikají.

Vlastně to je tvůj druhý přestup do Žabin. Co tvé koníčky, flétna a sborový tanec. Ještě děláš?

Máš pravdu, poprvé jsem do Žabin přestupovala z VBM asi v roce 2006. Na flétnu už nehraju. Ale sborový tanec? Dělala jsem společenský tanec a sborový zpěv, tak nevím, jestli nám tam v mezidobí neřádl nějaký šotek :-)

Každopádně ani těmto koníčkům se už nevěnuju. Zpívám si akorát ve sprše a v autě.

Díky

Není zač. Přeji všem čtenářům, ať se jim daří v nové sezoně.

Zbyšek Podhrázský MBM8242 → ZBM8202

Ahoj Zbyšku, vítej v Žabinách. Jaká byla motivace přestupu z O-Mikronu do ZBM?

Už nějaký ten rok chodí můj syn Tomáš do žabiček a teď i pulců a je mi sympatické, jak se Žabiny jako oddíl starají o budoucí závodníky. Chtěl bych i svým přestupem trochu podpořit oddíl (teda, doufám, že to svými výsledky nebudu až tak kazit).

Můžeš se trochu představit, kdo jsi? (Jaké máš zájmy, koníčky a tak...)

Jako otec dvou dětí už toho času na zájmy a koníčky moc nemám. Když je ale příležitost, rád zmizím někam do exotické ciziny či nejlépe do hodně vysokých hor. Rád se potápím, jezdím na kole po singletrailech či se snažím lézt po skalách. A z jedné z mých největších zálib, luštění šifer, jsem si udělal práci.

Moje klasická otázka, víš, kde leží Rosnička?

Pokud v otázce není schován nějaký záluždný chyták tak ano. V hale na Rosničce jsem kdysi (před dávnými 20 lety) začal lézt na umělé stěně.

Ať se ti tu líbí! Díky

Emma Bednaříková VLI0359 → ZBM0359

Ahoj Emmo, vítej v Žabinách, proč měníš dres právě za Žabiny?

Bydlíme v Miroslavi, takže to, že jsem běhala za Liberec, bylo jen proto, že tam máme dědečka a babičku a když jsme začínali, tak pro nás bylo jednodušší být v oddíle právě tam. Pravidelných tréninků bych se stejně ani nikde v Brně nemohla účastnit, takže už bylo jedno, v jakém dresu běhám. Teď, když už jdu do dorostu, tak jsem se rozhodla jít někam blíž. Můžu teď jezdit alespoň na nějaké tréninky nebo soustředění, běhat štafety a využívat společné dopravy. Když jsem se už rozhodla někam přestoupit, bylo jasné, kam půjdu :)

Jen tak pro přehled, kam chodíš na školu? Nějaké koničky mimo OB? Tvůj vzor z orientáku...

Chodím na gympl do Znojma. Hraji na příčnou flétnu a klavír, i když to moc za koníček nepovažuji. Od tohoto školního roku chodím třikrát týdně na atletické tréninky. Ráda si čtu. Mým vzorem v orientáku je asi Judith Wyder nebo Tove Alexandersson.

A jaké máš letos cíle v orientáku?

Letos bych se chtěla nějak udržet mezi těmi staršími holkami. Ročník 2002 je, alespoň v holkách, hodně silný, a tak budu ráda, když se mi podaří v áčkovém žebříčku udržet licenci A nebo alespoň na jednom mistrovství být do 20. místa.

A proč děláš orienták?

Orienták dělám hlavně proto, že mě pořád baví. Táta běhal jako dítě, ale pak přestal. Začínali jsme, když mi bylo 9 až 10. Nejezdili jsme na žádné tréninky, takže všechny zkušenosti jsem musela získávat ze závodů. Ze začátku se mi na závody moc nechtělo, ale teď mě to moc baví a už si moc nedokážu představit víkend v sezóně, kdy by se nikam nejelo. Baví mě nejen ten sport samotný, ale i to, co k tomu patří: že si všichni tykají a víceméně se znají a baví se spolu. Možná je to kvůli tomu, že je orientáků celkem málo, a tak to ani nejde jinak. Ale i tak je to asi lepší než v jiných sportech. Navíc to každý může dělat, když ho to baví, a nemusí ani nějak tlačit na výkon. Taky je dobrý, že když jede na závody celá rodina, tak může běžet každý a každý si to užije.

A víš, kde leží Rosnička?

No je to sportovní hala někde v Žabinách, ale nikdy jsem tam nebyla, takže vlastně nevím... :)

Díky

A ztráty

Poklopová Lenka	ZBM8950 → SSU8952
Zimmermann Jakub	ZBM8928 → KON8911
Hlavová Hana	ZBM8888 → KON8888
Bořil Tomáš	ZBM8833 → TBM8833
Stehlíková Jana	ZBM8659 → TBM8658
Palas Jan	ZBM8507 → SJC8507
Stehlík Martin	ZBM8503 → TBM8525
David Kabáth	ZBM8433 → nereg

Jak dlouho jsi běhal/a za Žabiny?

Hanka: Jestli jsem to spočítala dobře, tak jsem přestoupila v roce 2011, tzn. že jsem v oddíle byla 7 let.

Lenka: Ted jsem si zavzpomínala na všechna velikonocní soustředění, skupinová fandění na vyhlášení vítěze, zabavy v telocvičce, horce čaje po dobehnutí zimních nocí a nanuky po MČR... byly to 3 roky, které neuvěřitelně rychle utekly!

Bóřa: Dohromady 14 let.

Martináč: 19 a půl roku. Jinak díky za rozhovor, je to můj druhý pro Polaris od rozhovoru se Zeldou v roce 2005 :-)

Janča: Tuším, že to byly nejspíš 4 roky, které jsem strávila víceméně mateřskými povinnostmi, takže to byly z hlediska OB velmi málo aktivní sezóny.

Pally: 12 sezón, což je velmi výrazná většina mého "orientáckého života". Na podzim 2005 jsem přišel do Brna na školu a možnost nejet do Žabin pro mě neexistovala :-)

Dejv: Za Žabiny jsem běhal od svých devíti let. Od roku 1993 až do letoška. Dohromady to dělá skoro 25 let.

Jaké byly tvé největší úspěchy a zážitky v OB v černo-červeno-bílých barvách?

Hanka: Mezi největší úspěchy řadím několik medailí z MČR družstev a 5. místo na MČR na krátké trati asi před 4 lety. Více si ale pamatuji zážitky, a těch je opravdu hodně - od skvělé atmosféry právě na MČR štafet a družstev, přes pořádání závodů, např. vedení občerstvení na MČR v nočním na Malině, kde byla s ostatními holkama velká sranda, nebo odpočinek na hřišti v Bukovince při dalším MČR v nočním, až k nespočtu soustředění, studenou Tiomilou začínaje a slunnou Sklárnou konče.

Lenka: Se Žabinama jsem na štafetách nekolikrát zazila plně stupně vítěze ZBM holek. Sdílena radost má opravdu něco do sebe. Tímto jsem se asi vyjádřila k úspěchům a zážitkům zároveň.

Bóřa: Bedna s ZBM týmem v pivních na MS galaxie a přílehlých vesmírů, 6. místo MS železničářů:-), 2x3.místo, 6. a 7. místo MED, medaile z klasiky, krátké a AMCR. Zážitkem byly všechny společné soustředění a akce v dorosteneckém a juniorském věku, speciálně štafety a družstva.

Martináč: Zážitků bylo nespočetně, od dorostu, kdy nás jezdilo na Áčka tak možná 8, přes juniory a první půlku dospělých, kdy jsem se snažil běhat kvalitně, až doteď, kdy se prioritou orientáku trochu upozadila za rodinu. Mám skvělé vzpomínky na všechny oddílové akce, soustředění, pořádání táborů, nevynechal jsem žádný z 20 oddílů :-). Co se týče úspěchů, nepatřil jsem mezi největší sběratele medailí, ale za tu jednu, kterou jsem si vyběhl na posledním závodě v juniorech - MČR na klasice - jsem fakt rád. Podobně vysoko hodnotím 16. místo v dospělých o dva roky později. A pak jsou tu štafetové úspěchy, úspěšná éra dorostu v klubech mě o rok minula, takže nezapomenutelné je pro mě zejména 50. místo na Tiomile 2010. Škoda, že polovina tehdejšího týmu už v Žabinách není.

Janča: Po pravdě, mé největší zážitky a úspěchy v OB se vážou spíše do období před příchodem do Žabin. Do Žabin jsem totiž následovala svého muže, když se ukázalo jako dále neúnosné fungovat v rámci rodiny v různých oddílech z různých měst. Co ale určitě pro mne zůstane navždy spojeno se Žabinama, je skupina fajn lidí, kterou jsem poznala po seznámení s Martináčem. Společně jsme podnikli, stále podnikáme a doufám, že podnikat budeme spoustu různých akcí, dříve spíše hodně sportovního charakteru, dnes se to posouvá k akcím rodinným. Myslím si, že náš krásný sport je totiž nejen o tréninku a výsledcích, ale také o přátelství a životním stylu.

Pally: Úspěchy byly spíše před přestupem do ZBM, ale se Žabinama mám spoustu krásných a silných zážitků. Kdybych měl nějaké zmínit, tak to budou třeba Tiomila 2010 nebo medaile z družstev. Pak jsem si hodně užil zlato z družstev 2012, i když jsem tehdy nemohl kvůli zranění běžet. Nicméně všechny štafety a družstva pro mě byly vždy hodně speciální. Takže díky vám všem, že jsem mohl být součástí toho všeho a díky, že jste u toho byli se mnou! Byla to paráda...

Dejv: Dvě medaile z dorosteneckých MČR, Tiomila 2010, ale hlavně potom ten bezpočet tréninků a soustředění. Bylo to super a jsem rád, že jsem si to v tom správném věku zažil a užil.

Jak bys shrnul/a svoje působení v ZBM?

Hanka: V Žabinách byla vždy skvělá atmosféra na závodech a byla jsem ráda součástí této party. Doufám, že jsem byla aktivní členka, která se snažila nejenom čerpat všech výhod, které oddíl nabízí, ale i pomáhat s chodem oddílu.

Lenka: Do ZBM jsem přestoupila, abych přišla na kloub otázce "kolik lidí se vejde na zadní sedáčku autobusu na cestě z družstev". I když jsem odpověď porad nezjistila, svého působení v ZBM rozhodně

nelituji, a chtěla bych moc poděkovat Liborovi za skvěle podmínky pro trénování a závodění, a všem členům za společně strávené okamžiky.

Bóřa: Mám za sebou 14 sezón, které mně hodně dobrého daly a kdy jsem dělal náš sport nejen aktuálně jako hobby, ale i jako trénující junior resp. dorostenec. V první polovině mého účinkování pro mě Žabiny a naše mládežnická generace byla druhá rodina. O to víc, že ve stejném osazení jsme se scházeli na různých soustředěních, výběru a dalších akcích. Každému z vrstevníků děkuji za vše, ať už to byla pomoc s něčím nebo jen zafandění před cílem. Je skvělý, že i teď v podobném složení zajdeme na pivo a moje formální převlečení dresu na vztazích obecně jistě nic nezmění:-).

Martináč: Skvělých 19 a půl roku, byla to super jízda s partou skvělých kamarádů. Díky moc celému oddílu! Díky Liborovi, že to s náma táhl. Díky Nině, Evce a Majklovi, že se mně věnovali na začátku.

Janča: V ZBM jsem byla vesměs neaktivní člen, který jede tak jednou za rok na nějaké soustředění a občas na nějaký závod, takže jsem se do chodu oddílu příliš nezapojovala. Nicméně po přečtení emailové komunikace, která proběhla mailinglistem na konci února, bych ráda řekla, že s některými postupy ve vedení oddílu nemohu souhlasit. Zejména nesouhlasím s tvrzením, že trénink je důležitější než schůzka vedení oddílu. Nicméně celému oddílu ze srdce přeji, aby se vše uklidnilo, vládla zde přátelská atmosféra a zejména, aby Žabiny byly oddílem, kde si na své přijdou malí, velcí, starší, reprezentanti i ti, kteří si chtějí jen tak běžet.

Pally: Našel jsem si tam manželku, našel jsem si tam dobré kamarády, kteří mi v roce 2016 pomohli překonat nejtěžší období v mém životě, plus nějaký to běhání, trénování, sem tam nějaké slušné výsledky...takže asi dobrý ;-)

Dejv: Mistrem světa jsem se nestal, ale člověk si postupem času uvědomí, že to není to hlavní :-). Oddíl mi hodně dal - skvělou partu, tréninky nebo soustředění a já zase na oplátku rád dal něco zpátky - Polaris, pořádání závodů, táborů, soustředění, atd...věděli jste třeba, že má ZBM stránku na české verzi Wikipedie? Založil jsem ji před 9 lety. Je neaktuální, tak se do toho případně někdo pusťte ;-).

Jaké byly tvé důvody k odchodu ze ZBM?

Hanka: Důvodem bylo velké zklamání z jednání některých členů oddílu. Jednalo se o nerespektování většinového názoru při hlasování o podobě BZL, o celý průběh tohoto rozhodování a o způsob, jakým nám byl konečný verdikt prezentován. Zároveň je pro mě nepřekonatelné, že si někteří myslí, že jsme si všichni rovni, ale někteří jsou si rovnější. A nakonec mne velmi zklamalo, jak se k výsledku hlasování (tzn. nerespektování většiny) postavili zbývající členové, kteří se hlasování účastnili, a to tichým veřejným tolerováním.

Lenka: Říká se, že změna je život. Protože už nebydlím v Brně, nastala nejvhodnější chvíle zkusit zase něco nového a vrátit se do materské oblasti.

Bóřa: Jde o osobní důvody, ale nerad bych se do toho zabrušoval v Polarisu. Rád o nich diskutuji osobně s Žabiňáky, a to i v budoucnu...

Martináč: I když oddíl roste, začalo se to v mém okolí rozpadat. Chtěli jsme to zkusit zachránit, ani si moc nedovedu představit, že bych odešel jen tak, bez řečí. Ale odezva na snahu se sejít a něco s tím dělat nebyla. S některými názory na řešení problémů se nedokážu ztotožnit. Poslední kapka pro mě bylo asi to, když Libor napsal, že si uvědomoval, že daň za jeho rozhodnutí bude vysoká, nakonec byla ještě vyšší, ale přesto by postupoval stejně. Po odchodu jsem byl pozván na schůzku trenérů, děkuji za to, rád jsem tam s váma, co jste tam byli, mluvil. Potěšilo mě, že tam padaly pěkné, konstruktivní nápady, jak by mohl oddíl fungovat. Budu držet palce, aby se je podařilo prosadit, a kdo má zájem být v oddíle aktivní, se mohl podílet i na klíčových rozhodnutích, která se ho bezprostředně týkají. Bylo by fajn, kdyby si oddíl vybudoval tradici, byl to oddíl všech, běhali v něm děti, dorostenci, dospělí, od ambiciózních reprošů po nadšené hobby. A ti pak přecházeli do aktivních veteránů. Aby se zlepšila komunikace v oddíle a řešení problémů. Žabiny jsou plné skvělých lidí, nabízí perfektní tréninkový servis od žabiček po dospělé! Rezervy jsou jinde.

Janča: Důvod mého odchodu ze Žabin je v podstatě stejný jako důvod mého příchodu do Žabin a to, že následuji svého muže :-).

Pally: Nemohu svým členstvím v oddíle schvalovat a podporovat jednání, kdy jsou opakovaně a kvůli neschopnosti a neochotě najít kompromisní řešení moji kamarádi nuceni odejít z oddílu. Navíc se jedná o lidi, kteří pro mě vždy byli synonymem ZBM a "echt žabiňáci". Je to o to horší, že k tomu došlo opakovaně. Loni s Chrobákem to možná ještě šlo považovat za úlet, ale jak jsem letos pochopil, tak to je regulérní vzorec chování. Celé to pramení z totální absence vnitřních pravidel fungování oddílu. Za moji dobu členství v ZBM se třeba nikdy nevolil předseda ani výbor... Nepřijde vám to zvláštní? Mě to taky nějakou dobu zvláštní nepřišlo. Pak už jo, ale nějak jsem to vnitřně toleroval (asi to byla chyba) protože se neděly nějaké zásadní chyby (nebo jsem je neviděl). Myslím, že jsme letos ze začátku roku investovali s Martináčem (ten ještě o mnoho víc než já) nemalé úsilí do toho to změnit - chtěli jsme, aby vznikly pravidla pro fungování oddílu, pravidla, podle kterých by se řešily názorové neshody (ke kterým v oddíle o ~300 lidech přirozeně dochází a bude docházet). Aby o zásadních věcech nerozhodoval jednotlivec v zaslepení svých osobních neexistujících pseudokřivd. Bohužel jsme narazili na absolutní odbor a účelovou ignoraci se strany klíčových lidí v oddíle. A to jsou věci, které ve svém chápání světa nemůžu tolerovat a podporovat je. Proto odcházím.

Dejv: Od roku 2011 nebydlím v Brně a s oddílem už jsem tím pádem moc akcí neúčastnil. Proto už pro mě členství zůstalo v posledních letech jen nostalgií, kde jsem vždy rád zaplatil oddílový příspěvek. Letos se bohužel udála situace, které jsem z mé pozice mohl jen přihlížet, a tím pádem ji akceptovat anebo se neúčastnit. Rozhodl jsem se pro to druhé. Je velmi nešťastné, že členové oddílu nemají možnost podílet se na jeho směřování, i když se jich jednotlivá témata přímo týkají. Ve výsledku je předsedou vydáno oddílové stanovisko, které je možno pouze přijmout. Pluralita názorů je naprosto normální a hlas každého člena oddílu má být slyšet. Je to škoda pro oddíl, že to tak není. Připravuje se takto o členy a možnost posunout se dál. A bez nastavených pravidel se ta situace do budoucna nezmění.

Co očekáváš od působení v novém oddílu?

Hanka: Nevracím se do neznámého prostředí, takže očekávám rodinnou a přátelskou atmosféru. V současné chvíli se těším na velikonoční soustředění. Na jaře už moc běhat nebudu, ale zatím naivně věřím, že na podzim jsem zpátky.

Lenka: Spoustu nalezených kontrol a že mi bude zeleno-modrá taky slušet :).

Bóřa: Změnu, nove zkušenosti, poznání chodu dalšího klubu a nových lidí, ale popravdě žádný velký očekávání nemam.:-)

Martináč: Rozhodnutí přestoupit padlo tři dny před koncem února, ale i když jsem si to neuvědomoval a byl optimistický, celý průběh zimy k tomu směřoval. Janča z toho byla popravdě dost překvapená a málem zůstala v Žabinách :-). Bylo to narychlo, kdybych mohl neregistrovaný normálně běhat závody, asi by to byla teď volba. Věřím, že v novém oddíle najdu týmového ducha a bude mě bavit být jeho součástí. Každopádně mi nějaká nepřátelství v orientáku nedávají smysl, takže se těším, že se budeme dál potkávat!

Janča: Stále jsem a nějakou dobu ještě určitě budu na mateřské, takže nepředpokládám, že moje aktivity v OB budou výrazně vyšší, než byly doposud. Proto mi pro začátek úplně postačí, když se budu občas moci přihlásit na nějaký ten oblasták nebo vícedenky.

Pally: Třeba konání výroční členské schůze a volbu výboru :-). Ale to jsou věci, které zde byly naprosto samozřejmé už v roce 1997, kdy jsem začal dělat orienták. Jinak se vracím do svého mateřského oddílu, takže zhruba vím do čeho jdu :-). Mějte se a čau :-). - těším se na viděnou v dubnu na ČP Jičíně!

Dejv: Nový oddíl orientačního běhu v ČR nemám. Ale už přes rok a půl jsem členem triatlonového klubu MRRC München. Člověk se vykoupe, projede na kole a nakonec proběhne. To je ideální kombinace. Je nás přibližně 800 a nabídka sportovních aktivit je poměrně široká. V letošním roce jsme si taky zvolili nové vedení s docela zajímavou vizí, tak se pokusím zapojit i do konkrétní práce pro oddíl.

Několikrát poprvé (>2 měsíce v Keni)

Miloš

Poprvé v Africe

Už jen tato skutečnost mě zlákala k tomu vyrazit na soustředění do Afriky. Přece jenom bych chtěl za život navštívit aspoň jednou všechny kontinenty. O cestování do Itenu jsem napsal už článek na svůj blog, takže to tady vynechám. Ale ve zkratce. Cesta zabrala jeden celý den. V letadlech jsem strávil přes deset hodin čistého času (Vídeň → Addis Ababa (Etiopie) → Nairobi (Keňa) → Eldoret) A pak už jen několik cest „autobusem – matatu“.

Afrika je krásná. Většinu roku je tam dost sucho a prašno, ale pak přijde někdy ke konci března asi dvouměsíční období dešťů. První měsíc a půl nám pořád svítilo sluníčko a bylo kolem 24°C. Pocitová teplota ale jako uprostřed českého léta, přeci jen ta výška dělá svoje. Iten totiž leží v nadmořské výšce 2 300 – 2 400 m n.m.

Poprvé na vysokohorském soustředění

Ještě nikdy v životě jsem nenašel v přípravě čas na vyzkoušení vysokohorské přípravy v Tatrách, natož někde v Alpách. Musíte na to mít dost času (minimálně tři týdny, jinak to nemá cenu, efekt nadmořské výšky se totiž na organismu projeví až po této době) a taky peněz. S časem jsem na tom teď dobře od doby, co v podstatě nestuduji, a jsem „poloprofík“. Finanční samostatnost sice není stoprocentní, ale něco málo jsem si našetřil. Navíc mi dost pomohl švédský klub a částečně i VUT v Brně, které mi poskytlo finanční podporu v podobě sportovního projektu.

První týden v této výšce jsem na sobě pociťoval jistě aklimatizační potíže. Po prvních dvou dnech jsem nadšeně vyrazil běhat a dal si rovnou dvanáct kiláků po 4:30. První kilák jsem měl pocit, jako by mi někdo stál na hrudníku, ale tento pocit celkem rychle odezněl, takže jsem si říkal, že už budu asi aspoň částečně aklimatizovaněj. Jenže stejné pocity jsem měl ještě další 3-4 dny. Pak už to bylo v pohodě.

Poprvé s atletama

Tento výrok by se dal dát taky do uvozovek, protože společných tréninků s atletama (2x Jirkou a Davidem) jsem absolvoval jen pramálo. Můj nový trenér MUDr. Zbyněk Pozdíšek mi totiž píše vlastní tréninkové plány. Když jsem toto soustředění plánoval, myslel jsem si, že budu trénovat s atletama v podstatě všechno. Nakonec jsem s nimi byl třikrát na dráze a jednou na tempáči. Oni si totiž pro tréninky vybírali co nejrovnější trasy a já, jakožto orienták, jsem se po úplné rovině moc nepídil. Navíc mě Zbyněk dost brzdil, abychom hned na začátku neudělali chybu a nepřepálili začátek soustředění. Nakonec jsem ale běhal indivindy celou dobu.

Taky jsem si myslel, že budu běhat mnohem víc s místňákama. Tréninků ve skupině černochoů jsem taky absolvoval všeho všudy tak šest. Oni jsou totiž fakt prasata.

Ne nadarmo se Itenu říká: Home of the champions. Na obědě můžete klidně potkat olympijského vítěze a není to žádná rarita. Setkal jsem se i s Kipchogem, který v rámci projektu od Nike zaběhl neoficiální světový rekord na marathonu 2:00:?? (a dvacet vteřin tuším). Což, dámy a pánové, je 42,19km v tempu 2:50/km. Fůůújjj!

Nikdy jsem si nemyslel, že budu trénovat s holkama, ale tam jsou některé o dost silnější, než jsem já. Takže jsem si postupně zvykal na to, že mě předbíhají, a já s tím nemůžu nic dělat.

Poprvé nad 3 000 m n.m. vlastně skoro v 5k.

S kamarádem Čurdou jsme na začátku února vyrazili lovit výškové metry na Mount Kenyu. Druhou nejvyšší horu Afriky po tanzánském Kilimanjaru. 5 199 m n.m. Tento výlet nám zabral dva a půl dne, kdy jsme obětovali trénink a užili si trošku té vysokohorské turistiky. O tom budu psát více na svůj blog a taky bude video! Ale ve zkratce: Jeden den cestování pod kopec. Potom jsme měli jen 24 hodin na výstup a sestup, protože každých 24h v národním parku vás vyjde na 52 dolarů. Což sice není zas tak moc, ale když se to dá stihnout za jeden den, tak je 52 ušetřených dolarů dobrých. Výstup od brány (2 400 m n.m.) do základního tábora ve 4 200 m n.m. nám zabral jen 6,5 h. Bylo to nějakých 22 kilometrů a slušná dávka převýšení. Vyšli jsme ve dvě hodiny odpoledne a poslední hodinu a půl jsme šli po tmě. V táboře nás čekalo nemilé překvapení, protože v ten den do něj došlo i 114 švédských

středoškoláků, takže nás bylo s místními víc než 120 na 20 paland. Jelikož jsme měli jen spacáky, tak to byl celkem problém. Ale naštěstí nás lokální guidi nechali přespat v jedné ze svých kabin, a to za stejné peníze jako v tom táboře. Druhý den jsme vyrazili zdolat vrchol ještě za tmy (3:30) Bohužel naše čelovky byly slabší než světlo mobilních telefonů. Nakonec se nám podařilo zdolat jeden z bočních vrcholů (4 985 m n.m), protože na zdolání Mt. Kenyi potřebujete být hodně dobří horolezci a mít na to vybavení. To bylo osm hodin ráno. Zaručeně horší byla cesta zpět k bráně, kdy jsme museli sejít celých 2 600 výškových metrů na 26 kilometrech. Načasované jsme to měli ale parádně, protože jsme se k bráně doplazili s rezervou jedenácti minut. Za tuto druhou část výletu jsme museli za deset hodin vyšlapat 1 400 m přev. a sejít 3 000 výškových metrů zase dolů, a to na 33 km.

Poprvé nedobrovolný vegetarián

Jelikož je v Africe celkem chudoba, tak se tam maso shání celkem složitě, a když už ho seženete, tak si ho nemůžete připravit moc dobře. Troubu na pečení tam neznají a na pánvičce to moc dobrý není. Taký je dost tuhý! Steak je něco, co se vidí jen v nejlepších drahých restauracích. Jednou jsem neodolal a dal si ho. Ale jinak jsem přežíval na „kedery“, což jsou rozvařené fazole s rozvařenou kukuřicí. Cena 20 Khs = cca 4 Kč, rajčatové polívce, vařených bramborech s mrkví a na těstovinách, jak jinak, než s rajčatovou omáčkou... Těstoviny mi ale lezly krkem po relativně krátké době.

Poprvé pravidelné žaludeční obtíže (sračka jako když se utrhne hydrant)

Hned po prvním týdnu jsem ve čtvrtek snědl něco, co mi dost brutálně nesedlo, a celý večer jsem v pravidelných půl hodinových intervalech chodil čurat zadkem. Nevyhnulo se mi ani zvracení. Občas to přišlo i naráz. Smektu jsem do sebe cpal jako divý. Druhý den mi bylo ale dobře, takže jsem hned třetí den odběhal dva těžké tréninky. Ovšem následující čtvrtek to přišlo znovu v mnohem drsnější podobě. Myslím si, že to bylo ze zkaženého vejce, které jsem dostal v omeletě v místní „restauraci“. Celých pět dní mi bylo zle. Evropské léky jsem do sebe narval všechny, ale nic nezabíralo. Až flagil (místní antibiotikum přímo na průjem) zabral. V takovém období máte co dělat, abyste zvládli dojit na záchod. Síly totiž moc není, když tři dny nesníte nic a potom dva banány a čtyři toustové krajíčky denně. V tu chvíli šla moje váha prudce dolů. Můžu se jen domnívat, ale myslím si že ze svých 68 kilogramů jsem spadl pod šedesát.

Po této zkušenosti jsem měl z každého následujícího čtvrtku podvědomě obavy. Dva týdny to potom bylo dobrý, jenže pak to přišlo znovu. Naštěstí jen ta jednodenní verze. Tentokrát z těch námi připravovaných těstovin s červenou omáčkou. Od té doby jsem rajčata nevzal do pusy. Pak už to bylo relativně v pořádku...

Poprvé dva měsíce bez mapového tréninku delší dobu než dva týdny.

Snad od svých orientáckých prvopočátků jsem nikdy neměl takhle dlouhou pauzu od mapového tréninku. Musím říct, že kromě těšení se na domácí jídlo, byla tahle potřeba druhá nejsilnější.

Poprvé vlastníkem mobilního internetu

Můžete si myslet, že jsem sto let za opicemi, ale ještě nikdy jsem internet v mobilu nepotřeboval. Každodenní domácí wifi mi vždy stačila. Tam bych se bez toho ale neobešel. Kontakt s vnějším světem mi pomohl nezbláznit se s přebytkem volného času.

Poděkování za Olympijský festival

Kamila Tachovská

V minulých dnech skončily Zimní olympijské hry v Pchjongčchangu a jejich největší hvězdou se stala zaslouženě Ester Ledecská.

Minulou neděli skončil Olympijský festival na Výstavišti v Brně a pro mě největšími hvězdami jsou ti, kteří se věnovali cca tisícovce návštěvníků O-bludiště, místo toho, aby si *odpočinuli odpoledne po práci, *užívali svoji řádnou dovolenou, *šli si zaběhat, *učili se do školy.

*nehodící se ,milí dobrovolníci,škrtněte

Děkuji tedy všem, oddílu jste pomohli zajistit nové členy, další finanční příspěvek a také nám zůstane lyžař v nadživotní velikosti Standa.

Petře, Jitko, Dobro, Matyáši, Maky, Drbčo, Pavle, Andry, Lud'ku, Aleši, Lenko Hrušková, Mirku, Libore, Míšo, Lenko Kočová, Svatoši, Pavle, Lenko Urbánková a Klárko Barnatová – děkuji



Olympijský festival

PyeongChang 2018



POLARIS — DUBEN 2018 — ROČNÍK XX — #163

Redakce: Zhusta, Drbča, Martin Kinc, Klusy, Steve, Barča, Ivo Cívárek, Danáč, Miloš, Kamila Tachovská

Kontakt: zbm.polaris@seznam.cz

Web: www.zbmob.cz