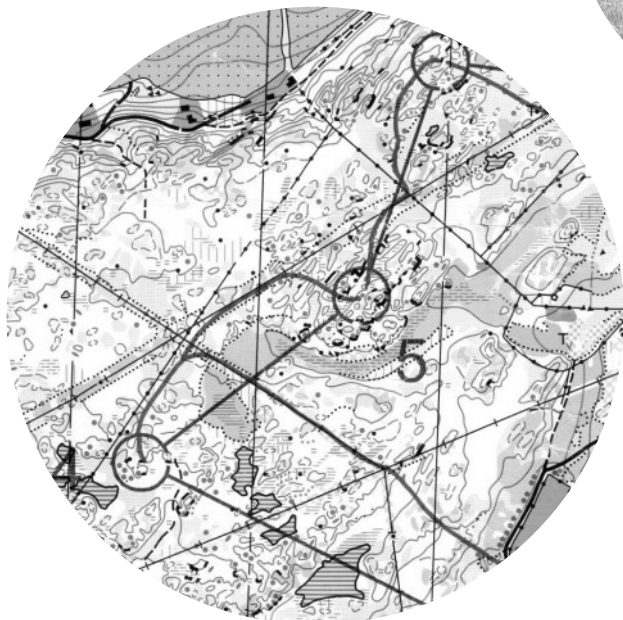


POLARIS

3

SPRING CUP / DEN
SILVA JUNIOR CUP / SWE
O-MIKRON / CZE
JARNÍ POHÁR
VRACOVSKÉ DUNY
1. JML



* Slovo ÚVODEM

from: Filip
to: Zeldá, Arnost, Libor

Drazí kolegové!

No konečně jsem se k tomu dostal te poslat. V příloze je vize.

Budu rád za jakékoli připomínky, doplním jen pár bodů:

* Celý systém (leжат nebo rastr) jsem se snažil udeľat co nejpružnější, s obálkou i ostatními prvky se dá vyhrát jak s legem, jednotlivý části (text a obrázky) do sebe zapadají a dá se z nich postavit prakticky cokoliv

* Obálka má být naprosto černá v kolečcích, mapou, fotka ... (i fyt. lebec, pozn.) je jenom atrapa demoverze ... kompozice libovolná

* Fotky (kulaté i hranaté v textu) upravím vždy do černo bílé, přidám kontrast a barevně zsvětlim k radosti očník zachovat kontinuitu a

* Nehledá v to, co je užitého. Zároveň říkají (to slovo tu) jak při zavodě start cíl a hotovo

f****

>from: Zeldá

>to: Arnost, Libor, Filip

>

> Nazývám to ... Sorry, ale teď to asi nemá nějaký podílky byc, měl, ale teď to asi nemá cenu nějak hlouběji přepírat...

> Já osobně si myslím, že by bylo ideální pro

> tento účel zachovat kontinuitu a

> pokračovat v zastaveném designu Polarisu

> (nemyslím, že je špatný). Musím ale

> uznat, že se mi tenhle návrh líbí, ale dle mého názoru by potřeboval trochu

> dodělat. Rozhodně bych neměl zavádět nějakou

> rychlou změnu v designu. Máš 3 čísla...

> finální prouby v designu máš 3 čísla...

> Shrnu bych to asi tak, že finální rozhodnutí je

> na Liborovi, ale pokud by se

> mělo hlasovat tak zvedám ruku pro starý design.

>

> Zeldá

>from: Libor

>to: Zeldá, Arnost, Filip

>

> Ahoj,

> s tiskem nemám problém. Jen se chci zeptat, to

> teď budeme měnit design v

> průběhu roku? Jinak se mi to líbí.

> Ahoj Libor

>from: Filip

>to: Libor, Arnost, Zeldá

>

> Ahoj

>

> O dizajn až tolik nejde, spíš jde o nemožnost

> udeľat ty styly (odstavce / problémy s písmy

> atd.) přesně jak v původním wordovským pracovišti

> A jinak vzhled není první věc, co se v průběhu

> roku mění (myslím složení redakce atd.) takže

> když přerod, tak celek, ne?

> + původní nebyl špatnej, ale ty typografický

> chyby, zeldó, pučim ti knížku, nebo:

> http://www.typo.cz/_typo/typo-pravidla-

> hľadka.html

> jako úvod do grafického designu http://

> www.laboratory.cz/download/GDPB.pdf

> + a za chirurgicky čistým vzhledem si stojím,

> nehledal bych v tom "design", ale snahu o

> zjednodušení celý věci,

> čistě výsledky a texty a obrázky chce čtenář

> vidět / zážitky si přečíst

> + mohl bych užít patkový písma, zaplácat stránky,

> ale mě ke sportu sedí tahle nekomplikovanost

> + oči má zaměstnat barevné časák s trafiky,

> *POLARIS je o nás pro nás, nic víc

>

> f****

>from: Libor

>to: Arnost, Zeldá, Filip

>

> Ahoj,

> tak ještě jednou, neb jsem se dopracoval k e-

> mailu od Filipa. Souhlasím s

> úplně vším i s tím, že se změnou redakce se nese

> i změna designu, ale pravda

> je, že to chtělo zvládnout od prvního čísla, ale

> už je pozdě. Je-li to tedy reálné, udeľte to

> nové číslo už nově.

> Ahoj Libor

>from: Arnost

>to: Zeldá, Libor, Filip

>

> Nooo ... pekne, Filipe.

> Radeji bych uz ted nasadil ten novej ... resp.

> novy grafik, novy vzhled ze ano.

> Ale na druhou stranu je to dost na rychle.

> Neslo by to udeľat tak ze trojku udeľame po

> staru, a pak ji zkusis prevest do

> noveho stylu (layoutu)? Pri tom by se vychytila

> snad vetsina detskych nemoci a o

> vyladili bychom ten stylu. A od dalsiho cisla

> bychom jej mohli nasadit naostro.

> Ted me napadlo ... nebudes mit (Filipe) vic prace

> s tim to nasazet do stareho

> stylu nez do noveho? Pokud jo, tak pak bych

> nasadil ten novej.

> ----

> Ke stylu:

> Zatim jedinou vec na zvazeni bych mel zda pouzit

> pro text do bezpatkove pismo?

> Jak by to vypadalo s nejakym patkovym? Co ty na

> to? A chvili mi trvalo ze jsem si zvykl na ty

> hvездicky. Ale pak mi doslo ze je to

> vlastne polaris ... to je pak takove styleve.

>

> Arnost

>from: Filip

>to: Libor, Arnost, Zeldá

>

> OK, číslo 4 se tím pádem vychytá diskusí nad

> trojkou. Čtenář asi zmatený ale snad nakonec

> spokojený (-:

>

> f****

>from: Libor

>to: Filip

>

> OK, Libor



pol_demo

* LIBOR, ZELDA, ARNOŠT, FILIP

* VÝKON MĚSÍCE

Sezóna se pomalu ale nezadržitelně rozbíhá a někteří z nás už mají na kontě dokonce dvoje velké závody na severu. Jak na švédském Silva Junior Cupu tak na dánském Spring Cupu se název našeho oddílu objevil v horních patrech výsledkových listin, ale přesto aktuální výkon měsíce byl dosažen v českém lese. Po dvou letech se konečně českou sezónu zahajoval tradiční Jarní pohár. Žabiňácká účast nebyla příliš početná, ale i přesto náš oddíl výsledkově neabstinoval a to především zásluhou Evaaka, která dosáhla v kategorii D21B vynikajícího druhého místa. Následuje již tradiční rozhovor:

Zelda: Nazdar Evaaku, na letošním ročníku Jarního poháru jsi běžela kategorii D21B, což byla více méně nejlépe obsazená ženská kategorie. Co ty na to?

Evaak: Nejlépe obsazená. Byl tam velkej počet závodnic, ale myslím, že ty nejlepší běžely Áčkovéj závod. Jsem spokojená s výsledkem. Trochu jsem se bála jestli to vůbec doběhnu – jedenáctikilometrová trať. Byl to pro mě zatím nejdelší orienták v životě.

Dosáhla jsi na vteřinu stejného času jako reprezentantka Radka Brožková. Jaký to byl pocit v cíli tohle zjistit?

Asi takový normální, já to nějak nehodnotím. Měla jsem dobrý pocit z minimálního počtu chyb. Běželo se mě dobře. Byla jsem hlavně ráda, že jsem to doběhla, dobrý pocit, že jsem tak dlouhej orienták zvládla.

Jak jsi říkala, byl to nejdelší orienták ve tvém životě. Měla jsi z té vzdálenosti respekt? Jak to probíhalo na trati?

Bylo to pořád takový stejný, terén byl rovinnatý a kopce na trati, dá se říct žádný. Bylo potřeba dávat pozor, každá minuta byla důležitá. Hlavní bylo neudělat moc chyb. To bylo nejdůležitější.

V minulých dvou letech se Jarní pohár nekonal. Jak se ti tento závod líbil, když s ním opět po dvou letech začínala sezóna?

Pro mě to byl první Jarní pohár v životě. Jako dobrý, konečně začala sezóna. Jsem ráda, hezký závody, fajn.

Vzhledem k tvé současné formě, kdy jsi schopná být vyrovnanou soupeřkou řadě českých elitaček se nabízí otázka proč jsi to zatím nedokázala nějak výrazněji využít ve své kategorii (D18)?

Tedka byla zimní sezóna, to nic neznamená. Jeden povedenej závod.

Co ty a repre?, v současné formě by sis minimálně na MED věřit mohla.

Nevím, uvidím jak to půjde. Doufám, že tu sezónu začnu alespoň trochu jinak než loňskou sezónou. Že tam nebude takovej mizernej začátek a pokračování stejně mizerný. Uvidíme, nevím.

S čím bys teda byla letos spokojená?

Abych nemusela na konci bojovat o udržení Áček. Abych si zlepšila mapu, abych nedělala velký chyby jako vždycky a měla dobrý pocit.

Děkuju za rozhovor a přeju úspěšnou sezónu podle tvých představ.

Evaak: Jasně, tobě taky.



* Místo Evičky hvězdička, sorry (-:)

* NEJÚSPĚŠNĚJŠÍ VETERÁNI, DOROSTENEC A ZÁVODNÍK MTBO

Ani pořádně nevím jak se to stalo, ale je tu třetí číslo Polarisu a stále zbývají čtyři nejúspěšnější členové našeho oddílu, se kterými jsem nedělal rozhovor. Není tedy jiné řešení než tuto rubriku trochu nafouknout a dát jim všem prostor právě teď. Jako první přichází na řadu tradiční nejúspěšnější veteránka našeho oddílu Jitka:

Zelda: Nazdar Jitko, zase jsi nejúspěšnější veteránkou oddílu, ale tvůj názor na tuto anketu je všeobecně známý. Předpokládám, že se nic nezměnilo.

Jitka: No nezměnilo, jsem nejúspěšnější protože žádná jiná není

Vloni jsi odběhala velmi málo závodů, jak k závodění v současné době přistupuješ?

Běžela jsem jen pár závodů a to jsem ještě byla vždycky téměř poslední. Teď to nejde, neběhá to, takže se budu snažit, ale zatím to neběhá.

Čili příští rok budeš pokračovat ve stejném duchu.

Uvidím, podle toho jak to půjde, ale spíš si myslím, že moc ne, takže se budu snažit.

Ačkoliv nedosahuješ výrazných výsledků jsi pro náš oddíl velmi důležitá. Jak zvládáš trénink dětí teď, když ti EvKa zas tak výrazně nepomáhá?

Trénink zvládám, protože to máme rozdělený s Ladou a s Liborem. Já mám jenom ty malé děti na starosti, takže to zvládám.

Myslíš, že tenhle systém přípravy dětí je dlouhodobě udržitelný?

No pokud budou vedoucí, tak myslím, že jo. Musí být vedoucí.

Jak velká je vlastně ta skupina dětí, kterou máš na starost?

Takových šest děcek, který chodí pravidelně, z toho teda Lenka Koporová jenom na závody. Jinak těch pět chodí.

Co se týče závodů těch malých dětí.

Doposavad chodili zatím jenom nějaké

HDRka. Už začnou sbírat zkušenosti i na normálních Nkových tratích?

Teď na jaře začnou běhat fáborkové tratě a někteří na podzim už i bez fáborků, protože tento rok dva z nich budou mít deset roků, tak aby se nachystali na příští rok, na ty dvanáctky. Rozhodně už budou běhat svoje tratě sami a už se musí snažit.

Kolik z nich myslíš vydrží do dorosteneckého nebo juniorského věku?

To je zálužná otázka. Doufám, že tak polovina.

Myslíš, že někdo z nich dokáže navázat na tu současnou velmi úspěšnou dorosteneckou generaci?

Byla bych ráda, ale netroufám si to říct. Snad Jirka Procházka. No doufám, že i nějaká holka. Nevím.

Takže děkuju za rozhovor a přeju hodně úspěchů nejen v lese ale až z některého ze svých svěřenců vychováš mistra světa nebo alespoň republiky.

Děkuju a ahoj.



Jako druhý by tu byl také tradiční nejúspěšnější veterán našeho oddílu Mlynko, i když ledaccos naznačuje, že letos by to mohlo být naposled :-)

Zelda: Nazdar Mlynko, další sezóna je za námi ty jsi zase nejúspěšnější veterán. Co ty na to?

Mlynko: No když Libor ještě není veterán, tak co mi zbyvalo.

Jak se ti ta uplynulá sezóna líbila?

Así byla stejná jak ta před tím. Nevyvaroval jsem se chyb tak jako před tím. Všechno tak stejné.



Loni ji říkal že oběháš za sezonu zhruba sedmdesát závodů. Stíháš to ještě pořád?

Rodinka už se trochu cuká, ale ještě se to tak zvládá, hlavně ty bajky to přidávají k tomu.

Takže se soustředíš hlavně na ty bajky?

Mám tam méně zranění, protože laburuji s lýtkem, takže asi tak nějak.

V Čechách jsi loni oběhal docela dost mistrovství a Áčkových závodů. Který se ti nejvíc líbil?

Mistrovství na klasice. o bylo asi jak nejtěžší tak nejhezčí. Asi ty.

Nejlepší výsledek jsi zaběhl na sprintu. Byl to i tvůj nejpovedenější závod?

Právě že chyby tam byly, tak jak jsem říkal. Ale ještě se i podařily Bčka nebo Áčka co byly v Boskovicích.

Pravidelně každý rok objíždíš také zimní ligy. Říkal jsi, že po vzoru našich brněnských lig děláš ligy v Bratislavě. Je pořád se podle čeho učit. Jak by jsi zhodnotil úroveň těch lig. Máš je oběhaný všechny.

Stále se je co učit. Teď mi to ukázal třeba Adam s těmi falešnými kontrolami.

A úroveň všech těch závodů jako celku?

Parádní, proto sem rád jezdím. Dík.

Jak vidíš příští sezonu?

Asi zase stejně jak doposud. Hodně mistrovství, pár Áček. Asi tak nějak.

Příští rok už je Libor skutečně veterán. Ty sis minule stěžoval, že nemáš žádnou konkurenci. Budeš ho vnímat jako konkurenci, nebo je to pro tebe pořád víceméně eliták?

Je to pro mě hlavně kamarád, Doufám, že i on. Už se těším na nějakou štafetu. Slíbil.

Tlačils ho do toho ty nebo on tlačil tebe?

Tak nějak to vyplynulo.

Nejúspěšnější členy oddílu vyhledává Libor. Myslíš, že příští rok vyhlásí sám sebe?

Pokud to neudělá sám, tak my ho vyhlásíme určitě.

To je pravda, na tom budu trvat i já. Takže děkuju za rozhovor a přeju úspěšnou sezonu.

Díky tobě a vám všem.

Mezi dorostenci má pak kompletní sbírku čtyř vyhlášení Adam. Tady je dokonce jisté, že příští rok bude změna:

Nazdar Adame, byl jsi čtyři roky dorostencem a v těchto čtyřech letech také pokaždé nejúspěšnějším dorostencem našeho oddílu. Co ty na to?

Jsem rád, že to šlo, ale mnohem víc si cením toho, že jsem byl nejlepším dorostencem republiky než oddílu.

Už jsi regulérně junior i když pro tebe se toho asi moc nezmění. Jak by jsi zhodnotil ty čtyři uplynulé dorostenecké roky?

Musím říct, že to uběhlo strašně rychle. Když si vzpomenu jak jsem běžel první štafety, tak jsem si říkal, jo ještě budu běhat pět let tuhle kategorii v těch štafetách a najednou je to tady a jdu do mužů. Takže si myslím, že to strašně rychle uběhlo a myslím si, že to byly pěkný čtyři roky.

Těch velkých výsledků během těch čtyř let bylo opravdu hodně. Které byly nejcennější, které bys vyzdvihl.

Pro mě nejcennější bylo určitě na juniorském desátý místo ve sprintu a pak štafety. Ty mě jdou nejlíp. Z vnitrostátních závodů bych asi vyzdvihl Vojtíškov, kde jsem vyhrál o šest minut

Byly to čtyři skvělé sezóny jseš schopen říct, která byla z tvého pohledu jako celek nejlepší?

To nedokážu říct. Myslím, že všechny byly dobré, se všema jsem spokojenej.

Jak už jsem říkal, tento rok jsi regulérně junior. pro tebe se ale na velkých závodech téměř nic nemění. Na oblících ale budeš běhat po následujících sedmáct let muže a na štafetách přecházíš do kategorie H21. Uvědomuješ si tyhle změny?

Na oblastnících jsem jednadvacítky běhal a jediná změna je v těch štafetách a to si uvědomuju a i se na to celkem těším.

Sezóna 2007 se pomalu rozběhla. První závody máš za sebou. jak bys zhodnotil svou zimní přípravu?

Myslím, že byla celkem dobrá, akorát mě vadily nějaký výpadky kvůli nemocem, takže to mohlo být lepší, ale myslím, že už se postupně dostávám do nějaké výkonnosti. Jsem spokojenej se zimní přípravou, mohla být lepší, ale jsem spokojenej.

Už máš tedy trochu jasněji ve svých ambicích na následující sezónu?

Běhat co nejlíp, tak jako vždycky.

Dobrá, tak to z tebe nikdy nedostanu. Běžel jsi už letos velké závody ve Švédsku, takže se nabízí otázka. Co ty a severské kluby?

Když se někdo ozve, tak se o tom bude přemýšlet.

Výkonnost bys na to určitě měl, ne?

To možná asi jo, ale moc o tom nepřemýšlím. Zkusím si zatrénovat trochu v tom Norsku, jak tam pojedou mapovat s nima a uvidím jaký to je. Kdyby se někdo ozval tak bych o tom přemýšlel. Jinak nic shánět nebudu.

Příští rok už přirozeně nemůžeš být neúspěšnějším juniorem oddílu. Co neúspěšnější junior a muž?

No tak tam je ten Olaf no. Zkusíme.

Děkuju za rozhovor a přeju ať toho Olafa třeba klepeš.

Tak jo díky.



Mezi závodníky MTBO pak hatrick úspěšně zkompletovala Adélka, které patří poslední letošní rozhovor:

Nejlepší závodník MTBO našeho oddílu je vyhlášován třetím rokem a také potřetí tě při této příležitosti vítám u mikrofonu. Co ty na to?

Adélka: Já jsem ráda.

Minulý rok jsi jezdila první rokem elitu v českých lesích. Jaká to pro tebe byla zkušenost?

Mě se to ze začátku nelíbilo, protože všechny ty závodnice byly starší a já se s nima nemohla porovnávat, protože já mám normálně soupeřit s juniorkama nebo maximálně ženama, takže mi to vadilo protože jsem neměla to srovnání a bála jsem se že právě ty holky, který jezdí ještě ženy nebo třeba osmnáctky budou lepší než já, protože nemám srovnání a v té elitě jsem rozhodně nebyla nijak moc dobře. Nejlepší moje místo bylo myslím devátý, ale pak jsem si na to zvykla a začalo se mi to líbit.

Co pro tebe bylo výkonnostním vrcholem té sezóny? Předpokládám, že medaile z Varšavy.

No já nevím. Já jí nepřikládám žádnou takovou výraznou hodnotu. Mě se ten závod líbil. Já bych mohla říct, že jsem s tím závodem spokojená protože se mi hrozně líbil, ale že bych se tam cítila v nejlepší formě to zase říct nemůžu.

Jaká je tvá pozice v repre? Myslíš, že budeš mít možnost přidat nějaké další medaile?

Nevím, to si netroufám vůbec odhadovat.

Co v českých lesích? Elitu sis po první sezóně udržela. Jak vidíš sezónu tam?

Já bych si chtěla hlavně užívat závody.

Mě o ty výsledky zas až tak extrémně nejde. Hlavně aby se mi dobře jezdilo a ty závody byly v pěkných terénech. To je podle mě hlavní.

Jak už jsem říkal na začátku, byla jsi v posledních třech letech nejúspěšnější závodnicí MTBO našeho oddílu ale oddílovou MTBO Grand Prix, která se počítá dva roky jsi ještě vyhrát nedokázala. V prvním ročníku vyhrála Markéta vloni Pavel Mudrák. Co ty na to?

Neudivuje mě to a gratuluju jim.

Co příští rok, pozvu si zase u této příležitosti k mikrofonu tebe?

To si netroufám odhadovat, třeba jo, třeba ne. To je jedno.

Otázka na závěr. Hodláš zase v příští sezóně skloubit OB a MTBO se stejnou důležitostí nebo budeš některou z těchto disciplín preferovat?

Snad ano, záleží to na tom, jak se mi bude v které disciplíně dařit a jak se mi bude v které disciplíně líbit. Když bych se dostala do Itálie rekněme na bajkách, tak bych se asi na konci května třeba víc připravovala na kolo, ale je mi to asi tak celkem jedno. když to bude vycházet tak jako v minulých letech, že si budu užívat jak pěší tak bajky, tak budu dost ráda.

Děkuju za rozhovor a přeju pěknou sezónu na kole i na vlastních nohách.

Děkuju, tobě taky.

SPRING CUP

Libor už je letos veterán a tudíž výsledkově neperspektivní :) a tak je jasné koho že jsem si vybral, aby se s námi podělil o své zážitky z letošního Spring Cupu. Steeve jako jediný z Žabiňáků vystoupil na stupně vítězů a to ve své parádní disciplíně, na nočních. Tady je rozhovor:

Nazdar Steeve, Na letošním Spring Cupu jsi se jako jediný ze žabiňáků krom Libora dokázal umístit na stupních vítězů. Podařilo se ti to v závodě na nočním. Jak se ti ten závod líbil?

Závod se mi obecně nelíbil. Bylo tam dost cest, ten les byl malej. Bylo tam dost hustníků. Připadlo mě to dost lehký.

Čili jakou cenu pro tebe tenhle výsledek má?

Cenu pro mě má určitě vysokou, protože to byl Spring Cup, byly to mezinárodní závody. Bylo tam asi osmdesát lidí, Švédi, Dáni, Noři. Určitě to pro mě má velkou cenu i když se mě ten závod tak nelíbil a byl docela lehký.

Když se postavíš na start nočního tak je z toho vždy velký úspěch. Čím to, že se právě ty stáváš nočním specialistou?

To nevím. Tuhle otázku už jsem párkrát dostal. Asi mi to jde, nevím.

Hlavním závodem na Spring Cupu byla následující klasika. I tam jsi byl na čele i když ne tak výrazně. Který z těch dvou výsledků je pro tebe hodnotnější?

Asi to noční. Na klasice jsem byl nějaký unavený, jelikož jsem týden před tím trénovali ve Švédsku, takže jsem tam udělal dvě minuty chyby. Ale taky je to určitě dobrý výsledek a cením si ho asi tak stejně.

Jak bys porovnal konkurenci na těch nočních oproti té klasice. Bylo na té klasice ještě těžší konkurence?

Já myslím, že na klasice bylo akorát víc lidí, ale konkurence bylo zhruba stejná.



Jak se ti ta klasika líbila. Ten les byl asi výrazně složitější než na těch nočních.?

Byl určitě výrazně složitější, ale nebyl zas tak těžký a dalo se tam dobře běžet. Mě se to líbilo. Měli jsme tam jeden dlouhý postup. Nevím, mě se to líbilo.

Pokud vím tak jsi běžel na desítce mapě. Jak se ti líbí ten současný trend, kdy na patnáctkách běhají jen ty nejvyšší elitní kategorie?

Mě desítka obecně nevadí, i když na patnáctce bych možná běžel klasiku radši. Ale ten dlouhý postup na té desítce vypadal rozhodně těžší než na té patnáctce.

Posledním závodem byly štafety. Na tebe zbyla ta nevděčná pozice finišmena, který to musel pchnout aby se stihl trajekt. S čím jsi do toho šel?

Startoval jsem do toho s tím, že to možná ještě můžu stihnout. Zezačátku se mi běželo dobře a říkal jsem si, že to zvládnu. Sice jsem neviděl celou trať, ale zhruba na sedmácté kontrole mě začaly docházet síly a začal jsem zjišťovat, že to nemám šanci zvládnout, takže jsem to píchl.

Asi sis to nemohl moc užít jako štafety. Přece jen lidí už jsi tam asi moc neměl.

Lidi jsem potkával a určitě jsem si to užil, i když jsem věděl, že v podstatě do toho závodu jdu s tím, že ho nedoběhnu a že budu disk. Ale lidí jsem potkal určitě hodně a i tak se i to líbilo, i když jsem byl disk.

Jak bys letošní Spring Cup zhodnotil jako celek. Na předešlém Silva Junior Cupu se ti zas až ta výrazně nedařilo a na Spring Cupu jsi dokázal zaběhnout dobré závody.

Před Silva Junior Cupem jsem měl dva týdny zranění. Bolelo mě koleno. Tam mě to neběhalo, na middlu jsem udělal hodně velký chyby. Spring Cup byl určitě dobře uspořádaný. Akorát na noční mohl být použit trochu lepší les. Jinak oproti loňskému roku, kdy byl sníh to bylo určitě lepší.

Jak vidíš po těchto dvou závodech nadcházející sezónu? Jsi jediný kdo hájí v šestnáctkách barvy Žabovřesk.

Vidím to tak, že bych mohl skončit do třetího místa v Áčkovým žebříčku, medaile z nočního, tu předpokládám A pak samozřejmě bych chtěl

splnit limit s čímž souvisí dostat se na MED a ještě nějaké mistrovství by to chtělo medaili.

Takže děkuju za rozhovor a přeju úspěšnou sezónu.

Děkuju taky a přeju ti úspěšnou sezónu.

SILVA JUNIOR CUP

Nejvýše ve výsledkových listinách se po oba dva dny objevil Jára a to bylo důvodem, proč jsem si ho pozval k mikrofonu abych se ho zeptal jak že vlastně rychle to běhají nejlepší švédští junioři :) Tady jsou jeho postřehy:

Nazdar Járo, na první závodech švédské série Silva Junior Cup jsi byl neúspěšnějším Žabiňákem. jak to hodnotíš?

Byly to pro mě vlastně první závody v této sezóně. Sprint byl hodně běžeckej, startovalo se po půl minutě a skoro hned od startu jsem viděl toho, co běžel přede mnou. Akorát se mi běželo blbě, protože jsme před tím jeli celý den v autě. A middle ten byl fakt pěkný. Drsněj a těžkej, nebylo vůbec vidět A myslím si, že to pro mě byl daleko lepší výsledek než na tom sprintu.

Na tom sprintu jsi byl osmý, takže lepší než na tom middlu. Ale švédský park asi není o moc těžší než ten český. Měl ten terén vůbec nějaký význam na tom sprintu?



V podstatě žádnej, byly to vlastně jen cesty a pár baráků. O celým výsledku rozhodoval v podstatě jenom běh a jedna taková volba, no to se ani moc říct nedá. Prostě jenom jestlis to oběhl po cestě nebo běžel lesem. Bohužel jsem to oběhl po cestě a tam jsem ztratil asi patnáct vteřin. To byla docela smůla vzhledem k tomu, že na první místo mě zbývalo myslím dvacet dva. To byla škoda.

Hlavním závodem byl asi ten middle a asi se na něj taky soustředil. Na co sis věřil po tom osmém místě na sprintu?

Říkal jsem si, že na sprintu bych mohl dopadnout líp než na middlu. Přece jenom na sprintu není takovej rozdíl mezi Čechama a Švédama. Na middlu jsem si říkal, že do desítky by to bylo hodně dobrý a do dvacítky by to bylo v pohodě. Jedenáctý místo myslím bylo dobrý, akorát, když jsem se pak díval na mezičasy, tak na jednu kontrolu jsem dostal dvě minuty. To jsem si docela jistil a kdybych trochu zariskoval tak to možná mohlo být ještě trochu lepší.

Co ta stavba trátí. Bylo tam pouze dvanáct kontrol. To je zhruba polovina toho, co je zvykem v Čechách.

Bylo tam sice dvanáct kontrol, ale možná to bylo dokonce těžší než kdyby jich tam bylo víc, protože ty delší postupy v tom terénu, kde se musíš furt dívat a vědět pořád kde seš, tak to bylo možná těžší, než kdybys tam měl na tom postupu ještě jednu onrolu.

Co konkurence na Silva Junior Cupu. V kategorii je tam zhruba sto lidí. Kolik z nich má reálnou šanci na vítězství a kolik je tam jenom do počtu?

To asi říct nemůžu, protože jsem běžel jen dvakrát, ale myslím, že rozhodně těch prvních deset lidí, tam to není vůbec jasný. Třeba u nás, když jseš desátej v Áčkách tak většinou rozhodně nemůžeš vyhrát a tam i ten desátej může vyhrát a není to vůbec žádný překvapení jak u nás.

Co ty a severské kluby?

Tedka nám s Bořkem Olaf zařizuje. Už je to v podstatě tak na padesát procent. Zařídil nám v Järlö a už jsme teď v pondělí napsali s Bořkem e-mail tomu hlavnímu trenérovi a čekáme až nám odpoví, takže uvidíme.

Proč právě tam?

My jsme to nechali v podstatě na Olafovi. Dal nám na výběr mezi dvěma klubama, ale my jsme se nedokázali rozhodnout zda běhat jakoby za ten lepší oddíl a být tam takoví průměrní a nebo běhat za nějaký horší a být tam vlastně jakoby nejlepší v uvozovkách a nakonec tam Olafův expert nějaký švédské rozhodl, že máme běhat za ten lepší.

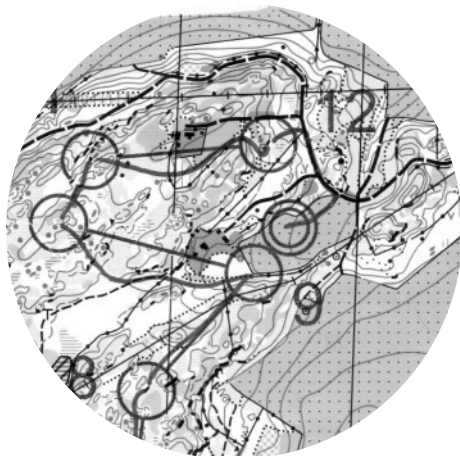
Úvod sezóny na těchto závodech byl ve tvém podání velmi úspěšný. Jak vidíš pokračování té sezóny?

Pro mě úspěšnej byl vzhledem k tomu, že jsem netrénoval skoro celou zimu, první dva měsíce. Doufám, že to tak bude pokračovat dál a bude se to lepší. ještě trochu na té rychlosti musím zapracovat.

Děkuju za rozhovor a přeju úspěšnou sezónu.

Jo díky moc a zdravím všechny Dicky.

* ZELDA



* VT ŠVÉDSKO ANEB „KAMO TO NEZÁCHAPĚŠ“ ANEB DICK V AKCI

Adam: „Gatě, čip, buzolu, boty, sakra měl jsem si koupit nový, tyhle už jsou dodělaný, už jen půl hodiny, poslední moira, odchod, za deset minut to jede, zamčít, zamčel jsem?, určitě zamčel, ježíš, jsem tu brzo, jede to až za pět, to jsem nemusel tak spěchat, Tomkovo náměstí, Merhautova, Provazníkova, teda je to celkem těžký, ale ne jak do Norska, dobrý den, já jdu za paní Štěpánskou, ne na prohlídku, jen tak, dobrý den tak já si jdu pro ty klíče, děkuju, kde to stojí? jo a techničák a takový ..., tak nashledanou a moc děkujem za půjčení, jasně, budu dávat pozor, nashledanou, mějte se pěkně,“

Paní Štěpánská: „Teda za chvíli přijde už ten Adam, já mám strach aby se jim nic nestalo, snad pojedou opatrně, ale je to přes noc, aby neusnuli, zvládnou to, Vašek jim dá nějaký ten nakopávač, á ty už jsi tady?, tady je máš, stojí to za rohem, tam na té příjezdové ulici, mělo by tam všechno být, není zač a jedte opatrně, ahoj Adame ..., teda závidím jim to, jestli budou mít pěkně“



Test 4 varv		
	2-1-2-1 varv	2-~
	5 x 1 varv	2-3 n.
	8 x 3 min	90 sek
	12 x 2 min	1 min
Test 4 varv		
in	20 x 1 min	1 min
in	15 x 1 min	1 min
in	20 x 1 min	30 sek

www.pan-kristianstad.nu

Tak takto nějak to začalo a pokračovalo to velkým pro mne únavným, umožujícím až zabíjejícím nákupem v Tesco, trvalo to sice jenom hodinu a kousek, ale já z toho byl úplně hotový, příště už nenakupuju :) Pak přesun k Bohémě, s jedním autem naplněným až po okraj jídlem tam přibyl Zhusta, nabral všechny batohy a jelo se směr Sassnitz. Cesta pěkně ubíhala, dost jsme se nudili protože to bylo jen po dálnici a ještě k tomu jsme museli jet pomalu (nejsem příznivcem vysokých rychlostí, ale 100 až 110 je fakt pomalu), což bylo unavující víc, než jet rychle. Celá cesta byla dost nezajímavá, až na jeden okamžik, kdy se Zhustovi podařilo opravdu velmi prudce zabrzdit před stavějícími policisty a nám naopak zcela kvalitně nedobrzdit (byl tam totiž asfalt a najednou kočičí hlavy, takže to uklouzlo) a popošoupnout lehce nárazníkem auto Zhusty ... Naštěstí to bylo jen blatník na blatník a nebyl z toho ani škrábaneček, ale stavějící policisty to zřejmě pobavilo, neboť po nás nechťeli ani techničák a řidičák :) No a potom se již nic zvláštního nestalo ...

Zdřímli jsme na trajektu, dojeli do Karlskrony, kde nás uvítalo akční počasí zahrnující vítr, děšt i zimu (3 v 1), ještě že tam měli centrum v tělocvičně ... Pan ředitel nás sprndul že nečteme pokyny a následně nás poslal na start přímo na druhou stranu :) Naštěstí jsme se zeptali pana parkovištěka, který řekl že vůbec nic neví o těch závodech co tu jsou, jediný co ví, že tady v okolí rozhodně žádný start není, tak jsme to otočili a přes mapový start a klasický start a pána, který hlídal aby se nechodilo do karantény po času uzavření startu, se nám podařilo dostat dovnitř. Zde jsme si počkali na náš start a podali své výkony.

Po závodech jsme přejeli do tělocvičny ve vedlejší vesnici, kde jsme se ubytovali v učebně informatiky, odkud se celý večer ozývaly hlasy poostravsku nadabovaného Pata a Mata „čet jsem Johanku z Arka sakra ...“, nebo „Pání ja jsem Arnold“, či „dešť tak to je dešťnik, teda kde ja ho mam, ja sem musél včera vyvadét ... “ apod. Druhý den jsme se ubytovali v jedné stodole, neboť shromaždiště počítalo s vlastním oddílovým stanem, který jsme neměli a odběhli své závody (nejlíp dopadl Jára) v krásném a těžkém terénu. Pak už jsme jen dojeli do Åhusu, do klubové chaty oddílu Pan Kristianstad, kde jsme měli trávit další týden, proklusali jsme se a odhodili Zhustu na letiště.

Následující dny jsme vstávali za hudby od švédské skupiny The Ark, která se postupem času stal naší hymnou, pozdravili se „Dobry Dick“ a šli snídat. Potom nějaké tréninky, dopoledne, odpoledne, prostě jak na klasickém soustředění, běhali jsme v dunách, kamenitých terénech a všechny byly krásné. V úterý jsme se dokonce zúčastnili intervalů oddílu Pan Kristianstad, kde jsme udrželi tempo s Johanem Modigem, který velmi nadchl Ovcu, takže má i podpis v tréninkáči. Každému tréninku předcházela (nebo pocházela) nějaká ta kultura (moře, vodopády, město), což to rozhodně zpestřilo, nestálo to žádné úsilí a byla to paráda. Mohlo by to tak být víc i na letních zájezdech. Večer jsme párkrát zakončili HNUSem (Hustej Night Ultra Sprint) obvykle 600m, 20 kontrol. Prostě soustředění paráda, hlavně dobrá krúú, i ta kultura, sranda (třeba hledání náhradních žárovek v autě, snaha odemčít nádrž pro natankování, zapomenuté doklady 2x :-). Moc se mi to líbilo a doufám, že v tomto složení podnikneme ještě nějaký takový výjezd. Opravdu to stálo za to!

V pátek jsme se jenom proklusali uklidili, zabalili, dali sbohem naší chatičce a přejeli na Spring Cup ... Díky všem co jste tam byli, že jsme si to udělali tak dobrý!

* ADAM

Výsledky sobota - sprint:

H20 ELIT: 1. Daniel Attås 12:02; 2. Patrik Karlsson 12:06; 3. Mikael Kristensson 12:13; ... ; 13. Adam Chromy 12:41; ... ; 20. Tomas Boril 13:00; ... H18 ELIT: 1. Jesper Lysell 11:58; 2. Erik Johansson 11:59; 3. Johan Lindberg 12:05; 3. Jerker Lysell 12:05; ... ; 8. Jakub Zimmermann 12:22; ... ; 19. Milos Nykodym 12:46; ... ; 38. Daniel Hajek 13:34; ... ; 54. Stepan Zimmermann 14:32; ... D20 ELIT: 1. Maja Alm 12:38; 2. Sara Eskilsson 12:44; 3. Emma Johansson 12:52; ... ; 25. Adela Stepanska 14:55; ...

Výsledky neděle:

H21 ELIT: 1. Daniel Nilsson 33:03; 2. Henrik Tryggesson 33:07; 3. Johan Håkansson 33:21; ... ; 9. Libor Zřidkavesely 35:31; ... H20 ELIT: 1. Erik Holmberg 28:00; 2. Ola Martner 28:23; 3. Daniel Attås 28:37; ... ; 44. Adam Chromy 35:34; 44. Tomas Boril 35:34; ... H18 ELIT: 1. Albin Rídefelt 26:31; 2. Erik Johansson 26:44; 3. Olle Boström 27:08; ... ; 11. Jakub Zimmermann 28:38; ... ; 43. Daniel Hajek 35:47; ... ; 47. Milos Nykodym 37:39; ... ; 60. Stepan Zimmermann 46:44; ... D20 ELIT1. Frida Bakkman 29:20; 2. Sara Eskilsson 30:30; 3. Martina Karlsson 31:16; ... ; 26. Adela Stepanska 36:59; ... H21: 1. Zdenek Rajnosek 31:31; 2. Fredrik Smedberg 33:02; 3. Ola Söderberg 35:13; ...



* ORIENTEERING WAKE UP

Tak a máme tu jaro ... No, i když po letošní zimě to není zas až taková změna. Alespoň co se týče počasí. Pro závoděnímchtivého orientáka by tu ale přece jenom jedna malá změna byla. Konečně začíná závodní sezóna a tak je potřeba někde pořádně provětrat buzolu a čip. A kde jinde tak na jaře učinit, než na závodech s pravdě jarním jménem, na dánském Spring Cupu.

Každý člověk trochu obeznámený se zeměpisem jistě uzná, že cesta Brno – Roskilde není z nejkratších a tak bylo nutné vyrazit již ve čtvrtek večer. Z Brna se jelo v pěti. To ale rozhodně neznamenal, že bylo v autě plno. Spíše naopak. Svazový mikrobus má sice své rozchody, ale prostoru je v něm habaděj. Do mezistanice v Praze jsme nakonec dorazili poměrně bez problémů, i když dohledávka Vahova bytu byla poněkud složitější, ale Laďa zvládl navigaci na výbornou. Do mobilu zahlásil, že tam kde zrovna jsme stojí na parkovišti červený auto a hned bylo jasno :-). Pak bylo nutný ještě zaparkovat, což není na pražském sídlišti o půl desátý v noci úplně zadarmo. Ve Vahově bytě už čekal zbytek výpravy z řad mimobrněnských. Chvilí se ještě kecalo a pak hajdy do betle. No spíš do spacáku...

Ráno se vyjíždělo, ... no raději se ani neptejte kdy. Cesta ubíhala v pohodě, jedinými zpestřeními byla námraza v Českém Středohoří a pauza v odstavném pruhu těsně před hranicemi za účelem odeslání mailu. Každý se během cesty zabavil po svém, ale je skoro k neuvěření, že skoro celá posádka mikrobusu se učila. Dokonce i já jsem klesl tak hluboko, že jsem si vzal učení na závody : -) Moc jsem toho sice nespočítal, ale za tu srandu, kdy jsem cestou zpátky honil papíry po přístavu, to stálo...

Do Rostocku jsme dorazili se skoro hodinovým předstihem. Alespoň byl čas vyřešit nejasnosti s rezervací míst. Nakonec připlul trajekt jménem Kronprins Frederik na který jsme se nalodili a vydali se na hodinovou plavbu do Gedseru. V Roskilde jsme zase měli trochu potíže s dohledávkou, ale Laďa úspěšně vyzvěděl od domorodců, kdeže to ta Ostervang Skolen je. Do školy jsme dorazili jako jedni z prvních a tak jsme měli možnost zařídít výměnu třídy s Šumperkem, tak aby byly Žabiny a repre pění vedle sebe...

Zanedlouho dorazila Švédská výprava v čele s Rajmem a vše se začalo schylovat k prvnímu závodu. Start nočních byl naplánován na osmou hodinu večerní. Počasí to neomylně vycítilo a tak po nádherném dni začalo večer poprchávat. Shromaždiště bylo na kraji Roskilde v jekési hale, kam se doslova nahečmali všichni závodníci. No co, bylo tam teplo a sucho, tak kde je problém :-)

Noční se konalo v jediném lese, který u Roskilde je. A nutno říct, že nijak zázračný les to není. Přiléhá sice k mořské zátoce Kattinge Vig, ale to je to jediné, co je na něm zajímavé :-). Jinak je v něm spousta cest a hustníků, takže fičák jako sviňa. Chtělo to jen nasadit tu správnou cestu a letět. Trať nebyla dlouhá, slabých šest kilometrů. To mi hrálo po promaroděné zimě do karet a tak jsem si zvedl sebevědomí a vymlátil z toho 39. místo. Po několika letech jsem dokonce zařídil Chrobáka. Sice si vzal špatnou mapu, ale psst :-). Ostatním se taky dařilo a Steeve se dokonce postavil na stupně vítězů. S nadějí, že les na klasice bude přece jen složitější jsme odjeli zpět.

Ráno nás uvítalo krásné jarní počasí. Plní očekávání jsme tedy zahájili pětadvacetikilometrový přesun směř jihozápad k závodnímu prostoru. Na místě nás uvítalo krásné shromaždiště na kopečku mezi dvěma rybníky. Nechyběly reproduktory z nichž se co chvíli ozývalo známé: „Spiing Cup...” nebo stánky jak s požívatinami, tak



s orientačským vybavením. I když ty druhé byly dost nedostatečně vybavené. Chtěl jsem si z Dánska odvést orientky a nějaký pořádný běhací podkolenky. Orientky jsem si odvezl a musím říct, že to byl fakt kauf. Poprvé v životě jsem si při prvním závodě s novejma botama neudělal puchýře :) Ty podkolenky tam ale neměli a jak to tak vypadá budu se muset spokojit s Vavrysama... Zato tam měli nový model Integratorů, do kterého se Danáč na první pohled zamiloval a prohlásil něco v tom smyslu, že je musí mít. Takže se nedivte až ho někdy uvidíte s čímsi zeleno stříbrným na nohách :-).

To už ale bylo pomalu načase odejít od stánku a začít se připravovat do lesa. Start byl hned za humny. Stejný byl použit i pro následující závod štafet. A doběh, taky stejný po oba dva dny byl fakt atraktivní. Vedl do největšího kopce široko daleko a předtím pro zpestření ještě bažinou. A jak že to vypadalo mezi těmito zajisté důležitými body na trati? No bylo to skutečně trochu složitější než včera. A taky to bylo zatraceně rychlé. Zvlášť v podání těch nejlepších :) Treba když mě předbíhal Kody, tak jsem se nestačil divit jakže se po tom lesíku dá pelášit. Na druhou stranu je ale pravda, že práce kvapná málo platná, o čemž jsem se přesvědčil, když mě Kody předbíhal podruhé :) A jak že se nám dařilo? Z nás mladých a perspektivních na stupně nikdo nevystoupil, ale zato Libor šel poprvé v životě důchodce a hned to mezi nimi vyhrál. I když jen těsně... Před odjezdem ještě zbývalo sestavit štafety na zítra. Stal jsem se členem typicky reprezentační štafety Bořek – Danáč – Zeld – Steeve, která ale byla bohužel předurčena k tomu to nestihnout. Limit byl stanoven na jednu hodinu odpoledne, tj. 4 hodiny po startu. Právě proto jsem byl vynominován z posledního úseku, jelikož jsem odmítal ten závod zabalit :)

Po poněkud komplikovaném návratu do školy, kdy nám Laďa zkušeně odvezl klíče od mikrobusu kamsi směrem na Helsingör, jsme se rozdělili na několik frakcí. Jedna jela kamsi za kulturou a ta druhá, do níž jsem se zařadil i já se vydala hledat nějaké to stravovací zařízení, ve kterém by se dalo za rozumné peníze najíst. Poté co jsem probrousili centrum Roskilde tam a zpět jsme nakonec zakotvili v jakési řecko-italské pizzerii. Dobře jsem se najedli, Libor zaplatil a šlo se. Večer si ještě bylo vzhledem ke změně času nutné si ujasnit, kdyže se to vlastně stává a pak už hurá do spacáku, neb tato noc nebude dlouhá, ale o celou hodinu kratší...

V neděli nás čekalo stejné shromaždiště. Postaven byl i koridor pro první úseky, který začínal zákeřně pod kopcem. Start byl naplánován na 9:00, ale i v Dánsku se občas něco nezdaří, a tak to pořadatelé posunuli o pět minut. Dnešní tratě vedly úplně jinudy než ty včerejší, jelikož se mapy pro oba závody překrývaly jez částečně.

To už se ale pomalu začali první běžci objevovat na divácké. Kody, Chrobák, Rajmo Bořek. Všichni relativně v předu. Kody, běžící v barvách svého severského klubu se nakonec vrátil jako šestý a kousek za sebou měl Chrobáka na jedenáctém místě. Rajmo a Bořek pak doběhli s malou časovou ztrátou, ale co se týče pořadí, tak už to tak slavné nebylo, vždyť na startu bylo kolem stovky štafet. Dál se závod vyvíjel jasně. První juniorská štafeta to stihne. Libor za Žabiny taky, pokud si trochu pospíší. A Steeve za druhou juniorskou štafetu těch dvanáct kiláků fakt za hodinu nedá...

To, že naše štafeta byla disk mělo i svou nespornou výhodu. Stihli jsme trajekt ve tři, což dávalo dobrou naději v rozumný příjezd do Brna. Na trajektu pak proběhl nejprve briefing Repre a pak Žabovřesk. Jo a taky se vzal útokem lodní Shop :) Cesta po německé dálnici ubíhala dobře, i když ne tak dobře jak by ubíhat mohla. Někteří řidiči totiž byli moc fixovaní na české předpisy... I tak jsme do Prahy dorazili ještě před půlnocí. Před barákem mě pak Libor vyhodil něco po jedné. Dobrý předpoklad k tomu být zítra ve škole alespoň trochu použitelný :)

* ZELDA



Výsledky pátek – noční:

D 17-20 E: 1. Camilla Bergmann 28:07; 2. Hanna Axelsson 29:07; 3. Linnéa Johnsson 29:37; ... ; 56. Adela Stepánska 56:17; ... H 15-16: 1. Andreas Boesen 20:09; 2. Andreas Bergmann 20:35; 3. Stepan Zimmermann 20:56; ... H 17-20 E: 1. Johan Aronsson 30:45; 2. Kaspar Hägler 30:55; 3. Erik Folkesson Blom 31:07; ... ; 9. Tomas Boril 32:38; ... ; 20. Daniel Hajek 34:20; ... ; 39. Zelinka Jiri 37:35; ... ; 43. Adam Chromy 38:01; ... ; 53. Milos Nykodym 38:58; ... ; Jakub Zimmermann mp; ... H 21 E: 1. Wojciech Kowalski 34:18; 2. Mikkel Lund 34:21; 3. Martin Piják 34:36; ... ; 18. Zdenek Rajnosek 36:48; ...

Výsledky sobota:

D 19-20 E: 1. Monika Dolezalova 44:44; 2. Simona Karochova 44:53; 3. Rebecca Roberts 44:57; ... ; 37. Adela Stepánska 57:32; ... H 15-16 A: 1. Henrik Bendt 37:16; 2. Andreas Bergmann 37:34; 3. Pavel Kubát 37:47; 4. Stepan Zimmermann 37:58; ... H 17-18 E: 1. Kalle Johansson 41:23; 2. Søren Bobach 41:27; 3. Martin Hubmann 41:30; ... ; 7. Jakub Zimmermann 44:54; ... ; 9. Milos Nykodym 46:19; ... ; 15. Daniel Hajek 47:15; ... H 19-20 E: 1. Christian Bobach 51:23; 2. Christian Mathys 51:46; 3. Eduard Smehlik 53:31; ... ; 8. Adam Chromy 54:43; ... ; 18. Tomas Boril 56:02; ... ; 46. Zelinka Jiri 63:14; ... H 21 E1: 1. David Andersson 58:55; 2. Matthias Merz 59:52; 3. Jonas Pilblad 1:00:55; ... ; 77. Zdenek Rajnosek 1:09:52; ... H 21 AM: 1. Johan Israelsson 46:22; 2. Björn Risch 51:07; 3. Vaclav Hosek 52:57; ... ; 13. Ladislav Svoboda 1:06:35; ... H 35 A: 1. Libor Zridkavesely 52:35; 2. Ola Tengnér 52:47; 3. Anders Carlsson 53:58; ...

Výsledky neděle – štafety:

Mens Open: 1. SWE-IK Hakarpspojarna 1 (Andreas Jansson, Mattias Karlsson, Joakim Karlsson, David Andersson) 3:22:26; 2. DEN-Farum Tisvilde OK 1 (Thomas Jensen, David Schneider, Michael Sørensen, Jamie Stevenson) 3:22:33; 3. SWE-OK Tisaren 1 (Matt Speake, Sergey Detkov, Johan Aronsson, Dimitry Tsvetkov) 3:22:43; ... ; 16. CZE-Czech junior team 1 (Adam Chromy, Eduard Smehlik, Jan Benes, Stepan Holas) 3:31:26; ... ; 40. CZE-SK Zabovresky Brno 1 (Zdenek Rajnosek, Jakob Zimmermann, Milos Nykodym, Libor Zridkavesely) 3:52:35; ... ; CZE-Czech junior team 2 (Tomas Boril, Daniel Hajek, Yiri Zelinra, Stephan Zimmermann) mp; CZE-Czech junior team 3 (Vaclav Hosek, Ladislav Svoboda, Tereza Adamkova) mp; ... Womens Open: 1. SWE-OK Skogsfalken 1 (Åsa Hellqvist, Lina Persson, Sofia Olsson) 2:23:18; 2. SWE-Leksands OK 1 (Petra Thomasson, Karin Schmalfeld, Sara Gemperle) 2:24:27; 3. SWE-Ulricehamns OK 1 (Emma Palmer, Cecilia Thomasson, Simone Niggli) 2:25:02; ... ; 18. CZE-Czech junior team 1 (Monika Dolezalova, Simona Karochova, Adela Stepánska) 2:39:53; ...

* JARNÍ POHÁR

Season finally start and the first race was Jarní Pohár near to Hradec Králové. There was waiting for us traditional flat terrain and terrible weather. The courses was quite long so most people choosed B-course also I did. It was 16km long so I decided that it is a good preparation for Long course. My goal for this race wasn't win but catch up with map. Also I wanted to save some power to next day because I should had run first leg for B-team in relay. So I choosed my ideal tempo and tried to check every detail, planned tracks to next controls. Without 2 or 3 small mistake I succeed. The best Saturday's result belongs to Evak who took the secon place in D21B. In main man cathogry did the best result Palo with seventh place. After race we went accomodate to gym and then we went to replenish power to restaurant in the center. Keňa saw the Pilsner Urquel advertisement in front of one really nice so decision was made ☺. After this great dinner around rounded table we came back to gym where Palo showed us maps from training camp in Spain. They used to run 5 hours every day. I felt quite embarrassed. After this nice presentation with excelle Palo's comentary somebody turn the lights off so we went to bed. Next morning Dave woke me up and said me that Klusy want to change with me in A-team because he have little problem with his ankle and don't want to risk his health and also chances of A-team. So I agreed. I have to admit that I was quite nervous and I think everybody knew it because everybody told me don't worry, you won't screw it up. My plan was quite simple-follow Komanec. Palo did good result on first leg and I went to forest from seventh place. By the way Klusy did nice tenth place. I pushed hard from start because Komanec was really far but I didn't reach him. So I changed the plan and concentrate to my own race. I went on my own first 15 controls but then after little hasitating. Peči and some guy from Pragovka reached me. After next 2 controls we met leaders only Komanec and some spartan missed. Then Polášek from Zlin took the lead and me and Peči followed him. We pushed quite hard. I had enaught power but I didn't want to risk and thought that it is better when Dave will go in contact on his long leg. So I came to finnis on fourth place in main stream. Our anchor man was Maros and he came on eighth place. Our womens ended on eighth place too and youth gils team was fifth. Quite good results isn't it?. It was nice weekend, with nice courses, usual weather and great fun. I am also glad that I could meet some friends who I didn't see all the "winter". That's all thank you for your time. In the end little explication why the hell in English!?!? Because it's an international language, it's something new and You and me can practise our skills. Also I am bad writter so I hope that you will concentrate on english and forget about some point. At least you can laught at my gramma (-:

* MAJKL

Výsledky sobota:

D21A: 1. Stará Zdenka 96,19; 2. Štěrbová Marta 97,22; 3. Topinková Monika 102,15; ... ; 13. Bukovacová Alena 117,28; ... D21B: 1. Duchová Iveta 72,06; 2. Kabáthová Eva 76,07; 2. Brožková Radka 76,07; ... ; 6. Palátová Petra 78,14; ... ; Jindřišková Martina ZBM8556 disk; D21D: 1. Březinová Marie 39,30; 2. Řičařová Žaneta 40,21; 3. Heczková Bohdana 41,07; ... ; 5. Tvarůžková P. 41,59; ... ; 18. Šulerová Pavlína 49,03; ... ; 32. Borecká Kateřina 54,29; ... H21A: 1. Šedivý Jan 130,26; 2. Hepner David 131,44; 3. Procházka Jan 134,31; ... ; 7. Bukovac Palo 145,40; ... ; 9. Bukovac Maroš 150,07; ... H21C: 1. Komanec Václav 57,05; 2. Šmehlík Eduard 60,42; 3. Fučík Karel 63,16; 4. Kabáth David 64,55; ... ; 30. Zelinka Jiří 73,55; ... ; 125. Drábek Jan 99,55; ...

Výsledky neděle - štafety:

D18: 1. UOL A (Jakobová Adélka, Poklopová Lenka, Indráková Adélka) 101,23; 2. LPU A (Marešová Michaela, Knapová Jana, Procházková Michaela) 102,19; 3. SRK (Jirčáková Martina, Mullerová Věra, Kosová Denisa) 102,31; ... ; 5. ZBM (Mezníková Lucie, Šulerová Pavlína, Kabáthová Eva) 106,19; ... D21: 1. LPU A (Štěrbová Marta, Krčálová Veronika, Duchová Iveta, Dočkalová

Martina) 144,40; 2. LPU B (Fukátková Pavla, Mrštíková Květa, Škodová Petra, Hermanová Zuzana) 155,34; 3. DKP A (Svobodná Šárka, Doležalová Monika, Kovářová Kristýna, Karochová Simona) 155,45; ... ; 8. ZBM A (Gebauerová Jana, Bukovacová Alena, Jindřišková Martina, Palátová Petra) 163,33; ... ; 13. ZBM B (Beržinská Soňa, Borecká Kateřina, Tvarůzková Petra, Jiráčková Jana) 177,48; ... H21: 1. LPU A (Hovorka Jan, Vávra Jaroslav, Lučan Vladimír, Štěrba Zbyněk) 162,58; 2. SHK A (Hepner David, Komanec Václav, Jedlička Michal, Šmehlík Eduard) 163,28; 3. PGP C (Matějů Luboš, Sysel Ondřej, Šedivý Jan, Procházka Jan) 164,39; ... ; 8. ZBM A (Bukovac Palo, Bialožyt Michal, Kabáth David, Bukovac Maroš) 173,47; ... ; 23. ZBM B (Klusáček Matěj, Zelinka Jiří, Otrusina Jiří, Brabec Jaroslav) 192,19; ... ; 43. ZBM C (Mlynárik Peter, Drábek Jan, Hrnčiar Dušan, Bukovac Dušan) 236,11; ... MIX: 1. JPV (Kratochvíl Karel, Grulich Pavel, Otruba Karel) 98,34; 2. ZBM (Jelínek Petr, Koenig Lukáš, Pátek Richard) 102,36; 3. BOR B (Krejčí Jaroslav, Hanzlová Veronika, Karvánek Petr) 105,27; ...

* SNO TIOMILA LÄGER 1

Čas běží čím dál rychleji a na nikoho nečeká...

Připadá mi, že se to stalo včera, ale je to už více než rok, co jsem se stal členem švédského klubu SNO (Södertälje Nykvarn Orientering).

V myslích všech skandinávských orientááků se pomalu rýsuje datum 28.4. Datum kdy se poběží Tiomila. Můj oddíl začal se speciální přípravou na tento orientácký svátek minulý víkend (3.-4.3.) a já jsem byl u toho.

Abych pořádně potrénoval a zároveň abych nechyběl moc ve škole, rozhodl jsem se prodloužit si svůj pobyt v „zámoří“ na týden.

Vyrazil jsem ve čtvrtek 1.3. pravidelnou linkou Scandinavian Airlines do Stockholmu.

Poprvé jsem letěl sám, poprvé jsem měl možnost navštívit podzemí švédské metropole a poprvé jsem běžel Fakíra (dlouhý noční trénink s hromadným startem. Tolik ke čtvrtku).

Pátek jsem strávil na chatě ve vesnici Hölö, kde toho času pobývají 3 norští členové SNO.

Všude okolo širý les. Nemohl jsem toho nevyužít a vyrazil jsem na krátký trénink. Zima se Švédsku, narozdíl od střední Evropy, nevyhnula. V lese ležela slušná vrstva sněhu, na pasekách a polootevřených partiích to byl docela boj. Můj krátký trénink se tak protáhl na hodinu a půl.

Večer jsem poprvé hrál Settlers (Osadníci z Katanu), výklad pravidel probíhal v angličtině a norštině. Sobotní ráno a začátek již zmiňovaného soustředění. V Eskilstuně (město asi 100 km na západ od Södertälje) se sešel skoro kompletní Top team, tedy přibližně 20 natěšených borců.

Program byl nabitý a rychle to odsýpalo. V sobotu dopoledne měřený trénink, middle.

Možnost jít do lesa ještě jednou za světla využili odpoledne jen 3 čeští běžci. Větší část vyrazila o pár hodin později s čelovkami na hlavách. Byl jsem mezi nimi :) Les nebyl tak náročný jak to ve Švédsku bývá zvykem, navíc, když jsem se necítil úplně jistě, stačilo mrknout na zem a běžet :).

V neděli po obědě se už odjíždělo zpět domů. Před tím jsme ale strávili 2,5 hodiny v lese.

Trenéři nám nachystali dlouhou trať. Přebíhalo se z lesíka do lesíka a v každém byl nějaký krátký okruh nebo motýlek. Údajně se jednalo o les sousedící s prostorem Tiomily. Musím říct že to bude zajímavé, mnoho cestiček a kamenů všech velikostí orientaci zjednodušovalo. V noci ale stejně není nic vidět :)

Ze soustředění jsem se nevrátil do lesů v Hölö (mimoходом, výslovnost: H,L) ale využil jsem nabídku Jonna Areho a další dny strávil v jeho minibusu přímo v Södertälje. To abych byl blíž centru dění:-)

Pondělí - na odpočinek po soustředění nebyl čas. Přišla mi zpráva od Binga (který sem přijel jen na prodloužený víkend), že domluvili s trenérem na dnešek dva tréninky. Rád jsem se přidal.

Dopoledne jsme posbírali lampiony v lese za městem. Poprvé v životě jsem potkal naživo losa!!! A večer jsme se nechali dovézt o kus dál a proběhli si pěkný noční trénink.

V úterý jsem vyrazil s ostatními borci na atletický trénink do haly, po posilovacích cvičích mezi překážkami a velice náročných intervalech jsme se dostali k tomu důležitému, šlo se na oběd:-)

Nechal jsem si doporučit „tradiční švédské jídlo“ Ragmunk - bramboráky s plátky slaniny, se sýrem a marmeládou, zajímavé a moc dobré.

Aby těch poprvé tohoto zájezdu nebylo málo, vyrazil jsem odpoledne, jak jinak než poprvé, do Sportcentra Gröndal. To je určeno převážně pro zaměstnance Scania, členy SNO a nějakou tu veřejnost. Projel jsem se na rotopedu a poseděl v sauně, to mi po náročném dopoledni stačilo. K dispozici byly ještě posilovny, tělocvična spinning, běhátka a možná ještě něco víc...

Ve středu jsem se vydal na cestu domů, do Stockholmu na nádraží jsem dojel vláčkem. Dál jsem pokračoval autobusem. Jel jsem se společností Eurolines, tedy žádné stewardky, žádné časopisy, žádná čokoláda a žádné filmy... No co se dalo dělat.

Po zastávkách v Norrköpingu, Linköpingu, Jönköpingu a Halmstadu jsme dorazili do přestupní stanice - Kodaň (švédsky Köpenhamn, dánsky KØbenhavn, anglicky Copenhagen :-).

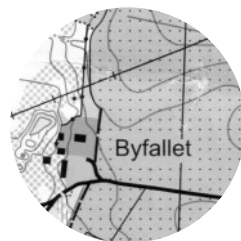
Tady se sjíždí linky z celé Evropy, přerozdělí si své cestující a pokračují dál. Kromě mého busu do Prahy tu ještě stály spoje do Rotterdamu, Osla, Paříže a Stockholmu.

Zbytek cesty jsem, naštěstí, prospal. Probudil jsem se až na česko-německém přechodu na novém úseku dálnice D8. Slovní bitva mezi německými celníky a čínskými cestujícími vyústila v odchod těch druhých z autobusu.

Do Brna to šlo už hladce. Celkově tedy 26 hodin cestování. No, čekal jsem, že to bude i horší.

Těším se až se na sever zase podívám, tím líp, že to bude už tento víkend :-)

* RAJMO



* REPRE SRAZ V HRADCI KRÁLOVÉ

Byla to rychlostní akce, tak jen v rychlosti o tom, co se dělo o tomto víkendu.

Trenéři operativně zařadili sraz reprezentantů na víkend 10.-11.3. Abychom se vůbec během roku viděli. Na soustředku na Šumavě nás totiž bylo pomálu a tréninkový kemp v Portugalsku byl přístupný pouze A týmu.

Cesta Brno - Hradec nestojí za řeč. Vešel jsem se ke Zdenče a Osinovi do auta , jela s náma i Dobra, novopečená trenérka žen. Za jedinou zmínku stojí jen kombajn, který se přesunoval mezi Vysokým Mýtem a Holicemi a vytvořil za sebou účtyhodnou kolonu. Čekal jsem že v Čechách bude tepleji než ve Švédsku, ale kombajny... to mě trochu rozhodilo.

Ihned po příjezdu na ubytovnu Lesů České republiky v Novém Hradci Králové jsme vyrazili na noční trénink. Trať sice nebyla dlouhá, ale v místním rovinatém lese plném pochybných hustníků jsme se nakonec všichni poztráceli.

Sobota byla velice velice náročná. Ráno jsme vyrazili na běžecký závod do Peček, taková pražská obdoba BBPěček :-). Do Hradce nedávno dostavěli dálnici, takže to netrvalo zase tak dlouho. Na startu bylo 230 borců, mezi nimi i Pavel Faschingbauer, jeden z nejlepších to běžců u nás. Trať se běžela ve stylu „tam a zase zpátky“. Značený byl každý kilometr, takže jsme si mohli pípát mezičasy. Začlo se zhurta, první kilák za 3:09, a to jsem se krotl a šel jsem v pohodě ve třetí skupince. Na obrátce jsem měl 16.43, takový čas jsem na pětce jaktěživ neměl:-)

Otočili jsme to a běželi proti větru zpátky. Na šestém kiláku mě doběhl Osin a společně jsme tempařili v malé skupince. Značka 9 km odstartovala v naší skupince opravdické dostihy, nakonec, jak už to tak bývá, poslední doběhl ten, který tu naháněnou vyprovokoval. Já jsem Osina nakonec, sice o 4 vteřiny, ale udolal. Do aut a zpátky. V autě se rozhořela debata, zda jít či nejt na oběd. Konečné rozhodnutí vynesl Šěda, který prohlásil, že když se půjde na oběd, tak si nestihne zdřímnout. A bylo hotovo:-)

Po tom, co se Šěda řádně vyhajal jsme vyrazili na odpolední dvojfázi. Začalo se uprostřed města na atletickém stadionu. Dali jsme si několik úseků na rychlost, ale hlavním smyslem tréninku bylo nechat si nasnímat běžeckou techniku. Po tom jsme se vrhli na plnění atletických limitů. Na programu byla dálka a 110m překážek. Vysoké ploty jsem zaběhl za 23,6sec. Ale poslední překážku jsem už málem nepřeskočil, navíc jsem skákal pořád na jednu nohu, protože tu druhou jsem nemohl natáhnout :-). V dálce jsem sice plachtil až na 5,20, ale na splnění limitu to bylo málo.

Z dráhy jsme byli odvezeni na kraj lesa a i když už se stmívalo, vyrazili jsme do lesa, kde nás čekalo 36 kontrol na 6 kilometrech. Zvládli jsme to, ale žaket už byl na cestě.

Večer jsme se sešli v zasedačce, prohlédli si na videu, jak umíme běhat. Dobra nám k tomu řekla, co bychom měli zlepšit. Další náplní byly organizační pokyny do nadcházející sezóny.

Nedělní ultra-long trénink byl skvělý. Proběhli jsme 6 map a absolvovali několik vložených závůdků měřených SportIdentem. Bohužel jsem nedokončil tuto skoro tříhodinovou taškařici. Už ze sobotní desítky jsem měl solidní puchýře. Ty se v průběhu tréninku ještě zhoršily, a tak když jsem probíhal kolem rybníku Biřička, vyzul jsem se a na ubytovnu došel bos.

Následoval oběd a loučení a pak už jen domů, do Prahy, do Podolí, do lékárny a tak podobně.

* RAJMO

* SÚSTREDEIE VRACOV

Kde bolo, tam bolo, stála jedna turistická ubytovňa Litner. A napriek tomu, že tri dni bola základným táborom nášho sústredenia, stojí dodnes. Takže teraz je jasné, že všetko dobre dopadlo a môžeme sa bez obáv pozrieť na to, čo sa tam vlastne dialo.

Štartovali sme v piatok popoludní a prevažná väčšina závodníkov zvolila postup cez hlavák a vláčikom. Pár jedincov to vzalo autičkom, čo sa ukázalo ako celkom šťastná voľba, keďže nám ušetrila finiš zo stanice na ubytovňu. Po rozdelení úložných priestorov sme s nadšením vyrazili na prvý tréning - jediný bez mapy. Tento bol prekvapivo šetrný, čím sme si uchovali dostatok energie na nasledujúci nočák. Ten si vychutnali najmä lampy, ktoré museli absolvovať trať každá dvakrát. Našťastie mali všetky dostatok šťavy a nikto nemusel využívať svit mesiaca... Tréning sme takticky využili k propagácii orientačného behu medzi miestnymi poľovníkmi, aj keď sa z nich, podľa autentických výpovedí, prívrženci tohto športu nestali...

Sobota začala raňajkami. Teda pre tých, ktorí sa stihli na obmedzené prídely vrhnúť včas. Dopoludňajší tréning bol pestrý a taktiež vydarený. Zhusta si pre nás pripravil pamätáčik, azimutáčik a zhluky. Z týchto ingrediencií si každý namiešal vlastnú polievočku tak, aby vyladil na vrstevnicový middle popoludní. Treba podotknúť, že s hnedo-bielou mapou sme mnohí bojovali, pričom dramatickosť závodu podthoval terén vojenskej strelnice. Večer sa prirodzene niesol v znamení viac-menej regulovanej spoločenskej zábavy.

V nedeľu sme to rozbali na scorelaufových štafetách. Zazávodili si všetci - mladí, mladší aj najmladší. Víťazila taktika, skúsenosti a Chrobákov team. Následne sme sa dorazili záverečnými dvojičkami a obedom. Kto mohol, išiel sa po krátkom relaxe vyklusnúť a kto nemohol, išiel sa vyklusnúť aj tak. Na stanicu. Tak ako sme prišli, tak sme aj odišli. Bez strát na životoch a ujmách na zdraví, takže tohoročný Vracov sa odvažujem označiť za mimoriadne zdařilý. Teda o rok zas, nie?

* SOŇA

* O-MICRON 2007

Je neděle 11.3. a krátce po obědě se kolem garáže v Divišově čtvrti, patřící rodině Zeldrakové, začínají shlukovat běžci z blízka i z daleka, protože si nemohli nechat ujít účast na dnešní dozajistě vynikající akci, kterou pro nás připravil už velmi zkušený pořadatel Zeldrak. Jednalo se již o tradiční(4.ročník) O-mikron, zařazený do prestižní série závodů BZL a to hned jako její finále. Vzhledem k rekordní účasti závodníků byl zvolen netradiční start po půl minutě, což se mě osobně velmi líbí. Trochu jsem se bál, že prostor použitý nedávno pro MB v NOPB nebude mít už co nabídnout, ale opak byl pravdou. Po úvodní volbě si pro nás stavitel připravil čtyři dvojice kontrol, které bylo možné běžet v libovolné pořadí. Rozhodně znovu zajímavé zpestření. Následovala série kontrol v průchodech až nás trať zavedla do prudkého svahu. Toho jsme si ale moc neužili a po trochu zákeřné kontrole za plotem nás už čekal cíl. Špičková organizace, perfektní trať a krásné počasí udělali všem krásné odpoledne kdy se stres pracovních dnů hází za hlavu. Celkově nezbyvá než dodat, že snad všichni byli spokojeni a těší se, co si na nás ten Zeldík zase příště vymyslí.

* DANÁČ



Výsledky:

H: 1.Bukovac Palo 14:36; 2.Nykodým Miloš 14:37; 3.Zřídka veselý Libor 15:19; 4.Hájek Daniel 15:33; 5.Zimmermann Jakub 16:12; 6.David Kabáth 16:44; 7.Zimmermann Štěpán 16:53; 8.Otusina Jiří 16:57; 9.Brabec Jaroslav 17:45; ... ; 12.Lexa Matěj 18:28; ... ; 14.Bialožyt Michal 18:48; 14.Mazur Martinko 18:48; ... ; 17.Drábek Honza 19:29; 18.Pátek Richard 19:47; ... ; 20. König Lukáš 20:13; ... ; 24.Jašek Otakar 21:04; ... ; 27.Mlynárik Peter 21:18; ... ; 32.Koča Jaroslav 22:29; ... ; 41.Prokop Petr 23:47; ...
D: 1.Kabáthová Eva 19:03; 2.Zatloukalová Lenka 20:07; 3.Horčíčková Vendula 21:19; 4.Jindřišková Martina 21:22; 5.Gebauerová Jana 22:40; 6.Šulerová Pavlína 22:58; ... ; 8.Borecká Katka 24:25; 9.Procházková Lucie 24:39; 10.Stratilová Marie 24:54; ... ; 12.Jiráčková Jana 26:17; 13.Jemelíková Denisa 26:29; ... ; 18.Plotzerová Adriana 28:49; ... ; 20.Koporová Petra 29:38; ... ; 29.Kočová Lenka 37:29; 30.Kabáthová Jitka 42:45; ...
HDD: 1.Odehnalová Tereza 19:26; 2.Darmopil Ondřej 22:07; 3.Nedbálková Hana 22:15; 3.Malá Dominika 22:15; ... ; 8.Procházka Jiří 27:18; ... ; 10.Koporová Lenka 28:47; 10.Zemanová Lenka 28:47; ...

* PRVNÍ JARNÍ KUFR

Pozoruji krásné červánky, sluníčko pomalu zapadá, další hezký víkend za mnou. Tak přemyslím, co jsme vlastně všechno dělal. Sobotní závody... Závody! ZÁVODY! U všech dašů! Vždyť jsme Zeldovi slíbil, že mu do dnešního večera o napíši článek! Popadám tužku a papír a začínám psát. Teda vlastně ne. Co bych měl vlastně psát? Koušu tužku, člověk by neřekl, jak je dřevo chutné.

„No u busu se nám sešlo dost. Nebo možná málo, když si mohla Adélka zabrat celou zadní pětku jen pro sebe... Cesta byla z Brna dlouhá, ale i ona nakonec uběhla. V Šošůvce jsme byli úplně v čas... Ještě než odbilo na Petrově poledne, rozuměj 11. hodin, tak se v Šošůvce uzavřely všechny sázkařské terminály, kterým mnohý Žabiňák neodolal a sázel na své favority. Brzo potom začali odbíhat první běžci na start. Měl jsme ještě dost času a mrzl jsem ve studené budově a tak, když jsem nakonec vyšel ven, musel jsme se vrátit a vysvlíknout jednu vrstvu, jaký bylo venku teplo. Ještě než jsem vyrazil na trať, už příběhla Evička, která tvrdila, jaký výstižný název závodu první jarní „kufř“ to byl. Ale vzhledem k tomu, že svoji kategorii vyhrála, tak mluvíla asi o kufru soupeřkách, ne svým. Kousek před startem na nás čekalo první zahřívací kolečko, pěkný kousek do prudkého svahu. Kdo neměl orentky už se nadřel na dvakrát... A co nás čekalo dál v lese? Kromě jednoho stáda divočáků, o kterým se někdo zmínil, a další lesní havěti, to bylo hlavně spousta kontrol, šíleně prudkých kopců, hlubokých údolíček, šutrů, a také, pro mě zničujících, dlouhých přeběhů. Ke konci na nás čekal motýlek, jehož jedno kolo jsem poctivě obešel (ber to doslova : D.) A pak už jen kratší běh do kopce a do vesnice, kde při mým doběhu, už vyhlášovali vítěze. Svůj směrný čas jsem sice nestihl, ale na druhou stranu, autobus mi do Brna neujel :-), takže jsem byl spokojený. Teda bych byl spokojený, kdybych nebyl úplně mrtvý. Cesta do Brna rychle uběhla a ani jsme se nenadál a už jsem vystupoval. na Vínckách ... Jinak z Žabin byl na prvním stupni vítězů kromě Evaaka ještě Adamáč.“

Uf! Mám to! Odlupuji oči od papíru a venku je černá tma, ručičky ukazují čas, který znám možná tak z pozdního dopoledne. Teď už to jen přepsat do kompu a poslat Zeldovi...

* HONZA

D10C: 1. Sedláková Petra 25.03; 2. Klašková Anna 25.25; 3. Koporová Lenka 26.13; 4. Zemanová Lenka 26.31; ... ; 7. Malá Dominika 44.15; 8. Nedbálková Hana 48.10;... D14C: 1. Mátlová Pavlína 26.14; 2. Šulerová Hana 26.27; 3. Kolářová Renata 26.49; 7. Koporová Petra 31.40; 11. Chromá Kateřina 37.27;...; 15. Jemelíková Denisa 43.15; ... ; Svobodová Klára DISK; D16C: 1. Horčíčková Vendula 35.51; 2. Březinová Marie 39.16; 3. Šimková Johanka 40.04; ... ; 17. Kuthanová Dominika 71.45; 18. Kolářiková Anna 79.03; ... D18C: 1. Jakobová Adélka 38.58; 2. Vozdová Klára 44.31; 3. Šulerová Pavlína 45.47; ... D21C: 1. Kabáthová Eva 55.17; 2. Hlavová Hana 56.20; 3. Horčíčková Eva 59.00; ... ; 7. Gebauerová Jana 61.47; ... ; 10. Štěpánská Adéla 63.48, 15. Stratilová Marie 74.41, 27. Šišková Vladimíra 85.51; ... D45C: 1. Cigošová Anna 55.22; 2. Czaschová Irena 55.26; 3. Kolaříková Věra 56.31; ... ; 11. Kabáthová Jitka 68.41; ... H10C: 1. Vystavěl Ondřej 20.37; 2. Hromek Vít 23.21; 3. Procházka Jiří 23.40 H12C: 1. Chmelař Martin 21.21; 2. Brlica Jan 22.21; 3. Vičan Dominik 24.56; ... H14C: 1. Skyva Petr 34.13; 2. Minář Marek 35.40; 3. Mokry Ondřej 37.25; 8. Brlica Pavel 45.33; 9. Jašek Otakar 45.48; ... H21L: 1. Chromý Adam 75.54; 2. Henych Martin 78.37; 3. Král Václav 78.38; 4. Zřídka veselý Libor 81.54; ... ; 7. Zimmermann Jakub 83.11; 9. Hájek Daniel 84.50; ... ; 12. Nykodým Miloš 87.2; 17. Bialožyt Michal 93.22; 18. Otrusina Jiří 93.26; 19. Ehl Jiří 93.56; ... ; 28. Zimmermann Štěpán 100.19; ... ; 41. Drábek Jan 111.40; ... H45C: 1. Navrátil Antonín 57.02; 2. Hanzl Vlastimil 60.03; 3. Zabloudil Pavel 61.03; ... ; 5. Štěpánský Václav 61.52; ... HDR: 1. Jirka Mikuláš 18.23; 2. Mančíková Markéta 19.27; 3. Zaoralová Kateřina 20.04; ... ; 16. Humlíček Tomáš 27.26; ... ; 39. Ehl Ondřej 71.21; ... P: 1. Jordanov Nikolaj 30.48; 2. Hájek Petr 31.45; 3. Kazda Bohumil 36.03; ...

* VRACOVSKÉ DUNY

Tak neuplynul ani měsíc a jsme zpět ve Vracově. Tentokrát se tu ale nebudeme soustředit (to obstarají jiné oddíly), ale budeme závodit. I když počasí přes týden naznačovalo že jaro se blíží a máme se těšit na slunce, víkend ukázal že to tak jednoznačně nebude, a nakonec celý den propršel. Sice ne nějak intenzivně, ale zato vytrvale.

Při parkování jsme si užili zjištění, že obsluhu parkoviště nikdo nejspíš neřekl kudy povede doběhový koridor, takže při prvním pokusu jsme zaparkovali přímo v něm. Po intervenci komentátora, který nás nařkl od neposlechnutí obsluhy parkoviště až ke vstupu na soukromý pozemek, jsme už napodruhé přeci jenom správné místo k parkování našli. A vydali se na hřiště.

Ano shromaždiště bylo klasicky na hřišti, resp. na přilehlé tribuně. Ta nám poskytla dočasné útočiště před deštěm, čímž se stala lehce zaplněnou. Na doladění formy před dnešní tratí jsme takticky zvolili káfičko z místního kiosku, vždyť trať bude dlouhá a je potřeba být připraven. Pak už nezbylo než nechat změkhnout botky, popadnout buzolu a čip a vyrazit na start.

Terén se kupodivu za těch pár neděl nestihl moc změnit, takže mapa ještě pořád docela seděla (to jen já jsem trochu slepej, a nekoukám kam mám). Jinak mokro, písek, borovice a duny ... prostě Vracov. Pro kategorii H21L byla přibližně za půlkou tratí nachystána výměna map, jež byla docela nenápadně umístěna hned vedle občerstvení, které musím říct bylo oproti Jarnímu poháru hodně slabé. A když si vzpomenu na minulý ročník Vracovských dun, tak i oproti nim se rozsah sortimentu zužil, nebo jsem jen bohužel došel pozdě.

V druhém kole naší letecké 19-ti kilometrové tratí, jsem postupně začal přehodnocovat svoji snahu z „doběhni Keníka a nenech se doběhnout Humlíkem“ na „doběhnout do cíle“ a v závěru i občas na „dojít do cíle“. Ale což, do cíle jsem nějak dorazil (doklusal), a po zjištění, že už proběhlo vyhlášení, skoro všichni už odjeli, jsem od Keníka zjistil že Humlík ještě není v cíli. To mě poněkud překvapilo, dle jeho slov před závodem už měl být dávno zpátky. Nakonec z mého 10 minutového náskoku na startu zbyly jenom čtyři a ve výsledkové listině jsme se zařadili hned před Keníka. Prostě úspěšný závod :)

Zhodnocení výkonů ostatních se bohužel nedočkáte, po mém návratu z lesa jsem sice ještě někoho občas zahlédl, ale než jsem začal vnímat tak jsme tam zůstali jen ve trojici s Humlíkem a Keníkem. A o těch jsem něco málo zkusil napsat. Ostatní si budete muset najít ve výsledcích.

Co závěrem. No jelikož se znám, tak je mi jasné jak to dopadne příští rok. Zase se setkáme na Vracovských dunách v nejdelsí kategorii. Pokud nám je nezruší sníh, nebo jiná katastrofa. Sportu zdar a dlouhým tratím zvlášť.

* ARNOŠT

D14C: 1. Šimková Johanka 23.44; 2. Horčíčková Vendula 24.16; 3. Kolářová Renata 26.44; ... ; 7. Jemelíková Denisa 40.21; ... D21C: 1. Jirčáková Martina 53.56; 2. Hlavová Jindra 57.28; 3. Cigošová Eva 59.38; ... ; 8. Baranová Mária 75.45; 9. Ehlová Pavla 76.48; ... D21L: 1. Kabáthová Eva 70.52; 2. Katarína Labašová 75.00; 3. Zatloukalová Lenka 76.52; ... ; 5. Gebauerová Jana 82.13; ... ; 7. Bukovacová Alena 91.32; 8. Reinerová Barbara 95.06; ... H21C: 1. Vyoral Jan 68.08; 2. Vlažný Jan 71.20; 3.



Dittrich Pavel 73.23; ... ; 11. Ehl Jiří 79.52; ... ; 14. Lexa Matěj 82.39; ... H21L: 1. Barták Lukáš 90.03; 2. Bukovac Palo 91.49; 3. Smola Michal 95.26; ... ; 8. Bukovac Maroš 107.02; ... ; 11. Otrusina Jiří 110.49; ... ; 14. Brabec Jaroslav 115.34; ... ; 20. Hrnčiar Dušan 126.56; ... ; 24 Bukovac Dušan 138.13; 25 Humlíček Aleš 144.54; 26 Pátek Richard 150.21; 27 König Lukáš 182.34; ... H45C: 1. Urválek Jiří 45.57; 2. Slováček Rudolf 50.46; 3. Štěpánský Václav 53.49; ...

* MOJE PRVNÍ BÉBÉPÉČKO (BBP MODŘICE)

Kluci a holky se kterými chodím a běhám o tom pořád vyprávěli a tak dlouho říkali, že je to dobrý trénink a že si můžu i v začátku března zazávodit, že jsem se rozhodl, že teda to jedno bébépéčko taky vyzkouším, ať vím, o čem je řeč.

Mé nadšení po prezentaci schladil důkladný snowstorm, který se společně s kroupami, deštěm a jinými vodními skupenstvími přehnal nad Modřicemi. Díky tomu (a mému postnemocnému stavu) jsem se na startu zašil někam do chumlu lidí, abych nebyl moc na očích a taky nevím jak to bude moc rychlý, tak abych kdyžtak nezacláněl.

Po startu se počasí rozhodlo dát šanci mému prokousávání se davem vpřed a to plných 6 minut, než přišla další vydatná přeháňka a já se z pohodlnosti šel schovat za výrazně vyššího běžce, kterého jsem zrovna dobíhal. Za chvíli to nicméně přestalo být tak hrozný a mohl jsem slavnostně naběhnout do druhého okruhu ze tří, které dávaly dohromady necelých deset kiláků.

Asi si budete myslet, že jsem divnej, ale mně se ta trať v Modřicích fakt líbila - nebylo to do kopce :), po každém okruhu jsem si dal na hodinkách pěkně mezičásek, abych viděl jak se zhoršuju (zlepšuju) a tak...) A vůbec mě to celý hrozně rychle uteklo a docela jsem se i bavil... Takže, asi by to chtělo zakončit článek motivačním pokřikem? Tak snad: Pojeďte příští zimu taky!

* PALLY

5km: 1. JALOVÝ Filip 16:50; 2. KALINA Vojtěch 16:57; 3. ROUPEČ Radek 17:01; ... ; 37. PALÁTOVÁ Petra 20:53; ... ; 74. KŘÍSTKOVÁ Veronika 24:02; ...
10km: 1. ORÁLEK Daniel 30:54; 2. ZADÁK Karel jun. 31:13; 3. KUMSTÁT Michal 31:14; ... ; 22. PALAS Jan 33:56; ... ; 116. LEXA Matěj 41:39; ...

* POSLEDNÍ ŠTACE

Poslední březnový den, červenové teploty a v kalendáři dva záznamy: 1.JML v Šošůvce, 10.BBP na Přehradě. Co s tím?

Jako každý orienták se na jaře enormně těším do lesa a nemůžu se dočkat až najdu nějaký ten oranžovobílý lampion. Letos jsem si ale řekl ne. Přes zimu jsem odběhl 5 závodů Brněnského běžeckého poháru a do celkového hodnocení mi chyběl jediný (a navíc za 6 účastí na závodech se dostává tričko (-:)). Odolal jsem tedy lákání prvního jarního oblastáku a vyrazil šalinou na Přehradu.

Centrum závodu se nacházelo (tradičně) v Lodních sportech. Program celé akce i kilometrůž stejná jako celou „zimu“. (v 10:15 – 5km, v 11:00 – 10km). Těšil jsem se na nějakou pěknou trať (je to přece poslední závod – poslední díl seriálu, to určitě přijde nějaké pecka). Když ne přímo v lese, tak aspoň po cestičkách kolem Přehrady. Ovšem skutečnost mi vyrazila dech. Vedení trasy bylo více než jednoduché – od Přehrady po asfaltce směrem na Říšovu studánku, 5 km nahoru, otočka, 5 km dolů. No fu!

No co se dalo dělat, na start a „do práce“! Mými pocity ze závodu Vás radši nebudu unavovat, ale věřte, že to nebylo nic pěkného ...

Vítěze závodu, myslím, nemusím jmenovat.

Já jsem byl jediným zástupcem ZBM a nakonec jsem utloukl 14. místo. Nebylo to nejhorší.

Sluníčko svítilo, Přehrada lákala k vykoupaní, Černá Hora k vypití. Zapudil jsem myšlenky „jaké by to bylo, kdybych byl býval jel na oblž“ a vyrazil s úsměvem domů.

(Co možná nevíte – Letos se deseti závodů BBP zúčastnilo 3.659 běžců, z toho 546 žáků, 1.139 běžců a běžekyň na 5 km a 1.974 na 10 km. Průměrná účast na jeden závod je 366 lidí.)

* RAJMO

10km: 1. ORÁLEK Daniel 32:07; 2. ZADÁK Karel jun. 32:33; 3. STEINER Tomáš 32:49; ... ; 14. RAJNOŠEK Zdeněk 35:25; ...

* VÝSLEDKOVÝ SERVIS

* Průběžné výsledky Oddílové GP 2007:

1. Eva Kabáthová 1037,37; 2. Daniel Hájek 960,89; 3. Jana Gebauerová 930,42; 4. Adam Chromý 872,27; 5. Miloš Nykodým 829,61; 6. Adéla Štěpánská 824,31; 7. Jakub Zimmermann 799,81; 8. Jiří Zelinka 795,29; 9. Libor Zřídka Veselý 792,30; 10. Jiří Otrusina 748,58; 11. Tomáš Bořil 716,47; 12. Jaroslav Brabec 696,59; 13. David Kabáth 683,91; 14. Štěpán Zimmermann 657,50; 15. Zdeněk Rajnošek 631,24; 16. Richard Pátek 621,12; 17. Paľo Bukovac 595,36; 18. Pavlína Šulerová 580,77; 19. Matěj Lexa 572,75; 20. Martina Jindřišková 551,53; 21. Jan Drábek 532,34; 22. Kateřina Borecká 498,66; 23. Petra Tvarůžková 493,23; 24. Václav Štěpánský 483,31; 25. Denisa Jemelíková 482,24; 26. Jiří Procházka 479,29; 27. Marie Stratilová 473,62; 28. Lukáš König 451,75; 29. Petra Palátová 449,80; 30. Otakar Jašek 445,96; 31. Petra Koporová 442,63; 32. Kateřina Chromá 430,20; 33. Michal Jirka 418,58; 34. Lenka Zemanová 414,58; 35. Matěj Klusáček 404,92; 36. Peter Mlynárik 403,54; 37. Tomáš Dlabaja 377,64; 38. Pavel Brlica 369,55; 39. Maroš Bukovac 361,49; 40. Alena Bukovacová 356,48; 41. Soňa Beržinská 346,64; 42. Dominika Malá 344,35; 43. Jana Jiráčková 341,90; 44. Michal Bialožyt 340,97; 45. Hana Nedbálková 326,55; 46. Lenka Koporová 323,41; 47. Jiří Ehl 321,83; 48. Martin Stehlík 309,36; 49. Jan Brlica 305,17; 50. Zuzana Klusáčková 290,61; 51. Jan Palas 259,52; 52. Martin Mazúr 257,34; 53. Adriana Plotzerová 247,56; 54. Petr Hájek 245,36; 55. Pavla Ehlová 229,46; 56. Filip Dědic 216,50; 57. Petr Prokop 212,72; 58. Dušan Hrnčiar 208,46; 59. Aleš Humlíček 205,77; 60. Jaroslav Koča 195,99; 61. Lucie Mezníková 187,28; 62. Tomáš Humlíček 184,40; 63. Hynek Jemelík 183,92; 64. Vojtěch Koča 181,14; 65. Iva Žáčková 175,92; 66. Jitka Kabáthová 174,99; 67. Dušan Bukovac 156,18; 68. Veronika Křístková 155,14; 69. Barbara Reinerová 152,96; 70. Mária Baranová 145,48; 71. Anna Kolaříková 141,39; 72. Tomáš Kolbaba 131,34; 73. Marek Šplíchal 129,02; 74. Lucie Procházková 128,30; 75. Eva Šmídová 110,88; 76. Vladimíra Šišková 107,62; 77. Eva Kroutilová 92,20; 78. Zuzana Stehlíková 68,21; 79. Alan Lexa 54,82; 80. Dominika Kuthanová 40,01; 81. Ondřej Ehl 0,00; 81. Eva Chromá 0,00; 83. Klára Svobodová -21,18;

* 4.3. Běh na Nový hrad

Ženy: 1. Lucie Skybová 0:38:57; 2. Alena Žáková 0:43:55; 3. Veronika Křístková 0:44:59

*** Celkové výsledky BZL 2006/2007**

01 Zhustův sprint 3.prosince 2006

02 Kauflauf 7.ledna 2007

03 Hromniční trápení 3.února 2007

04 Adamna sprint 25.února 2007

05 0-mikron 11.března 2007

Muži	Jméno	01	02	03	04	05	Σ
1.	Kabáth David	25	2	-	16	10	53
2.	Bukovac Palo	-	-	25	-	25	50
	Rajnošek Zdeněk	-	25	-	25	-	50
4.	Brabec Jaroslav	16	7	3	13	7	46
5.	Zelinka Jiří	20	3	-	10	-	33
6.	Zřídka veselý Libor	-	16	-	-	16	32
7.	Zimmermann Jakob	-	-	-	20	11	31
8.	Hájek Daniel	-	16	-	0	13	29
	Nykodým Miloš	-	-	-	9	20	29
10.	Otrusina Jiří	-	6	7	6	8	27
11.	Dlabaja Tomáš	-	20	-	-	-	20
	Hovorka Jan	-	-	20	-	-	20
13.	Chromý Adam	6	11	-	-	-	17
14.	Ptáček Pavel st	-	-	5	11	-	16
	Dávidík Marian	-	-	16	-	-	16
16.	Lexa Matěj	4	0	4	2	4	14
17.	Mazúr Martin	-	-	11	-	2	13
	Barták Lukáš	-	-	13	-	-	13
	Bravený Adam	13	-	-	-	-	13
20.	Bravený Vít	11	-	-	-	-	11
21.	Dědic Filip	10	-	-	0	-	10
	Liščinský Zdeněk	-	10	-	0	-	10
	Pijak Ondrej	-	-	10	-	-	10
24.	Mokrý Stanislav	3	0	-	0	6	9
	Henyx Martin	9	-	0	-	-	9
	Fiala Jan	-	9	-	-	-	9
	Klusáček Matěj	-	9	-	-	-	9
	Přikryl Petr	-	-	9	-	-	9
	Zimmermann Štěpán	-	-	-	-	9	9
30.	Jonáš Radoslav	-	-	-	8	-	8
	Kheil Radim	8	-	-	-	-	8
	Zdráhal Tomáš	-	-	8	-	-	8
33.	Drábek Jan	2	0	0	5	0	7
	Urban Jan	-	-	0	7	0	7
	Matula Petr	-	4	-	3	-	7
	Humlíček Aleš	7	-	-	-	-	7
37.	Hrouda Petr	-	-	6	-	-	6
38.	Sedláček Tomáš	-	-	0	-	5	5
	Stehlík Martin	-	5	-	0	-	5
	Jašek Jindřich	5	-	-	-	-	5
41.	Mlynárik Peter	-	0	0	4	0	4
42.	Vozda Vojtěch	-	-	-	-	3	3
43.	Pátek Richard	2	0	0	0	0	2
	Bialožit Michal	0	-	-	-	2	2

	Jeřábek Luboš	-	-	2	-	-	2
46.	Gross Michal	0	1	-	0	0	1
	König Lukáš	0	0	-	1	0	1
	Fiala Martin	-	1	-	-	-	1
	Perknovský Radim	-	-	1	-	-	1
50.	Toman Ondřej	0	0	0	0	0	0
	Jašek Otakar	0	0	-	0	0	0
	Minařík Luboš	0	0	-	0	0	0
	Mokrý Jan	0	0	-	0	0	0
	Brlica Jan	0	0	-	0	-	0
	Brlica Pavel	0	0	-	0	-	0
	Jašek Milan	0	0	-	0	-	0
	Matyáš Petr	0	-	-	0	0	0
	Mokrý Ondřej	0	-	-	0	0	0
	Prokop Petr	-	0	0	-	0	0
	Šuler Josef	0	-	-	0	0	0
	Eliáš Jan	-	0	0	-	-	0
	Hájek Petr	-	0	-	0	-	0
	Koča Jaroslav	-	0	-	-	0	0
	Liščinský Tomáš	0	-	-	-	0	0
	Obrátil Štěpán	0	-	-	0	-	0
	Ptáček Pavel	-	0	-	0	-	0
	Pulec Pavel	-	0	-	0	-	0
	Štěpánský Václav	0	0	-	-	-	0
	Bauer Emil	0	-	-	-	-	0
	Brlica Pavel st.	-	-	0	-	-	0
	Dokoupil Vladimír	0	-	-	-	-	0
	Doležel Ondřej	-	-	-	-	0	0
	Ehl Jiří	-	-	0	-	-	0
	Gawel Jiří	-	-	-	0	-	0
	Hnilica Přemek	-	-	-	-	0	0
	Holinka Matouš	-	-	-	-	0	0
	Horký Petr	0	-	-	-	-	0
	Humlíček René	-	-	-	-	0	0
	Chmelař Martin	-	-	-	-	0	0
	Chmelař Miroslav	-	-	-	-	0	0
	Chmelík Aleš	-	-	-	-	0	0
	Janů Zdeněk	-	-	-	-	0	0
	Javůrek Tomáš	-	-	-	-	0	0
	Jírka Michal	0	-	-	-	-	0
	Jordanov Nikolaj	-	0	-	-	-	0
	Jordanov Saša	-	0	-	-	-	0
	Kolbaba Tomáš	-	-	0	-	-	0
	Korpas Jaroslav	-	-	-	0	-	0
	Korpas Stanislav	0	-	-	-	-	0
	Král Tomáš	-	-	-	0	-	0
	Křeček Jan	-	-	-	-	0	0
	Lexa Alan	-	0	-	-	-	0
	Mareček Jiří	-	-	-	0	-	0
	Nemét Kryštof	-	-	-	-	0	0
	Obrátil Miroslav	0	-	-	-	-	0
	Odehnal Roman	0	-	-	-	-	0
	Odstrčil Filip	-	0	-	-	-	0
	Pavlík Ondřej	-	-	-	-	0	0
	Přibyl Josef	-	-	-	-	0	0

Ptáček Patrik	-	0	-	-	-	0	0
Robotka Libor	0	-	-	-	-	-	0
Seitler Milan	-	-	-	-	0	-	0
Schmid Vladimír	-	-	0	-	-	-	0
Skyva Petr ml.	-	-	-	-	-	0	0
Skyva Petr	-	-	-	-	0	-	0
Slezák Miroslav	-	-	-	0	-	-	0
Sluka Miroslav	-	-	0	-	-	-	0
Strečko Marek	-	-	-	-	0	-	0
Šeda Martin	0	-	-	-	-	-	0
Štěpánek Jiří	-	-	-	0	-	-	0
Walner Josef	-	-	-	0	-	-	0
Zabloudil Pavel	-	-	-	0	-	-	0
Záděra Pavel	-	-	-	0	-	-	0
Zdráhal Robert	-	-	0	-	-	-	0
Zháňal Jan	-	0	-	-	-	-	0

Ženy	Jméno	01	02	03	04	05	Σ
1.	Kabáthová Eva	20	25	9	20	25	99
2.	Gebauerová Jana	-	16	20	16	11	63
3.	Jindřišková Martina	16	9	-	13	13	51
4.	Štěpánská Adéla	25	7	16	-	-	48
5.	Tvarůžková Petra	-	13	-	25	-	38
6.	Stratilová Marie	10	8	13	0	6	37
7.	Borecká Kateřina	13	6	0	-	8	27
	Beržinská Soňa	6	10	-	11	-	27
9.	Šulerová Pavla	11	-	-	4	10	25
	Zatloukalová Lenka	-	-	5	-	20	25
	Škodová Petra	-	-	25	-	-	25
12.	Palátová Petra	-	20	-	-	-	20
13.	Staňková Veronika	-	-	6	10	0	16
	Horčíčková Vendula	-	-	-	-	16	16
15.	Koporová Petra	9	-	-	6	0	15
16.	Königová Jana	-	4	-	3	4	11
	Cigošová Kateřina	-	-	11	-	-	11
	Klusáčková Zuzana	-	11	-	-	-	11
19.	Jemelíková Denisa	0	2	-	5	3	10
	Ehlová Pavla	-	-	10	-	-	10
21.	Bravená Martina	-	-	-	-	9	9
	Křístková Veronika	-	-	-	9	-	9
23.	Plotzerová Adriana	0	0	-	8	0	8
	Janská Iva	7	-	-	1	0	8
	Cigošová Eva	-	-	8	-	-	8
	Odehnalová Martina	8	-	-	-	-	8
27.	Procházková Lucie	-	-	0	-	7	7
	Holfeld Diana	-	-	7	-	-	7
	Marečková Michaela	-	-	-	7	-	7
30.	Fialová Zuzana	-	6	-	-	-	6
31.	Korpasová Ivana	-	-	4	-	1	5
	Muselíková Vladka	4	1	-	-	-	5
	Hojšáková Martina	5	-	-	-	-	5
	Vozdová Aneta	-	-	-	5	5	-
35.	Fasurová Tereza	0	3	-	-	-	3
	Kyslická Hana 3	-	-	-	-	3	-

	Šmídová Eva	-	-	3	-	-	3	
38.	Adámková Tereza	-	-	0	-	2	-	2
	Mokrá Regina	2	-	-	0	-	2	
	Kroutilová Eva	-	-	-	2	-	-	2
	Vozdová Klára	-	-	-	-	2	2	
42.	Tomanová Jana	1	0	-	-	-	1	
	Spáčilová Petra	-	-	-	1	-	-	1
44.	Matyášová Lenka	-	0	-	-	0	0	0
	Bravená Alexandra	-	0	-	-	-	0	0
	Chromá Eva	-	0	-	0	-	0	
	Chromá Kateřina	-	-	0	-	0	-	0
	Jašková Monika	-	-	0	-	-	0	0
	Obrátilová Naďa	-	0	-	-	0	-	0
	Odstrčilová Hana	-	-	-	-	0	0	0
	Salajková Věra	-	0	-	-	-	0	0
	Stehlíková Zuzana	-	-	0	-	0	-	0
	Tomanová Veronika	-	-	-	-	0	0	0
	Dokoupilová Zuzana	-	0	-	-	-	-	0
	Fujáková Petra	-	-	-	-	-	0	0
	Hnilicová Šárka	-	-	-	-	-	0	0
	Janečková Adriana	-	-	-	-	-	0	0
	Janů Hana	-	-	-	-	-	0	0
	Kabáthová Jitka	-	-	-	-	-	0	0
	Kočová Lenka	-	-	-	-	-	0	0
	Křečková Lenka	-	-	-	-	-	0	0
	Kundratová Jana	-	-	-	0	-	-	0
	Kuthanová Dominika	-	0	-	-	-	-	0
	Muselíková V. st.	-	-	0	-	-	-	0
	Pavlíková Barbora	-	-	-	-	-	0	0
	Procházková Jana	-	-	-	-	-	0	0
	Ptáčková Michaela	-	-	-	0	-	-	0
	Ptáčková Nikol	-	-	-	0	-	-	0
	Sluková Dagmar	-	-	-	0	-	-	0
	Sošková Renata	-	-	-	-	0	-	0
	Vlčková Karolína	-	-	-	-	0	-	0
	Vlčková Dana	-	-	-	-	0	-	0

*** Jarní skály 24.3.2007**

H21A: 1.Oma Jakub 75.27; 2.Svihovsky Jaromir 77.20; 3.Martin Baier 78.34; ... ; 14.Jan Palas 89.59; ...

*** 1. závod ligy Vysočiny Polanka - 31.3.2007**

D21C: 1. Chudíková Barbora 66.41; 2. Jirků Kamila 73.19; 3. Kamenická Lenka 74.28; ... ; 5. Žáčková Iva 81.36; ... ; 13. Palátová Petra 97.58; ... H21C: 1. Klusáček Matěj 71.28; 2. Lauerman Jan 74.48; 3. Prášil Marek 74.53; 4. Bořil Tomáš 78.46; 5. Palas Jan 81.03; 6. Stehlík Martin 87.25; ..

*** 2. Oblastní žebříček MSK 01.04.2007**

H21C: 1. Bencúr Juraj 50.28; 2. Holuša Jakub 52.08; 3. Vlach Jiří 52.33; ... ; 9. Bialožyt Michal 56.28; ...

* WSOC 2007:

Sprint D21:

1	Tatiana Vlasova	RUS	00:13:01
2	Olga Novikova	RUS	00:13:02
3	Liisa Anttila	FIN	00:13:04
3	Tatiana Kozlova	RUS	00:13:04
12	Hana Hancikova	CZE	00:14:12
18	Zuzana Stehnova	CZE	00:15:24
22	Lenka Hruskova	CZE	00:16:05

Sprint H21:

1	Eduard Hrennikov	RUS	00:14:20
2	Vadim Tolstopyat	RUS	00:14:33
3	Staffan Tunis	FIN	00:15:00
11	Ondrej Vodrazka	CZE	00:15:38
21	Jan Lauerman	CZE	00:17:27
30	Radek Laciga	CZE	00:18:27
41	Jiri Bouchal	CZE	00:20:19

Long distance D21:

1	Tatiana Vlasova	RUS	00:57:22
2	Hannele Valkonen	FIN	00:58:01
3	Reenaas Marte	NOR	00:58:03

Middle distance H21:

1	Eduard Hrennikov	RUS	00:46:56
2	Staffan Tunis	FIN	00:47:11
3	Kirill Veselov	RUS	00:47:36
13	Ondrej Vodrazka	CZE	00:50:25
21	Jiri Bouchal	CZE	00:52:48
26	Jan Lauerman	CZE	00:54:30
33	Radek Laciga	CZE	00:56:09

Relay D21:

1	RUS (Olga Shevchenko, Natalya Tomilova, Tatiana Vlasova)	01:17:30
2	FIN (Hannele Valkonen, Erja Jokinen, Liisa Anttila)	01:19:53
3	SWE (Asa Zetterberg-Eriksson, Anna Holmgren, Erica Johansson)	01:24:35
4	CZE (Lenka Hruskova, Zuzana Stehnova, Hana Hancikova)	01:31:40

Relay H21:

1	RUS (Andrey Gruzdev, Kirill Veselov, Eduard Hrennikov)	01:45:32
2	SWE (Peter Arnesson, Erik Rost, Tomas Lofgren)	01:49:14
3	SUI (Christian Hohl, Boris Fischer, Christian Spoerry)	01:54:03
4	CZE (Ondrej Vodrazka, Jiri Bouchal, Jan Lauerman)	01:54:12

* POKYNY NA DUBEN

* 2. 4. – PO – změna v časech a místech tréninků – platí letní program tréninků

* 5. – 9. 4. – ČT až PO – Velikonoční soustředění Liberecko – podrobnější informace na jiném místě v tomto časopise – přihlášky do 18. března 2007 Zhustovi.

* 11. 4. – ST – mapový trénink – Žebětín, konečná MHD – sraz: 16:15 – mapa: Augšpurský potok – typ tréninku: vrstevnicový OB – doprava: bus č. 52, 54

* 14. 4. – SO – Mistrovství ČR na dlouhé trati (FSP) – centrum: Jelence – start: 10:00 – odjezd: v 6:00 od Bohémy – doprava: osobními auty (domluva o velikonočním soustředění) – vedoucí: Libor Zřídka veselý – terén: dobře průchodný, místy se ztíženou průchodností (podrost, hustníky), zvlněný; hustá síť komunikací, kameny, skalky, lomy, někde četné erozní rýhy – příjezd: okolo 20:00

- * 14. 4. – SO – 2. Jihomoravská liga (TBM) – Deblín – start: 10:00 – doprava: zvláštním autobusem v 8:00 od Bohémy – vedoucí: Jitka Kabáthová – příjezd: okolo 15:00
- * 18. 4. – ST – mapový trénink – Soběšice, „Klarisky“ – sraz: 16:15 – mapa: Kobylín 398 – typ tréninku: sudá-lichá – doprava: bus č. 43, 57
- * 21. 4. – SO – M Moravy + ŽB-M – jednotlivci (JPV) - centrum: Dub nad Moravou – start: 11:00 – doprava: zvláštním autobusem v 8:00 od Bohémy – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: rovinatý lužní les se sítí průseků, mělké terénní tvary (mrtvá ramena řeky Moravy), bažinky, místy velice rychlý les, místy snížená viditelnost (hustníky) – příjezd: okolo 17:00
- * 22. 4. – NE – M Moravy štafet (JPV) - centrum: Suchdol u Prostějova – start: 10:00 – doprava: osobními auty dle domluvy v 7:30 od Bohémy – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: řírně kopcovitý smíšený les s průměrnou hustotou komunikací, porostově velmi pestrý, od čistého a velice rychlého vzrostlého lesa až po hustníky a paseky – příjezd: okolo 15:00
- * 23. a 24. 4. – PO a ÚT – Fyziologické vyšetření – Ústav sportovní medicíny Brno – přihlášky nejpozději do 15. dubna Zhustovi – cena 300,- Kč – platí se na místě (částku lze následně proplatit u vaší zdravotní pojišťovny) – sraz v 7:30
- * 24. 4. – ÚT – Liga škol v orientačním běhu – Rosnička – pořádáme – pořadatelé: Zhusta + dorostenci, stavba tratí Milouš
- * 25. 4. – ST – mapový trénink – Soběšice, „Na kopcích“ – sraz: 16:15 – mapa: Rybsole – typ tréninku: krátká trať – doprava: bus č. 43
- * 25. 4. – ST – noční mapový trénink – Šošůvka – sraz: v 19:00 u Bohémy – mapa: Helišova skála – typ tréninku: krátká trať – doprava: společná osobními auty – přihlášky: do středy 23. 4. Zhustovi.
- * 28. 4. až 1. 5. – SO až ÚT – Oblastní soustředění mládeže – viz. podrobnější informace
- * 28. – 29. 4. – SO, NE – ŽB-Č – klasická + krátká trať (PGP) - centrum: Kunějovské samoty – start: SO: 11:30, NE: 10:00 – doprava: osobními auty dle domluvy v 8:30 od Bohémy – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: les s dobrou průběžností, středně hustá síť komunikací; místy kamenitý podklad a situační detaily (kamery, kupky, hrázky), střední vertikální členitost – příjezd: okolo 1600
- * 30. 4. – PO – Mistrovství ČR v nočním OB (NPA) – centrum: Nová Paka – start: 21:00 – doprava: osobními auty dle domluvy v 16:30 od Bohémy – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: kopcovitý s množstvím erozních tvarů, místy kameny a srážky, různorodý porost s převážně dobrou průběžností, částečně louky, kolem centra městská zástavba – zpět v ranních hodinách 1. května
2. 5. – ST – mapový trénink – Kohoutovice, Hobrtěnky – sraz: 16:15 – mapa: Holedná – typ tréninku: dlouhé postupy – doprava: bus č. 52, x37
5. 5. – SO – 3. Jihomoravská liga + Mistrovství JmK na krátké trati (PBM) – Brno-Kohoutovice – start: 11:00 – doprava: individuálně autobusy nebo trolejbusy MHD 29, x37, 50 na zastávku „Pavlovská“ – centrum závodu: ZŠ Pavlovská – vedoucí: Jitka Kabáthová
5. až 8. 5. – SO až ÚT – VT Touloucovy maštale – podrobnější informace na jiném místě Polarisu
9. 5. – ST – mapový trénink – Kohoutovice, hotel Myslivna – sraz: 16:15 – mapa: Holedná 2 – typ tréninku: paměťový OB – doprava: bus č. 68
10. 5. – ČT – běžecké testy SCM – Dráha VUT pod Palackého vrchem – sraz: 16:00 – běh na 5km (H18) nebo 3km (ostatní) – doprava: tramvají číslo 12, 13 zastávka „Červinkova“ nebo autobusem č. 53
11. 5. – PÁ – Mistrovství JmK štafet (ZBM) – centrum závodu: louka mezi Babicemi nad Svitavou a Křtinami – doprava: individuální – start v 16:00
12. 5. – SO – 4. Jihomoravská liga + Mistrovství JmK na klasické trati (ZBM) – POŘÁDÁME – Ochoz u Brna, chata Řičky – doprava: zvláštním autobusem v 8:30 od Bohémy – start v 10:00
16. 5. – ST – mapový trénink – Řičky – sraz: 16:15 u Bohémy – mapa: Zastávka – typ tréninku: Hagaby – doprava: zvláštním autobusem
17. 5. – ČT – Liga škol v orientačním běhu – Lužánky, CVČ – pořádáme – pořadatelé: Zhusta + dorostenci, stavba tratí Adéla

19. – 20. 5. – SO, NE – ŽA, GČP – klasická + klasická trať (SMB + TJN) - centrum: Luštěnice (SO), Jablonec nad Nisou (NE) – start: SO: 12:00, NE: 10:00 – doprava: zvláštním autobusem v 7:00 od Bohémy – ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: ucelený lesní komplex (cca 12 km²), bývalý vojenský prostor. Mírně zvlněný terén s různými druhy porostu (SO); horský, kopcovitý s podrostem, kamenitý, místa po těžbě kamene (NE) – příjezd: okolo 20:00 v neděli

19. – 20. 5. – SO, NE – ŽB-M – klasická trať + krátká trať (KVS + TZL) - centrum: Vsetín (SO), Fryšták (NE) – start: SO: 11:00, NE: 10:00 – doprava: zvláštním autobusem v 7:00 od Bohémy – ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku – vedoucí: ??? – terén: smíšený les (360 – 575 m n.m.), rozmanité porosty, kopcovitý (SO); členitý, se sítí cest, převážně smíšený les, samostatné listnaté a jehličnaté pasáže; místní erozní svahy a rýhy (NE) – příjezd: okolo 18:00 v neděli

23. 5. – ST – mapový trénink – BCVČ Lesná – sraz: 16:15 – mapa: Lesná IV – typ tréninku: I. úsek štafet – doprava: tram. č. 9, 11

26. 5. – SO – 5. Jihomoravská liga (VBM) – Brno-Bystrc – společný závod s žebříčkem A

26. 5. – SO – ŽA + GČP, ČPŠ – sprint + štafety (VBM + ABM, BBM) – centrum: Brno, Bystrc (ZŠ Heyrovského); Zbraslav – start: dopoledne 11:00, odpoledne 16:00 – doprava: individuální sraz v Bystrci do 10:00, odpoledne zvláštním autobusem z centra dopoledního sprintu – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: V části prostoru síť uliček propojená průchody, parky, školy, kostel, dále běžná a panelová zástavba; poměrně velké převýšení (DOPOLEDNE); Hustá síť komunikací, 40% rychlý průběžný les, 10% průběžný jehličnatý les se sníženou viditelností, 50% směs hustníků a pasek; ve svazích erozní rýhy (ODPOLEDNE) – příjezd: okolo 20:00

27. 5. – NE – ČPŠ – štafety (VBM) – centrum: Zbraslav – start: 9:30 – doprava: zvláštním autobusem v 7:30 od Bohémy – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: směs hustníků a pasek s porostovými detaily kombinovaná s pasážemi rychlého, průběžného lesa, místy s podložkou vysočínského typu; téměř bez převýšení – příjezd: okolo 13:30

30. 5. – ST – mapový trénink – Rudice – sraz: 16:15 u Bohémy – mapa: Klostermanka – typ tréninku: krátké postupy – doprava: zvláštním autobusem

* TRÉNINKY OD 2. DUBNA DO KONCE ČERVNA

Den	Doba	Skupina	Typ tréninku	Místo
Pondělí	15:30 – 17:00 16:00 – 17:00	Zhusta žactvo	běžecský běžecský	Žabovřesky – Rosnička Žabovřesky – Rosnička
Úterý	17:00 – 18:30	Zhusta	běžecský	Lesná – BCVČ, Milénova ulice
Středa	16:15 – 18:00	všichni	mapový	okolí Brna – viz samostatným rozpis
Čtvrtek	14:00 – 15:00 16:00 – 17:30 16:00 – 17:30 20:00 – 21:30	začátečníci Zhusta žactvo Zhusta	tělocvična, hřiště běžecský – dráha běžecský – dráha hry (jen duben)	tělocvična Kotlářská – ZŠ Kotlářská Žabovřesky – Rosnička Žabovřesky – Rosnička tělocvična Právnická fakulta, Veveří
Pátek	18:00 – 20:00	Zhusta	florbal, basketbal	tělocvična Kotlářská – ZŠ Kotlářská
Sobota	–		závod OB	–
Neděle	–		závod OB	–

* FYZIOLOGICKÉ VYŠETŘENÍ

Datum: 23. a 24. dubna 2007
Místo konání: Ústav sportovní medicíny Brno, Křížkovského 22 (Velodrom, BVV)
Kapacita: 20 osob
Cena: 300,- Kč (500,- Kč přispívá SCM)
Přihlášky: do 15. dubna Liboru Zřídka Veselému
Poznámka: Určeno pro členy SCM + závodníky s licenci A, R nebo E

* VT ČEŘÍNEK – OBLASTNÍ SOUSTŘEDĚNÍ ŽACTVA

Datum: 28. dubna. – 1. května 2007
Cena: 1000,- Kč (ubytování + stravování + doprava).
Doprava: vlakem
Jídlo: zajištěno od sobotní večere do nedělního oběda.
Ubytování: Čeřínek. Není potřeba vzít spací pytel.
Tréninky: 7 mapových tréninky.
Odjezd: bude upřesněn
Příjezd: bude upřesněn
Přihlášky: do 14. dubna Jitce Kabáthové

* VT TOULAVCOVY MAŠTALE

Datum: 5. – 8. května 2006
Místo konání: Proseč
Přihlášky: do 22. dubna Davidu Kabáthovi
Odjezd: v sobotu v 9:00 autobusem do Litomyšle a odtud autobusem do Proseče (příjezd 12:25), sraz v 8:45 na Zvonařce (stanoviště 19)
Příjezd: v úterý v 12:05 z Proseče přes Poličku a Svitavy do Brna (příjezd 15:14)
Doprava: autobusem a vlakem
Ubytování: Turistická ubytovna v Proseči
Stravování: z vlastních zdrojů, dle domluvy
Program: mapové tréninky
Cena: doprava cca. 200,- Kč + ubytování 450,- Kč + strava (dle domluvy s Dejvem)

* TESTY BRNO

Datum: čtvrtek 10. května 2007
Místo: atletická dráha VUT Brno, Pod Palackého vrchem
Čas: 16:00
Doprava: tramvají číslo 12, 13 – zastávka „Červinkova“ – směr Královo Pole
autobusem 53 – zastávka „Technická“ – okružní linka
Program: běh na 5 000 m (H 18) nebo 3 000 m (ostatní)

* POŘÁDÁNÍ 12. KVĚTNA – JIHOMORAVSKÁ LIGA

Datum: 12. května 2007
Místo: Ochoz u Brna, chata Říčky
Mapa: Nový dvůr
Rozdělení pořadatelů:

Ředitel	Zhusta
Hl. rozhodčí	Dejv
Stavitel tratí	Zelda
Start	Martin Stehlík, Adélka, Evička, Štěpán, Milouš
Cíl	Filip Dědic, Jiří Zelinka
Roznos	Zelda, Danáč, Kuba Zi., Milouš, Zhusta, Maruška, Adélka
Výpočetka	Chrobák, Dejv, Honza
Prezentace	Chrobák, Dejv, Jitka
Lékař	Laďa
Občerstvení v cíli	Míša + Adámek
Parkování	Honza

Závodí všichni ostatní, kteří mají zájem

Pracovní brigáda středa 11.10. na tréninku na ZŠ Kotlářská, od 15:00 hod. / všichni = příprava prezentačních sáčků, ubytování, balení map do mapníků, xerox + fotbálek
Odvoz materiálu sobota 11.10. od skladu ZBM ráno = Zhusta + auto2 (materiál)
závody neděle = sraz v Bukovince v 7:00 všichni pořadatelé
po závodech úklid a rychle domů

* ZHUSTA

* ZÁBLESKY

* nejfantastičtější a nezáhadnější akce roku se bude konat v sobotu 12. května nebo v pátek 11. května po štafetách nebo ve čtvrtek 10. května
<http://my.operacom.com/orienteeringbrno/blog/>

* WWW stránky časopisu Orientační běh jsou na nové adrese <http://www.casopisob.cz>. Můžete polemizovat, diskutovat, soutěžit a mnoho dalších věcí.

* Nic se neběželo v Ještědské oblasti, kde byly zrušeny 31.3. sobotní (FYD) i nedělní 1.4. (DOK) závody, po zásahu lesáků a ochrany přírody.

* Vyšlo první letošní číslo časopisu Orientační běh. Co v něm najdete? Pochopitelně lyžařský OB, reportáže z MS a MSJ a MED v LOB, dále pak hodně metodiky (Trénujeme běh, Odhalte rizikové momenty, Jak si osvojit orientační techniku, Volby postupů), reportáž ze života SK Chrast, článek o zavěšování, informace ze světa, z dění kolem map, fotoorienták, informace z příprav MS MTBO 2007 a MS OB 2008, reportáž z jednání P ČSOB a pochopitelně pravidelné rubriky (Zprávy ze Strahova, Výsledkový servis, zrcadlo leta, atd. atd, apod.)

* FILIP

POLARIS * ČASOPIS ORIENTAČNÍCH BĚŽCŮ KLUBU ZBM * ZBM.POLARIS@SEZNAM.CZ

* REDAKCE: JIRKA, LIBOR, ARNIE, FILIP * OBR: JÁRA, TOMÁŠ A OSTATNÍ * TXT: ZELDA, HONZA, RAJMO, DANÁČ, JÁRA, ADAM, LIBOR, ARNOŠT, PALLY, SOŇA, MICHAL, FILIP * **VYŠLO 4. DUBNA 2007** * UZÁVĚRKA 27.4. * WWW.ZHUSTA.SKY.CZ