

POLARIS

4-2020

Časopis orientačních běžců klubu SK Žabovřesky



Fotka z obálky:

Miloš Nykodým, Ondřej Hlaváč a Marek Minář –
MČR štafet 26. 9. 2020

S podnadvpisem:

MČR kam se podíváš

Úvodem

Krásný dobrý den všem, zase jsme v krizi, někteří z nás možná i v životní, ale všichni určitě v té, která nese název druhá vlna. Naštěstí, než tato krize začala, stihla se celá sezóna v nějaké podobě uskutečnit. Asi se nikomu z nás už nikdy znova nepoštěstí stihnout v rozmezí dvou měsíců všechna MČR... Někomu se dařilo více, někomu z nás méně a o tom už více v tomto letošním posledním čísle. Taky jsme si pro Vás všechny nakonec připravili nějaké kvízy, aby vám tak moc nechyběl oddíláč.

Klárka

Tvář z obálky

Ahoj Dýme, gratuluji k titulu z klasiky. Jjak se na výhru díváš s odstupem?

Ahoj, jsem za ni moc rád. Klasika je moje oblíbená trať a mně se opět celkem vydařila.

Jak probíhaly oslavy?

Nijak bujaré nebyly. Oslavil jsem posledními dvěma TTčkama a jedničkou večer.

Co ostatní mistrovství? Spokojenost?

Jako na sprintech jsem věděl, že forma nebude úplně top, takže celkem dobré. Jen mi to ani technicky nešlo podle očekávání. U sprintovek mě ta zaváhání ještě o trochu víc mrzí. A na krátkou trať jsem byl připravený perfektně, jen osud tomu asi nechtěl, a tak jsem si předcházející noc musel protrpět v nemocnici.

Jak ladiš na Euromeeting? Myslíš si, že bude?

Neladím, protože si myslím, že nebude.

Tvým cílem na příští rok je MS v Doksech. Co máš v plánu dělat pro co nejlepší výsledek přes zimu?

Tvrdě trénovat. Snad zase pod křídly Zbyňka Pozdíška.

Asi už máš jisté i vítězství v Trailtour, jak hodnotíš celý půlrok strávený objížděním různých koutů republiky?

V mém podání jen 2,5 měsíce. Musím říct, že mě to hodně bavilo. V absenci normálních závodů to byla super náhrada. Většina etap byla fakt krásná, a navíc jsem se podíval zase do nových koutů republiky.

A jakou etapu bys hodnotil jako nejhezčí?

Kralický Sněžník.

Co bys vzkázal ostatním žabiňákům, co ještě sbírají bodíky?



Vydržte! Už jen pár dní a jde se slavit. Teď se musí zabrat a jít po kvantitě. Já už s tím nic neudělám.

Co říkáš na zrušená družstva?

To mě hodně mrzí. Družstva jsou srdcovka. Třeba si je ale ještě dáme v listopadu. Kdo ví?!

A vzkaz fanyнкám na závěr?

Kolik vás je? A občanku už máte? :P Své profilové fotky mi pošlejte na ...

Díky za rozhovor

Taky díky.

Akademické MČR

Stejně tak jako je vcelku nevhodné doplňovat tréninkový deník dva měsíce zpět, ti, co to zažili, mi můžou dát za pravdu, tak podobné pocity lze zažít u psaní polarisového článku. Akademické mistrovství české republiky se odehrálo ještě za teplých večerů doznívajícího léta, kdy roušky byly již jen vzpomínka a organizovaná akce by neznamenała nutnou ostrakizaci společností, pěkné to vzpomínky.



Tehdá závodníci s ISIC slevou vyrazili do nedaleké Olomouce s vidinou získání titulu MČR, hodnotou však nutně poníženou o absenci zkušenějších reprezentantů. Setkání účastníků k prvnímu závodu – sprintu – proběhlo netradičně již ve středu, kdy se všechny studentské výpravy sjely kousek za Mohelnicí do prostoru kempu. Sprint to byl vcelku standardní, tratě vykřikl Andreas Kyburz, takže zde nebylo nač si stěžovat. Závodníky pak spíše

překvapil nový mapový klíč a domapovaný kousek mapy v prostoru startu a cíle, kde mapař zkoušel odstíny zelené dle aktuální nálady. Z našich se s tím nejlépe popasovali Mára Minář a Johanka Šimková, kteří dosáhli na pěkných TOP 6. Osobně si ještě musím zvyknout na rozdíly v zelené, kdy mě pochopení mapy přišlo skoro na minutu, hůř od nás dopadl snad jen Jirka, kterému se nepozornost stala osudnou.

Na druhý den mám vzpomínky o poznání lepší. Terén byl, řekl bych, ve své podstatě domácí, krásné ostružinové pole, chybný popis, kontrola o pár metrů jinde, vše podmínky, které z tréninků moc dobře známe. Naše zkušenosti byly nadměru zúročeny, s Márou jsme si spravili chuť. Já klasickým druhým místem s pokorou gratulující vítěznému Minářovi a po ujasnění se staviteli, kde měly být kontroly skutečně umístěny, byl se zlatou medailí spokojen i Mára. V holkách se Johanka posunula do TOP 3 a ke starostopirátskému česneku si z krásného 7. místa přičuchla i Makča. Konec.

Ota

Výsledky: <https://oris.orientacnisporty.cz/Vysledky?id=5792>
<https://oris.orientacnisporty.cz/Vysledky?id=5793>

MČR ve sprintu

V neděli 6. září konečně začala letošní sezóna. A začala rovnou mistrovstvím ČR, a to ve sprintu. To se konalo v Hradci Králové a centrum bylo v areálu místní univerzity. Hned po příjezdu nás čekal nepříjemný šok, když jsme z parkoviště viděli park u univerzity, kde byly všechny keře omlíkované. Po příchodu do centra závodu jsme se převlíkli a vyrazili do karantény. Start závodu byl na hradbách, a hned na začátku se běželo přes celé historické centrum. Potom se běželo v terasách, přes řeku, a druhá polovina kontrol byla v omlíkovaném parku. Na konci se jenom oběhla kašna a už byl cíl. Mně se závod povedl, i přestože jsem udělal chybu, jsem skončil 7. Svůj cíl na tuto sezónu – získat áčko – jsem tak splnil



už v prvním závodě.

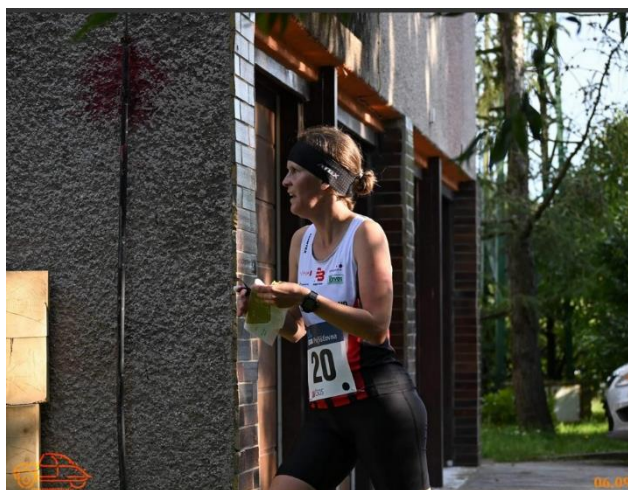
Bohužel nikdo z našeho oddílu medaili nezískal, ale ještě nás odpoledne čekaly sprintovky, kde taky byla šance na nějakou medaili. Na vyhlášení jsme zatleskali nejlepším a přesunuli jsme se do Pardubic na už zmíněné sprintovky.

Vojta M.

Výsledky: <https://oris.orientacnisporty.cz/Vysledky?id=5953>

MČR sprintových štafet

Letošní rok byl, jak víte v mnoha ohledech speciální, proto jsme byli všichni moc rádi, že v září konečně mohla začít tak trochu zvláštní sezóna. První zářijovou neděli se tak konal sprintový dvojboj. Nejprve sprint v Hradci Králové a poté sprintové štafety v Pardubicích – Ohrazenicích. Spousta z nás dospělých si sprint zaběhnout nemohla, a tak jsme se těšili aspoň na sprintové štafety.



Nejdřív startovali dorostenci, takže jsme se na nemalou chvíli odebrali do karantény a snažili jsme se dobře připravit na náš závod. Trochu bylo vidět na průběh, a tak jsme zafandili našim dorostencům. Pak už nás čekal start DH21. Srovnaly jsme se s holkama do řad a mohlo se vyběhnout. Bylo nám jasné, že to bude pěkný leťák, protože to nemá skoro žádné převýšení. První část trati se motala ve finských domcích, v druhé jsme se dostaly do parku a třetí po průběhu už byla jen o obíhání domků a přebíhání řeky. Předala jsem Vládovi na konci druhého balíku. Pak už jsme

se jen trošku vyklusali a fandili našim klukům. Největší zápas byl až finiš. Naše Áčko skončilo 5., Bčko 6., Cčko 16., my 25., Ečko bylo disc a Fko mimo soutěž. Dorostenci byli 7., 24., 34. a 40. Myslím, že všichni jsme byli rádi, že se závody vůbec mohly konat.

Zuzka.

Výsledky: <https://oris.orientacnisporty.cz/resultrelays?id=5954>

MČR Štafet

Najednou jsem stál na startovní lajně. Na dnesu nezvykle prestižní číslo 1.1. Krásné podzimní sychravo. Natáčela nás televize. Poprvé v životě ve štafetách běžím



žabiňácký áčko. Sakra. K tomu ještě obhajujeme. Danáč je ve Švédsku, takže musí zaskakovat mladáci. Haha, tak snad to zvládnou. Někdy před závodem za mnou přišel Dým a řekl mi, že se mu v noci zdálo, že jsme vyhráli. To jsem bral jako dobrý znamení. Podařilo se mi dostat do své bubliny a předstartovní nervozita vůbec nepřišla, takže jsem mohl vyrazit s čistou hlavou.

V lese to bylo mokrá a zelený. Občas taky trochu bílý a žlutý, ale hlavně zelený. Kdo tam byl, tak ví. Nikdy jsem snad neběžel s víc zelenou mapou. Farst bylo spoustu, to se staviteli fakt povedlo. Mým cílem bylo donést štafetu stabilně v kontaktu a s co nejmenší ztrátou. Na začátku všichni vyrazili hrozně rychle, ale postupně to na čele prořídlo a v půlce trati jsem byl druhý za Jonckem. Jenže pak jsme se seběhli s Bandaskou a bylo to trochu jakoby Pat a Mat běželi orienták. I přes zbytečný chybičky před diváckým úsekem a v pytlíku se mi podařilo přiběhnout se ztrátou 1:10 na Luhačovice. Chyby na prvním úseku dělali všichni, a tak všichni favorité až na Severku na druhý úsek vybíhali víceméně spolu. Dým a Minda potvrdili, že když je člověk ve štafetě s nima, nemusí se bát o špatný výsledek :D I když na posledním úseku se pořadí celkem míchalo, Minda to ustál a my mohli slavit vítězství.

Ale dost o nás, luxusně taky zafinišoval Cáčym, když z pátého místa na diváckým vybojoval třetí v cíli. Finiš to byl vskutku emotivní. Možná jsem Jáchymovi v tu chvíli fandil i víc než Mindovi.

A co dorostenky? Tam to taky cinklo, holkám se podařilo zaběhnout hezky, a tak jsme si z předposledního MČR sezóny odváželi od každé medaile jednu – zlatou muži, stříbrnou dorostenky a bronzovou dorostenci. Víc než oddíl!



Ondra

Výsledky: https://oris.orientacnisporty.cz/files/5183_ba939ccda9282edae19b789925cec017.pdf

MČR Krátká

Vyšší výkony, vyšší rychlost, zelená energie a moderní medicína. Pár rysů dnešní doby a konzumní společnosti, ve které žijeme. Z koloběhu podávání výkonů v práci a ve škole, kde v nejvyšším možném tempu ideálně dva metry od ostatních a pod LED osvětlením produkujeme hodnoty, nás občas vytrhnou víkendové závody v orientačním běhu. Zaběhlé stereotypy není ani třeba mnoho měnit, vždyť vyhrává ten, kdo nejrychleji propluje nástrahami trati neboli podá nejlepší výkon v zeleném lese, aby se s rouškou na obličej nechal zvěčnit na stupních vítězů. Tlak na rychlost v organizování sportovních aktivit se projevilo i v OB, a tak ve zrychlené sezóně stíhá jedno MČR druhé, ideálně pouze v jediném dni, abychom vyhověli požadavkům



moderní medicíny a nikde se neshlukovali. Letošní mistrovství na Krátké trati nebylo výjimkou, proběhlo půl dne v sobotu 3.10., bez účasti veteránů, bez doprovodného oblastňáku, bez rozběhů B, C, D nebo E, protože bez semifinále mohli běžet jen ti v rankingu do 70. místa. Pořadatelé z Nového Boru připravili na hezké louce u Kunratic shromaždiště, které záhy po zaplnění závodníky osiřelo, neboť se všichni vypravili na tréninkovou mapku, do karantény a do lesa. Několikahodinové čekání na vstup do startovního koridoru si každý krátil po svém, ať už povídáním, rozcvičováním či zachytáváním sluneční energie. Po odstartování a rychlém prohlédnutí mapy, muselo být většině žabáků jasné, že nejsme na nějakém domácím písečku, ale v pořádných pískovcových skalách.

V takovém terénu je důležitá rychlost rozhodování, nicméně vyplatí se investovat čas do načítání postupu. Obzvláště první půlka trati prověřila soustředění a orientaci mezi skalními bloky v členitém terénu, kdy současně sebrala mnohým závodníkům dost sil z neustálého škrábání krpálů a brždění do údolí. Kdo nebyl fyzicky dostatečně připraven, dostal pak v druhé běžečtější části trati pořádný čoud od svých soupeřů.

Sečteno podtrženo, vyhráli ti nejlepší a věřím, že to zvládli bez pomoci moderní medicíny a jiných vylepšováků. Před zraky televizních kamer byly rozdány poslední letošní sady medailí a následoval rozjezd domů. Snad nám všem takhle ochutnávka závodění dodala motivaci do tréninku, abychom mohli v příští závodní sezóně tlačit na vyšší výkony ve vyšší rychlosti v našem zeleném sportu bez preventivních zdravotnických pravidel.

Adélka

Výsledky: <https://oris.orientacnisporty.cz/Vysledky?id=4915>

Kam se poděl Danáč

Prolog: Kam se poděl Danáč?

11 hodin dopoledne, balím auto do ideálna a v tom zvoní telefon. Na druhé straně můj otec: Jak jste na tom? Nic neřeš, musíte vypadnout co nejdřív! Oni vám to zavřou!

Jo už skoro jsme, instaluju lyže...

OK, tak se mějte a ozývej se mamce!

Takhle nějak to 10. března 2020 vypadalo na parkovišti před domem u Zlaté žáby. V lehkém chaosu sílící (tehdy ještě) epidemie nemoci Covid-19. Právě bylo oznámeno, že se zavírají školy a další opatření proti šíření viru budou následovat.



Cíl cesty naší rodiny je daleko na severu. My Hájci (já, žena Magdalena a kocour Vilík) usedáme na palubu našeho Hippo-mobilu a míříme do švédského Falunu, kde má proběhnout další část naší životní cesty. Včetně trajektu mezi Německem a Švédskem cestujeme 26 hodin, ale vše jde přesně podle plánu. Ve středu WHO vyhláší změnu statusu šíření nemoci Covid-19 na celosvětovou pandemii, ale to už má Vilík za sebou dvojí venčení na Skandinávském poloostrově a my čerstvě s pizzou v pupících dojíždíme k jezeru Varpan. Vítá nás milá dívka Ella se slovy, že je taťka ještě v práci. Ukazuje nám zahradní domek, kde bychom měli dočasně bydlet, dokud si nenajdeme něco svého. A to by přece neměl být problém...

Danáč

Sašovy memíky



Slibované kvízy

Jelikož oddílový přebor se letos koná ve zvláštní formě. Chybí nám s ním spojená zábava. Snažila jsem se ji alespoň částečně nahradit, jak se mi to povedlo zhodnoťte sami.

Nejdříve můžete vyluštit tajenku z názvů žabiňáckých map (o pomoc si kdyžtak napište):

<https://drive.google.com/file/d/1TQ5PjxZvt0NwbG3sza2QG1vWxmtt1TQk/view?usp=sharing>

Nebo si zatipovat, kdo jak v mládí vypadal: <https://rb.gy/7q98fg>

Nápověda, kdo se kvízu účastí:

https://docs.google.com/document/d/1OMnlaNEiowuoWwce3STCzdwQgm64zPDznq_nsmMzb-VA/edit?usp=sharing

**KDYŽ SES TĚŠIL NA MČR, ALE
TEĚ MUSÍŠ BĚHAT TRAILTOUR**



Závěrem

Napůl omylem napůl schválně jsme zapomněli na články o klasice a trailtour. O klasice by určitě co psát bylo, ale jelikož většina je spíš nadšená, že má pořádání za sebou, tak už nám přišlo zbytečné kohokoliv nutit, o tom ještě psát. Ve zkratce to bylo spaní v promrzlých chatičkách, hraní AmongUs po večerech, hromada těžké práce, dojíždění salátu a guláše a pár kopců v lese. Kdyby vám tento článek i tak moc chyběl, tak si o klasice můžete něco poslechnout třeba v O-news podcastu, nebo se kohokoliv z pořadatelů zeptat, co že to má za tričko Vír 2020.



Podcast: <https://o-news.cz/o-news-cz-podcast-2-ohlednuti-za-klasikou/>

Výsledky: <https://oris.orientacnisporty.cz/Vysledky?id=4914>

A jak dopadla Trailtour? No na 1 v náš prospěch, a to doslova vyhráli jsme klubovou soutěž, takže gratulace patří nám všem. Jen po tom náročném hrocení celých posledních 14 dní soutěže, už jsme asi taky rádi, že si od ní dáme chvíli pokoj. Pokud se nám podaří tento Polaris vydat do soboty, tak se trailtour běžci nezapomeňte přihlásit o ceny v losovačce.

Slosování: <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd9J8zvnivDAyCOldEkOxwry3xH-RzQ2OhPF-EpNd3lipwy3Q/viewform>

Výsledky: <http://www.trailtour.cz/2020/poradi/poradi-cz/>

A to je konec. Konec Polarisu letošního roku, konec letošní prapodivné sezóny a snad brzo i konec s covidem. Užijte si přípravu a napřečtenou na jaře.

Klárka

Obsah

Úvodem	2
Tvář z obálky	2
Akademické MČR	3
MČR sprintu	4
MČR sprintových štafet	4
MČR štafet	5
MČR krátká	6
Kam se poděl Danáč	7
Sašovy memíky	7
Slibované kvízy	7
Závěrem	8



Autoři:

Ondra H. <3, Dým, Adélka I., Vojta M., Zuzka, Saša, Danáč, Ota, Dobra, všichni, kteří poslali svoje fotky z dětství

Číslo 178.

XXII. ročník