



PAZARIS
časopis orientačních běžců klubu ZBM

Číslo

10

Ročník VIII

Oddílový přebor

MB NOPB

MČR HROB

Běh na Býčí skále

Zhusta.sky.cz



Slovo úvodem

Další rok se chýlí ke svému konci, a je tedy čas na krátké ohlédnutí za rokem minulým a nahlédnutím do plánů na rok budoucí.

Když hodnotím letošní výsledky, mohu s potěšením napsat, že byly opět velmi dobré. Získali jsme řadu úspěchů jak na domácích, tak i na zahraničních závodech. Vzpomeňme tedy ty nejvýraznější letošní úspěchy. Na Mistrovství Evropy dorostu nás reprezentovala trojice Tomáš Bořil, Miloš Nykodým a Štěpán Zimmermann. Součástí reprezentace byl i Matěj Klusáček, ale ten za nás letos jen běhal štafety. Největšího úspěchu dosáhl Tomáš Bořil, který získal dvě bronzové medaile na klasické trati a ve štafetách. Velmi dobře si vedl na Juniorském mistrovství světa Adam Chromý, který patřil mezi nejlepší české reprezentanty a jeho nejlepším umístěním bylo 4. místo ve štafetách. V dospělé reprezentaci jsme v letošním roce měli trojnásobné zastoupení. Nejdříve se Tomáš Dlabaja zúčastnil Mistrovství Evropy v Estonsku, kde se nejlépe umístil na 19. místě na klasické trati. O místo lépe doběhl ve sprintu na Mistrovství světa v Dánsku. Třetím vrcholem letošního roku bylo Akademické mistrovství světa na Slovensku. Tam nás reprezentovala hned pětice závodníků Hana Bajtošová, Martin Mazúr a Lukáš Barták v dresu Slovenska a Jan Palas a Tomáš Dlabaja v dresu České republiky. Jedinou medaili získal Lukáš Barták. Měla stříbrný lesk a byla za závod štafet. Tomáš, Honza i Lukáš pak získali řadu cenných umístění v první desítce v různých disciplínách tohoto mistrovství. Na domácích závodech jsme letos získali celkem 11 medailí (z toho 6 zlatých) a to je opět velmi krásný výsledek. Letošními mistry ČR se stali – Eva Kabátová, Adéla Štěpánská, Pavlína Šulerová, Adam Chromý, Matěj Klusáček, Miloš Nykodým, Jakub Zimmermann a Štěpán Zimmermann. Ke každému úspěchu však patří i zázemí a to jsme my všichni, kteří chodíme na tréninky, jezdíme pravidelně na závody všech úrovní, bavíme se společně na soustředěních a mnoha dalších společných akcích.

Ve výčtu těch, kterým patří dík, bych neměl zapomenout na trenéry – Jitku, Evku, Aničku, Ladu, Dejva, Pepu a všechny další, kteří pomáhají s přípravou těch nejmenších. Jejich práce není na první pohled vidět, ale v pozdějším věku se ukáže, jaký základ děti od svých prvních trenérů dostali a na čem tedy mohou stavět svoji další přípravu. Pevně věřím, že z naší velké skupinky dětí na ZŠ Kotlářská se podaří některým u orientačního běhu zůstat a najít v něm radost, zábavu, a třeba i dosáhnout nějakého pěkného umístění.

Letošní rok byl náročný i pořadatelsky. V červnu jsme společně s TJ Růžená uspořádali Mistrovství na krátké trati v Růženě u Třeště. Nevyhli jsme se chybám, ale pořád se domnívám, že celkový dojem nebyl špatný, ale určitě jsme do dalších let získali řadu cenných ponaučení – čeho a jak se při pořádání vyvarovat. Všem, kteří se na tomto i mnoha dalších pořádání podíleli, bych chtěl moc poděkovat.

Náš stát stále žije na dluh. To si náš oddíl nemůže dovolit a hlavně by nám ten dluh nikdo netoleroval, a tak musíme hospodařit minimálně vyrovnaně. Podařilo se nám to i v letošním roce. Příjmy byly v rovnováze s výdaji. No, a jelikož máme malou rezervu z předchozích let, kterou si stále udržujeme, můžeme vkročit do nového roku s klidným svědomím, že máme peníze alespoň na začátek sezóny. I tak ale nadále platí, že si většinu svých aktivit musíme platit z vlastní kapsy. A z jakých finančních zdrojů jsme žili letos? Zisk z pořádání závodů, podpora těch nejlepších Nadací OB, dotace a granty z Jihomoravského kraje či města Brna. A nejen tyto peníze, ale i nemálo sponzorských peněz jsme získali díky kontaktům tatínka Jitky a Lenky Hýblových.

Počet vydaných map v letošním roce byl standardní. Většina map souvisela s pořádáním M ČR na krátké trati, ale vydali jsme opět i další menší mapy v městě Brně – Lužánky, Divišova čtvrť, Roštejn, Kančí hlava a Roštejn-trénink. Chtěl bych poděkovat všem mapařům, kteří strávili nemálo času v lese, aby připravili kvalitní mapy pro naši činnost.

Co nás čeká v příštím roce? Množství tréninků, závodů, soustředění a další zábavy s OB, ale také pořádání Mistrovství světa MTBO v Novém Městě na Moravě. Doufám, že se nám podaří navázat na úspěšné uspořádání SP 2002 v Brně. Předem vás tedy všechny prosím, abyste si nechali volný týden od 5. do 12. srpna, který bychom společně strávili na Českomoravské vrchovině při

pořádání MS. Čekají nás i dva oblastní žebříčky a řada menších závodů, které by pro nás neměly být žádným velkým problémem.

Co nám chybí a co by bylo dobré zlepšit? Snad ani nemusím vymýšlet nové věty, neboť naše nedostatky přetrvávají z dřívějška. Chybí nám stále větší skupina žáků, máme jich sice čím dále více, ale stále jich nemáme tolik jako když jsem byl malý. Pokud tedy znáte někoho, koho by mohl orientáček bavit, přiveďte jej, ať za několik let neskončíme jako ostatní brněnské oddíly, které mají s žactvem velké problémy. Nedostatek rukou máme i v řízení oddílu. V letošním roce se hlavní díl kancelářské práce dělil mezi Zhustu, Veseláčka, Říšu, Jitku a Evku a to je skutečně hrstka lidí na tak velké množství práce. Chtěl bych poděkovat Veseláčkovi, který opět přihlašoval na závody. Jsme mu vděční za to, že můžeme v klidu přijet na závody a nemusíme řešit problémy s dohláškami a penězi až přímo na shromaždišti. Pokud tedy můžete a chcete pomoci, dejte vědět, práce je opravdu hodně. Těch činností, které nám nejdou úplně nejlépe, je dost, a tak máme co v příštím roce stále zlepšovat.

Pokud bych měl vyzdvihnout něco, co nám určitě funguje, a velmi dobře, je to Polaris. V dnešní tělocvičně jsme si vzpomněl na první číslo, které vydal před osmi lety Brabík s Kolbičem a slova Majkla, že Polaris nepřezijí více než pár čísel. Jsem rád, že se mýlil a že Zeldu vydává čtivý a pěkný časopis, na který můžeme být pyšní. Věřím, že nás časopis vydrží a že budu moci jednou rozeslat všem členům nějaké jeho kulaté číslo. Zeldu stále nešetří naši oddílovou kopírku (díky Cvrčku) a chrlí více a více stránkové časopisy. Díky Zeldo.

Tedy DÍKY

Adame, Evo, Petře, Adélko, Tomáši, Říšo, Honzo, Lukáši, Pavlino, Martine, Jiří, Tomáši, Zdenku, Jakube, Štěpáne, Jitko, Václave, Laďo, Lado, Aničko, Pepo ... , kteří jste v letošním roce něco pro oddíl udělali.

Závěrem bych vám chtěl všem popřát šťastné a veselé Vánoce, úspěšné vykročení do nového roku 2007 a řadu krásných zážitků při závodech, trénincích, či dalších oddílových akcích.

Zhusta

Výkon Měsíce

Orientácká sezóna je v trapu a tak mi pro tentokrát nezbyvalo nic jiného, než hledat aktuální výkon měsíce někde jinde. A popravdě řečeno to nebylo ani moc těžké, jelikož hned na prvním letošním BBPčku se podařilo Miloušovi zvítězit mezi dorostenci a celkově obsadit víc než slušné 4. místo. Tady je tedy několik jeho postřehů ohledně závodu:



Zelda: Nazdar Milouši, na prvním letošním BBPčku na Palačáku se ti podařilo vyhrát mezi dorostenci. Co pro tebe tento atletický úspěch znamená?

Milouš: Čau! No tak myslím, že je to na začátek docela dobrý, oproti atletům. Myslel jsem, že mi atleti natrhnou prdel.

Zelda: S čím jsi do toho teda šel? S čím bys byl spokojenější?

Milouš: Už před závodem jsem Danovi říkal, že se mně běží nějak moc dobře a doufal jsem, že bych se mohl umístit na předních příčkách.



Zelda: Jak ti ta trať vyhovovala svým profilem? Byla dost kopcovatá, což atletům nemusí vyhovovat.

Milouš: Na začátku trati, kde to klesalo, jsem si myslel, že kvůli svým kratším nohám nebudu moct dost protáhnout krok, ale nakonec jsem Danovi utekl i s kopce. Profil byl super, mě se to líbilo.

Zelda: Na tak krátké trati jako je 5 kilometrů asi není příliš času na taktizování a je to o tom pálit od začátku do konce. Jak ten závod pro tebe probíhal?

Milouš: Na začátku jsem cítil únavu, ale v půlce toho seběhu se mě běželo moc dobře a kopec jsem musel narvat a vybušit. A díky za pomoc Zeldo.



Zelda: Jakou úlohu podle tebe mají BBPčka úlohu v zimní přípravě orientáka?

Milouš: Pro mě jako pro lyžaře je to jenom nepatrná část, ale pro orientáky je to, myslím si, nejdůležitější, protože 5 kilometrů na max a nebo desítka na max se docela hodí jako dobrý intervaly

Zelda: Druhého závodu v Jehnicích jsi se nezúčastnil protože jsi byl na ONOS soustředění na Vysošině. Hodláš ještě nějaké BBPčko absolvovat a ukázat atletům jak umí běhat orientáci?

Milouš: Chtěl bych, ale nevím, jak to bude s lyžema, takže nemůžu ti to přesně říct, jestli na nějakým ještě budu.

Zelda: Na závěr taková vypečená otázka. Co jsi udělal s tím pohárem, který jsi vyhrál?

Milouš: Mám ho doma na polici nad postelí.

Zelda: Děkuju za rozhovor a přeju at' se ti na dalších BBPčkách a nejenom BBPčkách daří.

Milouš: Díky, čus!

Zelda

MTBO Dolní Bousov

Poslední dvě kola, jedenácté a dvanácté, českého poháru MTBO se letos jela o víkendu 7. a 8. října v orientáckém důvěrně známém městečku Dolní Bousov u Jičína. Sobotní závod byl současně mistrovstvím ČR na klasické trati.

Už samotná cesta na závody byla z orientačního hlediska velice zajímavá, co řídič, to jiný názor na postup. My jsme zvolili cestu přes Hradec, Mudrákovi přes Prahu, někteří jeli z Brna přes Žďár a jiní zase přes Havlbrod. A hned anketní otázka: Který postup je optimální?

Volbou postupu z Brna na shromaždiště jsem já osobně pro tento víkend s orientací vlastně skončil. V sobotu jsem si totiž utrl přehazovačku a tím jsem se odsoudil na oba dny do role diváka. Vlastně hůř, do role stojanu na kola ve frontě na wapku. Wapka byla skutečně hlavní pořadatelskou slabinou těchto závodů. V centru, které se nacházelo v autokrosovém areálu, byl totiž malý tlak vody a wapka na mytí kol vždycky jenom jednou za dvě minuty krátce prskla. Za oba dva dny jsem ve frontě strávil 6 hodin a 23 minuty, vypil u toho 8 piv, snědl dva párky, jeden guláš hovězí, jeden vepřový a jeden srnčí, sedmnácti lidem jsem povykládal, jak jsem utrl přehazovačku a potom ještě píchl zadní kolo, vyposlechl jsem si převyprávěný film Deadman, několikrát jsem ostře pohaněl Paroubka, jakož i Bushe a taky jsem poslouchal, jak dav jásá a povzbuzuje závodníky, kteří odpoledne vystartovali na vložený závod – jízdu po mimořádně hluboko a mazlavě rozbahněné

autokrosové trati na jedno kolo.

Takže o vlastním závodním prostoru toho zase tolik nevím a referenční byly různé. Například Markéta byla dost otrávená, přetrhl se jí navíc řetěz, Ondra Šňupárek taky nakrklý, protože si vyjel oba dva dny jen bramborovku a áčka mu na příští rok utekla opět o jedno jediné místo v žebříčku. Bahnofil Áda byla docela spokojená, Pavel Mudrák vypadal v pohodě a já jsem byl taky spokojený. Ve frontě jsem si na závěr sezóny aspoň odpočal a zdaleka jsem nebyl tak zasraný jako ti, kdo byli v lese, i když, taky dost...

Výsledky jakož i některé atraktivní záběry najdete jako vždycky na webu <http://www.mtbo.cz/>.



Vašek

Výsledky sobota:

DE: 1. Hrdinova Marie 107.49; 2. Paulíčková Renata 113.18; 3. Lacigova Michaela 113.40; ... ; 7. Štěpánská Adéla 120.25; ... ; Uhnava Markéta DISK; **H14-18:** 1. Bogar František 58.39; 2. Pospíšek Marek 61.00; 3. Fajtl Jaroslav 69.44; ... ; 6. Tišnovský Martin 78.33; **H19B:** 1. Kazda Jiří 77.59; 2. Marek Vladimír 90.10; 3. Jedlička Marek 90.16; 4. Šňupárek Ondřej 93.03; **H19C:** 1. Graubner Jan 80.38; 2. Izdný Pavel 82.02; 3. Kamenický Radan 82.17; ... ; 6. Kavan Tomáš 86.39; **H40:** 1. Nožička Miroslav 72.11; 2. Mlynárik Peter 75.47; 3. Fajtl Jaroslav 76.30; ... ; . Štěpánský Václav DISK; **HE:** 1. Rygl Jaroslav 102.14; 2. Podrábský Ctibor 108.37; 3. Ševčík Martin 109.29; ... ; 20. Mudrák Pavel 126.45;

Výsledky neděle:

DE: 1. Gigon Michaela 59.39; 2. Hrdinova Marie 60.23; 3. Lacigova Michaela 62.16; ... ; 8. Štěpánská Adéla 68.59; ... ; . Uhnava Markéta DISK; **H14-18:** 1. Fajtl Jaroslav 44.46; 2. Wolf Daniel 47.35; 3. Laciga Jakub 53.49; ... ; 5. Tišnovský Martin 56.52; **H19A:** 1. Krajča Tomáš 55.33; 2. Hepner David 56.07; 3. Pospíšek Marek 56.46; ... ; 17. Mudrák Pavel 63.14; **H19B:** 1. Kazda Jiří 42.37; 2. Beránek Jan 43.20; 3. Hain Jan 45.41; ... ; 5. Šňupárek Ondřej 46.05; **H19C:** 1. Kalina Miroslav 36.47; 2. Simek Radek 37.00; 3. Izdný Pavel 37.02; ... ; 28. Kavan Tomáš 52.12;

HROBy 2006

Tak rok se s rokem sešel a jsou tu znovu HROBy. Tentokrát v okolí obce Žaclěš. I přes původní odhady se vydáváme směrem východní okraj Krkonoš pouze dva, ostatní tento rok vyměkli (ptáte se kteří dva? No přece Kenia a Arnošt, kdo jiný má tolik odvahy a nebojí se podobných výzev ... a má dostatečně natrénováno na takto dlouhý závod).

Začnu postupně. Cesta probíhala relativně klidně, dokonce jsem i dovezl auto v neporušeném stavu. Do centra závodu jsme dorazili vcelku bez problému (až na menší navigační problémy těsně před cílem cesty). Tyto problémy nebyly až takové problémy, jak to vypadalo, jen Arnošt se toho nebál a po mém zoufalém výkřiku rovně jel fakt rovně, ikdyž jsme právě minuli ceduli jak býložravec na 5 ... tento nacvičený fór posádka zadních sedadel nezvládla po psychické stránce a začla mi brát mapu, že jsem jako neschopný ...

Díky taktickému výběru kategorie PP (2 příchozí, skoňujeme podle slova chodit :) jsme si věřili, že se zvládneme z obou etap vrátit ještě za světla. Vždyť jsme to neměli vzdušnou čarou ani 20km a pod kilometr převýšení. A jak jsme věřili, tak jsme i udělali. Fakt jsme se vrátili za světla ...



ještě tak, abychom stihli vyfasovat věneček – asi chtěli naznačit náš aktuální stav.

Sobotní etapa startovala mimo centrum (přesun asi ½ hod busem, těšil jsem se na ničím nerušený spánek, ale přípravu na závod jsme nemohli podcenit, takže všechny šňůrky a tkaničky a provázky museli být zavázané) a díky prvnímu letošnímu sněhu se z ní stala tak trochu stopovaná. Naštěstí jsme se nenechali vyhecovat a šli svým tempem ... teda hned po startu jsme se ujali vedení a to jsme drželi minimálně dobrých 5 metrů. Ale zase byla dobrá dohlednost a nesněžilo, takže se nám soupeři moc nevzdalovali ... aspoň ne z dohledu.



Na proti tomu v neděli ráno už díky přehání a oteplení nebylo po sněhu ani památky a navíc nás občas obalila i mlha tak hustá, že jsem někdy ani Keníka neviděl, a to už je co říct ;)

Ohledně tratí musím podotknouti, že sobotní brnkačka (Dámy a Pánové si na závěr dali krásný výšlap, ale pro Prďoly si pořadatel řekl NE) byla dost odlišná od neděle, kdy jsme museli i mapy vytáhnouti a krýt se v houští při kličkování mezi bunkry a lomy ... V jednom bunkru nás sice na chvíli zdrželi, ale po sněžení všech LIP jsme utekli ze zajetí (guláš a 12° neměli, tak co s něma).

Nakonec musím náš výkon hodnotit pozitivně – přežili jsme ;) Náš celkový čas těsně nad 10 hodin sice nepatřil mezi nejlepších pět, ale desáté místo jsme s ním uhájit zvládli.

Takže příští rok se plánujeme opět zúčastnit, a pokud seženeme dvě světla a řidiče, který na nás v neděli vydrží čekat, tak bychom mohli příští rok zvládnout i kategorii nejvyšší – HH (čtete HáHá).

PS: Poučení pro příští článek ... psát ho těsně po akci, dokud si člověk pamatuje co nejvíc detailů, a ne až měsíc a půl po ní ... to si pamatuji skoro jen to, že jsem si užil první sních nebo ho poslat na druhou stranu, třeba něco dopíše ;)

Arnošt&kol.

Výsledky:

PP: 1. Jiří Hladík, Vojtěch Král 6:15:00; 2. Michal Strachota, Martin Poklop 6:31:03; 3. Adam Dusílek, Martin Klícha 6:39:08; ... ; 10. Richard Pátek, Lukáš König 10:03:59;

NOPB Survival

Plížíme se podél plotu mokrou trávou. Pod nohy si nevidím, podle zvuku hádám že šlapu nejspíš po zmačkaných pet-flaškách, doufám, že to není nic horšího... Tady by to už někde mělo být... Do cesty se nám pletou šlahouny šípků, trny se zachytávají pod kůži, bodláky motají do vlasů, celý to houští se proti nám spiklo. O kus dál se prales konečně trochu rozestupuje a před náma zeje vstup do nějaké podzemní chodby. To, co hledáme bude asi uvnitř... Holky mizí v úzké tmavé díře. Čekám venku. Slyším cinkání rozbitýho skla o betonovou zem, tlumené hlasy někde z dálky, šmátrání rukou po zdi. Představuju si co všecko v té tmě může bydlet. Myši a pavouci jsou ta mírnější varianta... asi moc koukám na americký filmy. Ale žádnéj horor se nekoná a holky se vrací zpátky celé. Kontrolu našly a dokonce ji i poslepu zvládly orazit. Radši se neptám co dalšího tam ještě našly, beru si od nich svou kartičku a frčíme dál...

Dnešní závod totiž není žádná flákárna. Přebor Brna v nočním OB se běží potmě, bez buzoly, jako scorelauf se spoustou zašitých kontrol a v záludném terénu Divišové čtvrti a okolních smetišť. Jsem ráda, že hned po startu tvoříme tandem s Peťou a časem přibíráme Verču, takže si

aspoň při tom nočním bloudění mám s kým povídat. Celá trať nám zabere asi hodinu, včetně hledání jedné imaginární kontroly uprostřed toho největšího bince, která ve skutečnosti vůbec není kontrola, ale jen zakroucená vrstevnice na mapě. Ale na první pohled pod blikající lampou vypadala fakt jak kolečko. Do cíle se dostáváme dlouho po nejlepších, i když i vítězové si trať vychutnali, protože jejich časy byly skoro o 15min delší než se předpokládalo. No, aspoň jsme se sem netáhli kvůli půlhoďce běhu. I přes roztrhaný elastíky, zablácené boty a lampion schovaný v pochybné „jeskyni“ to byla vydařená akce, takže díky Zeldovi za uspořádání, už se těším čím nás překvapí další ročník!

P.S. V jedenáct večer než jdu spat mi přijde sms od Verči. Prý v hospodě už poněkolidáté prohlíží mapu a všimla si, že jednu kontrolu jsme vynechaly. Takže žádný čokolády za 2.-4. místo, ale jsme DISK...☺

Janča

Na letošním ročníku se poprvé v krátké historii MB v NOPB podařilo některému z vítězů předchozích ročníků své vítězství obhájit. Stejně jako v loni i letos v ženské kategorii vyhrála Adélka a to se stalo důvodem, proč jsem si ji i přes téměř panickou hrůzu z úvodních fází rozhovoru pozval k mikrofonu, aby se s vámi podělila o postřehy z letošního tak trochu „dvojnásobného“ ročníku.

Zelda: Po skoro roční pauze mám tu čest přivítat u mikrofonu opět Adélku. Tentokrát u příležitosti obhájení vítězství při Mistrovství Brna v Nočním parkovém orientačním běhu. Předpokládám, že to nepovažuješ za svůj největší úspěch v orientační kariéře...

Adélka: Samozřejmě že považuju. Co by mohlo být větším úspěchem?

Zelda: Jak k tomu závodu teda přistupuješ? jak ho vnímáš?

Adélka: Celej den zaměřuju jedinečně na ten závod. Prostě vstanu a říkám si, dnes se poběžím NOPB. Už snídani si připravím tak, aby to odpovídalo správné životosprávě. Nejdu do školy, abych se mohla soustředit jen na to. Prostě podřizuju tomu úplně svůj denní režim

Zelda: Tak v tom případě tě mohly trochu rozhodit ty nepřiměřeně dlouhé tratě...

Adélka: Ne to mě nemohlo rozhodit, já jsem prostě byla připravená úplně na všechno.

Zelda: Zdála se ti ta trať orientačně náročná, i když byla trochu přešvihnutá?

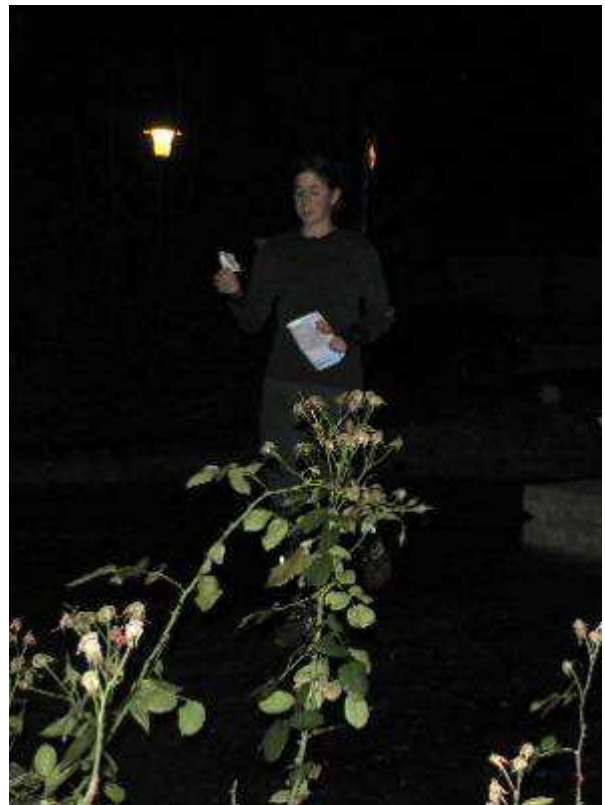
Adélka: Jo. Mě se to zdálo hezký. Mě by se to zdálo hezký, kdyby to bylo za světla, tak si myslím, že by to bylo dobrý. Bylo to akční. Akorát mě mrzí, že nebyly vůbec vidět ty kolečka od kontrol.

Zelda: Řada závodníků vyprávěla spoustu zajímavých historek z lesa. Co tvoje zážitky?

Adélka: Zas ani tak moc ne. Akorát jsem měla zlomenou ruku a když jsem spadla na druhou a ono to v ní křuplo a dost to bolelo, tak to bylo takový horší. Nic moc akčního tam nebylo.

Zelda: Co očekáváš od příštího ročníku?

Adélka: Zajímavé tratě? Nevím, nechám se překvapit.





Zelda: MB NOPB je stále poměrně mladý závod. Co myslíš, že by se na něm dalo do příštích let vylepšit?

Adélka: Nad tím jsem vůbec neuvažovala, ale jestli si to přeješ, tak nad tím můžu chvíli uvažovat... Nevím.

Zelda: Nic tě nenapadá, takže já ji poděkuju za rozhovor a popřeju, aby se ti podařilo i do třetice zase vyhrát.

Adélka: Dík

Zelda

Výsledky:

H: 1. Henych Martin 37:05; 2. Chromý Adam 39:04; 3. Zimmermann Štěpán 45:00; 4. Hájek Daniel 47:02; 5. Drábek Jan 49:18; 6. Pátek Richard 51:03; 7. Dědic Filip 52:09; ... ; 11. Lexa Matěj 58:59; **D:** 1. Štěpánská Adéla 46:20; 2. Kabáthová Eva 51:40 (-1K); 3. Gebauerová Jana 60:46 (-1K); 3. Tvarůlková Petra 60:46 (-1K); 3. Staňková Veronika 60:46 (-1K);

MB v NOPB Post Scriptum aneb stavba tratí zimních závodů

Letošní trať MB NOPB byla letos, jak je všeobecně známo, poněkud příliš dlouhá a já jako stavitel a mapař bych o tom rád napsal několik málo řádek. Asi nemá cenu vymýšlet sáhodlouhé omluvy a výmluvy a proto bych rád upozornil no to, proč se tak vlastně stalo a pokusil se tak zamezit opakování stejné situace, ať už na dalších ročnících MB NOPB popřípadě na jiných závodech. Zde je tedy několik málo bodů, které by mohly být poučné pro stavitele tratí zimních závodů.

1. Znalost terénu: Aby bylo možné postavit kvalitní trať je bezpochyby nutné si závodní prostor projít a seznámit se s ním. Já ale prostor nejen mapoval, ale dokonce v něm bydlím a poměrně často přes něj chodím začátky a konce svých běžeckých tréninků. Měl jsem tedy potenciální kontroly vymyšlené víceméně již před tím, než jsem vůbec začal mapovat a mapa pro mě byla při stavbě trati daleko méně potřebná než obvykle. Zde je první chyba: Stavitel trati musí brát v potaz, to co je na mapě a lze z ní vyčíst a nikoliv údaje navíc, které sice může znát, ale závodník je nemá šanci zjistit. Není totiž cesta jako cesta, kopec jako kopec a hustních jako hustník. Zvláště na parkových mapách... Neznamená to, že říkám že mapy jsou špatné, ale technicky se do nich prostě všechno vejít nemůže.

2. Vzdušná délka trati: Letošní trať MB v NOPB měla vzdušně zhruba 2400 metrů po nejkratší spojnici kontrol, Vzdušná spojnice kontrol v ideálním pořadí (které jsem mimochodem vymýšlel asi 15 minut) pak 2800 metrů. Když jsem si pak ale (bohužel až po závodě) změřil reálnou délku ideálního postupu tak se kolečko zastavilo na necelých čtyřech kilometrech... To znamená reálný kilometrový průměr vítěze něco pod 10 min/km vzhledem k tomu, že ne zvolil ideální postup. A právě toto číslo je pro MB v NOPB správně, chyba je tedy zjevně v reálné délce trati. Z osobní zkušenosti vím, že reálný kilometrový průměr při denních zimních sprintech je zhruba 5 min/km. Z těchto dvou čísel pak lze snadno spočítat potřebnou reálnou délku trati. Doporučuji tedy nebýt líný a skutečně to změřit kurvítkem...



3. Probíhání tratí: Trať jsem probíhal já sám osobně, a to za tmy. Dosáhl jsem času zhruba 23 minut. To pro mě byl signál, že je to reálné jít kolem 25 pro lidi typu Chrobák a kolem 30 pro zbytek. samozřejmě, že to byl úplný nesmysl. První kontrolu jsem totiž „razil“ (na tom se dá taky ztratit v případě dvaceti kontrol a tmy i minuta) zhruba po pěti vteřinách běhu, což pro závodníky nebylo vůbec reálné. Navíc jsem trať aboloval po ideálním postupu a do mapy jsem se podíval celkem 2x, když jsem si pro jistotu kontroloval, zda mám všechny kontroly. Probíhání tratí je rozhodně dobrá věc, i když na závody typu MB v NOPB nebo BZL je to možná až moc velký luxus. Přesto – pokud budete náhodou svou trať probíhat, nedělejte to sami, ale poproste někoho, kdo ještě trať neviděl a předpokládáte o něm, že by se mohl umístit v horní čtvrtině startovního pole. Jedině tak můžete získat objektivní směrný čas.

4. Počasí: Zdánlivě bezvýznamný faktor, ale letos jsem se přesvědčil, že ne tak docela. Já například trať probíhal za úplňku a v době, kdy byl povrch pokryt tenkým, ale souvislým sněhovým popraškem. Na asfaltu pak byla místy námraza. Všechny kontroly mi přišly v pohodě a o počasí jsem se domníval, že nebylo nic moc, protože mi to v maratonkách klouzalo. Opak byl pravdou... Při reálném závodě bylo polojasno, ale měsíc byl ještě za obzorem (popřípadě nízko za ním) i když bylo nedlouho po úplňku. Sem tam spadlo pár kapek. To ale nijak nevadil, potíž byla právě s měsícem a sněhem, který neodrážel jeho světlo. V neosvětlených částech totiž byla neúměrně větší tma než v době probíhání trati. Počasí sice nijak zásadně neovlivníte, ale přesto není špatné kouknout na předpověď a zkusit se přizpůsobit. To, že nebude svítit měsíc jsem například mohl zjistit se 100% jistotou...

5. Závěr: Víím, že jsem asi neobjevil Ameriku, třeba Libor se určitě při stavbě svých tratí těmito zásadami řídí (a právě proto jsou jeho tratě tak dobré a všemi chválené). Mezi pořadateli BZL se ale stále objevují nové tváře (a v budoucnu jich bude asi čím dál víc) a právě pro jsem se snažil své postřehy z letošního MB v NOPB sepsat. Závěrem myslím mohu slíbit, že příští rok si Adam vše pohlídá a MB v NOPB snad ve svém pátém ročníku definitivně ztratí nálepku NOPB Survival...

Zelda

Můj první oddíláč

Milý deníčku,

tak tento víkend to konečně přišlo. Zdálo se mi o tom, moc jsem se na to těšil a trochu jsem se i bál, protože jsem nevěděl jaké to bude. A teď, nebudeš tomu věřit, to už mám za sebou. Už se mi ostatní kluci a holky nikdy nebudou smát, že jsem ještě nikdy nebyl na oddílovém přeboru! Ale povím Ti to pěkně od začátku...



Když jsem se v sobotu ráno probudil, měl jsem batoh i svačinu na cestu už nachystanou a tak jsem mohl hned vyrazit na vlakové nádraží, kde jsme se měli všichni sejt. Když jsem tam přišel, skoro všichni už tam byli. Adam, Martin, David, Libor – to je ten náš trenér a vedoucí, co všechno řídí a jak jsem ti o něm už psal, Adélka, Petra, druhá Petra, Eva, Kateřina, Hana, Martina, Jirka – to je zase ten, jak vydává takový časopis, kam všichni píšou o tom, co zažili, Štěpán – ale jeho brácha Jaroslav, vlastně Jakub, přijít



nemohl, protože byl nemocný, druhý Jirka a Jakub a spousta dalších a ještě dalších, kteří přijeli sami až do vesničky Zubří. Tam jsem totiž celý víkend bydleli a běhali.

Když jsme přijeli a přišli do té chatkové osady, pan vedoucí nás již všechny čekal a rozdál nám povlečení na postele a čísla chatek, kde máme bydlet. Povlíkání peřin a polštářů mi nikdy moc nešlo a tak jsem skoro nestihl start prvního závodu. Naštěstí se startovalo skoro od mé chatky a tak všechno dobře dopadlo a dostal jsem včas mapu i průkazku. Starší kluci a holky říkali, že se prý obvykle běhá s tím elektronickým čipem a já jsem se na to celou cestu těšil, ale nakonec to bylo po staru. Když jsem vyběhl, dostal jsem strašnou chuť vyhrát a tak jsem běžel hrozně moc rychle, ale stejně se mi to nepovedlo, protože přijel i taký chalán ze Slovenska co se jmenuje Palo a umí rychle utíkat i hledat kontroly.

Naštěstí byl hned po závodě dobrý oběd, tak jsem měl lepší náladu. Ale kdyby naši doma věděli, že odpolední start bude tak pozdě, a že budu sám v lese ještě za stmívání, asi by mě samotného nepustili. Ale Tobě to deníčku říct můžu. A to ještě když jsme běhali začalo sněžit a foukal vítr a ještě že to byla docela krátká trať, tak jsem se trochu zahřál, jak jsem to napálil. A představ si, že tentokrát jsem si na startu mohl vybrat, kudy ten závod poběžím, kontroly normálně neměly čísla a tak jsem se mohl rozhodnout, jestli půjdu na začátku doprava, doleva nebo dozadu. Nakonec jsem šel doprava a bylo to asi docela dobrý, aspoň zkušenější kamarádi to říkali, ale na Adama, Tomáše, Pala a ještě dokonce Libora to stejně nestačilo.

Jenže to mi moc nevadilo, protože prý hlavní závod je až večer po večeři. A ještě předtím, že Libor vyhlásí ty nejlepší kluky a holky z nás všech, co spolu běháme. A taky jo, bylo to moc pěkný a slibuju Ti, že budu přes zimu a na jaře hodně trénovat, protože bych taky jednou chtěl ten nejlepší, ale nesmím to nikomu moc říkat, protože by se mi určitě smáli.

Když jsem se v neděli ráno probudil, vůbec se mi nechtělo vstávat a už vůbec ne běžet. Ale prý, že mám dobrou pozici a že je to moc důležitý závod a tak jsem si nakonec vzal čelenku i buzolu. A když jsem přišel na start, hned jsem běžel, protože byl takzvaný hendikepový start a ještě jsem chtěl spoustu kluků doběhnout, tak jsem nemohl moc otálet. Jenomže to dneska bylo o dost delší a jak jsem to na začátku děsně napálil, tak jsem měl pak co dělat, abych to vůbec doběhnul. To se mi teda jako povedlo, ale nikoho jsem nepředběhl ale, jak už jsem Ti psal, fakt budu moc trénovat a příští rok to všem ukážu...opravdu.



No a potom už bylo jenom vyhlášení celého závodu, abychom všichni věděli, kdo jsou ti nej-, a pak, když začalo hrozně pršet jsme museli jít na vlak, protože jinak by nám ujel a už jsme jeli domů. Celý víkend byl moc pěkný a mám z něj spoustu zážitků, o kterých si mohu povídat se svými kamarády a těším se zase na další.

Tvůj Honza.

Závod nadějí	1.E	2.E	3.E	Celkem
1. Jemelíková Denisa	0:30:00	0:17:18	0:27:03	1:14:21
2. Koporová Petra	0:27:16	0:21:32	0:31:02	1:19:50
3. Chromá Kateřina	0:24:02	0:29:21	0:29:30	1:22:53
4. Kuthanová Dominika	0:33:58	0:47:20	0:37:38	1:58:56
5. Svobodová Klára	0:50:15	0:49:07	0:33:22	2:12:44
6. Dubrava Jan	1:11:43	0:26:24	0:45:45	2:23:52
Brlica Pavel	0:21:55	Disk	0:30:09	Disk

Malá mistrovská	1.E	2.E	3.E	Celkem
1. Kabáthová Eva	0:32:46	0:26:38	0:37:45	1:37:09
2. Štěpánská Adéla	0:33:50	0:28:27	0:40:03	1:42:20
3. Jindřišková Martina	0:33:13	0:28:28	0:42:18	1:43:59
4. Tvarůžková Petra	0:36:20	0:29:49	0:42:10	1:48:19
5. Gebauerová Jana	0:32:04	0:30:50	0:46:06	1:49:00
6. Beržinská Soňa	0:35:28	0:29:38	0:44:34	1:49:40
7. Žáčková Iva	0:38:42	0:33:08	0:50:16	2:02:06
8. Klusáčková Zuzana	0:35:13	0:36:03	0:51:20	2:02:36
9. Borecká Kateřina	0:39:12	0:35:11	0:55:09	2:09:32
10. Šišková Vladimíra	0:44:20	0:39:37	0:54:44	2:18:41
11. Kadlecová Eva	0:41:38	0:42:28	1:08:08	2:32:14
12. Bukovacová Alena	0:49:37	0:44:57	0:59:05	2:33:39
13. Čábelková Jana	0:49:38	0:34:10	1:10:46	2:34:34
14. Königová Jana	0:42:20	0:42:28	1:16:52	2:41:40
15. Kolaříková Anna	0:54:53	0:44:04	1:09:22	2:48:19
16. Rambousková Hana	0:49:21	1:03:30	1:10:25	3:03:16
Palátová Petra	0:36:35	0:32:23	Disk	Disk
Bendová Barbora	-	0:29:35	-	Disk
Kadlecová Zlata	-	0:29:35	-	Disk
Baranová Mária	0:45:47	Disk	-	Disk

Velká mistrovská	1.E	2.E	3.E	Celkem
1. Bukovac Palo	0:28:30	0:25:26	0:35:09	1:29:05
2. Chromý Adam	0:29:24	0:25:18	0:38:02	1:32:44
3. Bořil Tomáš	0:29:56	0:25:45	0:37:49	1:33:30
4. Palas Jan	0:30:18	0:26:37	0:38:54	1:35:49
5. Zřídka Veselý Libor	0:31:23	0:26:05	0:39:21	1:36:49
6. Klusáček Matěj	0:31:08	0:31:17	0:40:06	1:42:31
7. Zimmermann Štěpán	0:32:32	0:31:52	0:39:26	1:43:50
8. Otrusina Jiří	0:34:08	0:30:24	0:39:22	1:43:54
9. Brabec Jaroslav	0:34:58	0:29:04	0:40:34	1:44:36
10. Mazúr Martin	0:31:50	0:32:46	0:43:01	1:47:37
11. Zelinka Jiří	0:32:19	0:29:03	0:47:10	1:48:32
12. Bukovac Maroš	0:33:50	0:39:35	0:45:28	1:58:53
13. Pracný Jakub	0:37:32	0:30:50	0:51:32	1:59:54
14. Drábek Jan	0:44:46	0:37:35	0:49:09	2:11:30
15. Pátek Richard	0:40:24	0:36:51	0:54:18	2:11:33
16. Mlynarik Peter	0:37:14	0:45:01	0:49:31	2:11:46
17. Veselý Martin	0:40:21	0:40:16	0:54:17	2:14:54
18. Dědic Filip	0:44:45	0:40:29	0:51:52	2:17:06
19. Hrnčiar Dušan	0:42:19	0:42:25	0:54:46	2:19:30
20. König Lukáš	0:45:20	0:40:51	1:05:22	2:31:33
21. Prokop Petr	0:46:43	0:41:21	1:06:22	2:34:26
22. Liščinský Tomáš	0:56:56	0:40:09	1:02:22	2:39:27
23. Zvarik Tomáš	0:40:10	0:50:51	1:08:31	2:39:32
Hájek Daniel	0:32:09	0:27:08	Disk	Disk
Nykodým Miloš	0:30:33	0:29:10	Disk	Disk
Kabáth David	0:31:50	0:30:26	Disk	Disk
Ehl Jiří	-	0:31:37	-	Disk

Nejúspěšnější členové oddílu

Nejúspěšnější člen oddílu:
Tomáš DLABAJA



Nejlepší žák:
Otakar JAŠEK

Nejlepší dorostenec:
Adam CHROMÝ

Nejlepší junior, muž:
Tomáš DLABAJA

Nejlepší veterán:
Peter MLYNÁRIK

Nejlepší zážákyň:
Kateřina CHROMÁ

Nejlepší dorostenka:
Eva KABÁTHOVÁ

Nejlepší juniorka, žena:
Petra PALÁTOVÁ

Nejlepší veteránka:
Jitka KABÁTHOVÁ

Nejlepší závodník MTBO:
Adéla ŠTĚPÁNSKÁ

Letošní oddílový přebor ve Velké mistrovské vyhrál Paľo, se kterým nebylo technicky možné uskutečnit rozhovor pro Polaris, tudíž na tomto místě naleznete rozhovor jiný, a sice s Evaakem, která vyhrála Malou mistrovskou a zároveň byla vyhlášena nejúspěšnější dorostenkou našeho oddílu. Rozhovory s ostatními nejúspěšnějšími členy oddílu postupně naleznete v dalších číslech Polarisu.

Zelda: Nazdar Evaaku, poté co v loňském roce byla nejúspěšnější dorostenkou v našem oddíle Adélka, tak jsi se na toto místo opět vrátila ty. Co to pro tebe znamená?

Evaak: Záludná otázka... Já jsem letos vcelku spokojená se svými podzimními výkony. Rozhodně z toho mám radost.

Zelda: Toto ohodnocení jsi potvrdila i na oddílovém přeboru. Bylo těžké vyhrát v Malé mistrovské?

Evaak: Tak těžký... Těžký je to vždycky. Bylo to tam celkem běžecký a mě se běželo dobře. Pamatuju si, že s mapou jsem tam nebyla úplně spokojená, ale ve druhé etapě už to bylo lepší.

Zelda: jak se ti přebor líbil? Tratě, terény, organizace?

Evaak: Vrchol sezóny, nejlepší... No to je jedno. Mě se líbí les v Zubří. Je to tam úplně výborný. Mám ráda průběžný čistý lesy. Tratě byly postaveny hezky, jako vždycky. Třetí etapa byla nejlepší. To je všechno, co si vzpomínám.

Zelda: A mimo závodění?

Evaak: Mimo závodění? To ví každě, jaký to tam bylo super, že jo...

Zelda: Krom toho, že jsi nejúspěšnější dorostenka a vyhrála jsi Malou mistrovskou, tak se tvé celoroční výsledky zobrazily i v druhé místo v Oddílové Grand Prix. Možná to nevíš, ale je to trošku historický výsledek protože takhle vysoko holka byla v Oddílové Grand Prix naposled před sedmi lety. Co to pro tebe znamená, tenhle úspěch v Grand Prix?

Evaak: Je to fajn. Já do té Grand Prix moc nevidím. Občas ji zveřejníš. Moc nevím, jak se to přesně počítá. Ale tak jo, fajn.

Zelda: Čili nejsi schopná říct jestli si myslíš, že to je objektivní pořadí?

Evaak: Já nevím, mě připadá, že jsem občas ani nezaběhla... Když jsem prostě měla hodně závodů, tak se tam člověk najednou vyhoupne a ani neví jak.

Zelda: Dobře, takže opustíme téma Oddílové Grand Prix. Pro příští rok jsi členkou B-týmu dorostenecké reprezentace. Co z toho pro tebe vyplývá?

Evaak: Soustředění navíc ... s Jeldou. Tak to jsem zvědavá. To je asi tak všechno. Já myslím, že se nic moc nezmění.

Zelda: A nějaká možnost nominace. Uvažuješ o ní?

Evaak: Tak nevím, uvidíme. Pamatuju si, že vloni na jaře mě to šlo s mapou dost mizerně. Hlavně doufám, že letos na jaře mi to půjde líp. Nevím jak to půjde, uvidíme.





Zelda: Takže tradiční otázky na závěr. Nějaký nej výkon té uplynulé sezóny?

Evaak: Když si vzpomenu na družstva, tak štafety. Ty se mě docela povedly. Ty družstva už teda ne tolik jako ten třetí úsek v sobotu. V těch štrech asi, to jsem byla spokojená.

Zelda: Ambice na příští sezónu?

Evaak: Konečně pro jednou se naučit mapu

Zelda: Příští rok už je Adélka juniorka, takže předpokládám, že příští rok bude tvým cílem obhájení postu nejúspěšnější dorostenky.

Evaak: Přestupují další dorostenky a konkurence tam rozhodně bude. O obhajobu se rozhodně budu snažit.

Zelda: Děkuju za rozhovor a přeju at' se ti v příští sezóně daří.

Evaak: Jo jasný, čau.

Zelda

Běh 17. listopadu



Je pátek, 17. listopadu, den pro mnoho lidí významný. Někteří slaví Mezinárodní den studentů, výročí sametové revoluce a všichni si užívají den volna navíc. Pro brněnské orientáky a atlety má toto datum další význam. Každý rok v této době začíná zimní Brněnský běžecký pohár, pro některé prestižní závod, pro jiné jen zpestření tréninku. Běh 17. listopadu se řadí mezi nejoblíbenější závody celého kolotoče BBP. Jedním z důvodů velkého počtu závodníků je určitě i termín na začátku tréninkové sezóny, kdy se ještě každý snaží trénovat co to dá a tento závod je jedním z prvních možností srovnání s kamarády. Z tohoto důvodu jsem se letos na startu objevil i já. Byla to moje první účast po asi 3leté přestávce, ale jak jsem si stačil všimnout, tak stálce startovní listiny se nezměnili a spousta lidí jsem si pamatoval ještě z doby dávno minulé. Jedna věc se ale změnila. Těm, s kterými jsem předtím stačil, už jsem dnes smutně koukal na záda a letos už jsem se musel sklonit i před nejstaršími veterány ☹ To mě utvrdilo v rozhodnutí, že další můj závod BBP bude nejdřív za rok ☺

Ale k závodu. Běželo se za krásného počasí, trať byla trošku zkrácená oproti letům minulým. I když jsem slyšel, že se tato kratší trať běžela i loni. Ale to určitě nebylo na škodu, aspoň jsme se my, méně trénující, dostali do cíle po svých a ve většině případů dokonce i po dvou a ne potupně po čtyřech ☺ Na 5km trati se vytáhli naši dorostenci, kde se Dan a Milouš dostali do první desítky, škoda jen, že je předběhl Marek Pospíšek. Kluci, příště se musíte víc snažit ;-). Evaak se blýskla mezi děvčaty. Po 5km trati přišla na řadu desítka, kde se do popředí výsledkové listiny dostal Rajmo s Dejvem. Určitě se kluci snažili a musíme si přiznat, že na nedostižného „pána s culíkem“ ještě nemají, ale nebojte, i on musí někdy zestárnout a přestat trénovat. Pak si i vy užijete pohled z nejvyššího stupínku ;)

Brabík

Výsledky:

5km: 1. OLEJNÍČEK Lukáš 14:20; 2. POSPÍŠEK Marek 14:30; 3. ŽALCOVSKÝ Stanislav 15:05; 4. NYKODÝM Miloš 15:07; ... ; 8. HÁJEK Daniel 15:38; ... ; 23. ZIMMERMANN Štěpán 16:53; ... ; 36. KABÁTHOVÁ Eva 17:50; ... ; 41. ČÁBELKOVÁ Jana 18:08; ... ; 70. TVARŮŽKOVÁ Petra 19:58; ... ; 79. JINDŘIŠKOVÁ Martina 20:38; ... ; 91. ŠULEROVÁ Pavlína 21:18; ... ; 107. KOPOROVÁ Petra 22:39; ... ; 131. JEMELÍKOVÁ Denisa vzdala; **10km:** 1. ORÁLEK Daniel 27:25; 2. BALCAR Michal 28:19; 3. KOTYZA Petr 28:39; ... ; 9. RAJNOŠEK Zdeněk 29:47; ... ; 22. KABÁTH David 31:22; ... ; 38. ZÁMEČNÍK David 32:39; ... ; 40. ZELINKA Jiří 32:49; ... ; 79. LEXA Matěj 35:36; ... ; 82. BRABEC Jaroslav 35:45; ... ; 151. HUMLÍČEK Aleš 40:46; ... ; 165. PÁTEK Richard 41:56; **1km:** 1. JAŠEK Otakar 3:56; 2. ŠEVČÍK Martin 3:58; 3. NOVÁK Michal 4:00;

JRD Doksy

Ač pozdní podzim, chladný čas,
slabého slunce mlžný jas
rozprostřen kolem všech těch krás,
a my tu v kraji Máchy zas.
Však málo, málo tady nás
zůstalo větrům napospas.
Kde Zeldy, strašný lesů pán,
zvěří i lesy milován
a kde je třeba Zhuly jen?
Na šibenici oběšen?
Či snad byl bouří mraky hnán
a romantismem otráven?
A seznam dalších zvučných jmen
s legendou badekaretem?
to z Jarmiliny v dále skály
do černé vody naskákali?
Hrdliččin trpce pláče zpěv,
borový rozsmutněn jest háj
a celý širý kolem kraj
a hrdý Bezděz jako zjev.

Tam hotel Lesní v křovích stinných
odrážel zvuky sjetých kol
a před ním majestátný kůl,
a ve všech srdcích velký bol
neb zcela vypuštěn byl pool...
tak aspoň jídlo do hub líných...



Na úvodním srazu JRD se nás sešlo dosti, skoro bych mohl říci mnoho. Vlastně téměř všichni. Za krásné centrum posloužil věhlasný Lesní Hotel v Doksech, kde jsme prožili nezapomenutelné soustředění i v létě. Akorát, jak praví úvodní verše, ta sestava byla poněkud obměněna...

Tak abych to nějak přiblížil:

páteční večer = příjezdování + ubytovávání + saying HELLO + luxusnostní něco menšího * 2 (byla ohromná vyhládnatost) + testovky * 3 (všerůzné OB skillsy, koncentrovace, lhalba☺) + losovadba z osudí pairs na nazítrnějši bojovku + icebreakerování * 2 (jeden veselejši, druhej vážnějši) + nahození pokecu na pokoju no.5 (ZBM room☺) + spalba

sobotní den = delikatorésní snídaňba + přípravovka na all-dayovou Svenovu extra-game zvanou Koloběh + chystba svačinoček na cestu (hlavně Chrobákův PNZCH – pořádně namazaný záložní



chleba) + prví úvodová šifrovačkovaná + bežba na first stanovisko na Kráľovč stolovače + lušťba ďalších lušťovaček + chodba na ďalší a ďalší kontrolorovačky (všichni luštili, jen Hóna s Vojtou dávali tipovačku, kde bude ďalší control-point, podvkráte jim to vyšlo!!!, ale ne Tavalíny) + záverdba v Holetu... Nutno podotknutelnínovat, što to bylo ohromované, takříkajíc nevyjádřovatelné slovy!!

sobotní večer = Konzultovace tréninkovacích plánovaček a podobnýchovaných záležitostí s trenérami + něco menšího * 2 (zase ohromná vyhládnatost) + společnicovate gamesy se Svenem v společenském roomu + plkba a kecba a řečba a mluvbba + spalba

nedělní všechno = balba + snídoba + klusba vytrvalostnějšějšího charakterismu do dalekonosných krajinomaleb + balba + obědovávání * 2 (opět ohromná vyhládnatost) + lučba + odjezdovost

= = = sqělostní soustředovávání!!!! = = = + velká poděkovávačka hlavně Zhustovi, Vahovi a Svenovi

Klusy

Brněnský bežecký pohár 2006/2007 - Beh o pohár Jehnic



V sobotu 2.12. som cestoval s rodinou na Slovensko a tak som sa zúčastnil pretekov štýlom auto->WC->štart->cieľ->auto. Rozhodne nechcem nikomu tento spôsob doporučovať, skor potrebujem vysvetliť, že som nemal príliš času obzerať sa okolo seba, aby som potom o tom mohol napísať do Polarisu. Rozhodol som sa teda zalistovať trochu v štatistikách a priblížiť Vám tohtoročné výsledky hlavne v kontexte toho, čo som sa mohol dozvedieť dodatočne spoza monitoru počítača pripojeného k Internetu.

Tento rok sa na rozdiel od roku 2005 bežalo v pomerne dobrých podmienkach, teplota nad nulou a až na pár kaluží a trochu blata v záverečnom klesaní trate boli vyslovene ideálne podmienky pre beh. Na dlhej trati si najlepšie počínal Jiří Zelinka, na krátkej Eva Kabáthová. V cieľi sme všetci dostali párok a čaj, a tí, čo okamžite neodišli (ako ja) si mohli odnieť vytlačené výsledky.

Mňa ale zaujímalo ako si Žabiňáci počínali na Jehnickej trati v nedávnej minulosti. Na stránkach brněnského bežeckého pohára sú výsledky od roku 1999

(to je spolu 8 ročníkov). Vyrobil som teda porovnávaciu tabuľku. Bral som do úvahy všetkých, ktorí sú registrovaní v našom oddieli a zúčastnili sa aspoň dvoch pretekov (takých jedincov som našiel 25). Žiacke kategórie sa v priebehu rokov menili a nevidel som iné východisko než vyhodnotiť iba 10 km a 5km trať, na posledne menovanej zvlášť ženy a mužov. Vo výsledkoch sa dosť ťažko orientuje, navyše niektorí z našich ľudí v zime hostujú v exotických kluboch typu Bambas Skalice, iní sa medzitým mohli vydať a zmeniť si meno, preto za úplnosť a správnosť tabuľky neručím a prípadne postihnutým členom oddielu sa vopred ospravedlňujem. Pokiaľ ide o čísla, ktoré tam vidíme, tak u každej osoby prvý riadok obsahuje časy dosiahnuté v jednotlivých ročníkoch a druhý absolútne poradie na danej trati. Pretože sa zdá, že Jehnice sa behali na dvoch r^oznych tratiach (rok 1999 a posledné dva ročníky na o niečo dlhšej trati 11,4 km), vypočítal som koeficient pre prepočet medzi kratšou a dlhšou traťou, jeho hodnota je okolo 1.2. Koeficienty mám rád a tak ďalší sa týka porovnania príslušného času s časom víťaza. Vzhľadom na veľkú účasť na BBP je to dobrý spôsob eliminácie vplyvu počasia a iných objektívnych príčin. Tí z Vás, ktorí sa zúčastnili minulý rok si určite vybavlia, že bežali na snehu, čo sa prejavilo aj na časoch, menej už na

tomto koeficiente. Počítal som ho zvlášť pre 10 km, zvlášť pre 5km muži a ženy (dorastenky sú v jednom vreci so ženami).

A teraz ku konkrétnym historickým výsledkom. Najvyššiu účasť sme ako oddiel mali v roku 2001 a 2003. Osobnú cenu za najvyššiu účasť v Jehnicích získava Eva Kabáthová za 6 štartov, v tesnom závесе sú Barbara Reinerová, David Zámečník, Martin Stehlík a Jiří Zelinka s piatimi. Najrýchlejšie časy na jednotlivých tratiach (prepočítané na dlhšiu súčasnú trať) dosiahli na 10 km Libor Zřídka Veselý (41:01 v roku 1999; k=1.01), na 5 km Adam Chromý (25:39/1.186=21:38 v roku 2003; k=1.05) a Barbara Reinerová (28:55/1.173=24:39 v roku 2004; k=1.08). Pri uvažovaní odstupe od času víťaza sú okrem Liborovho najlepšimi iné časy: Martina Stehlíka z roku 2002 (k=1.05) a Jany Čábelkovej z roku 2001 (k=1.07).

Dúfam, že Vám uvedená tabuľka pomôže porovnať si výkony z roznych rokov a namotivuje Vás prísť na budúci rok do Jehnic, vylepšiť si bežeckú kondíciu na zaujímavej lesnej trati a pomôcť prekonať niektorý z uvedených rekordov.

	ROK	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	
	DATUM	27.11.	2.12.	1.12.	30.11.	29.11.	4.12.	3.12.	2.12.
== 10km ==		40:39	34:05	33:48	33:40	33:00	32:36	41:04	41:07
	DL/KR	(40:57/33:25=1.225)							
ZRIDKAVESELY L.		41:01	-	-	-	35:06	-	-	-
		2				13			
		1.01				1.06			
						(43:00)			
HUMLICEK A.		47:29	-	-	-	-	-	55:37	-
		39						73	
		1.17						1.35	
VESELY M.		50:10	-	-	-	-	43:11	-	-
		65					96		
		1.23					1.32		
							(52:54)		
JEVSEJENKO A.		51:17	-	43:00	-	-	-	-	-
		75		74					
		1.26		1.28					
				(52:41)					
BRABEC J.		58:16	43:43	-	-	-	-	-	-
		132	87						
		1.43	1.28						
			(53:33)						
ZAMECNIK D.		-	36:55	40:19	38:58	43:46	-	-	50:12
			18	43	35	25			56
			1.08	1.19	1.16	1.33			1.22
			(45:13)	(49:23)	(47:44)	(53:37)			
KOCA J.		-	40:09	41:34	-	-	-	-	-
			49	60					
			1.18	1.23					
			(49:11)	(50:55)					
KABATH D.		-	-	39:25	-	-	41:49	-	-
				33			85		
				1.17			1.28		
				(48:17)			(51:14)		
PROKOP P.		-	-	-	38:02	-	45:45	-	-
					27		123		
					1.13		1.40		
					(46:35)		(56:03)		
STEPANSKY V.		-	-	-	49:22	48:46	-	-	62:50
					166	189			173
					1.47	1.48			1.53
					(60:28)	(59:44)			
DLABAJA T.		-	-	-	-	35:52	34:37	44:43	-
						17	8	11	
						1.09	1.06	1.09	



							(43:56)	(42:24)	
PATEK R.	-	-	-	-	-	-	50:31	-	59:16
							185		143
							1.55		1.44
							(61:53)		
STEHLIK M.	-	-	-	-	-	-	-	47:04	-
								25	
								1.15	
LEXA M.	-	-	-	-	-	-	-	58:46	53:13
								102	82
								1.43	1.29
ZELINKA J.	-	-	-	-	-	-	-	-	49:08
									49
									1.19
== 5km ==	M	25:14	20:45	20:35	20:58	20:37	21:15	24:56	24:00
		DL/KR	(24:43/20:50=1.186)						
	Z	27:45	22:53	23:36	22:43	23:04	22:52	28:37	26:59
	DL/KR	(27:47/23:01=1.173)							
SLADKAK.		40:38	30:37	-	-	-	-	-	-
		74	73						
		1.46	1.34						
			(35:55)						
REINEROVA B.		40:36	25:58	25:34	25:07	-	24:39	-	-
		73	39	32	33		27		
		1.46	1.13	1.08	1.11		1.08		
			(30:28)	(29:59)	(29:28)		(28:55)		
STEHLIK M.	-		24:26	22:44	22:07	23:21	-	-	-
			27	14	8	27			
			1.18	1.10	1.05	1.13			
			(28:59)	(26:58)	(26:14)	(27:42)			
CHROMY A.	-		24:29	-	-	21:38	-	-	-
			28			9			
			1.18			1.05			
			(29:02)			(25:39)			
PRACNY J.	-		26:26	28:19	-	24:33	-	-	-
			43	63		37			
			1.27	1.38		1.19			
			(31:21)	(33:35)		(29:07)			
EHLOVA(CERM) P.	-		28:24	27:13	-	-	-	-	40:01
			56	57					107
			1.24	1.15					1.48
				(33:19)	(31:56)				
SMIDOVA E.	-		33:08	32:49	-	-	-	-	-
			81	91					
			1.45	1.39					
			(38:52)	(38:30)					
KABATHOVA J.	-		-	29:26	28:11	27:59	-	-	-
				72	62	73			
				1.25	1.24	1.21			
				(34:32)	(33:03)	(32:49)			
STRATILOVA M.	-		-	32:10	34:46	-	32:20	39:01	-
				88	109		85	82	
				1.36	1.53		1.41	1.36	
				(37:44)	(40:47)		(37:56)		
RAMBOUSKOVA H.	-		-	32:46	31:01	-	-	-	-
				90	84				
				1.39	1.37				
				(38:27)	(36:23)				

KABATHOVA E.	-	-	35:32 104 1.51 (41:41)	31:03 85 1.37 (36:25)	27:14 66 1.18 (31:57)	27:33 50 1.20 (32:19)	34:31 55 1.21	29:12 30 1.08
CABELKOVA J.	-	28:39 59 1.25 (33:36)	25:17 30 1.07 (29:39)	-	26:55 60 1.17 (31:34)	26:52 46 1.17 (31:31)	-	-
ZIMMERMANN J.	-	-	-	23:35 23 1.12 (27:58)	-	-	26:53 6 1.08	-
ZELINKA J.	-	-	-	28:08 61 1.34 (33:22)	25:21 49 1.23 (30:04)	24:26 23 1.15 (28:59)	29:02 16 1.16	-
HAJEK D.	-	-	-	26:01 45 1.24 (30:51)	24:31 35 1.19 (29:05)	-	-	-
PROCHAZKOVA L.	-	-	-	-	32:57 100 1.43 (38:39)	-	36:21 68 1.27	34:54 73 1.29

Matej Lexa

Výsledky:

5km: 1. OLEJNÍČEK Lukáš 24:00; 2. ONDROUŠEK Petr 24:25; 3. JALOVÝ Filip 24:32; ... ; 30. KABÁTHOVÁ Eva 29:12; ... ; 56. BRILICA Pavel 32:29; 67. JINDŘIŠKOVÁ Martina 34:02; ... ; 73. PROCHÁZKOVÁ Lucie 34:54; ... ; 75. GOTTVALDOVÁ Nela 35:08; ... ; 91. ŠULEROVÁ Pavlína 37:13; ... ; 107. EHOVÁ Pavla 40:01; **10km:** 1. ORÁLEK Daniel 41:07; 2. BALCAR Michal 41:15; 3. KOCOUREK Milan 41:53; ... ; 49. ZELINKA Jiří 49:08; ... ; 56. ZÁMEČNÍK David 50:12; ... ; 72. EHL Jiří 51:51; ... ; 82. LEXA Matěj 53:13; ... ; 143. PÁTEK Richard 59:16; ... ; 173. ŠTĚPÁNSKÝ Václav 62:50; **1km:** 1. NOVÁK Michal 3:53; 2. ŠEVČÍK Martin 03:55; 3. TOMEČ Tomáš 3:55; 4. JAŠEK Otakar 3:56;

První podzimní zimní liga



Už nám zase začala zima. Není to poznat podle toho, že je země pod sněhem, všude jiskří sníh a lidé se zabalují do svých šál a kabátů, ale pouze podle toho, že již byl první závod Brněnské zimní ligy. Jinak by to člověk ani nepoznal. Toto podzimní počasí ale nikomu nevadilo, ba naopak, a tak téměř všichni aktivní brněnští závodníci vyrazili na první závod B(pod)ZL. Bylo jich opravdu hodně a rozhodně více než metrů čtverečních parku, ve kterém se běželo. Zhusta však dokázal vytěžit z terénu maximum a postavil pro nás pěkné, zajímavé tratě, které byly hlavně jiné než ty předchozí a tak i ti notoričtí zimnoligáři neběželi stejnou trať jako minule. Vyhráli Adélka a Dejev, převzali kšiltovky jako



ocenění a pak všichni vyrazili do svých domovů. Každý kdo tam byl rozhodně nelitoval, protože to byla pěkná a pohodová akce. Prostě zimní liga jak má být.

Adam

Výsledky:

H: 1. Kabáth David 16:15; 2. Zelinka Jiří 16:17; 3. Brabec Jaroslav 17:24; ... ; 6. Dědic Filip 18:19; ... ; 9. Humlíček Aleš 18:36; 10. Chromý Adam 18:59; ... ; 12. Lexa Matěj 19:28; ... ; 14. Drábek Jan 19:56; 14. Pátek Richard 19:56; 16. Jirka Michal 20:04; ... ; 19. König Lukáš 21:06; 19. Jašek Otakar 19:06; ... ; 29. Štěpánský Václav 24:25; ... ; 31. Brlica Pavel 24:46; ... ; 34. Brlica Jan 27:23; **D:** 1. Štěpánská Adéla 20:15; 2. Kabáthová Eva 20:28; 3. Jindřišková Martina 21:15; 4. Borecká Kateřina 22:11; 5. Šulerová Pavla 22:55; 6. Stratilová Marie 23:54; 7. Koporová Petra 25:41; ... ; 10. Beržinská Soňa 26:23; ... ; 17. Jemelíková Denisa 30:15; ... ; 21. Kuthanová Dominika 36:21; **HDD:** 1. Jašková Monika 16:15; 2. Odehnalová Tereza 21:32; 3. Zemanová Lenka 25:41; 4. Koporová Lenka 26:25; 5. Nedbálková Hana 27:30; 6. Humlíček Tomáš 29:48; 7. Malá Dominika 31:30;

O-Gala 2006



Jednoho podzimního dne jsme si s Pet řekly, že letos si společenský vrchol sezony nenecháme ujít a že by to mohl být příjemný předvánoční výlet do Čech. Na „italském večeru“ se k tomuto nápadu připojili i Martináč s Koprdu a vypadalo to, že na tentokrát pojede „italská sestava“ kompletní...

Všechno to vlastně začalo už ve čtvrtek, kdy jsme s A+A jeli do Habrůvky na „páteční nočák“. Jestli se někdo chcete bát, vřele vám doporučuji spáchat něco obdobného – totiž, jít v osm večer ve čtyřech lidech do lesa. Tak pěkně jsem se už dlouho nebála. Možná i proto to tak svištělo. Jen se zeptejte Adama, jak rychle běžel po tom, co v hustníku uviděl patnáct párů červených očíček...

Nakonec jsme sesynchronizovali i cestu a v pátek ráno jsme se vydali do Prahy, kde už nás čekal náš tamější průvodce Koprda. Během několika hodin jsme stihli navštívit Vyšehrad, Hladovou zeď, Petřín, Staromák, Václavák, Karlák a vůbec, prochodit celé centrum. Adam, jen co se od nás s Adélkou odpojili, si propíchl nohu i botu skrz na skrz hřebíkem. Cestou do Holešovic, odkud jsme jeli do České Lípy, jsme v metru potkali holky z Kotlářky mířící tamtéž.

V Lípě jsme kulturní dům Astera Glass našli bezproblémově a hned jsme vyzkoušeli místní restauraci. Blížila se sedmá hodina večerní, hodili jsme se do gala a sešli po schodech dolů, kde už na nás čekalo milé přivítání v podobě vstupního paňáku☺.

Začátek plesu se mírně zpozdil. Po vyhlášení letošních nejlepších o-běžců (1. Dana, 2. Bingo, 3. Sosák, 4. Hóna, 5. Radka), o-bikerů (Hana La Carbonara) i o-skiáků (O.Vodrážka), nejlepšího juniora (Hóna) a nejlepšího dorostence Adamáče! byl do čtvrté ranní neomezený prostor pro volnou zábavu.

Kapela teda byla nic moc, ale chvíli po půlnoci (tuším) přestala hrát a pak se repertoár o hodně zlepšil.... Většina obecnstva by se možná obešla i bez „kouzelníka“. Vrcholem večera bylo nezapomenutelné vystoupení Zhalyho s Betem a jejich parodie: „Ivánku, kamaráde, můžeš mluvit?“ – už jsem ho v psané formě viděla na Mapníku.

Celkově byl ples vydařený. Sice trošičku z ruky, pravda, ale ono občas neuškodí prostě vypadnout z každodenního stereotypu a udělat si příjemný výlet...

Martina

Na letošním ročníku O-Gala bylo slavnostně vyhlášeno, že Adam byl letos nejlepším dorostencem v České Republice. Takového ocenění se členům našeho oddílu zajisté nedostává každý den, a tak jsem si u této příležitosti Adama pozval k mikrofonu, aby mi zodpověděl několik otázek:



Zelda: Letos na O-Gala jsi byl vyhlášen nejlepším českým dorostencem. Jak vysoko si toho čenníš? Dá se to srovnávat s výsledky v jednotlivých závodech, mistrovstvích,..?

Adam: Já si toho docela dost cenním, protože vím, že se ta anketa dělá podle výsledků z juniorského, takže se dá říct, že se v tom odráží výsledky juniorského a tím pádem vidím, že můj výsledek tam, je hodnocený dobře, takže si toho rozhodně vážím.

Zelda: Čili si myslíš, že vliv na tvé vyhlášení mělo pouze to juniorské, nebo jsi se o něj zasloužil i nějakými jinými svými výsledky?

Adam: Rozhodně vloni nebo předloni se to dělalo čistě podle juniorského a letos jestli se to dělalo jenom podle juniorského, nebo se tam započítávaly i nějaký vnitrostátní závody, to nevím, ale myslím si, že to bylo čistě jenom podle JMS.

Zelda: Jak by jsi zhodnotil svoji uplynulou sezónu?

Adam: V době kdy by soustředění v Šaštíně jsem si připadal, že jsem dobře připravenej, potom přišly zdravotní problémy s kolenem a pak už jsem se podle mě do takové formy, jakou jsem měl v Šaštíně nedostal. I přesto si myslím, že ta forma byla dobrá, ale rozhodně nebyla tak excelentní jakou jsem měl v tom Šaštíně. Tam jsem si opravdu hodně věřil do nastávající sezóny. Ono to ale stačilo i tak, akorát mě mrzelo, že ta nominace nebyla dost přesvědčivá, že to bylo takový pofidérnější. Ale jinak celkově, co se týče vrcholu, to znamená juniorského, tak jsem určitě spokojenej.

Zelda: Je trochu zvláštní, že pořád mluvíš o juniorském a přitom jsi byl vyhlášen nejúspěšnějším dorostencem. Cítíš se být víc dorostencem nebo juniorem?

Adam: Cítím se být juniorem, protože běhám sice osmnáctky, ale tam všichni běhají juniory, takže se dá říct, že už to jsou vlastně junioři.

Zelda: Nemrzí tě trochu, že jsi dva roky kvůli juniorskému neměl možnost běžet MED, kde jsi měl také naději na úspěchy?

Adam: To si rozhodně nemyslím. Při prvním juniorském ve Švýcarsku mě to přišlo trošičku líto, ale jakmile jsem na něho přijel, tak jsem si uvědomil, že ta úroveň toho závodu je úplně někde jinde. Že ten MED oproti juniorskému je jako třeba oblž orpoti Áčkám. Proto toho rozhodně nelituju a jsem moc rád, že jsem se na to juniorský dostal.

Zelda: V poslední době na to juniorské jezdí skutečně velké množství dorostenců. Čím to je? je to nějaký trend? Myslíš, že to bude pokračovat i do budoucnosti?

Adam: Já si myslím, že to je tím, že v té generaci, která by teď měla být juniory je mezera. Myslím, že jakmile se tam bude dostávat naše generace, která je opravdu hodně silná, tak nebude na juniorském tolik dorostenců jako v těchto letech.

Zelda: Ty jsi byl vyhlášen v rámci O-Gala. Jaký vůbec O-Gala letos byl?

Adam: Přišlo mi, že úroveň proti loňsku se zlepšila. Úroveň stoupá a dá se říct, že to je reprezentativní vyhlásování. Má to něco do sebe. Akorát mě mrzelo, že tam nebyl celý lyžařský tým, protože měli soustředění. To mě přišlo jako velká chyba, ale co se týče práce pořadatelů, kteří za tohle rozhodně nemohli, je to čím dál tím lepší a lepší. Myslím, že je to rozhodně důstojný vyhlášení nejlepších orientááků.

Zelda: A jak sis to ty osobně užil?

Adam: Já jsem si to užil. Mě to bavilo. Akorát, kdybych neměl díru v noze, tak by to bylo lepší, ale i stou dírkou to bylo pěkný.

Zelda: Děkuju za rozhovor a přeju, ať jsi příští rok nejlepším juniorem.

Adam: Tak jo, tobě přeju abys byl nejlepším šéfredaktorem.

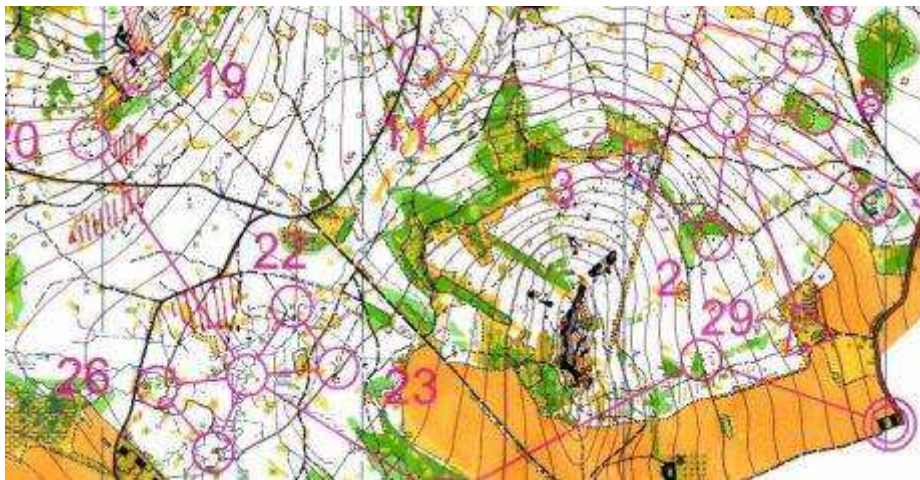
Zelda

Šramot v pruhované mlze očima svědka

Všechno začalo v pátek večer. Reprezentatni z celé republiky se sjeli do statku pana Bárty na Blatinách a po chvilce otálení vyrazili na trénink.

Noc byla tmavá a neuvěřitelně teplá. Startovali jsme hormadným startem na trať dlouhou 9 km. Nenechali jsme se vystrašit řečmi bachařů, že pod 70 to nejde. Hned na první kontrole nás čekal motýlek a pak v závěru další. Startovní pole se pěkně roztrhalo a až na výjimky se neběželo ve skupinkách.

Znovu jsem si uvědomil, jaký je to tady nádherný a náročný terén. Ze začátku klasická Vysočina, potom kamenná pole, traverz pod Malinskou, shluk kontrol v bažinách a nakonec nechutné ostružiny na kraji lesa. Trénink se mi moc líbil a na poslední kontrole jsem vyhrál souboj v podrostu s Osinem a doběhl do cíle jako druhý za Bingem.



Večer jsme si vyslechli něco málo informací o nadcházející sezoně, ale hlavně organizační pokyny na druhý den, na bojovku, která nás měla čekat. "Sbalte si torny a ty nám sem ještě večer doneste a ráno, v 8, sraz na dvoře" to byla nejdůležitější, vlastně jediná informace. Zbytek jsme se měli dozvědět až ráno..

6:50, hrozný randál. " Vstávejte! Dělejte! Za 10 minut nástup!!" Posbírali jsme se z postelí a začlo to.

Na dvoře si každý uvázal přes obličej šátek tak, aby nic neviděl. Potom nás bachaři naskládali do aut a odvezli neznámo kam. Asi po 20 minutách jízdy jsme zastavili, někoho jsme vyhodili ven a zase jeli dál. Po chvilce došlo i na mě.

Byl jsem vysazen na silnici mezi Cikhájem a Herálcem. Mým úkolem bylo dojít k památníku pádu stíhačky, který je v lese opodál. Došel jsem tam a potkal se s ostatními členy mé družiny. Z obálek, kterou každý nesl jsme zjistili, že k návratu domů potřebujeme heslo, které je nakreslené na kameni někde v oblasti Žďárských vrchů. Podle nápovědy 836 jsme jednoduše

poznali, že se máme vypravit na Devět skal. Ty ovšem nebyly na mapě, a tak jsme chvíli šli "na tušáka" až jsme došli na Tisůvku a tam se srovnali do správného směru.

Došlapali jsme na 9 skal, na vrcholové skále úplně nahoře je nakreslený jakýsi symbol. Nikdy dřív jsem si ho nevšiml. No, ten symbol byl heslo, a tak jsme to mohli vzít přes Malinskou domů...

Hra nic moc... Autoři asi nechtěli dopadnout stejně jako před třemi roky, kdy se jim reprezentanti poztráceli po okolí a museli je pak dohledávat a auty svázat domů.

Odpoledne jsme si dali šlofíka a po šesté začal společenský program. Z úst reprezentačního šéfa jsme si vyslechli zhodnocení sezóny 2006 a pokyny do sezóny nadcházející, jakožto i spoustu tréninkových tipů a doporučení. Po krátké diskusi se mlsný Šed'a zeptal, jestli už je odstartováno a pustili jsme se do díla :



A tak jsme jedli, pili, hodovali, dobrou vůli spolu měli, na kytaru jsme hráli a zpívali a to nám vydrželo až do nočních hodin, kdy jsme se postupně ukládali do postelí a karimatek.

Aby toho nebylo málo, tak jsme na nedělní dopoledne měli připraven pěkný trénink. Takzvaná švýcarská hra - tedy azimutem jdeš postup a okolí kontroly už máš na mapě. Asi za hodinku jsme se s tím vypořádali.

Kolem času poledního dorazil šéf svazu Radan a podepisoval s členy A teamu reprezentace smlouvy.

No, všechno dobře dopadlo, rozloučili jsme se a vyrazili jsme každý ke svému domovu. Sejít bychom se měli v lednu, na lyžaském soustředění na Zadově.

Tak třeba nějaký sníš přece jenom spadne...

Rajmo (převzato z rajnosek.blog.cz)

Numquam cede!

Občas si říkám, že počasí je živá bytost, a že nám dělá naschvály... Je tu sobota 9. prosince 2006, termín, kdy by se za normálních okolností běželo na Býčí skálu, a venku sice nepříliš silně, ale soustavně prší. Letošní hlavní pořadatel Býčiny, Libor, je ale právě v Praze na jednání ČSOB, závodníci pěkně doma v teple a já přímo na trati s pěti rulemi nastříhaných fáborků v rukou...

Ráno už vše vypadá lépe, budím se do polojasného dne a při letném pohledu na sloupec teploměru vidím, že se teplota vzduchu ustálila okolo přijatelných 5-ti stupňů Celsiovy stupnice. Pokyny slibované drsné povětrnostní podmínky se tedy nekonají... Start je naplánován tradičně na 10:00 a k Řečkovickému fotbalovému hřišti se postupně začínají sjíždět nejen brněnští vytrvalci. Čím více se blíží doba startu, tím jasnější je, že opět bude překonán rekord v počtu zúčastněných závodníků. Na startovní listině je zapsáno 105 jmen...

Libor mě ještě honem posílá vytoalet'ákovat první zatáčku a poté už nic nebrání startu. Po trochu chaotickém odpočítávání se všichni vydávají vstříc tarti, která je v pokynech vždy popsána tak jednoduše: Řečkovice-Soběšice-Útěchov-Adamov-Býčí skála a zpět... Hned po prvních několika málo metrech jde do čela Tomas, za ním teprve takové běžecké kapacity jako třeba Dan Orálek, na kterého na tomto běhu už skoro ani nemá cenu vypisovat sázky... Po svém tradičně svižném začátku mám záhy jedinečnou možnost zaznamenávat průběžné pořadí. Tak úplně nejdřív se přeze mě přehnal Danáč s Miloušem, pak to šlo ráz na ráz. Osin, Rajmo, Štěpi, Plech, ... , v posledním kopci pak třeba i Steeve. Byla to prostě krize, dokonce jsem při průběhu kolem jezírka

vážně uvažoval o tom, že to zapíchnu :-). Pak jsem si ale vzpoměl na okřídlenou větu z každoročně opisovaných pokynů: „Kdysi to byl kondiční běh brněnských horolezců, běhalo se v pohorkách, čas byl jen doplňujícím údajem, podstatné bylo zúčastnit se a doběhnout (to ostatně zůstalo)“ a bylo po myšlence. Rozhodně jsem ale zavrhl útok na svůj nominační limit na třicítku...



Na obrátce v Útěchově mě poněkud překvapilo, jak pozdě mě míjelo čelo závodu, na kterém se mimochodem statečně držela trojice Danáč, Tomas, Milouš. Odpočítal jsem si, že v půlce trati jsem na 15. místě a koukl na hodinky... Nestačil jsem se divit: 35:50, což nebylo vzhledem k tomu, jak blbě jsem se cítil až tak zlý. Rozhodl jsem se tedy, že to ještě zkusím. Na dlouhých blátivých seběžích pod vedením jsem díky svým

orientkám hladce předběhl několik bruslařů a pod posledním kopcem u jezírka jsem už začínal rozehrávat taktickou bitvu o 8. místo s Davidem Schwabem... Několikrát jsme si vzájemně vyměnili pozici a oba během toho vždy zvládli smazat zhruba pětisekundový nástup toho druhého. Bylo to fakt pěkný a byl jsem přesvědčen, že se bude rozhodovat až dole v Zamilci. Nakonec tomu tak nebylo a můj druhý nástup, který přišel za posledním kopečkem na trati už neustál a nakonec nás v cíli dělilo zhruba 30 vteřin, což rozhodně neodpovídalo vývoji na trati... V cíli se časomíra zastavila na čase 64:42, čímž jsem si o 18 vteřin splnil svůj osobní kvalifikační limit na 30-ti kilometrovou trať.

A jak jsme dopadli? Nebýt toho, že Milouš, Evaak a Adélka zabloudili, tak to bylo fakt slušný. Dokonce i já jsem prý běžel dobře, jak píše Libor na našich stránkách.... Výsledné pořadí na patnáctce pak bylo zanedlouho vyhlášeno, dokonce ještě předtím, než doběhli borci z dvojnásobné trati. Vše probíhalo v tradičním duchu a odměnění byly snad úplně všichni závodníci, kteří se vyhlášení zúčastnili. I když nejlepší ceny samozřejmě „vyžrali“ Danáč s Miloušem, kteří si šli vybírat jako druhý a čtvrtý...

Doběh třicítky už jsem na vlastní oči neviděl, ale zprávy z lesa v době, kdy jsem odjížděl domů hovořili o tom, že vede Dan Orálek se sto padesáti metrovým náskokem před Tomášem Ondráčkem a že Osin se drží na velmi slušném 4. místě... O třicítce toho ale rozhodně ví víc Rajmo, kterého jsem si pozval k mikrofonu, jelikož naše barvy zdvihl hodně vysoko, když doběhl téměř na dohled za Osinem na velmi kvalitním 5. místě časem poměrně vážně atakujícím magickou dvouhodinovou hranici:

Zelda: Nazdar Rajmo, letos jsi jako jediný z žabyňáků na Býčině startoval na třicetakilometrové trati. jaká ta trať z tvého pohledu je?

Rajmo: Náročná a dlouhá.

Zelda: Bližší specifikace?

Rajmo: Velice nepříjemnej je ten kopec zpátky z Adamova, jinak myslím, že to každé zná.

Zelda: Ty jsi letos běžel třicítku už podruhé a máš s ní tedy jisté zkušenosti. Dá se to srovnat s nějakým jiným závodem, který jsi doposavad běžel?

Rajmo: No nic takovýho jsem neběžel zatím.

Zelda: S čím jsi do toho letos, při druhém startu šel? Bylo cílem jen přežít, nebo už jsi měl ambice na nějaký konkrétní čas?

Rajmo: Vzhledem k tomu, že jsem vloni solidně vytuhl, tak jsem si říkla, že pod sto třicet bych to chtěl, nebo měl dát. Tak to je nějaký ten čas, ale hlavní bylo nezapadnout do nějaký krize, protože mě dělaj problémy se rozeběhnout po soběhu. Rozhodí se mi dech a začne mě píchat v boku.

Zelda: Jak jsi tedy s tím výsledným časem sto dvacet sedm minut spokojený?

Rajmo: S časem spokojený jsem, ale mohlo to být o trochu lepší, ten osin byl kousek.

Zelda: A co se týče těch krizí, tak předpokládám, že je mepravděpodobné, že bys během těch třiceti kilometrů žádnou neměl.

Rajmo: Bylo to celkem v pohodě, akorát jsem se musel jednou vyčůrat. Jinak v pohodě.

Zelda: Ta trať je přece jen poměrně dlouhá a je to na začátku tréninkového roku. jaká je podle tebe pozice tohoto běhu v tréninkové přípravě orientačního běžce?

Rajmo: Já nevím jestli to má nějakou speciální pozici. tam jde o to to zkusit, zaběhnout, přežít to, nebo tak. Je to delší než obvykle. Ta patnáctka může být srovnatelná třeba s nějakým BBPčkem, ale ta třicítka je taková speciální.

Zelda: Třicítka je přece jen dlouhá trať. Vzpomínáš si, kdy jsi poprvé uběhl třicet kilometrů v kuse?

Rajmo: Těžko říct. Asi když jsem běžel rogaining ve svých šestnácti, sedmnácti letech, tak to bylo mnohem víc kilometrů. Tak asi tak.

Zelda: Co příští rok? zase budeš startovat na třicítce?

Rajmo: Pokud se to nebude s ničím krýt, tak bych chtěl a Libin říkal, že to musím dát pod dvě hodiny.

Zelda: Takže cíl jasnej?

Rajmo: No jistě!

Zelda: Tak dobře, děkuju za rozhovor a přeju ať to pod ty dvě hodiny stlačíš, což znamená víceméně porazit Dana Orálka.

Rajmo: Tak díky. A já zas doufám, že příští rok nastoupíš taky na třicítku.

Zelda: Rozhodně, kvalifikační limit jsem si splnil!



Zelda

Výsledky:

15 km: 1. Zadák Karel ml. 58:50; 2. Hájek Daniel 59:32; 3. Liščinský Tomáš 59:55; 4. Nykodým Miloš 60:10; ... ; 8. Zelinka Jiří 64:42; ... ; 10. Zimmermann Štěpán 65:39; ... ; 19. Kabáthová Eva 70:22; 20. Brabec Jaroslav 70:35; ... ; 23. Jemelík Hynek 73:28; 24. Štěpánská Adéla 75:06; 25. Tvarůžková Petra 75:07; ... ; 35. Šulerová Pavlína 82:46; ... ; . Jindřišková Martina vzdala; **30 km:** 1. Orálek Daniel 118:33; 2. Ondráček Tomáš 118:58; 3. Adamac Milan 124:41; ... ; 5. Rajnošek Zdeněk ml. 127:30;

Oddílová Grand Prix



Opět je za námi další oddílový přebor a to značí jediné – definitivně skončila sezóna 2006. Nic tedy nebrání tomu, aby byly zveřejněny definitivní výsledky letošní (nebo spíše loňské :-)) oddílové Grand Prix. A jak, že to tedy dopadlo? Všem „brněnským“ žabiňákům letos vyfoukla rybník naše dlouholetá slovenská posila Lukáš Barták. V ČR sice běžel v našich barvách jen několik málo závodů, ale jeho veleúspěšné reprezentační starty (především na AMS) mu zajistily velký bodový náskok. Druhá pak skončila Eva Kabáthová, u níž si neodpostím historickou vložku, jelikož se jedná tak trochu o přepisování historie našeho klubu. Naposled se totiž žabiňácké závodníci podařilo být v oddílové Grand Prix takto vysoko v roce 1999 a asi stěží byste uhodli, o koho se tenkrát jednalo. Skutečně nevíte? Tak já to tedy prozradím, byla to Lída Zelinková.... A ještě pro zajímavost poslední závodnicí která oddílovou Grand Prix vyhrála byla Hanka Kočová (taky byste asi tipovali někoho jinýho, že :-)) v roce 1996. Třetí pak skončil

Chrobák, který trochu dojel na svou licenci E...

Po třech letech „ladění“ systému oddílové Grand Prix jsem myslím konečně dospěl k výpočtu, který v rámci možností funguje a na výstupu dává objektivní posloupnost jmen. Rozhodl jsem se tedy, že pro příští rok nenastane žádná změna až na to, že opět nepatrně přeházím jednotlivé státy mezi výkonotnými skupinami. Síly na světové o-scéně se holt neustále přelévají :-)

skupina E: držitelé licence E, závodníci do 50. místa v rankingu za rok 2006, závodníci do 100. místa v aktuálním WRE, cizinci DEN, FIN, FRA, NOR, SUI, SWE

skupina A: držitelé licencí A nebo R, závodníci do 200. místa v rankingu za rok 2006, cizinci: AUS, EST, GBR, LAT, POL, RUS, UKR

skupina B: držitelé licence B, závodníci do 500. místa v rankingu za rok 2006, cizinci: AUT, BEL, BLR, BUL, ESP, GER, HUN, IRL, ITA, JPN, LTU, NED, NZL, POR, ROM, SVK

skupina C: všichni ostatní

Takže to je asi tak vše, co jsem chtěl o letošní oddílové Grand Prix napsat. Nezbyvá mi tedy než poblahopřát všem, kteří v roce 2006 uspěli a nejen jim, ale i všem ostatním popřát mnoho úspěchů v sezóně nadcházející.

Zelda

P.S. Omlouvám se, že na tomto místě není rozhovor s letošním vítězem oddílové Grand Prix Lukášem Bartákem, ale nebylo pro mě zrealizovatelné se s ním setkat a rozhovor uskutečnit.

Celkové výsledky Oddílové Grand Prix 2006:

1. Lukáš Barták 1166,37; 2. Eva Kabáthová ♡ 1133,03; 3. Adam Chromý ♡ 1124,03; 4. Tomáš Dlabaja 1119,76; 5. Miloš Nykodým ♡ 1113,85; 6. Tomáš Bořil ♡ 1109,95; 7. Štěpán Zimmermann ♡ 1092,30; 8. Daniel Hájek ♡ 1085,20; 9. Jiří Zelinka ♡ 1083,56; 10. Jakub Zimmermann 1081,11; 11. ♡ Kateřina Chromá ♡ 1078,76; 12. ♡ Matěj Klusáček ♡ 1073,91; 13. ♡ Adéla Štěpánská ♡ 1073,00; 14. Zdeněk Rajnošek 1072,00; 15. ♡ Denisa Jemelíková ♡ 1067,24; 16. Paľo Bukovac ♡ 1065,40; 17. ♡ Libor Zřídka veselý ♡ 1064,23; 18. ♡ Otakar Jašek 1055,24; 19. Petra Koporová ♡ 1035,42; 20. ♡ Martin Mazúr ♡ 1034,62; 21. ♡ Jan Palas ♡ 1025,05; 22. Jana Macinská 1015,26; 23. Martin Stehlík 1015,18; 24. ♡ Martina Jindřišková ♡ 1013,69; 25. Jana Gebauerová ♡ 1008,37; 26. ♡ David Kabáth ♡ 1006,45; 27. ♡

Matěj Lexa 1002,00; 28. Petra Palátová ♡ 996,18; 29. Marie Stratilová 975,76; 30. Jiří Otrusina ♡ 953,13; 31. ♡ Hynek Jemelík 942,45; 32. ♡ Maroš Bukovac ♡ 941,69; 33. ♡ Peter Mlynárik ♡ 939,53; 34. ♡ Kateřina Borecká ♡ 935,77; 35. Jiří Ehl ♡ 916,85; 36. Alena Bukovacová ♡ 895,63; 37. Václav Štěpánský 889,59; 38. Jaroslav Brabec ♡ 886,36; 39. ♡ Soňa Beržinská ♡ 865,20; 40. ♡ Filip Dědic ♡ 859,69; 41. ♡ Pavel Brlica ♡ 854,85; 42. ♡ Dušan Hrnčiar ♡ 849,85; 43. ♡ Veronika Křístková 848,08; 44. ♡ Jakub Pracný ♡ 827,33; 45. Eva Kadlecová ♡ 818,92; 46. ♡ Ondrej Piják 811,26; 47. ♡ Lenka Hýblová 792,78; 48. ♡ Iva Žáčková ♡ 788,05; 49. ♡ Petr Tomeš 787,44; 50. ♡ Michal Jirka 777,18; 51. ♡ Martin Veselý ♡ 766,22; 52. ♡ Lukáš König ♡ 763,39; 53. ♡ Richard Pátek ♡ 738,20; 54. ♡ Jiří Procházka 697,46; 55. ♡ Aleš Humlíček 669,37; 56. ♡ Tomáš Zvárik ♡ 668,00; 57. ♡ Petr Hájek 666,41; 58. ♡ Petr Prokop ♡ 663,37; 59. Zuzana Macháčková 625,80; 60. Jana Kršiaková 620,28; 61. Lukáš Svoboda 617,14; 62. Hana Rambousková ♡ 594,68; 63. Pavlína Šulerová 569,64; 64. Hana Bajtošová 545,05; 65. ♡ Jana Jiráčková ♡ 532,34; 66. ♡ Jan Drábek ♡ 528,59; 67. ♡ Klára Svobodová ♡ 498,94; 68. ♡ Anna Kolaříková ♡ 495,88; 69. ♡ Pavla Ehlová 481,15; 70. ♡ Zuzana Klusáčková ♡ 475,49; 71. ♡ Klára Macháčková 474,63; 72. ♡ Dušan Bukovac 473,60; 73. ♡ Mária Baranová ♡ 469,71; 74. ♡ Jan Brlica 464,20; 75. ♡ Martin Piják 459,71; 76. ♡ Barbara Reinerová 456,76; 77. ♡ Lenka Zemanová 427,77; 78. ♡ Jana Chamonikolasová 420,18; 79. ♡ Veronika Fráňová 413,91; 80. ♡ Lenka Koporová 393,35; 81. ♡ Jitka Kabáthová 390,56; 82. ♡ Lucie Procházková 365,10; 83. ♡ Vladimíra Šišková ♡ 340,62; 84. ♡ Jana Čábelková ♡ 318,73; 85. ♡ Kristýna Fráňová 303,64; 86. ♡ Petra Stašková 298,84; 87. ♡ Barbora Bendová ♡ 274,61; 88. ♡ Ladislav Svoboda ♡ 268,91; 89. ♡ Tomáš Kavan 235,80; 90. ♡ Jana Zehmulová 223,47; 91. ♡ Martin Michl 206,90; 92. ♡ Zlata Kadlecová ♡ 200,16; 93. ♡ Kateřina Humlíčková 198,12; 94. ♡ Markéta Uhnava 187,56; 95. ♡ Dominika Malá 186,60; 96. ♡ Ivo Denemarek 176,15; 97. ♡ Tomáš Humlíček 175,95; 98. ♡ Jiří Dočekal 160,54; 99. ♡ Dana Matulová 158,94; 100. ♡ Anna Koporová 153,82; 101. ♡ Eva Chromá 137,67; 102. ♡ Alexandr Jevsejenko 114,99; 103. ♡ Hana Nedbálková 112,93; 104. ♡ Irena Mikulíková 111,69; 105. ♡ Jan Dubrava ♡ 107,83; 106. ♡ Dominika Kuthanová ♡ 99,04; 107. ♡ Eva Šmídová 95,79; 108. ♡ Jitka Hýblová 80,21; 109. ♡ František Bráblík 56,23; 110. ♡ Marek Bělák 53,88; 111. ♡ Zuzana Stehlíková 51,27; 112. ♡ Jan Stašek 30,96; 113. ♡ Amálie Marková 20,24; 114. ♡ Marek Šplíchal 11,24; 115. ♡ Dana Mikešová 0,79; 116. ♡ Vojtěch Vávra 0,00; 116. ♡ Jana Nejezchlebová 0,00; 116. ♡ Kamila Hájková 0,00; 116. ♡ Šimon Spielmann 0,00; 116. ♡ Tomáš Chramosta 0,00; 116. ♡ Lenka Hájková 0,00; 116. ♡ Alan Lexa 0,00; 123. ♡ Ondřej Ehl -63,10;

Organizace oddílu ZBM v roce 2007

předseda oddílu: Libor Zřídka Veselý

výbor oddílu: Ladislav Svoboda a Václav Štěpánský

hospodář: Libor Zřídka Veselý a Martin Veselý

příhlášky: Martin Veselý

trenéři: L. Jemelíková, J. Kabáthová, E. Kroutilová, A. Koporová, J. Šuler a L. Zřídka Veselý

MTBO: Ladislav Svoboda

prozatímní skladník: Libor Zřídka Veselý a stálý se nadále hledá

vydávání oddílového časopisu Polaris: Jirka Zelinka

správa oddílových stránek: Libor Zřídka Veselý, Richard Pátek

Oddílové příspěvky, přihlášku na závody, zálohy:

Je potřeba je zaplatit nejpozději do **28. února 2007**. Současně se zaplacením příspěvků je třeba zaplatit příslušnou částku spoluúčasti a zálohu za závody. Vyúčtování letošního roku bude přílohou lednového Polarisu..



Oddílové informace:

Budou šířeny obdobným způsobem jako v letošním roce. Tedy 10 x ročně vyjde oddílový časopis Polaris, ve kterém naleznete informace na řádově jeden až jeden a půl měsíce dopředu + další články o proběhnutých akcích i o dalších aktivitách oddílu. Plán oddílových akcí dále naleznete na oddílových stránkách <http://zhusta.sky.cz>.

Přihlašování na soustředění:

Většina soustředění je určena všem členům oddílu. U informací o soustředění je vždy uvedeno, komu je třeba se přihlásit. Tomu tedy směřujte pokud možno včas své přihlášky způsobem, který je u informací vždy uveden.

Vedoucí na závodech:

Pokud budete určeni jako vedoucí na závodech, proveďte prosím následující úkony:

- Vyzvedněte si u Martina Veselého kopii přihlášky společně s kopií rozpisu a tedy místem, kam je třeba dorazit.
- U Martina Veselého si vyzvedněte kopii dokladu o zaplacení (výpis on-line převodu) nebo peníze (ty budou případně u Libora Zřídka Veselého), když se jedná o oblastní žebříček + pokud se jede autobusem, doklad o objednání autobusu (ten je u Zhusty).
- Na závodech odprezentujte oddíl, zaznamenejte do kopie přihlášky ty, kteří se závodu nezúčastnili. Při dopravě autobusem na dva dny nezapomeňte zjistit, kde je ubytování a zejména, kde je ubytován řidič autobusu (u pořadatelů vyžadujte plánek jeho ubytování).
- Po závodech doneste doklady Veseláčkovi nebo Zhustovi a proveďte vyučtování peněz.

Organizace tréninků:

Bude probíhat stejně jako v minulých letech. Pokud budete osloveni – Zhustou. Dostanete obálku, ve které naleznete podrobné pokyny, jak připravit trénink a podle těchto pokynů, prosím, postupujte co nejpečlivěji.

Organizace závodů:

V příštím roce pořádáme dva oblastní žebříčky (jaro a podzim). Jarní uspořádají starší, podzimní mladší. Nejdůležitější akcí, ale bude uspořádání MS MTBO 2007 v Novém Městě na Moravě. Byl bych rád kdybychom navázali na úspěšné uspořádání SP v roce 2002 v Brně. Všechny členy oddílu bych chtěl poprosit, aby pomohli zejména v závěrečné přípravě. Každého z nás to bude stát týden práce od 5. do 12. srpna 2007. Ostatní pořádané závody jsou menšího charakteru a na jejich organizaci se bude podílet vždy menší skupinka pořadatelů.

Ostatní:

Náš oddíl má již poměrně dostatečné množství oddílových věcí. Svoji sounáležitost k oddílu byste měli vyjadřovat také tím, že závodíte v oddílových dresech, pokud jdete na stupně vítězů, jdete v oddílovém overalu nebo tričku. Máte možnost si kdykoliv u Zhusty vyzvednout oddílovou čelenku nebo koupit některé z uvedených oblečení. V průběhu ledna 2007 očekáváme dodávku nových overalů a doobjednávky obou typů dresů.

Zhusta

Plán činnosti na rok 2007

Tréninkové skupiny

1. Začátečníci (Lada Jemelíková, Jitka Kabáthová, Anna Koporová)
2. Žactvo (Lada Jemelíková, David Kabáth, Jitka Kabáthová, Josef Šuler, Libor Zřídka Veselý)
3. Dorost, junioři a dospělí (Libor Zřídka Veselý)

Ostatní se připravují individuálně.

Společná příprava

- tělocvičny: v době od 2. 10. 2006 do 31. 3. 2007 má oddíl k dispozici 3 × týdně tělocvičnu
- běžecské tréninky: v zimě společné běžecské tréninky podle rozpisu, po 1. 4. 2007 běžecské tréninky podle letního modelu přípravy
- mapové tréninky: od listopadu 2006 do března 2007 1 × za 14 dní v pátek noční mapový trénink, v sobotu mapový přeběh, od 1. 4. 2007 každou středu pravidelné mapové tréninky v okolí Brna
- MTBO tréninky: podle zájmu
- soustředění:
 - 11. – 18. 2. (jarní prázdniny) lyžařské soustředění (Špindlerův Mlýn)
 - 2. – 4. 3. běžecské a mapové soustředění (Littner)
 - 5. – 9. 4. (velikonoce) mapové soustředění (Vidnava)
 - 5. – 8. 5. mapové soustředění (Budislav)
 - 4. – 15. 7. letní tábor pro žactvo a dorost (Českomoravská vrchovina)
 - 15. – 27. 8. mapové soustředění (Švédsko)
 - 8. – 9. 9. mapové soustředění žactvo (Boskovice)
 - 13. – 16. 12. lyžařské soustředění (Sklené)

Účast na závodech

- podle nominací na ME dorostu, MSJ, MS (OB i MTBO)
- Mistrovství ČR v OB i MTBO
- žebříček A, žebříček B – Morava v OB i MTBO
- oblastní mistrovství jednotlivců a štafet
- Brněnský oblastní žebříček
- přípravné závody
- vícedenní prázdninové závody

Pořádání závodů

- | | | |
|-----------------|----------------------------------------------------|----------------------|
| • 7. 1. | Brněnská zimní liga | Lužánky |
| • 25. 2. | Brněnská zimní liga | Velká Klajdovka |
| • 11. 3. | Brněnská zimní liga | Divišova čtvrť |
| • 11. 5. | Mistrovství Jihomoravského kraje ve štafetách | Babice nad Svitavou |
| • 12. 5. | Mistrovství Jihomoravského kraje na klasické trati | Ochoz u Brna |
| • 5. – 12. 8. | Mistrovství světa v MTBO | Nové Město na Moravě |
| • 12. 10. | Mistrovství Brna v supersprintu | Brno – Lesná |
| • 13. 10. | Oblastní žebříček | Ruprechtov |
| • 14. 10. | Zhusta cup | Brno – Veselka |
| • 10. a 11. 11. | Oddílový přebor | Růžená |

Vydávání map

Kohoutovice, Lesná – mapa pro ligu škol a tréninky

Troják – mapa pro Jihomoravskou ligu (Kheil)

Lhotky – mapy pro M Jihomoravského kraje (Chromý, Rajnošek, Zelinka)

Ekonomické zabezpečení

Vyrovnaný rozpočet ve výši 700 tis. Kč.

Organizační zabezpečení

Předseda: Libor Zídkaveselý; přihlášky: Martin Veselý, MTBO: Ladislav Svoboda.

Zhusta



Financování a osobní účty v roce 2007

Osobní účty

vede Martin Veselý, dotazy na aktuální stav směřujte na veselacek@atlas.cz.
Stav osobních účtů bude uzavřen vždy k 31. prosinci.

Plnění osobních účtů

- Bezhotovostně na účet v Komerční bance číslo 177571562/0300, v.s. 001xxxx (xxxx = registrační číslo). Celá částka bude připsána na osobní číslo dle registračního čísla.
- Bezhotovostně na účet v Komerční bance číslo 177571562/0300, v.s. 002xxxx (xxxx = registrační číslo). Tento příjem bude SK deklarován jako dar, který můžete odečíst ze základu daně při ročním zúčtování daně z příjmu. Proto bude 10% částky převedeno na účet oddílu a zbývajících 90% na osobní účet. Daň, kterou nezaplatíte, činí 15 až 32% podle výšky ročního příjmu (základu daně). Následně zašlete na zr@jaroska.cz podklady pro smlouvu – jméno, adresu, rodné číslo. Darující osoba nemusí být členem oddílu (rodiče apod.). Darovaná částka nesmí být nižší než 1 000,- Kč a maximální možnost odečtu ze základu daně je 10%.
- Hotově Liboru Zřídkaveselému.

Čerpání z osobního účtu

- Oddílové příspěvky, příspěvky na závody, zálohy na závody
- Soustředění

Oddílové příspěvky

Oddílové příspěvky pro rok 2007 budou ve výši 1 200,- Kč, pro ty kteří se pravidelně neúčastní závodů nebo jsou cizími státními příslušníky ve výši 600,- Kč. Součástí příspěvku je i příspěvek SK ve výši 300,- Kč, registrace ČSOB ve výši 60,- Kč a příspěvek do BCVČ Lesná cca. 150,- Kč.

Příspěvky a zálohy na závody

	příspěvek	záloha	celkem
oblastní žebříček (žactvo/ostatní)	0/0	200/400	200/400
žebříček B-Morava (po kategorii HD20 / ostatní)	500/800	600	1100/1400
Žebříček A (po kategorii HD20 / ostatní)	600/1000	700	1300/1700
MTBO	500	500	1000

Příspěvek se platí podle toho, kterých závodů se chcete zúčastňovat (ŽA nebo ŽB) + případně MTBO. Záloha se dává jen jedna a to ta nejvyšší částka, pokud se chcete zúčastňovat více akcí (např. oblastňáky + ŽA (věk 18 let) = 600,- Kč příspěvek + 700,- záloha).

Zaplacením máte na závody hrazenou dopravu, vklady, případně ubytování v plné výši na závody OB i MTBO.

Ti kteří zaplatí příspěvky jen 600,- Kč a chtějí se zúčastňovat jen několika málo oblastních žebříčků mohou zaplatit nižší zálohu 200,- Kč.

Obecná pravidla financování

- Oddíl hradí v plné výši všem svým členům náklady spojené s tréninky (tělocvičny, autobusy, mapy, pronájmy šaten, dráhy).
- Oddíl přispívá na činnost svých členů podle následujících pravidel: zisk licence „A“ = 1 500,- Kč na osobní účet; licence „R“ = 1 000,- Kč na osobní účet; licence „E“ = 1 500,- Kč na osobní účet; v MTBO licence „E“ = 1 000,- Kč na osobní účet. Částka je připsána vždy k 31. prosinci roku ve kterém byla licence získána.

- Oddíl hradí vklady, dopravu, ubytování na štafety a mistrovské závody OB (mimo dopravy) v plné výši všem, kteří zaplatili oddílové příspěvky.
- Oddíl hradí vklady, dopravu, ubytování na oblastní žebříčky v plné výši všem, kteří uhradili oddílové příspěvky ve výši 1000,- Kč, ostatním se nutné náklady na účast odečtou ze zálohy na osobním účtu (vklad, doprava, případné ubytování).
- Oddíl hradí vklady, dopravu, ubytování na závody žebříčku A nebo B či MTBO v plné výši všem, kteří uhradili oddílové příspěvky ve výši 1000,- Kč + příslušný příspěvek a zálohu, ostatním se nutné náklady na účast odečtou ze zálohy na osobním účtu (vklad, doprava, případné ubytování). Pokud byl zaplacen příspěvek na žebříček „A“ a závody žebříčku „B“ se nekryjí a jsou samostatně, pak oddíl těmto závodníkům plně hradí účast (vklad, doprava, ubytování).
- Prázdninové závody si financuje každý člen v plné výši.
- Členové, kteří nevyrovnejí dlužné částky z minulého období či nezaplatí oddílové příspěvky, nebudou přihlašováni na závody.
- Pokud se člen neodhlásí do data uzavření přihlášek ze závodu kam se přihlásil a nemůže na něj jet, je povinen uhradit marné náklady vynaložené klubem v plné výši (vklad, ubytování, doprava). Příslušná částka mu bude odečtena z osobního účtu.
- Soustředění se řídí pokyny vydanými ke každému soustředění a oddíl na ně přispívá částkou, o které rozhoduje výbor oddílu.

Zhusta

Přihlašování na závody

Bude probíhat pouze elektronickým způsobem. výjimka jsou žáci a začátečníci. Ti se budou moci přihlašovat i u Evy, Jitky nebo Aničky. Přihlašování na závody má na starost Martin Veselý. Pokud tedy nejste přihlášení, je třeba se přihlásit do termínu, který bude uveden u závodu v časopise nebo na internetu. Pokud Vám nefunguje vaše přístupové jméno a heslo do naší oddílové sekce, kontaktujte Richarda Pátka, který vám tyto údaje poskytne.

V krajní nouzi pak můžete využít některé z telefonních linek.

Kontakt: **Richard Pátek, mobil – 721 111 301, e-mail – arnost.p@centrum.cz**

Kontakt: **Martin Veselý, mobil – 605 449 866, e-mail – veselacek@atlas.cz**

Internetová sekce: <http://www.sky.cz/zhusta>

Upozornění: Dodržujte prosím data přihlášek a pokud možno se na závody nepřihlašujte individuálně, ale vždy prostřednictvím Martina Veselého. Pokud se někdo přihlásí sám přímo pořadatelům daného závodu, vyřídí si přihlášku na prezentaci sám (pokud vůbec bude přihlášen), včetně zaplacení.

Kdo se může a kam přihlásit

oblastní žebříček a vícedenní závody – všichni (i úplní začátečníci)

žebříček B-Morava – držitelé licence A,B a veteráni

žebříček A – držitelé licence A

Všichni závodníci kategorií **D,H-20, 21** se mohou **přihlásit** na **kterýkoliv závod v ČR** mimo Mistrovství ČR (dle pořadí v Rankingu) a v případě, že v tomto závodě bude více podkategorií (E, A, B, C, D) uveďte v přihlášce do poznámky do jaké podkategorie chcete přihlásit. Na oblastních závodech bude vypsána kategorie D21D, H21D (zkrácená trať).

Přejeme vám mnoho úspěchů ve sportovní sezóně 2007

za vedení oddílu L. Svoboda, V. Štěpánský, M. Veselý, R. Pátek a L. Zřídka Veselý

Oddílový reprezentační materiál

V letošním roce se podstatně rozšířil materiál, kterým můžeme reprezentovat svoji příslušnost k našemu oddílu. Řada dresů, mikin a dalších věcí se v průběhu roku rozprodala a bylo tedy třeba objednat další. V průběhu měsíce ledna bychom měli mít opět dostek všeho oblečení v všech velikostech. Šetřete tedy peníze a v lednu se vybavte novým oblečením pro další sezónu.

A co všechno si můžete zakoupit nebo získat a jaké jsou ceny?

- čelenka (bílá s nápisem SK Žabovřesky Brno a žábou) – 0,- Kč
- tričko (červené s nápisem a žábou) – 50,- Kč
- mikina (červenočerná od firmy Norwell s vyšitým nápisem a žábou) – 0,- Kč
- vesta s kapsami (červená, materiál polarfleece s vyšitým nápisem a žábou) – 500,- Kč
- dres (materiál dederon, vzor 1997) – blůza 790,- Kč; kalhoty (červené i černé) 590,- Kč
- dres VRC (vzor 2006) – blůza 1 350,- Kč; elastáky ¾ 690,- Kč
- overal (vzor 1997) – již není a nebude
- overal (vzor 2006) – bunda 1 750,- Kč; kalhoty 1 190,- Kč

Slevy:

- reprezentant – 20 %
- licence A, E, R; žactvo s licencí B – 10%

Zhusta

Overall 2006



Dres 2006



Výsledkový servis

Průběžné výsledky Oddílové GP 2007:

1. Michal Jirka 329,07; 2. Otakar Jašek 275,04; 3. Petra Koporová 255,53; 4. Denisa Jemelíková 212,75; 5. David Kabáth 209,44; 6. Adéla Štěpánská 205,96; 7. Eva Kabáthová 203,84; 8. Kateřina Chromá 203,66; 9. Jiří Zelinka 201,88; 10. Martina Jindřišková 196,18; 11. Jaroslav Brabec 195,70; 12. Kateřina Borecká 193,54; 13. Jana Gebauerová 191,58; 14. Filip Dědic 184,40; 15. Hynek Jemelík 183,92; 16. Aleš Humlíček 180,92; 17. Pavlína Šulerová 179,88; 18. Jiří Otrusina 179,86; 19. Marie Stratilová 170,28; 20. Matěj Lexa 170,24; 21. Jan Drábek 170,06; 22. Richard Pátek 164,50; 23. Adam Chromý 163,64; 24. Lenka Zemanová 160,66; 25. Lenka Koporová 153,56; 26. Soňa Beržinská 151,04; 27. Lukáš König 150,12; 28. Hana Nedbálková 143,10; 29. Tomáš Humlíček 120,88; 30. Václav Štěpánský 112,98; 31. Pavel Brlica 108,52; 32. Dominika Malá 104,46; 33. Jan Brlica 75,20; 34. Dominika Kuthanová 51,98;

1. HZL:

D14: 1. Chromá Kateřina 17.13; 2. Křečková Lenka 17.22; 3. Žaludková Petra 18.02; 4. Koporová Petra 19.04; ... ; 7. Jemelíková Denisa 20.01; **H14:** 1. Jašek Otakar 15.04; 2. Najbr Ondřej 16.02; 3. Chmelař Martin 17.44; **H18:** 1. Popelka Pavel 33.32; 2. Žaludek Jindřich 35.54; 3. Gajdoš Jan 35.56; 4. Jemelík Hynek 37.01; **H21:** 1. Skřivánek Marcel 42.39; 2. Navrátil Tomáš 44.17; 3. Zdráhal Tomáš 45.02; ... ; 8. Jirka Michal 53.11;

2. HZL:

D21: 1. Zatloukalová Lenka 25.19; 2. Horčíčková Eva 28.37; 3. Gebauerová Jana 28.57; **H21:** 1. Poklop Martin 22.09; 2. Stoklasa Bohumil 22.44; 3. Ježek Tomáš 24.40; ... ; 9. Jirka Michal 27.06;

3. HZL:

H19: 1. Poklop Martin 32.05; 2. Perknovský Radim 32.49; 3. Dlabaja Štěpán 32.53; ... ; 6. Otrusina Jiří 36.03;

Program na prosinec, leden a únor

- 22. 12. - PÁ – noční mapový trénink** – Žebětín, Veselka – sraz: **17:00 u Bohémy** – mapa: Veselka (1:7 500, E=5m) – typ tréninku: Okruh – doprava: osobními auty
- 24. 12. – NE – Běh na Babu** – Skalka za Medláneckým kopcem – sraz do 9:30 hod. – doprava vlastní (MHD tram č. 12,13)
- 26. 12. – ÚT – Brněnský běžecký pohár (3. závod)** – sokolovna Syrovice – sraz do 9:30 hod. – 5km 10:15 hod., 10km 11:00 hod. – přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 30,-Kč – doprava vlastní
- 3. 1. – ST – První trénink po vánočních prázdninách** – BCVČ Lesná – sraz: do 16:00 – od středy jsou tréninky stejně jako v prosinci
- 6. 1. – SO – Brněnský běžecký pohár (4. závod)** – Křenovice, sportovní hala – sraz do 9:30 hod. – 5km 10:15 hod., 10km 11:00 hod. – přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 30,-Kč – doprava vlastní
- 7. 1. – NE – Brněnská zimní liga (2. závod)** – Kauflauf – CVČ Lužánky – sraz: do 14:00 – start 00: 14:15 – mapa: Lužánky (1 : 4 000, E=1m) – **doprava:** individuální
- 12. 1. – PÁ – noční mapový trénink** – Hvozdec – sraz: **17:00 u Bohémy** – mapa: Bílý potok (1:15 000, E=5m) – typ tréninku: normální trať – doprava: osobními auty
- 13. 1. – SO – trénink** – Bystrc, přístaviště (zastávka tramvaje číslo 1, 3, 11) – sraz: 9:30 – běh s mapou „okolo přehrady“ – dorost a starší – sraz je v běžeckém oblečení
- 20. 1. – SO – Brněnský běžecký pohár (5. závod)** – Radostice – sraz do 9:30 hod. – 5km 10:15 hod., 10km 11:00 hod. – přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 30,-Kč – doprava vlastní
- 26. 1. – PÁ – noční mapový trénink** – Rozdrojovice, fotbalové hřiště – sraz: **17:00 u Bohémy** – mapa: Trnůvka (1:15 000, E=5m) – typ tréninku: scorelauf – doprava: osobními auty
- 27. 1. – SO – trénink** – Útěchov (konečná autobusů 43, 57) – sraz: 9:30 – běh s mapou „na Babí lom“ – dorost a starší – sraz je v běžeckém oblečení
- 3. 2. – SO – Brněnský běžecký pohár (6. závod)** – Kanice, základní škola – sraz do 9:30 hod. 5km 10:15 hod., 10km 11:00 hod. – přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 30,-Kč – doprava vlastní
- 3. 2. – SO – Brněnská zimní liga (3. závod)** – Hromniční trápení – Babice nad Svitavou – podrobnější informace v lednovém čísle Polarisu – rozpis dosud nebyl vydán
- 9. 2. – PÁ – noční mapový trénink** – ohyb silnice mezi Babicemi a Křtinami – sraz: **17:00 u Bohémy** – mapa: Zadní pole (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: Hagaby – doprava: osobními auty
- 11. – 18. 2. – NE až NE – Soustředění Špindlerův Mlýn** – podrobnější informace na jiném místě v tomto časopise – přihlášky do 21. ledna 2007 Zhustovi.



- 17. 2. – SO – Brněnský běžecký pohár (7. závod)** – Ráječko, sportovní hala – sraz do 9:30 hod.
5km 10:15 hod., 10km 11:00 hod. – přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 30,-Kč –
doprava vlastní, vlak směr Svitavy – informace: <http://bbp.webzdarma.cz>.
- 24. 2. – SO – trénink** – Líšeň, hřbitov (konečná autobusu číslo 58) – sraz: 9:30 – běh s mapou „na
Kalečnick“ – dorost a starší – sraz je v běžeckém oblečení
- 25. 2. – NE – Brněnská zimní liga (4. závod)** – Adamna cup – Líšeň, Velká Klajdovka – sraz do
14:00 hod. – start 00 = 14:15 – mapa: Malé hády (1 : 4 000, E = 5m) – doprava: individuální,
autobus číslo 56, 78 (na zastávku „Velká Klajdovka“)

Zhusta

Brněnská zimní liga

neděle 7. ledna 2007	Kauflauf	Lužánky
sobota 3. února 2007	Hromniční trápení	Babice nad Svitavou
neděle 25. února 2007	Adamna cup	Velká Klajdovka
neděle 11. března 2007	O-mikron	Divišova čtvrť

Kategorie: bude vždy připravena 1 trať v délce cca. 3 km (15 až 20 minut). Všichni budou zařazeni do dvou kategorií muži a ženy (podrobnosti na WWW).

Stručné informace:

datum	mapa	místo	sraz do
7. 1	Lužánky	Centrum volného času Lužánky	14:15
28. 1.	nová	Babice nad Svitavou	10:00
25. 2	nová	Velká Klajdovka	14:15
11. 3	Divišova čtvrť	Divišova čtvrť (pod Lesnou)	14:15

Hodnocení: v závodech boduje vždy prvních 15 závodníků v kategorii následovně: 1. místo 25 bodů, 2. místo 20 bodů, 3. místo 16 bodů, dále 13 bodů, 11, 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2 a 1 bod. Do celkového součtu bodů se započítávají všechny závody.

Vyhlášení: vyhlášení celkových výsledků proběhne po skončení posledního závodu.

Bližší informace a pokyny naleznete na internetových stránkách

Zhusta

Kurz mapování

Tento kurz je určen pro toho kdo má opravdovou chuť dozvědět se a vyzkoušet si mapování. Je určen pro kohokoliv libovolného věku, stačí mít pouze chuť se něco dozvědět. Scházeli bychom se jednou za týden nebo dva v klubovně na Zemědělské, který den a čas záleží čistě na domluvě zájemců. Kurz by vyvrcholil pro zájemce mapováním mapy pro oblž v Ochozu, kde byste si měli možnost vyzkoušet mapování v reálu. Samozřejmě, že by ten váš kousek byl důkladně zkontrolován a případně celý přemapován. Myslím si, ale že je to neobvyklá příležitost vyzkoušet si mapovat bez zodpovědnosti, která na opravdovém mapaři visí.

Kdo má tedy zájem, nebo se chce blíže informovat ať se ozve na email kurz@adamna.net
Informace o začátku kurzu se dozvíte v průběhu ledna emailem.

Adam

Rozpis tréninků od 30. října 2006

Den	Doba	Skupina	Typ tréninku	Místo
Pondělí	15:30 – 17:30	Zhusta	běžecský	Žabovřesky – Rosnička
	16:00 – 17:30	žáci	běžecský	Žabovřesky – Rosnička
Úterý	20:00 – 21:15	Zhusta	posilování	tělocvična Veveří - Právnická fakulta
Středa	16:00 – 17:30	všichni	běžecský + teorie	BCVČ Lesná - Milénova ulice
Čtvrtek	14:00 – 15:00	začátečníci	tělocvična	tělocvična Kotlářská – ZŠ Kotlářská
	16:00 – 17:00	žáci	tělocvična	tělocvična Kotlářská – ZŠ Kotlářská
	20:00 – 21:30	Zhusta	hry, aerobick	tělocvična Veveří – Právnická fakulta
Pátek	18:00 – 21:00	Zhusta	noční mapový trénink	okolí Brna (doprava osobními auty)
	18:00 – 19:00	Lad'a	florball	tělocvična Kotlářská – ZŠ Kotlářská
	19:00 – 20:00	Arnošt	basketbal	tělocvična Kotlářská – ZŠ Kotlářská
Sobota	9:30	všichni	BBP, mapový	viz samostatný rozpis tréninků
Neděle	14:00	všichni	BZL	4x za zimu orientační závod

Program na zimu

24. 12. Běh na Babu	Skalka za Medláneckým kopcem	9:30
26. 12. Brněnský běžecský pohár „3“	Sokolovna Syrovice	9:30
Vánoce + Nový rok		
6. 1. Brněnský běžecský pohár „4“	Křenovice	9:30
13. 1. běh s mapou „okolo přehrady“	„Přístaviště“, tramvaj 1, 3, 11	9:30
20. 1. Brněnský běžecský pohár „5“	Radostice	9:30
27. 1. běh s mapou „na Babí lom“	Útěchov, konečná autobusu 43, 57	9:30
3. 2. Brněnský běžecský pohár „6“	Základní škola Kanice	9:30
BZL – Hromniční trápení	Blansko, DDM – ulice Sadová	10.00
10. 2. VT Špindlerův Mlýn – bez tréninku		
Jarní prázdniny		
17. 2. Brněnský běžecský pohár „7“	Základní škola Ráječko	9:30
24. 2. běh s mapou „na Kalečnick“	Líšeň-hřbitov, konečná autobusu 58	9:30
3. 3. Brněnský běžecský pohár „8“	Sokolovna Modřice	9:30
10. 3. běh s mapou „k 9 křížům“	Bystrc – Ečerova, konečná tramvaje 1, 3, 11	
17. 3. Brněnský běžecský pohár „9“	hotel Myslivna, bus 58 zast. „Myslivna“	9:30
24. 3. běh s mapou „na Alexandrovku“	Velká Klajdovka, bus 56, 78, 82	9:30
31. 3. Brněnský běžecský pohár „10“	Brněnská přehrada, TJ Lodní sporty Rakovec	9:30

Tréninky napsané skloněným písmem jsou atletické závody, vždy na tratích 5km/10km, většinou po asfaltu. Start kategorie žen je v 10:15 hod., start kategorie mužů je v 11:00 hod. Přihlášky na místě 15 minut před startem. Vklad 30,- Kč. Závody jsou hodnoceny do žebříčku a počítá se 8 nejlepších výsledků.

Ostatní tréninky jsou jako každý rok.

Zhusta



Noční mapové tréninky

22.12. VESELKA Žebětín, zahrádky nad lesem 17:00

Vánoční prázdniny

12. 1. BÍLÝ POTOK Hvozdec 17:00
 26. 1. TRNŮVKA Rozdrojovice, fotbalové hřiště 17:00
 9. 2. ZADNÍ POLE ohyb silnice mezi Babicemi a Křtinami 17:30

Jarní prázdniny

23. 2. ZASTÁVKA Domašov 17:30
 9. 3. DAMBOŘICE Dambořice 18:00

Základní charakteristika tréninků:

- Odjezd je vždy v uvedeném čase od Bohémy.
- Přihlášky na každý trénink nejpozději do středy rána Liboru Zřídka veselému – 604 996 773, zr@jaroska.cz
- Informace o dopravě vždy ve středu na tréninku ZBM nebo od středy na internetových stránkách ZBM.
- Noční mapové tréninky budou připraveny v délce okolo 50 minut pro muže a 40 pro ženy.
- Délka i charakter trati budou připomínat závod na krátké trati.
- Budou se nepravidelně střídát tréninky s intervalovým startem a hromadným startem.
- Na kontrolách budou malé lampióny a reflexi.
- Mapy budou vždy připraveny v mapníku a s popisy kontrol.
- U každého tréninku bude po tréninku připraven v dostatečném množství teplý čaj.

Zhusta

Termínová listina závodů LOB v roce 2007

6. ledna	so	ČP – krátká trať	Vysočina – Nové Město na Moravě	OSN
7. ledna	ne	ČP – klasická trať	Vysočina – Nové Město na Moravě	OSN
11. – 14. ledna		<u>Mistrovství světa veteránů</u>	Švédsko	
27. ledna	so	Mistrovství ČR – klasická trať	Krkonoše – Jilemnice	JIL
28. ledna	ne	ČP – krátká trať	Krkonoše – Jilemnice	JIL
3. února	so	Mistrovství ČR – štafet	Jeseníky – Vrbno pod Pradědem	VRB
4. února	ne	Mistrovství ČR – krátká trať	Jeseníky – Vrbno pod Pradědem	VRB
		ČP – sprint	Jeseníky – Vrbno pod Pradědem	VRB
11. – 18. února		<u>Mistrovství světa juniorů</u>	Rakousko	
23. února – 3. března		<u>Mistrovství světa</u>	Rusko	
24. února	so	ČP – klasická trať	Banská Bystrica	EBB
25. února	ne	ČP – krátká trať	Banská Bystrica	EBB

Termínová listina závodů OB v roce 2007

17. března	so	Jarní pohár 2007 – dlouhá trať	Hradec Králové	PHK
18. března	ne	Český pohár štafet	Hradec Králové	PHK
31. března	so	<i>1. Jihomoravská liga</i>	<i>Brno</i>	<i>VBM</i>
6. – 8. dubna	pá – ne	Prague Easter	Stvolínky	DKP

14. dubna	so	M ČR na dlouhé trati 2. Jihomoravská liga	Příbram Deblín	FSP TBM
21. dubna	so	1. ŽB-M, Mistrovství Moravy – klasická trať	Protivanov	JPV
22. dubna	ne	Český pohár štafet, MM – štafety	Protivanov	JPV
27. dubna	pá	M ČR ve nočních OB	Nová Paka	NPA
28. dubna	so	3. Jihomoravská liga		
5. května	so	4. Jihomoravská liga – OM krátká trať	Brno – Kohoutovice	PBM
11. května	pá	Oblastní přebor štafet	Babice nad Svitavou	ZBM
12. května	so	5. Jihomoravská liga – OM klasická trať	Ochoz u Brna	ZBM
19. května	so	1. ŽA, ČC – klasická trať	Bělá pod Bezdězem	SMB
		1. ŽB-M – krátká trať	Vsetín	KVS
20. května	ne	2. ŽA, ČC – klasická trať	Jablonec nad Nisou	TJN
		2. ŽB-M – klasická trať	Fryšták	TZL
26. května	so	Český pohár štafet	Zbraslav	BBM
		3. ŽA, ČC – sprint,	Brno – Bystrc	VBM
27. května	ne	Český pohár štafet	Zbraslav	VBM
2. června	so	4. ŽA, CC – klasická trať	Mostek	SJC
		3. ŽB-M – klasická trať	Bělkovice – Lašťany	KON
		6. Jihomoravská liga		
3. června	ne	5. ŽA, CC – krátká trať	Mostek	VRL
		4. ŽB-M – krátká trať	Bělkovice – Lašťany	UOL
9. června	so	M ČR na krátké trati – kvalifikace	Zlaté Hory	ASU
		7. Jihomoravská liga		
10. června	ne	M ČR na krátké trati – finále	Zlaté Hory	ASU
16. června	so	5. ŽB-M – klasická trať	Mosty u Jablunkova	TRI
17. června	ne	6. ŽB-M – krátká trať	Mosty u Jablunkova	TRI
22. – 24. června	pá – ne	Mistrovství Evropy dorostu	Eger	HUN
23. června	ne	8. Jihomoravská liga	Kuřim	LBM
29. – 1. července	pá – ne	Cena střední Moravy	Valchov	KON
6. – 8. července	pá – ne	Advanta cup 2007	Plasnice	DOB
7. – 13. července	po – ne	Mistrovství světa juniorů	Dubbo	AUS
14. – 15. července	so – ne	Grand prix Silesia 2007	Bohdanovice	AOP
20. – 22. července	pá – ne	HSS Vysočina cup 2007	Borová u Poličky	CHT
27. – 29. července	pá – ne	Šumperský divočák 2007	Nová Hradečná	KSU
15. – 19. srpna	st – ne	Bohemia 2007	Mělník	BOR
18. – 26. srpna	so – ne	Mistrovství světa	Kvjev	UKR
24. – 26. srpna	pá – ne	Jesenický labyrint	Jesenice	JES
31. – 2. září	pá – ne	Cena východních Čech 2007	Vyhnánov	PHK
8. září	so	6. ŽA, CC – klasická trať	Pilníkov	SHK
		9. Jihomoravská liga	Němčice	ADA
9. září	ne	Český pohár štafet	Pilníkov	SHK
15. září	so	7. ŽA, CC, 7. ŽB-M – krátká trať	Ludvíkov	VRB
16. září	ne	8. ŽA, CC, 8. ŽB-M – krátká trať	Ludvíkov	VRB
22. září	so	M ČR na klasické trati – kvalifikace	Vizovice	VIZ
		10. Jihomoravská liga		SBK
23. září	ne	M ČR na klasické trati – finále	Vizovice	VIZ
28. září	pá	M ČR ve sprintu	Opava	AOP
29. září	so	M ČR štafet	Lesní Albrechtice	AOP
30. září	ne	M ČR klubů a oblastních výběrů	Lesní Albrechtice	AOP
6. října	so	11. Jihomoravská liga	Lednice	ABM
12. října	pá	Mistrovství Brna v supersprintu (VII. ročník)	Brno, Lesná	ZBM
13. října	so	12. Jihomoravská liga	Ruprechtov	ZBM
14. října	ne	Zhusta cup (XXI. ročník)	Brno, Veselka	ZBM
20. října	so	13. Jihomoravská liga	Valchov	KON
27. října	so	14. Jihomoravská liga	Babice nad Svitavou	RBK
10. – 11. listopadu	so – ne	Oddílový přebor	Růžená	ZBM



Termínová listina závodů MTBO v roce 2007

28. dubna	so	Český pohár – klasická trať	Pezinok	PEZ
29. dubna	ne	Český pohár – krátká trať	Pezinok	PEZ
5. června	so	Český pohár – volné pořadí	Pardubice	LPU
6. června	ne	Český pohár – krátká trať	Pardubice	LPU
12. června	so	Mistrovství ČR – dlouhá trať	Blansko	SBK
13. června	ne	Český pohár – krátká trať	Blansko	SBK
23. června	so	Mistrovství ČR – volné pořadí	Zlín	TZL
24. června	ne	Český pohár – krátká trať	Zlín	TZL
30. června	so	Mistrovství ČR – štafet + sprint	Praha	VSP
1. července	ne	Český pohár – klasická trať	Praha	VSP
5. července	čt	Český pohár – krátká trať	Plzeň	VPM
6. července	pá	Mistrovství ČR – klasická trať	Plzeň	VPM
7. července	so	Český pohár – sprint	Plzeň	VPM
5. – 11. srpna	ne – pa	Mistrovství světa v MTBO	Nové Město na Moravě	CZE
11. a 12. srpna	so – ne	Poděbradka Bike Adventure (volné pořadí)	Českomoravská vrchovina	VSP
1. září	so	Mistrovství ČR – krátká trať	Vyhnánov	PHK
2. září	ne	Český pohár – klasická trať	Vyhnánov	PHK

Soustředění Špindlerův Mlýn – všichni

Datum:	11. února – 18. února 2007
Cena:	předpokládaná cena je 1500,- Kč (ubytování + stravování)
Doprava:	autobusem (linka Brno – Špindlerův Mlýn) cena plné jízdenky Brno – Špindlerův Mlýn je 240,- Kč, nebo individuální – podrobnosti pro individuální dopravu u Zhusty
Jídlo:	zajištěno od večere 3. února do oběda 11. února
Ubytování:	Chata SK LOB Nová Paka ve Špindlerově Mlýně, těsně pod vrcholem Přední Planina přímo pod lanovou dráhou Svätý Petr – Pláně. Spí se na postelích. Nutno vzít spací pytel.
Tréninky:	Podle sněhových podmínek, předpokládáme, že sněhu bude dost. Pokud někdo chcete sjezdovat, vezměte si s sebou i sjezdovky.
Odjezd:	neděle 11. února v 6:45 ze Zvonařky. Příjezd do Špindlerova Mlýna ve 12:10, odtud cca 2 km pěšky (převýšení 500 m – jde se po sjezdovce nahoru).
Příjezd:	v neděli 18. února v 18:40 do Brna na Zvonařku. Odjezd ze Špindlerova Mlýna v 13:00.
Přihlášky:	do 21. ledna Liboru Zřídkaveselému se zálohou 500,- Kč. Zbytek peněz se bude vybírat ve Špindlerově Mlýně. Jízdenky na autobus se budou kupovat 5. února – pokud pojedete individuálně, nezapomeňte to sdělit.
Poznámky:	Na chatě je ping-pongový stůl. Sprcha není k dispozici (teplá voda v omezené míře, studená voda v nepřeberném množství). Vezměte si sebou co nejméně věcí – sice je nahoru vyveze rolba, ale i ta není nafukovací, má omezenou kapacitu (a hlavně ještě není domluvena).

Zhusta

Časopis Orientační běh

Orientační běh – časopis orientačních sportů – česky – cena předplatného 450,- Kč. Chcete-li pořadač je cena předplatného 600,- Kč.

- reportáže z domácí i zahraniční scény v OB, LOB a MTBO
- zprávy od České asociace rogaingu a horského orientačního běhu
- rozhovory, soutěže, metodika a řada dalších informací o dění v OB
- chcete-li šanon s motivem OB pro archivaci časopisu je předplatné o 80,- Kč větší
- informace naleznete na <http://www.obcasopis.nord-service.cz>

Přihlášky společně s penězi u Zhusty do 15. ledna 2007.

Za výsledky v roce 2006 jej od oddílu mají objednat: Tomáš Dlabaja, Petra Palátová, Eva + Jitka Kabátová, Adam + Kateřina Chromá, Otakar Jašek, Peter Mlynárik a Adéla Štěpánská.

Zhusta

Záblesky

- ⚡ **Předsednictvo ČSOB** jednalo v spolu s předsedy oblastí v Praze. Krom tradičních témat MS MTBO 2007 a WOC 2008 se projednávalo hospodaření ČSOB v uplynulém roce, rozpočet na rok 2007, příprava valné hromady nebo Disciplinární řád.
- ⚡ **Do programu EMG (Europe masters Games)** od roku 2008 (kdy se konají ve švédském Malmö) přibude orientační běh.
- ⚡ **Nejlepšími o-sportovci Slovenska se stali** Lukáš Barták mezi běžci, Hana Bajtošová mezi bikery a Štefan Šurgan mezi lyžaři.
- ⚡ **Členy komisí IOF** v období 2006-2008 jsou Aleš Hejna (mapová komise) a Dušan Vystavěl (komise pravidel), kompletní složení všech komisí je na stránkách IOF
- ⚡ **Programová komise mezinárodního olympijského výboru** opět zamítla návrh na zařazení LOB do programu zimních olympijských her.
- ⚡ **Novelizaci klíče ISSOM** pro závody ve sprintu připravila mapová komise IOF. Novelizace nabývá platnost od 1.1.2007. Do začátku nové sezóny by měl vzniknout i český překlad. Změny ale nejsou nijak zásadní.
- ⚡ **IOF zřizuje novou funkci – sportovní ředitel** Na částečný úvazek se jím stává Švéd Björn Persson. Jeho hlavním úkolem je zajistit plnění přijatého materiálu Strategic Directions 2006-2012
- ⚡ **SCM Jihomoravské oblasti** opět dostalo od nadace OB grant, který umožní nadále finančně zabezpečovat soustředění pro dorost.
- ⚡ **Eva Kadlecová a Petr Kroutil** si řekli své Ano 18.11. okolo 11:00 v kostele Nanebevzetí Panny Marie. Přejeme hodně štěstí, kupu dětí a pohovou cestu společným životem.
- ⚡ **Sekce OB** jednala v Praze. Vše probíhalo rychle a za dvě hodiny se stihly zhodnotit výsledky reprezentace v roce 2006, podat informace o přípravě WOC 2008 nebo určit hlavní úkoly na rok 2007.

- ✎ **Valná hromada ČSOB** se konala po jednání sekce OB taktéž v Praze, krom tradičních bodů (výsledky jednání sekcí, WOC 2008, MS MTBO 2007, rozpočet,...) se diskutovalo o podobě časopisu Orientační běh, registračním řádu nebo třeba o změně názvu ČSOB (která, jak jsme věděli už předem neměla naději na přijetí)
- ✎ **Předsednictvo ČSOB** se sešlo po skončení Valné hromady ČSOB. Byl přijat nový klub Pardubice Bikers, domluvilo se vydání Zpravodaje ČSOB a byla schválena překlenovací půjčka 100 000 Kč svazu radiového orientačního běhu (Však víme proč, že...)
- ✎ **Trenerkou reprezentace žen** se stala Dobra Janotová.



Časopis orientačních běžců klubu ZBM

Šéfredaktor: Jiří Zelinka

Na vydání tohoto čísla se podíleli:

Jana Gebauerová, Adam Chromý, Martina Jindřišková, Eva Kabáthová, Matěj Klusáček, Matěj Lexa, Miloš Nykodým, Jan Palas, Richard Pátek, Zdeněk Rajnošek, Ladislav Svoboda, Adéla Štěpánská, Václav Štěpánský, Martin Veselý, Jiří Zelinka a Libor Zřídkaveselý

Toto číslo vyšlo 14. prosince 2006

Uzávěrka dalšího čísla je 31. ledna 2007