

POLARIS

2010
03
KVĚTEN

ČASOPIS ORIENTAČNÍCH BĚŽCŮ KLUBU SK ŽABOVŘESKY BRNO / ROČNÍK XII / # 101



* * * * *

ÚVOD / HONZA

* * * * *

„...Kalevan Rasti, Zabovresky Brno...“ „No ty vole! Majkl běží závod svého života!“ Tak takto nějak reagoval Pally, když jsme v tunelu uslyšeli švédského komentátora, který popisoval dění na Dlouhé noci. Žabiny se dostali na nějaký čas na výsluní a povědomí arény v Grosvad. Další zprávy už nebyly tak povzbudivé a Majkl svoji cenu na světla zaplatil velkou cenou... snad už zase běhat může. Přesto jeho výkon byla parádní a pokračoval v dobré práci svých předchůdců. A jak holky ukázaly přes den, tak i po švédské noci se mohlo slavit. I když se áčko zastavilo přesně na 50. Takže minimálně výzva pro další rok? Hlavně holky porazili kluky, že? Další důvod se zase na sever vrátit! Možná snad ještě v silnější sestavě a aby o „Zabovreskách“ bylo více zpráv. No vlastně ještě Chrobák udělal velkou stopu, když právě s Kalevanem zvítězil. Tak vítězství už má, tak by se mohl vrátit zpátky k nám, ne?

Tak samozřejmě, co by mělo být hlavním tématem čísla než právě doběhnutá Tiomila? Byla to pro všechny jedna Dlouhá noc. Ale také se nesmí zapomenout na úspěchy holek a také béčka, která aspoň napodruhé není disk. A hlavně jsme se dobře pobavili a zaběhali v úžasných terénech. A člověk aspoň ví, že bažinka ve Švédsku znamená voda po kolena a ne jako u nás po kotníky, když už není suchá. Také letos byla Tiomila ještě švédštější než loni, to se také počítá.

No jen abych nepsal na úvod uneseně jen o Švédsku... tak začaly závody i u nás na Moravě. Vlastně hned na úvod sezóny jejím mistrovstvím. Ale to se nějak nepočítá. Ale v rychlém sledu za sebou proběhly dvě mistrovství. Prvně na nějakou dobu asi poslední Dlouhá. Už z tohoto mistrovství přišlo nečekaně víc medailí. Hlavně Evička a její bronz, když dobíhala bez podrážky. Slušná práce! Ale hlavní sklizeň si Žabiny nechali na Noční. Rovnou devět z jednoho mistrovství. Pěkná dávka! :-) I Běda si toho všiml! Hodně vysoko nasazená laťka. Asi to bude těmi suprovými Zhustovými nočáky. Tak by mě zajímalo, jestli kdy někdy takto nějaké mistrovství nějaký klub tak opanoval?

Jo a všimli jste si? Já se přiznám, že mi to trošku vypadlo z hlavy. Ale minulé číslo bylo už neuvěřitelné 100., slovy sté, číslo Polarisu. Neuvěřitelné, že? Řekl by někdo tenkrát, když Kolbiče s Brabíkem napadlo vydávat oddílový časopis, že takto daleko dojde? Kdo ví? Na konci najdete, jako to vlastně všechno začalo. Takže všechno nejlepší, Polarise, a do druhé stovky ať vejdemo správnou nohou! :-) Doufám, že bude slavit i dvousté vydání!

* * * * *
UŽ TO ZASE ZAČALO! A ROVNOU MISTROVSTVÍM MORAVY / HONZA
* * * * *

Ráno se setkáváme u Bohémy u třebečského busu a vyrážíme, na naše velice oblíbené průjezdní místo, Svitavy. Zde nás ještě opustí Zhusta s malými kluky a velení autobusu se ujímá Martináč. S úspěchem. Poprvé po zimě stavíme stan, vypadá nějak zvláště, nějak vybledle, ale stojí! To bylo hlavní, jak se později ukázalo. V sobotu nás čekala klasika, která byla zároveň mistrovstvím a reproši zde měli své nominačky. A protože mistrovství Moravy, ale přece jen mistrovství, že? Tak pro nás béčkaře pěkně tvrdé, pro reproše, slovy Adama, „slabé.“ Jenže než přejdu k závodu, tak musím zmínit další okolnost, tím se stalo počasí. Člověk v orientáku se navykne, že na počasí se nemá stěžovat. Jednou hitz, jednou letní bouřka či sněžení. Většinou je počasí aspoň trochu stále. Tentokrát jsme měli zcela aprílové počasí. Takže chvíli hustě přšelo, pak vykouklo slunko zpoza černých mraků, přišlo krupobití, které místy bylo také sněžení a zase znovu. Nejen dlouhá trať, ale i počasí dávalo pořádně zabrat.

Na mistrovskou trať mužů čeklo necelých 13km a k 500m převýšení. Také na začátku tratě byl náročný přechod, aspoň u mě, na patnáctku. Po celé zimě, kdy člověk běhá jen na desítce mapě... tak se mi povedlo doběhnout hned na jedničku o dvě minuty dřív startujícího běžce. Tak jsme spolu strávili nějakou část tratě, než nás dlouhý postup rozdělil. Dlouhých postupů tu bylo více a všechny dost zajímavé, mě se celý závod líbil, ale zpět k začátku. Na dlouhém postupu už dobíhám Tomase, když tu někdo na mě promluví, „kde je?“ Nějaký cyklista (podle oblečení), tak se mu snažím rychle pomoci, ale Toma smí mizí. Bohužel koncentrace je v háji a tak trošku stoupá do kopce jinde, než jsem chtěl. Zjišťuji to v polovině a potvrzení je nahoře. No nic, jde se dál. Čeká nás motýlek, takový dost hybrid. Zatímco jedno křídélko mám za chvíli, druhé křídlo běžím tak půl hodinky. Jen to malé je trošku nepřehledné a tak sem málem disknu. Ale nakonec si kontroly všimnu a kus se musím vracet. Následuje pár kratších postupů a konec motýlího křídla uzavírá dlouhý postup. Konečně se z něho dostávám a blížím se cílu. Ještě mě předbíhá Jára, který mě stihne pozdravit. Jen seběh dolů a matné hledání v 15, kde mohou být ty kontroly. Naštěstí „dálnice“ mi to ukazuje a dlouhý doběh do cíle. Jdu ho pěkně pomalu, zde mě „předbíhá“ Tomas a dává mi v cíli tři vteřinky. Takže příště doběh nevyklusávat! I skoro po dvou hodinách rozhoduje závod!

Následovalo by vyhlášení, kdyby se nad námi neobjevily černé mraky, které spustili pořádné krupobití. Tunel je narván k prasknutí, občas musíme shazovat kroupy ze střechy, aby vůbec tunel vydržel... nakonec i toto poslední krupobití skončí a může být zbytek vyhlášení. Komentování Tondy Věžníka se pomalu stává nesmrtelné a je velice vtipné. Po vyhlášení následuje hláška „rozchod!“ Tak mistrem Moravy se stal Čech Mrazák, z Moravy první Bingo, Olaf a Rajmo, ale vítězkou byla Moravanka Venda Klechová, druhá z Moravy byla Evička a za ní Věrka.

Tak jsme se rozešli a nakonec našli v Mohelnicích, jak tělocvičnu, ubytování se zlínskými veterány nebylo zrovna vítězstvím, tak nekuřáckou hos-

podu, to vítězstvím celkem bylo. Jen do té doby než došel Jelda. Ale aspoň byla sranda.

Druhý den na štafetách byly v převaze dámské týmy. Hlavně 4 týmy Žabin z 13 týmů ve startovce budily respekt. Škoda, že Denisa to diskla, protože dost možná by to bylo na postup 4 týmů na mistrovství ČR... Také doběh prvních úseků, kdy mezi prvními pěti byly čtyři červenočernobílé dresy byl pěkný! Hanka na druhém úseku rozhodla a spolu s Jančou, která rozbíhala a Evičkou, která náskok už jen udržela doběhli na prvním místě před Konicí. Zato závod v mužích byl dramatičtější a rozdílly nebyly příliš velké, ale i tak složení štafety Otri, Martináč a Jára vybojovali krásné druhé místo, stejně tak D18 (Maky, Bára a Káťa). H18 to diskla Pavel, ale už tu propast moc napravit nemohl.

Já jsem vybíhal na trať celkem sám, Jeldovi se to moc nepovedlo, Adam něco stáhl, ale přede mnou byla celkem mezera. Jen za mnou startoval hnedka někdo z magnusu. První kontrola nás čekala na pořádném kopci naproti startovní louce. Na trojce jsem udělal chybu a magnusák mě předběhl a brzo jsem ho ztratil. Naštěstí na tom byl s mapou hůř než já a tka jsme ho asi třikrát doběhl. Naposledy jsme spolu běželi dlouhý kopec z divácké a pak mi zmizel v lese. Chtěl jsem ho dohnat a hnedka na první kontrole v pytlíku, mimojině moc pěkném!, jsem udělal chybu a pak ještě jednu. No nic. Co se dá dělat. Dlouhý doběh ze sběrky do cíle беру jak výklus. Stejně klusat už nepůjdu. (Až pak večer se na netu dovím, že jsme ho nakonec porazil o víc než minutu. Dobré!) Také zajímavé tratě.

Divím se, ale už tunel sklizený a stejně tak hned po vyhlášení odcházíme. A světě div se, zdaleka ne jako poslední? Že by to bylo tou zimou, nebo čím? Třeba to už s námi nebude tak hrozné. A už jen dlouhá cesta domů, jen škoda, že dálnice Vídeň Vratislav už nebyla hotová před 50 lety, ty dědiny mezi Svitavami a Brnem jsou strašné!

A také stojí za zmínku, že s námi jedou malé dětičky, na první větší závody. Myslím, že všichni se neztratili a přijeli zpátky do Brna. Aspoň myslím.

10.04.2010 Mistrovství Moravy

D12B: 1. Odehnalová Klára 28.06, 2. Liberdová Jana 32.29, 3. Novotná Klára 36.48, ... 7. Malivánková Eva 44.10, 8. Firešová Markéta 50.55; D14B: 1. Vavrysová Barbara 33.54, 2. Hiršová Gabriela 34.07, 3. Machusová Karolína 37.25, ... 9. Nedbálková Hana 49.26, ... 18. Koporová Lenka 72.50; D18B: 1. Chromá Kateřina 47.46, 2. Kolářová Renáta 52.39, 3. Tesařová Markéta 52.44, ... 7. Jemelíková Denisa 54.25, 8. Hrušková Barbora 54.37; D20B: 1. Mervartová Kristýna 69.31, 2. Moravcová Lucie 77.41, 3. Hubáčková Pavla 82.21; D21B: 1. Klechová Vendula 64.41, 2. Brožková Dana 64.54, 3. Dočkalová Martina 67.03, ... 8. Kabáthová Eva 72.24, 9. Mádlová Věra 72.40, ... 17. Hlavová Hana 77.04, ... 23. Gebauerová Jana 95.43, ... 25. Zlesáková Daniela 97.16, 26. Palátová Petra 97.20, ... 29. Štěpánská Adéla 104.56, ... 30. Šišková Vladimíra 107.12, ... 32. Uhnává Markéta 107.28, 33. Jiráčková Jana 108.19, ... 36. Hendrychová Zuzana 111.38, ... 41. Borecká Kateřina

131.10, Adámková Tereza DISK; D21C: 1. Koporová Petra 50.31, 2. Otrubová Ivona 56.31, 3. Kozlíková Veronika 56.46; D45B: 1. Králová Zdenka 42.11, 2. Stackeová Anna 45.51, 3. Vlažná Mirka 46.58, ... 6. Kabáthová Jitka 50.31 H12B: 1. Novák Pavel 27.46, 2. Sýkora Vojtěch 28.42, 3. Hirš Otakar 30.00, ...7. Soška Marek 37.48, H16B: 1. Minář Marek 43.39, 2. Lázníčka Jan 48.45, 3. Mokrý Ondřej 49.01, ... 11. Hruska Jakub 66.47, ... 14. Jordanov Alexandr 71.56; H18B: 1. Hubáček Michal 47.48, 2. Argaláš Michal 49.04, 3. Mokrý Stanislav 50.36, 4. Brlica Pavel 50.38; H20B: 1. Nečas Jiří 68.02, 2. Vozda Vojtěch 75.24, 3. Peřinka Jan 76.49, ... 5. Kazda Adam 78.28; H21B: 1. Mrázek Jan 79.22, 2. Kodeda Štěpán 79.33, 3. Šedivý Jan 80.16, ... 6. Dlabaja Tomáš 80.43, 7. Rajnošek Zdeněk 80.58, 8. Chromý Adam 81.23, ... 10. Hájek Daniel 84.07, ... 20. Bravený Vít 90.44, ... 23. Zimmermann Jakub 91.38, ... 26. Stehlík Martin 94.55, ... 40. Otrusina Jiří 103.40, ... 49. Zelinka Jiří 108.18, ... 52. Jelínek Petr 109.42, ... 58. Liščinský Tomáš 118.55, 59. Drábek Jan 118.58, ... 64. Hrnčiar Dušan 124.13, ... 67. Tomeš Petr 126.08, ... 77. Zvarik Tomáš 154.44

Štafety:

DH12: 1. KOB Železárný Prostějov (Pilcová Sabina, Křečková Jana, Jirka Miku-láš) 80.40, 2. OOB TJ Zlaté Hory (Novotná Tereza, Kočí Josef, Novotná Klá-ra) 81.07, 3. SK Prostějov (Vystavěl Ondřej, Soldánová Tereza, Horčíčka Vít) 85.57, ... 5. SK Žabovřesky Brno (Firešová Markéta, Malivánková Eva, Soška Marek) 102.43; D14: 1. TJ TŽ Třinec (Chlebíková Aneta, Sabelová Markéta, Argalášová Kateřina) 121.53, 2. SKOB Zlín (Vavrysová Barbara, Kavánková Iva, Chovancová Zuzana) 122.56, 3. KOB Konice (Vlachová Kateřina, Langerová Adéla, Müllerová Kristýna) 163.06, ... SK Žabovřesky Brno (Nedbálková Hana, Koporová Lenka) abs; D21: 1. SK Žabovřesky Brno 1 (Gebauerová Jana, Hlavová Hana, Kabáthová Eva) 129.55, 2. KOB Konice (Dittrichová Petra, Otrubová Johana, Hlavová Jindra) 137.39, 3. Magnus Orienteering (Vozdová Klára, Vávrová Veronika, Labašová Katarína) 140.15, ... 5. SK Žabovřesky Brno 2 (Hendrychová Zuzana, Jiráčková Jana, Štěpánská Adéla) 147.00, 6. ZBM 3 SK Žabovřesky Brno 3 (Mervartová Kristýna, Šišková Vladimíra, Palátová Petra) 154.40, ... SK Žabovřesky Brno 4 (Jemelíková Denisa, Uhnová Markéta, Kopo-rová Petra) DISK; H18: 1. OOB TJ Slovan Luhačovice (Vavrys Johan, Valenta Jiří, Hubáček Michal) 121.27, 1 OOB TJ Lokomotiva Trutnov (Klusáček Jan, Grundmann Jan, Petržela Jan) 124.18, 3. SKOB Zlín Benroth Martin, Korčák Jakub, Lázníčka Jan) 135.12, ... SK Žabovřesky Brno (Jordanov Alexandr, Hruška Jakub, Brlica Pavel) DISK, H21: 1. Sportcentrum Jičín (Beneš Jan, Drobník Michal, Henych Martin) 159.05, 2. SK Žabovřesky Brno (Otrusina Jiří, Stehlík Martin, Zimmermann Jakub) 3 160.08, 3. OOB TJ Slovan Luhačovice (Perůtka Jan, Slezák Zdeněk, Caheľ Marek) 161.04, ... 19. SK Žabovřesky Brno 2 (Jelínek Petr, Kazda Adam, Drábek Jan) 197.48, ... SK Žabovřesky Brno 1 (Liščinský Tomáš, Zvarik Tomáš) abs

* * * * *
VT DOKSY / MILOŠ
* * * * *

První jarní oficiální soustředění juniorů se událo v blízkosti malého městečka Doksy v severních Čechách.. Příjezd byl naplánován na pátek v 13:30. My(Stev a já) jsme se dohodli na odjezdovém čase 10:45 od Jarošky. To se nám kupodivu opravdu podařilo.. Doprava v Brně byla "nečekaně" hustá, a tak nám nemalou chvilku zabral přesun od Lužánek na D1. Zato dálnice byla pěkně průjezdná a naše průměrné tempo se mohlo pohybovat okolo 140km/h.. V Praze jsme nabírali Páju P. A Landáka. Místo srazu jsme sice netrefili, ale zas tak velké zpoždění jsme si tím nevykoledovali. To že nestíháme čas 13:30 jsme věděli už v Brně, ale se Stevem jsme se dohodli, že Japovi zavoláme až v Praze na parkáči. Japa samozřejmě naše zpoždění nepřekvapilo a naše návrhy na přijetí rovnou na trénink byly zavrhnuty. Prý je hodně času. Cestou jsme se ztratili ještě jednou a to v Ml. Boleslavy.. Značení na Českou Lípou by opravdu měli zlepšit.. Dojezd na místo v čase 14:02 mě osobně příjemně překvapil, čekali jsme to tak kolem 14:30.. Měli jsme ještě spoustu času na zabydlení se.. On totiž Pája K. vyjížděl z HK okolo 13:00 a to nám dávalo dostatek prostoru pro vybalení věcí a převlečení se do běhacího.

Naši zpáteční cestu neblaze poznamenala neplatící dálniční známka, s platností končící o jeden den dříve než bylo potřeba, a tak musely naše "kroky" směřovat na Ml.Boleslav dále pak Jičín-->HK-->Svitavy a nakonec po skoro čtyřech hodinách cesty, se nám podařilo docestovat až do našeho krásného rodiště! do Brna...

* * * * *
APRÍL CUP A NOČNÍ V BLANSKU / HUMLÍK
* * * * *

Ještě krátké vrácení k prvním oblžím
A hned rovnou trojbojem v Blansku . Nejdříve klasický oblž , a poté už starší a lepší April Cup, a pro ty komu to bylo málo večer ještě noční. Vše organizovalo SBK (Soptík + Hans) a kamarádi. Já byl jedním z nich, takže o dopoledním oblžím toho moc nevím. Ale April cup už jsem si užit nenechal. A protože jsem předchozí 2 ročníky běžel, tušil jsem co mě čeká. Ale popořadě. Zájemců o tento sranda závod se sešlo přes 20 . Startovalo se chlap - ženská . Hned první kontrolka byla oříšek. Pro ty kdo nepochopil hned byla na místě Vlástička s nápovědou. V realu to byly přírodní schody metr široké a cca 15 cm vysoké a v na nich ve vyznačených sektorech položené SI kontrolky. No a závodník je musel v daném pořadí správně orazit. Kontrolka č.2 : další perla. No fotu je skalní sráz s místem kde je kontrolka. V lese jich tam ale na daném místě byla cca 6 ks. A teď babo rad!! Na tomto místě se skoro všichni DISKly. Správnou kontrolku našli pouze 3 lidi. A já. Jenže já sem špatně orazil již jedničku . Na fotce je totiž vyfocena pouze přímo ta část srázu kde byla kontrolka a ještě hodně zblízka. Většina to považovala za fotku celého srázu. Jdeme dál, kontrolka 3 byl skokanský můstek, a 4 další rébus. Na fotce je

lampiónek kde má v lese kontrolka být. Když jsem doběhl do prostoru byly v každé rýze nejméně 4 kontrolky. Kontrola 5 byl hrázní můstek. Šestka je stromeček plný kleštiček. Zhruba přes 30 kleští a najdi ty správné!!!. Na sedmičce se razilo zespod pingpongového stolu a pak už poslední žertík. Na louce postavené bludiště a v něm kontrolky. Bohužel jen jedná správná ostatní falešné . Všechny terčíky OK měli pouze 3. A z nich byl nejlepší kluk co je mu 15 let.Celé to šel za 15 minut.

No a večer se šel ještě ten zmíněný nočák. A jelikož je Hans známý odpůrce reflexi na kontrole , běžel se starý dobrý noční, který měl cca 7 km. Já to vzal jak poslední možnost proběhnout se v noci před Tiomilou a Maďarskem. A jelikož jsem si zapomněl vzít popisy tak sem si to občas užil. Jako třeba na trojce kde jsem kontrolku nemohl dlouho najít až jsem usoudil že tam asi nebude. Zbytek tratě už jsem v poklidu doběhl.V cíli jsem se nakonec dozvěděl že tu kontrolu opravdu někdo zcizil.

* * * * *
OBLASTNÍ MISTROVSTVÍ NA KRÁTKÉ TRATI A SPRINTU / HONZA
* * * * *

Ač se jelo klasicky od Bohémy, tak jsem se vydal na oblž pěšky. Mohlo by se to zdát zvláštní, ale aspoň jsem se déle prospal... Ještě že máme chatu tak blízko! Cesta by byla docela nudná, kdyby proti mně hnedka v úvodu nevyběhl obrovský čokl a nikdo nikde. Naštěstí to dobře dopadlo, nesežral mě a tep se mi nakonec ještě před dojitím na shromaždiště uklidnil! :-) Nebyl jsme sám, kdo zvolil vlastní postup na shromaždiště, Jenda si zajel trošku delší cestu z Třebíče...

A k závodu... dopoledne krátká. Na mapě Chroustovské údolí nás čekalo několik ostrý kopců, ale jinak spíše čistý les, plno jam, nějaký ten hustník a také menší atletická vložka, běh po plynovodu, kde to šlo co nejvíce napálit. Závěrečný výběh ze sběrky do cíle byl taktéž velice výživný. Bohužel jsem vyrobil pár (tenisově) nevynucených chyb, třeba odběh od kontroly o 90°C jinam, takže výsledek nic moc. Nakonec přišlo dopolední vyhlášení... Místo aby bylo 18°C, jak hlásili včera v počasí, tak se odpoledne zatáhlo a začla foukat nepříjemný vítr. K tomu ještě zbytečně dlouhé čekání na start sprintu, který byl ještě přesunut o dvacet minut později. No zbytečně dlouhatánské čekání...

No sprint se odehrál v lese okolo shromaždiště a k Domařovu. První kontrolu podle popisů jsme uhádli a další trať už moc nee. Les byl skoro celý čistý a hodně zajímavý. Bohužel pokračoval jsme v trendu z dopoledne a tak po jedné dlouhé chybě následovala další a závod pro mě skončil. Ale v H21 jsme pěkně utvořili silný žabiňácký blok. Za mnou byl už ejnom Otri, který speciálně přijel jen na sprint, ale moc se nepovedl. Asi měl použít své speciálky a neběžet, podle našich rad s Inovama. I když asi tohle byla do lesa nejlepší obuv. Počasí nakonec bylo ideální na běhání, jen na čekání moc ne. A do Brna zpět jel překvapivě plný bus.

18.04.2010 MISTROVSTVÍ JMO NA KRÁTKÉ TRATI

D10N:1. Syrovátková Andrea 22.15, 2. Tichá Michaela 22.18, 3. Hlaváčová Anežka 23.13, ...6. Matoušková Julie 41.16;D12: 1. Grycová Veronika 19.52, 2. Odehnalová Klára 21.48, 3. Korpasová Tereza 22.53, ...6. Firešová Markéta 27.16, 7. Malivánková Eva 28.32, ...9. Šimková Veronika 37.20;D14: 1. Odehnalová Tereza 24.18, 2. Hiršová Gabriela 26.18, 3. Hovořáková Anna 31.46, 4. Nedbálková Hana 32.40, ...7. Koporová Lenka 40.36;D18: 1. Moučková Andrea 42.04, 2. Novotná Jana 53.04;D21C: 1. Fučíková Hana 37.25, 2. Štěpánková Kateřina 38.51, 3. Hendrychová Zuzana 39.29, ...6. Palátová Petra 42.24, ...12. Adámková Tereza 49.27;D21D: 1. Muselíková Vladislava 38.49, 2. Růžičková Jana 40.37, 3. Otrusínová Helena 40.59, ...6. Nováková Jana 56.48;D35: 1. Hiršová Marcela 38.09, 2. Schwabová Kateřina 39.01, 3. Grycová Petra 39.09, 4. Šimková Lenka 39.31, ... 5. Ehlová Pavla 41.39;D45: 1. Potěšilová Vladimíra 38.33, 2. Kolaříková Věra 41.46, 3. Kabáthová Jitka 41.54;H10N: 1. Odstrčil Filip 19.45, 2. Gryc Vojtěch 23.14, 3. Adámek Filip 24.28,...9. Soška Petr 52.00;H12: 1. Hírš Otakar 16.43, 2. Žáček Matěj 17.59, 3. Hlaváč Ondřej 22.06, Spielman Šimon DISK, Soška Marek DISK;H14: 1. Kelbl Vladimír 26.23, 2. Ptáček Patrik 31.33, 3. Šplichal Marek 32.39;H16: 1. Mokrý Ondřej 29.11, 2. Obrátil Štěpán 30.58, 3. Brlica Jan 33.53,...6. Jordanov Alexandr 47.06;H21C: 1. Henych Martin 29.54, 2. Fučík Karel 30.48, 3. Henek Vladan 32.23, ...6. Nykodým Miloš 33.49, 7. Bravený Vít 34.01, ...11. Brlica Pavel 36.55, ...15. Ehl Jiří 37.42, 16. Kazda Adam 38.08, ...23. Brabec Jaroslav 42.15, ...27. Drábek Jan 43.25, ...30. Zháňal Jan 44.51, 31. Pátek Richard 46.19, ...43. Zahradník Tomáš 78.06;H35: 1. Urválek Jiří 29.25, 2. Schwab David 31.33, 3. Milán Pavel 33.52, ...8. Humlíček Aleš 39.28;HDR: 1. Blatný Jan 22.52, 2. Komenda Jan 24.11, 3. Čelechovský Matěj 25.48, ...22. Sadílková Anna 43.25, ...27. Ehl Ondřej 53.32

18.04.2010 MISTROVSTVÍ JMO VE SPRINTU

D10N:1. Hlaváčová Anežka 16.21, 2. Tichá Michaela 21.24, 3. Syrovátková Andrea 27.59, ...5. Matoušková Julie 52.39;D12: 1. Grycová Veronika 13.20, 2. Korpasová Tereza 15.59, 3. Firešová Markéta 16.46, ...5. Malivánková Eva 20.19, 6. Šimková Veronika 22.12;D14: 1. Odehnalová Tereza 12.33, 2. Hiršová Gabriela 14.30, 3. Čížková Markéta 23.26, 4. Nedbálková Hana 24.30, ...6. Koporová Lenka 28.30;D18: 1. Moučková Andrea 11.36, 2. Novotná Jana 14.59;D21C: 1. Hlavová Hana 14.01, 2. Ratkovská Lenka 16.44, 2. Muselíková Vladislava 16.44,4. Gebauerová Jana 17.15, 5. Hendrychová Zuzana 17.38, ...8. Palátová Petra 19.41, ...12. Adámková Tereza 22.52;D35: 1. Šimková Lenka 15.38, 2. Hiršová Marcela 16.10, 3. Ehlová Pavla 16.19;D45: 1. Kabáthová Jitka 16.04, 2. Jašková Monika 16.20, 3. Procházková Helena 16.29;H10N: 1. Janda Viktor 21.51, 2. Svoboda Marek 22.24, 3. Soška Petr

44.36;H12: 1. Hirš Otakar 10.40, 2. Hlaváč Ondřej 11.43, 3. Šnyrch Jakub 15.45, ...5. Soška Marek 23.14;H14: 1. Kelbl Vladimír 14.20, 2. Ptáček Patrik 16.16, 3. Kadlec Michal 17.26, 4. Šplíchal Marek 18.25; H16: 1. Mokrý Ondřej 11.40, 2. Obrátil Štěpán 14.32, 3. Ptáček Pavel 15.06, ...5. Brlica Jan 16.40; H21C: 1. Henych Martin 15.11, 2. Malý Ondřej 15.54, 3. Henec Vladan 16.11, ...6. Zimmermann Jakub 16.41, 7. Brlica Pavel 17.16, ...13. Brabec Jaroslav 18.31, ...19. Zháňal Jan 19.40, ...24. Pátek Richard 21.25, 25. Kazda Adam 21.37, 26. Ehl Jiří 22.01, 27. Drábek Jan 22.29, 28. Otrusina Jiří 22.35; H35: 1. Urválek Jiří 14.03, 2. Humlíček Aleš 15.28, 3. Odehnal Roman 17.25;HDR: 1. Humlíček Tomáš 15.41, 2. Chen Filip 16.41, 3. Filip Tedenac 18.56

* * * * *
VELKONOČNÉ SÚSTREDENIE; ČESKÝ RAJ 1.-5. APRÍLA ... MAJLO
* * * * *

Odchod je naplánovaný na á hodinu rannú spred Bohémy ale samozrejme sa čaká na Libina. Na začiatku trošku logistický chaos ale za pár minút sa podarilo natlačiť väčšinu batožiny do áut síce nezostalo miesto pre pár udí ale keďže batožina sama cestovať nevie takže pár šikovných išlo vlakom. cesta prebiehala klasicky: Miluoš musel byť najrýchlejší aj na diaľnici ale na pumpu kde sme sa náhodou skoro všetci stretli sme došli ako druhý s malým náskokom pred prenasledovateľmi.

Po príchode do útulného športového a rekreačného strediska JUNIOR plus v Srbsku (Kto nevie tak je to názov jednej malinkej dedinky v Českom raji a nie Štátu :) sme zase museli čakať na šéfa. Po krátkom rozdelovaní každý miery na chatku s ženským menom nám sa ušla Verunka. Podla mena a zostavy sme mali mať jednoznačne najlepšia chatku ale vnútri nás nečakalo žiadne hygienické zariadenie ako to bolo na ostatných chatkách. Nevadí však sme nijaký borci a sústredenia sme prežili už aj v horších podmienkach (aspoň na Slovensku :). Dostali sme mapu a inštrukcie kde je diera v plote aby sme sa vedeli dostať na štart. Úvodný tréning bola kombinácia línie a krátkych postupov. Pre neskusených ľahké oboznámenie s charakteristickým terénom pre iných jemný rozklus a pre ďalších krásne skaly v krásnom lese a občas kontrola.

Toto sústredenie malo každý deň 3 tréningy (doobeda, poobede a večer) a každý si mohol vybrať ktoré dve fázy pôjde. Ja čo som zvyknutý na Slovenský štýl behania nočákov, kde nemáme odrazky na kontrolách a keď je moja čelovka plne nabitá tak by sa s ňou do lesa odvážilo len zopár borcov :) som sa rozhodol šetriť sily na ďalšie tréningy (čítaním a spaním).

Dôležitou vecou ktorú je treba spomenúť je že sme v tomto športovom stre-
disku neboli sami, ale v tom istom termíne a na tom istom mieste (našťastie nie na tých istých mapách) prebiehalo sústredenie Hanáckej oblasti alebo inak povedané Aljošovcou. Hádám vám nemusím hovoriť aké sú vzájomné vzťahy vrúčne a tak vznikali jemné šarvátky každú chvíľu. Hlavným kameňom úrazu bolo samozrejme kto pôjde prvý k válovu (raňajky v podobe Švédskych stolov, obed alebo večeru). Inak pani kuchárky varili dobre bolo z čoho aj vybrať a keď ste sa na ne pekne usmiali a pekne po slovensky poprosili dali vám aj

nášup bol v tom len jediný háčik potom nezostalo tým čo prišli posledný. Ako sa raz stalo Klusimu a Martináčovi keď si dali jeden deň 3 fázy našťastie sa nad nimi kuchárky zmilovali a pripravili ešte dve porcie, kto by predsa dokázal bežať tretiu fázu len na zemiakovej kaši.

V piatok bola na pláne doobeda krátka trať ale niektorým vrátane mňa sa časovo natiahla na klasickú. Už len štart na ktorý síce bolo vidno ale pri pohľade na ten kopec boli všetci radi že ten netreba vybehnúť. Štartovalo sa dlho kvôli tomu že bolo vela borcov a k dievčatám pridali mladých bežcov, borci vyfasovali mapu bez ciest čo sa v ďalších dňoch ukázalo ako výhoda lebo potom ta mapa bola už neprehľadná (keďže mapa bola desať tisicka a ja som bol zvyknutý v týchto terénoch na sedem a polku). Okrem toho na trati číhalo pár nástrah vrátane Dušana s foťákom ktorý si šiel vychutnať krásne terény a pritom nás pofotiť ako zúfalo blúdime v skalných mestečkách.

Poobede väčšina volila volno a využili čas buď pred spávaním alebo rôznim športovými aktivitami ako volejbal, ping pong alebo učeniu. Ja a pár denných bežcov sme sa vybrali na krátku trať do prilahlých lesov kde budú naši druhovia behať večer. Terén tu bol rovnejší menej skalnatý ale stále tu bolo pekne.

V sobotu nás doobeda čakala dlhšia cesta za mapou kde boli postavené dlhé postupy. Zase sa ukázalo výhodou mať mapu bez ciest, terén bol trochu ahší ale vynahradzovali to volby popripade držanie postupu. Čakanie na štarte nám spríjemnilo chlapčenské spevácke trio a neskôr celý zbor a samozrejme nechýbala hudba z každého auta iný štýl aby si každý mohol vybrať. Poobede šla väčšina na skalný šprint ktorý bol postavený v priestoroch línií ale vôbec to nemalo vplyv na šprint. Bola to fakt krásna škoda že sa bežalo vo vysokom tempe až som nestíhal pozerieť po okolí.

Večer už vela ľudí nechcelo ísť na fázu ale nakoniec som si zohnal čelovku a presvedčili sme Libora že tam chceme ísť aj tak. Na pláne boli prvé úseky štafet a síce nás bolo len 10 borcov a 4 dievčatá bolo po štarte celkom dusno vela farst takže vlastne nemal nikto rovnakú trať. Krásne drsný nočák som rád že som šiel aspoň jeden i keď bol dobeh cez skládku odpadu. Libin nakoniec nebol až taký rád že sme šli lebo počas toho ako sme mi bojovali v lese prišli ho navštíviť ochrancovia prírody a aby to nebolo málo zjavili sa tam vtedy aj policajti no proste bolo to tesné ale našťastie to zvládol.

V nedelu bol doobeda výlet na hrad a tréning na štarty, takže sme sa rozdelil na skupinky a každá mala začať inde a postaviť tam trať a potom aj pozbierať predošlú. Na konci som si našiel aj čas prebehnúť sa okolo hradu.

Poobede sa zase zopár ľudí vybralo na zhľuky v skalných pevnostiach v ktorých na nás striehol paparazzi Dušan. Večer sa bežalo na tých istých kontrolách ale ako krátka trať s intervalovým štartom.

A prišiel posledný večer a tak sme si našli aj čas na regeneračné pivo, dve ... trochu pokecali a viac sa po spoznávali, keďže ja chodím na preteky len občas a toto bola moja prvá väčšia akcia so Žabinami.

Na Velkonočný pondelok prebehla neklasická šibačka keďže nám naše švárne dievčence prichystali prekvapenie v podobe orientačného šibania. Každý švárny junák dostal mapu s rozmiestnením dievčat podľa mien kde mohol prísť a vyšibať si sladkú alebo inú odmenu. Ja ako správny Slováč som sa snažil

dodržat tradíciu a snažil som sa zliať čo najviac dievčat takže som začal v chatkách a potom som si počkal kým sa naše kontroly vrátia na raňajky. Posledný tréning boli štafety ktoré prebiehali v dosť chladnom počasí a tak ich každý chcel mať rýchlo za sebou. Vyhral ich aj tak borec ktorý ešte na obed nemohol sadnúť za volant kvôli zvyškovému alkoholu.

Tak dúfam že ste sa dokázali prekusať až na koniec tohto článku a že ste všetko pochopili / rozumeli. Keďže vás všetkých nepoznám dobre po mene tak som sa to snažil písať tak všeobecne.

Teším sa na ďalšie akcie so Žabinami

* * * * *
POPRVÉ NA DLOUHÉ / ŠÍŠA
* * * * *

MČR na dlouhé? Slyšela jsem, že ji mají zrušit...chjo, jsem na ní v životě nebyla...tak proč se nehecnout a nezkusit jí? Lokalita se mi taky zamlouvala, už jen sehnat pár holek, ať tam netrapasím sama. S Jančou jsme se domluvily hned. Pak se přidalo i pár dalších holek a nakonec nás bylo ve startovní listině u žen 6!) Docela povzbuzující. Zhusta nás rozdělil do aut (malinko jsem to změnila a vnutila se Arniemu do auta...bych mu přece nemohla udělat, že bych s ním nejela), zaslal nám meil na taktiku závodu a mohlo se vyrazit. Cesta do Mníšku uběhla nějak moc rychle...ani ta jedna zastávka na ranním kafi nás tolik nezbrzdila. Ještěže jsme dojeli tak brzy, aspoň jsme nemuseli tak daleko na shromaždiště. Kopec tam vedl řádnej. Na shromaždišti se potulovalo pár jedinců, tak jsme se posilnili na tu dlouhou trať, poohlídli po okolí a pokochali se vyhlídkou ze Skalky na Mníšek. Mezitím se shromaždiště zaplnilo. A než jsem se nadála, už jsme stála na hromadném startu. Taktika mezi námi holkami byla jasná. Nahlásit první kontrolu, ať víme, s kým běžíme. Běžela jsem se Zuzkou. První část trati byla pěkná. Druhá byla taky pěkná, ale dlouhá. Tam už jsme využila i ten hroznovém cukr, kterej jsem měla s sebou. Běželo se celou dobu dobře. Se Zuzkou jsme si celou dobu dělaly společnost. Nejspíš jsem ji brzdila, ale aspoň mi to nedala najevo. Po doběhu do cíle jsme zjistila, že jsem tu mistrovskou kategorii krásně uzavřela. Co dodat? Prostě super zkušenost, jen škoda, že byla první a zároveň poslední. Co tedy dodat? Řekla bych vám víc, ale potkala jsem tam jednu kámošku a s tou jsem se zakecala a pak už jsem jen frčela dom ...sry...snad příště budu všímavější ;o)

Pavel:

Gratuluji k zisku stříbrné medaile na MČR na dlouhé trati. Jak probíhal závod?

Závod byl sice vcelku krátký (předpokládaný čas vítěze byl 100 minut, šli jsme to 80´), ale velice fyzicky namáhavý, mapově mě moc těžký nepříšel. Hnedka na jedničke byla uzlovka na motýlku, takže tam jsme se celkem rozdělili. Svoji část motýlku jsme odvedl a poté jsme se dostali dohromady.

Docela se zde projevilo, kdo a jak přes zimu trénoval a to se samozřejmě odrazilo ve výsledcích.

Měl jsi v závodě nějakou velkou krizi?

Ke konci jsem měl pocit, že tam vypustím duši, protože to bylo opravdu namáhavé a byl jsem rád, že jsme to měl tak rychle za sebou.

Příští týden se běží MČR v nočním, loni jsi si tam vyběhl Áčko, jaké máš letos cíle?

Jsem v jiné, vyšší kategorii, takže to bude určitě o něco těžší. Chtěl bych být do pátého místa a ideálně nějakou medaili. Ale je nás v kategorii hodně, takže je to otevřené...

Týden po nočáku se jede na 10Milu, jak myslíš, že poběžíš? (Mail od Zhus-ty došel až v pondělí po rozhovoru.)

Áčko asi ne. Vidím to tak na dlouhou noc v běčku, počkám co napíše Libor. (a stalo se). A doufám, že poběžím minimálně dobře !

Jinak se do Švédska těšíš?

Jo těším, na mapové tréninky, na ostatní členy Žabin, které jsem dlouho neviděl a hlavně na tu skvělou atmosféru!!

Nějaké další cíle na sezonu?

Chtěl bych se nominovat na MED, ale uvidíme, jak mi to půjde na ostatních závodech a hlavně na áčkách. A také bych chtěl ještě alespoň jednu medaili z MČR.

Nějaký vzkaz čtenářům?

Pořádně TOČTE a ať vám to běhá!

17.04.2010 MISTROVSTVÍ ČR NA DLOUHÉ TRATI

D18:1. Poloprutská Markéta 80.09, 2. Chromá Kateřina 83.41, 3. Novotná Tereza 84.25, ... 12. Tesařová Markéta 94.02, 13. Hrušková Barbora 96.17, ... 18. Koporová Petra 96.42, ... 28. Jemelíková Denisa 126.05; D21: 1. Dočkalová Martina 106.46, 2. Svobodná Šárka 115.20, 3. Kabáthová Eva 117.21, ... 18. Beržinská Soňa 146.58, 19. Gebauerová Jana 150.14, ... 22. Křístková Veronika 161.17, 23. Stratilová Marie 162.56, 24. Hendrychová Zuzana 165.35, 25. Šišková Vladimíra 165.54; H18: 1. Petržela Jan 80.10, 2. Brlica Pavel 80.15, 3. Navrátil Boris 80.15; H20: 1. Nykodým Miloš 106.37, 2. Kubát Pavel 113.14, 3. Procházka Pavel 113.18, 4. Bravený Vít 118.47, ... 14. Zimmermann Štěpán 140.23, H21: 1. Losman Petr 146.40, 2. Kozák Osvald 148.08, 3. Hájek Daniel 149.36, ...10. Stehlík Martin 162.22, ...19. Bukovac Maroš 171.48, ...42. Jelínek Petr 243.14; H35: 1. Šidla Jan 105.21,

2. Ondráček Radim 107.10, 3. Prášil Marek 109.31, ...10. Tomeš Petr 144.23, ...17. Veselý Martin 177.37

NOČÁK: PÁR POSTŘEHŮ A ZPRÁV Z BUSU / HANKA

Všude byla tma, tak už na nočácích bývá. A zásadní rozdíl mezi spojnicí dvou kontrol a cestou je ten, že spojnice se vyskytují jenom na mapě, ale toho už si většina z nás taky všimla. Ale co jste možná nevěděli, je, že tentokrát se jednalo o mistrovství republiky a výsledky dopadly podle očekávání. Získali jsme 9 medailí, což je pěkná pruda. Zatímco pro někoho to bylo rychlé, tak u někoho to bylo docela na dlouho. Jiným zase k úspěchu pomohlo hodně nočních tréninků a když už jsme u těch úspěchů, tak mistrem v D18 se stal Barbora Hrušková. Ale i mistři dělají chyby a dlouho nic tak nepokazili, případně si čtyřikrát neotočili mapu a neprobourali oplocenku. Tak to byste se sebou měli začít něco dělat! Vyhrávat a dělat chyby, to je urážka soupeřů. Ale obyčejným smrtelníkům ke štěstí stačí, že to mají za sebou, protože jediný, co k tomu můžou říct, je, že se bojí, a že už to nikdy nepoběží. No, já nevím. Na závěr už jen vyjádřit pochvalu za pěkně uspořádané závody a obdivovat výsledky závodníků ZBM. Ale kde bychom dnes byli, kdyby to nebyly Zdeňovy záda, který si z toho jako jediný pamatujeme!

(závodníci ZBM, kteří se zúčastnili MČR v NOB a jeli busem na Tiomlu)

MČR V NOČNÍM ORIENTAČNÍM BĚHU 24.4.2010

D16: 1>Tesařová Markéta 39.52, 2>Chromá Kateřina 41.54, 3>Bořánková Karolína 44.37; D18: 1>Hrušková Barbora 43.04, 2>Horčičková Vendula 43.07, 3>Šimková Johanka 45.25, ... 8>Koporová Petra 51.46, 9>Jemelíková Denisa 52.05; D20: 1>Indráková Adéla 42.22, 2>Kosová Denisa 44.25, 3>Svobodná Madla 48.47, ... 6>Mervartová Kristýna 58.31, Mezníková Lucie DISK; D21: 1>Topinková Monika 49.17, 2>Mádlová Věra 49.28, 3>Bochenková Ivana 50.34, 4>Hlavová Hana 51.04, ... 8>Kabáthová Eva 52.27, ... 25>Hendrychová Zuzana 87.00; H16: 1>Grundmann Jan 37.25, 2>Hubáček Jonáš 38.51, 3>Korčák Jakub 40.00, 13>Brlica Jan 47.21; H18: 1>Petržela Jan 45.07, 2>Hadač Filip 45.13, 3>Brlica Pavel 7.24, H20: 1>Nykodým Miloš 52.17, 2>Bravený Vít 54.45, 3>Kantor Ondřej 55.01, ... 5>Zimmermann Štěpán 56.03

Rok s rokem splynul a znovu jsme vyrazili jako oddíl do země orientačnímu běhu zaslíbené, Švédska, abychom se zde poprali se soupeři zvučných jmen a z mnohých zemích. Tak jako loni jsme určitě nějakou stopu na Severu nechalí. Ale popořadě.

Začátek cesty byl předvídaný, Bohéma, Velké Meziříčí, neplánovaná zastávka pro vždy připravenou Peťu do Jihlavy, Masarykovo nádraží v Praze a pak už na sever. Díky Pallyho zranění ještě před hranicemi proběhlo několik horkých telefonátů do Norska a zpátky. Nakonec bylo rozhodnuto o složení A týmu. Majkl jde Lange natt! Menší zklamání byl zavřený obchod na trajektu do Dánska, zato druhý trajekt do Švédska moc lidí nepostřehlo. Čekali nás menší komplikace asi 300km před cílem, kdy jinak spolehlivý třebský autobus nějak vypověděl a nešla zařadit jednička. Vytvořili jsme menší zvržení na jinak po ránu nudné benzince. Naštěstí um řidičů to zachránil a mohli jsme dojet až do cíle.

Hned po příjezdu nás čekal první trénink na mapě Fäskogen. Na parkovišti se zrovna převlíkali nějací lidé v podobném dresu, jaký máme. Že by Kalevan Rasti? A on to přímo Thierry Gueorgiou! Tak jsme ho obkroužili a hurá do lesa! První seznámení s místními bažinkami bylo příjemné. Studená voda člověka pořádně probírala po celonoční jízdě. Postupem, času ale spíš začala studit. Přesto první oťukání s terénem dopadlo dobře a nikdo se neutopil ani neztratil.

Následoval přesun na ubytování, kde se pro nás staly tři prázdné byty v místní obdobě paneláků. Mě hlavně zaujaly kola před domem, které nebyly vůbec nějak zamčené, pro našince jen stěží uvěřitelné. Večer někteří stařeční ještě vyrazili na nočák.

V pátek nás čekal trénink na stejném místě jako včera, jen jsme se dostali na mapě více západněji. Každopádně to bylo stejně těžké jako včera. A snad ještě více bažinatější, hlavně můj „švédský“ postup po čáře přes největší bažinu v okolí... byl hodně mokrý. Ještě před obědem jsme se poprvé dostali do arény Grosvad, kde Pally s Liborem prvně řešili malý problém s umístěním tunelů. Kdo by řekl, že když je Libor trenér rakouské juniorské repre, tak to pomůže vyřešit problém s místem na Tiomile. Odpoledne ještě jeden trénink, tentokrát na mapě s měřítkem 1:15 000, detaily pěkně těžké čitelné, hodně těžká arbeit. Po cestě zpátky jedeme pro Danáče, kterému se stala nemilá věc, že byl okraden někde poté, co vystoupil z letadla... Večer ještě následuje válečná porada a jen příprava na zítřka.

Na shromaždiště se dostávám až odpoledne, právě vrcholí závod juniorů, kde naši tři kluci hezky zvládli práci čtyřčlenné štafety. Tak příště, aby jeli i nějaké ty holky...

* * * * *

Závod: Damer

* * * * *

Shromaždiště je obrovské a krásné. Hlavně teď na začátku, krásná zelená tráva, plno praporů, vlajek, křidel, třikrát větší než naše. Velké stany, obchod větší než supermarket, sprchy se saunou... plno lidí a neúnavný komentátor dávájí na vznešenosti této akce. Ale všechno jakoby obživuje ke třetí hodině, kdy je start holek. Kolem koridoru plno lidí, na atletické dráze už jsou připraveny skoro čtyři stovky štafet. Máme postavené tři štafety, tak uvidíme jak to dopadne. První jdou do lesa Janča, Maky a Terka. Je vystartováno a během chvíle kolem nás proběhl obrovský dav. Holky začínají vybíhat do kopce nad shromaždiště a jen sledujeme obrovský dlouhý had, který se začne dělit. Efektivní podívaná. Sledujeme přibíhající z lesa a čekáme na naše holky. Je to celkem dlouhé čekání a trošku napětí. Nakonec Janča dobíhá jen kousek před Maky.

Maky po prvním úseku:

Jaké to bylo v lese?

Jo dobré, pěkný. Začátek byl v pohodě a pak konec byl hodně rozfarstovaný, na jedničku jsme šla s ostatními holkami a čekala jsem, jestli se to roztrhá nebo ne a všichni půjdou dohromady a bude ten vlak a půjde se různými směry. Ale já jsem šla sama prostě jen s pěti holkami.

Jaký byl výběh do kopce?

Já jsem právě tama nešla a obíhala jsem to po cestě.

Jen Terka tam zůstává nějak díl, nakonec ten důvod byl, že strávali 10 minut u nějaké zranění soupeřky. Na druhý úsek naskakuje Věrka a Kristýna. Vybíhají spolu, ale Věrka běží famózně, na úseku stahuje stěží uvěřitelných 100 míst! Na doběhu dokonce si dovolí mávat divákům, teda nám, kteří jí z jednoho pahorku pořádně povzbuzujeme. Kristýna dobíhá na 135 místě a Peťa Palátová 330.

Věrka po tom, co stáhla 100 míst!

Jaké to bylo v lese?

Lehké běžecky a pořád tam stále někdo byl, takže v pohodě.

A jaký byl výběh kopce?

Ten byl hrozný! A vyplatí se to jít lesem než přelézat ty šutry.

Nějaká zajímavost v lese?

Bažinky jsou už dost vyšlapané, takže cestičky už jsou dost hluboké, tak se to vyplatí obíhat mimo bažinu nebo na plotnách.

A jak dopadnete?

Dobře!

Třetí úsek je nejkratší a nefarstovaný. O to víc je tu rychlost, hnedka mizí holky v hodně brutálním kopci na začátku. Káťa dostává štafetu na suprové 41 místo. Magnus, největší soupeř, už je na dohled. Peťa Koporová drží 136 místo a Verča také drží pozice.

Káťa po krátkém úseku:

Jaké to bylo v lese?

Super! Kopec byl hroznej! A pak tam byl ještě jeden stokrát větší, jako prudší, což mi přišlo jako sjezdovka.

A co bažinky? Neutopila ses?

Já jsem skoro žádné nepotkala.

A jak dopadnete?

Dobře!

Na dlouhý čtvrtý úsek vybíhá Hanka a jako ostatní holky předvádí parádní výkon. Konečně necháváme za sebou Magnus a posunuje štafetu na neuvěřitelné 34 místo. Také ostatní holky se činí, Lucka drží 133 místo a Maruška posunuje céčko do druhé stovky.

Hanka po čtvrtém úseku:

Jaké to bylo v lese?

Moc hezké!

Nějaká chyba?

Jo, jo, hned na jedničku, než jsem si to oťukala, pak už to bylo dobré.

A co kopec hnedka na začátku?

Šla jsem podle Věrčiné rady a hnedka na začátku jsem šla podél paseky.

A jak dopadnete?

25!

Na posledním úseku má Evička velice těžkou práci. Běží mezi samými hvězdy a „znánými“ jmény orientačního běhu. Závod proti světové špičce, dalo by se říct, něco se propadá, ale udrží nakonec 47 místo. Bára po doběhu vypadá úplně nešťastně, ale drží také hezké 136 místo, Zuzka ač se tak bála, tak v lese čelovku nepotřebovala a udrželo místo ve druhé stovce. A na hromadku si běžela celek vpředu.

Evička krátce po finiši A štafety:

Jaké to bylo v lese?

Tak, noo pěkný. Ze svého závodu jsme měla docela dobrý pocit. Přišlo mi, že jsem neudělala tolik těch chyb, ale potom, co jsme slyšela, že jsem ztratila 13 míst, tak mi to přišlo trošku jako zklamání.

Zase na druhou stranu jsi běžela s těmi „známými, světovými“ jmény?
Nedá se to tak úplně porovnávat.

A co, porazí vás kluci? 47 místo je velká výzva!
Budou se muset hodně snažit.

Bára po finiši B štafety:

Jaké to bylo v lese? Nějaké zajímavosti?

Hezké to tam bylo, spousta bažinek. Bylo tma Spoustu cestiček, jak to bylo rozběhané. A na šestou kontrolu už mě bolely nohy.

A spokojená?

Nakonec jo, když jsme to doběhla

V průběhu finišu se přehnala nad shromaždištěm krátká bouřka a ukázala nádherná duha. To byl jediný, zanedbatelný problém, vynikajícího počasí. Odešel bylo skoro modro, jen to slunko se začalo čím dál více klonit k západu a nabývat větší nervozity. Proběhlo také menší seznámení s nějakými norskými „kočičkami.“ (Podle Pavla.) A jak se slunko klonilo víc a více k západu a nad shromaždiště začala padat tma, tak napětí bylo víc a více. Odněkud se objevilo plno lidí a úplně oblehli odběhový koridor...

...Tiomila 2010, ona dlouhá, slavná švédská noc, mohla začít!

* * * * *

Závod Herar:

* * * * *

Bořek před startem 1. úseku:

Jak to vidíš v lese?

Už se na to těším. Ale zároveň si budu muset dávat bacha na začátek, protože bych nerad dostal nohou na záda.

A jak to vidíš celkově?

Vidím ten odjezd do dvanácti jako těžký úkol, ale myslím, že to není úplně nereálné.

Ještě než všech 350 borců pustili k mapám, tak nad shromaždištěm vybuchlo několik raket a osvětlily na chvíli shromaždiště. Za chvíli se hlavním světlem stanou světla běžců. Temný dav oblehl koridor a stateční muži se světly se objevili pod mapami. Start! Dlouhý dav se dal na cestu kolem stadionu. Kamera švédské televize záběr vůbec nezvládala! Dlouhým koridorem oblehnutým diváky se světelný had ponořil do lesa. Velice efektivní podí-

vaná! První kamera a světelný proud se vynořuje, už ne tak silný, přesto neustává. Mihnou se tam také žabiňácké dresy, Bořek dává Járu o několik míst! A také v cíly toto pořadí trvá. A druhý úsek spolu vyráží Otri a v áčku Danáč. Bohužel Otri tam zůstal déle a náš cíl, aby Pavel vysel za dobrou skupinou se musel přehodnotit.

Danáč se chystá na svůj druhý úsek:

Jak to vidíš?

Jak to vidím? Vidím to super, teďka to říkal i kouč. Zkusíme to, myslím, že máme slušné šance, takže já to vidím dobře.

Co výběh kopce?

Pokud to půjde, tak to půjdu okolo, protože se mi do toho kopce moc nechce.

Jak se ti líbil „světelný“ had na odběhu?

Ten byl neskutečný, díval jsem se i na obrazovku, tam to vůbec nevyniklo, takže tata, který se dívá doma na obrazovku měl smůlu, protože ta záře okolo vůbec nevynikla.

Protože mě čekal můj závod ráno, tak tu přenechávám místo Majklovi a jeho líčení „Lange natt!“ A nechávám v původním jazyce.

* * * * *
Langanaten - true story / Majkl
* * * * *

„Zážitky nemusí být pěkné, ale hlavně když jsou silné.“

Chapter 1-úvod

Rozhodl jsem se že letošní Tio poběžím za ZBM. 3 týdny před závodem vypadalo všechno v pořádku, ale pak si Pally, který měl jít finish, skřípl nerv a nemohl skoro ani chodit takže se musela překopat sestava. Na finish se posunul Milouš, tím ale vznikla volná pozice na dlouhé noci a tam se nikomu moc nechtělo. Nejvíc to ale vycházelo na mě a já sem si toho byl bohužel vědom, tak jsem řekl, že to pro tým udělám. Celou dobu co jsem v Trondheimu přece točím co to dá tak to snad zvládnu a mapovat snad nebudu moc muset když tam nejsou farsty.

Chapter2-závod

Závod rozběhl Jarde asi s 3 min ztrátou na čelo takže úplně super stahovací pozice pro Danáče, který si to na druhém úseku pěkně povodil a dotáhl nás na konec druhé skupiny asi 35.místo. Dobíhal už docela v kanále a jen na mě zařval „bēēēēž máš je tam!“ Řekl jsem si happy birthday vole a

napálil to na ty dresy přede mnou. Po sprintu na mapový start a sprintu do kopce vidím přede mnou dres OK Linné. Říkám si, že to je velmi dobrý kůň, toho bych se mohl držet. Tempo je šílené a mapu mám jen na popisech a kontrolovuji kódy. Na dvojce dobíháme Kalevan, za který jde Bet. Říkám si že je lepší běžet za někým o kom vím že je dobrý a tak měním koně. Boužel ale při postupu na třetí kontrolu se Bet rozhodl zvolit pravou variantu a než jsem stačil zareagovat, že tam jdeme z celého balíku jen čtyři tak už nebylo cesty zpět.

No nic musím ho uviset jinak jsem v prdeli. Jenže Bet to napálil na cestu a tam zapnul turbo a šel tak 3 na kilák.

Samozřejmě že ke konci postupujsem ho už neviděl a ten přede mnou měl taky mapu jen na popisech. Ptám se: "Do you know where we are?" On na to: "Not at all" Já: "Faen!". OK rozbalím mapu a říkám si, že to chce klid. Takže jdeme na trojku a šli jsme zprava po cestě to musíme být tady tudma bych to taky šel a fakt že jo za chvíli vidím ten barák od kterého jsem se odpíchl a našel trojku společně s OK Line, který přijel zleva. Beťák na tom postupu přeskočil do prvního balíku a ZBM byli jednu dobu asi number 10. Nojo ale závod se nevyhrává na třetí kontrole a já už jdu asi 22min hodně velkou intenzitou. To nebyl dobrý nápad chtít běžet se světovou špičkou. Vynadal jsem si a řekl že už neopustím tento balík a poslušně se zařadil za OK Line. Držím se tam ještě dalších 50min ale při postupu na 12 přišla první krizíčka a s balíkem jsme se rozloučil, protože už hrozilo vynechání kontroly.

No což rozbalil jsem mapu a 13 našel sám a pak jsme s dalšími odpadlíky zformovali malou skupinku a jelo se dál. Gotebork Majorna je taky dobrý strojvedoucí a síly ještě jsou. V celkovém čase 90min probíhám diváckou, dávám gel a poslouchám rozkaz držet se skupinky. To se mi daří ještě dalších 20min ale pak už přišly první křeče a skupinku sem musel nechat běžet.

Kurňa co teď? OK hlavně klid od doby cos pustil Line už mapuješ a jde ti to, jsi sice v prdeli ale hlavně nezastavuj a myslí jinak půjdeš rychle do chyby a to teď nemůžeš. Do cíle už jen 5 kontrol tak pojd'. Běžím 2 kontroly sám a bez problému teda až na ty příšerné bolesti. Nejhorší bylo když přišla bažina to jsem už věděl že to bude bolet jak prase. Při postupu na 27 mě sbírá skupina s Leksandem, ale na 29 kdy přišla cesta sem jim musel opět zamávat.

Hlava i tělo chtěli běžet rychleji ale nohy prostě řekli NE. Kdybych místo toho gelu na průběhu radši dostal hořčičkovou tabletu. Závod jsem v čase 123min doběhl za úplného vyčerpání. Vítězný čas který šel mimochodem Bet byl 107min. Punching ok a já jsem spokojen. V cíli mám jen jedinou myšlenku a to že příští rok už nejedu.

Chapter3-pain

Bezprostředně po závodě jsem byl ještě nadopován endorfiny a adrenalinem, ale to postupem času sláblo a začla přicházet bolest. Hlavně bolest od žaludku nebo od střev prostě někde tam v břichu jsem strojař a né doktor. Holky mě ve stanu odstrojili a Evák do mě narvala banán a doprovodila mě do sprchy. Sotva jsem chodil, ale věděl jsem že teplá sprcha mi udělá dobře. Sedl jsem si do sprchy a nechal na sebe téct vodu. Seděl jsem tam asi půl hodiny. Pak jsem se zmátořil a vyšel ze sprchy to mi ale nějak neudělalo

dobře a banán šel ven... jako kdybych jí to neříkal. No naštěstí mě tam viděl Danó Tománek a pomohl mi dojít ke stanu. Debilní břicho bolelo jak čert. Holky mi daly vodu a poslali spát. Lehl jsem vedle Janči a ta naštěstí byla vzhůru a protože je doktorka a má zachraňovat životy v popisu práce tak mi naordinovala teplý černý čaj s cukrem v poměru asi 1:1 po lžičkách. Toho se chopila sestřička Péťa a začala to tam do mě ládovat. Byl jsem asi zralý na kapačky ale to je pro fotbalisty. Pak už se to začalo lepší sice přišla ještě jedna krize a to když jsem musel dojít na Toiku a pak zpět. Řekl bych že mi to zabralo asi tak půl hodky. Pak jsem zalehl a spal což mi udělalo fakt dobře a když jsem se vzbudil tak jsem snědl buchtu a pak i muffin a začal i normálně pít. Z nejhoršího sem byl venku ale nohy mě bolí ještě teď.

Chapter4-závěr

Ze zbytku závodu jsem skoro nic neměl protože jsem prvně strávil asi 3h v bolestech pak jsem spal a probudil se až na poslední úsek. No ale aspoň že tak. Kluky můj výkon zřejmě inspiroval a taky tam nechávali duši a navíc to celkově posunuli ještě o 20míst dopředu takže celkově jsme obsadili 50místo. Obrovský úspěch ALE máme tak na 35místo takže ještě je co zlepšovat. Škoda že padla původní sestava protože Milouš by tam toho Beta uvísel a ZBM by přijely po dlouhé noci v prvním balíku. A taky s náma neběželi naši 3 elitní běžci. Rajmo se boužel přestěhoval a navíc má zdravotní problémy, Chrobák zradil pro Kalevan ale vybojoval s ním vítězství takže tam mu to všichni přeju a chápu. Akorát Olaf by mohl přestat běhat za Soders který jsme skoro porazili.

Chapter5-ponaučení

Neběhej s Betákem nebo jinýma elitákama když na to nemáš! A taky je zozdíl na severu studovat a trénovat než trénovat a studovat.

Chapter6-poděkování

Na závěr bych chtěl poděkovat všem kteří se o mě postarali když jsem byl v kanále hlavně teda Peti a Janči. A taky Rajmovi že mi půjčil do lesa Lupina. Kluků za pěkný výsledek a organizátorům za zážitek.

* * * * *

Appendix - langa natten z oddílového stanu / Pally

* * * * *

Danáč na rádiu, Forsberg hlásí Žabiny kolem třicítky, probírám se z polospánku a definitivně se loučím s tím, že dneska usnu. Ty vole udrž to, Majkl to bude mít dobrý. 2. úsek jde do finíše, Žabiny jsou ve společnosti oddílů jako Tamperen Pyrinto, Södertalje-Nykvarn, OK Linné, Kalevan Rasti a další. Ty krávo, to je se mi snad jenom zdá, to je paráda. Ve spacím stanu to vře, spí jen málo lidí. Vrací se Libin do vedlejší stanu: "Tak a teď si všichni dáme jeden otčenáš za Majkla, aby dotáhl tu skupinu, co má 30met-

rů před sebou...” To jsou my vtípy takhle kolem půlnoci. Libin pokračuje: “No snad se jich Majkl udrží...ale on se jich udrží, protože ví, že když odpadne, tak jde o život.” No ty vole, v tomhle má jako člověk spát, jo?! Jen ať nejde s Kalevanem, prosím, jen ať nejde s Kalevanem, opakuju si a snažím se zase na chvilku usnout... Polospánek ruší zpráva z rádia, Majkl se drží. Paráda, prosím vydrž. Chvilka spánku, divácká. Prý už to nevypadá dobře, má toho prý dost. I když vím, že to nejde, snažím se na dálku přenést nějakou energii na Majkla. Prosím drž je co to jde...Tohle si opakuju asi čtvrt hodiny než zase trochu usnu, tentokrát konečně trochu hlouběji, takže se pak dozvídám už jen o Majklově návratu do stanu. 70. flek, sakra, měli jsme být výš, snad to do tý šedesátky ještě vrátíme, bude to těžký. O vážnosti Majkova stavu se dozvídám s celkem velkým zpožděním, takže jsem v první chvíli byl zklamanej, že nejsme tam kde jsme chtěli být. Nicméně po tom, co jsme se dozvěděl všechny okolnosti ještě jednou hluboce smekám před tímto výkonem - bylo by o dost jednodušší dojet o 10minut dýl a v normálním stavu než takto, a většina lidí by to taky tak udělala. Takouvouhle obět pro team jsem v životě neviděl a děkuju za výkon - ze hry jsme nevypadli a vše se nakonec podařilo. Za celý závod jsme udělali jedinou taktickou chybu - a Majkl za ní drsně zaplatil, když se ji snažil napravit co nejvíc to šlo...

Co k tomu dodat?

Zatímco Majkl hrdinsky bojoval o své místo mezi slávou a bezmála smrtí, zůstal Pavel sám v lese a postupně na sebe nabaloval balík slabších běžců a vedl si svůj vláček. Ale podle taktiky měl být spíš vagonkem někde vepředu. Ale ač na divácké to vypadalo, že by mohl být stáhnut, aby mohli běžet i další úseky, se smíchem to prý odmítl a vyrazil do pytlíku. Skoro po třech hodinách doběhl vysmátý do cíle a mohl předat Jeldovi. Čtvrtý úsek zaběhl Steve dobře a udržel 70 místo, které dovlácel Majkl. Jelda béčko posunul o dvacet míst dopředu. A konečně jsme se dostal před Magnus, který byl od této chvíle disk. Pátý úsek se hodně povedl Dejlovi, který posunul štafetu na 62 místo. Béčko díky Majlovi se posunulo o další desítku vpřed, ten běžel na rozdíl od Steve beze světla. Víta na krátkém nefarstovaném udržel pozici a dal zapomenout na loňský neúspěch. V béčku běžel a držel místo Humlík. A díky dalšímu parádnímu úseku posunul Paly áčko na 57 místo a začalo být aktuální, zda bude ohroženo loňské umístění či dokonce padne padesátka? Arnošt posunul béčko na 263 místo. 8 úsek zaběhl dobře Martináč a posunul áčko zase blíže 50.

Klusy před startem svého 9 úseku:

Jak to vidíš?

Vidím v kostech, že to bude nesnadné.

A jak dopadnete?

(V pozadí Jenda: dobře, nebudou disk) Na cajk.

Klusy udělat poslední posun a přiběhl na čistém 50 místě a Miloš na 17km finiši předvedl také dobrý výkon a v obrovské konkurenci udržel 50 místo. Takže zlepšení o 4 místa. A příští rok?

No zatímco jsme na 8 úseku čekal na můj start, tak z lesa přiběhl Thierry za finský Kalevan Rasti pro první místo. Vyrážel jsem, když do cíle přibíhal na finiši Halden a Kristiansand. Bohužel jsme udělal několik (ne)vynucených chyb dlouhých a tak jsme nestihl předávku Adamovi o minutu a hromádák jsem míjel proti sobě. Přes můj tragický výkon jsme něco posunul vpřed béčko, Adam s Jendou posunuly místo na konečné nakonec pěkné 222 místo a finiš měli rovnou v autobuse, který okamžitě nabral směr Brno.

Cesta byla dlouhá a bez klasických vůdců jako Chrobák či Pally, zas tak legendární jako loňská nebude. Ale na slavení je čas někdy jindy... za rok!

Taky stojí za zmínku, že Chrobák doběhl s Kalevanem Rasti rovnou na první místo! Takže teď, když už má ten finský klub tohle zlato, snad nám Adama pustí, abychom mohli zdolat další švédskou noc! A Olaf se Söders doběhl 41. To už je skoro atakujeme, ne?

10MILA 2010 1.-2.5.2010:

Ungdom:

1 Raumar Orientering 1 NOR 2:14:02, 2 MS Parma 1 FIN 2:14:18, 3 Järle Ori-
entering 1 SWE 2:14:45, ...123 SK Zabovresky Brno 1 CZE 2:42:37
Damer: 1 IFK Lidingö SOK 1 SWE 3:51:57, 2 Ulricehamns OK 1 SWE 3:53:03, 3
Halden Skiklubb 1 NOR 3:56:41, ... 47 SK Zabovresky Brno 1 CZE 4:31:20 (Jana
Gebauerová, Věra Mádllová, Kateřina Chromá, Hana Hlavová, Eva Kabátová), ...
66 Magnus Orienteering 1 CZE 4:41:26, ...79 SK Praga 1 CZE 4:51:16, ... 104
Magnus Orienteering 2 CZE 5:00:11, ...136 SK Zabovresky Brno 2 CZE 5:15:31
(Markéta Tesařová, Kristýna Mervartová, Petra Koporová, Lucie Mezníková,
Barbora Hrušková), ...294 SK Zabovresky Brno 3 CZE 1 6:03:30 (Tereza Adám-
ková, Petra Palátová, Veronika Křístková, Marie Stratilová, Zuzana Hendry-
chová)

Herrar:

1 Kalevan Rasti 1 FIN 10:52:55 (Adam Chromý), 2 Kristiansand OK 1 NOR
10:59:21, 3 Halden Skiklubb 1 NOR 10:59:32, ... 50 SK Zabovresky Brno 1 CZE
12:39:55 (Jakub Zimmermann, Daniel Hájek, Michal Bialožyt, Štěpán Zimmer-
mann, David Kabáth, Vít Bravený, Jan Palas, Martin Stehlík, Matěj Klusáček,
Miloš Nykodým) ... 122 SK Praga 1 CZE 14:26:09, ... 222 SK Zabovresky Brno
2 CZE 1 16:02:39 (Tomáš Bořil, Jiří Otrusina, Pavel Brlica, Petr Jelínek,
Martin Majláth, Aleš Humlíček, Richard Pátek, Jan Drábek, Adam Kazda, Jan
Zháňal), ... Magnus Orienteering 1 CZE DISK

Je tomu pár dní, co mě Honza Drábek požádal o sepsání poznatků ze zahájení vydávání časopisu POLARIS. Nechápal jsem proč a ani jsem nechtěl věřit, že nedávno vyšlo již 100. číslo – ten čas opravdu letí. Zkusím tedy zapátrat v paměti a popsat pohyby a nápady, které předcházely prvnímu vydání našeho oddílového časopisu.

Mnozí z vás si to nepamatují, ale bývaly doby, kdy ZBM nemělo časopis a informace se tak šířily od úst k ústům a vzhledem k omezené paměťové kapacitě se množily chyby a nejasnosti. Velké a věhlasné světové oddíly už nějaký ten plátek měly, ale v Brně zatím ticho po pěšině.

Jako Alfréd Nobel, Bedřich Smetana nebo Michael Schumacher jsem chtěl i já, aby po mě něco zůstalo a budoucí generace mohly těžit z mých prvních krůčků. Rozhodl jsem se proto, že se do projektu s jménem oddílový časopis pustím. Řekl jsem si ale, že sláva může být až neúnosná (vydavatel Hugh Hefner se koneckonců stal vzorem mnoha mužů) a proto jsem potřeboval parťáka. Víc hlav víc ví a vymyslí více volovin a tak vzniklo duo KoBra (Kolbaba – Brabec)

Důležité bylo samozřejmě jméno. Názvy jako Řev Oktávy, Mladý Hlasatel nebo třeba Jantar nepřicházely naprosto v úvahu – musíme přece přijít na název, který je propojen s tou bláznivou aktivitou, která nás stojí 6 dní z každého týdne.

A proč jsme zvolili jméno POLARIS? Co vás zachrání, když zabloudíte v lese a nemůžete najít cestu do bezpečí? Mech na kmenech stromů? Ten buď vůbec nenajdete nebo je zase všude... Mraveniště? Zkoušeli jste se někdy podle tohoto kopečku zorientovat? Neřešitelná věc. A pokud nejste naprostí exoti, kteří s sebou nosí všude buzolu, tak vám zbude pouze ta jediná jistota na nebi – Severka. Nápad tedy byl na světě, stačilo jen zapojit jazyk vzdělanců a zrodil se POLARIS.

Prvních několik čísel vzniklo díky úžasné a novátorské grafice WordArtu. Nový výtvar progresivní redakce KoBra si mohlo dovolit jen pár vyvolených. V té době i 5 korun byly velké peníze. Díky štědrosti čtenářů jsme mohli konečně koupit vysněný kožený fotbalový balón a již nikdy jsme nemuseli hrát s podřadnou merunou. Rozšíření mezi širší veřejnost se POLARIS dočkal po zapojení soukromé tiskárny Jaroška pod vedením tiskařského mistra Zhusty – tento krok byl průlomový a my mu za to děkujeme.

Tímhle článkem bych dál rád poděkoval všem, kteří se na vydávání časopisu podíleli a podílejí. Je skvělé vědět, že tato činnost přináší radost již více než dekádu a jak hlásá jeden konkurenční plátek „Pražská podzemní šalina“ – Jak dočtete, pošlete ho do dalšího kola!

14. - 16. 5. - PÁ, SO, NE - M ČR sprint, ŽA, ŽB-M, GČP - sprint + klasická + krátká trať (TZL) - centrum: Zlín a Držková - start: PÁ: 16:00, SO: 11:30, NE: 9:30 - doprava: zvláštním autobusem v pátek v 13:00 od Bohémy - ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku - vedoucí: Libor Zřídka Veselý - terén: sprint - tovární areál s průmyslovou zástavbou, městská zástavba, městský park, terén s minimálním převýšením; krátká + klasická trať - kopcovitý, smíšený les (část bukové monokultury, hlavní hřeben louky); průběžnost a viditelnost dobrá (ztíženou v bukových hustnicích); občas kameny, v JZ části skalní útvary. - příjezd: okolo 17:00 v neděli

19. 5. - ST - mapový trénink (žactvo) - Soběšice - sraz: 16:15 - mapa: Panská lícha - typ tréninku: okruhy - doprava: bus č. 43 na zastávku „Útěchovská“

23. a 24. 5. - SO + NE - ŽA + GČP, ČPŠ - sprint + štafety + štafety + 6. Jihomoravská liga (ZBM) - centrum: Kohoutovice (SO), Babice u Rosic (NE) - start: SO dopoledne 10:30, odpoledne 16:00, NE 9:30 - doprava: SO - MHD, NE - individuálně - terén: SO - sprint - členitý terén střídající městskou zástavbu a sídliště + les, který je velmi dobře průběžný s množstvím erozních rýh a terénních detailů; SO - štafety - dobře průběžný, členitý terén s množstvím terénních detailů; NE - štafety - členitý terén s množstvím terénních a porostových detailů; terén je velmi dobře průběžný v rovinnějších pasážích, dobře průběžný v členitých pasážích.

!!! POŘÁDÁME !!!

26. 5. - ST - mapový trénink (žactvo) - Bystrc, „Stará dálnice“ - sraz: 16:15 - mapa: Dub troják - typ tréninku: hvězdice - doprava: bus číslo 50, 52 na zastávku „Stará dálnice“

26. 5. - ST - mapový trénink (dorost + dospělí) - Zbraslav - sraz: 16:30 u konečné tramvají ve Starém Lískovci (parkoviště u obchodního domu Billa) (tramvaj číslo 6, 7 a 8) - mapa: Zbraslav (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: paměťové tandemy - doprava: osobními auty - přihlášky do pondělí 24. května Zhustovi

27. 5. - ČT - běžecké testy SCM - dráha AC Moravská Slavia Brno (Staré Brno) - sraz: 16:00 - běh na 5km nebo 3km - doprava: tramvají číslo 2, 5, 6, 7 a 8.

29. - 30. 5. - SO, NE - ŽB-M - klasická + krátká trať (OOL) - centrum: Slavkov - start: SO: 11:00, NE: 10:00 - doprava: zvláštním autobusem v 8:00 od Bohémy - ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku - vedoucí: Libor Zřídka Veselý - terén: podhorský les, východní část plochý terén, v západní části hluboké údolí, dobrá průběžnost. - příjezd: okolo 17:00 v neděli

2. 6. - ST - mapový trénink (žactvo) - Soběšice - sraz: 16:15 - mapa: Kobylín 398 - typ tréninku: věšák-sběrák - doprava: autobusem 43, 57 na zastávku Soběšice „Klarisky“

2. 6. - ST - mapový trénink (dorost + dospělí) - Předklášteří - sraz: 16:30 v Řečkovicích u konečné tramvaje (tramvaj číslo 1) - mapa: Klínek (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: krátké postupy - doprava: osobními auty - přihlášky do pondělí 31. května Zhustovi

5. 6. - SO - 7. Jihomoravská liga (LBM) - Brno, Pisárky (areál VA u Anthroposu) - start: 10:30 - doprava: individuálně MHD - vedoucí: Jitka Kabáthová - příjezd: okolo 14:00

5. - 6. 6. - SO, NE - ŽA, GČP a nominační závody na MED a MSJ - krátká trať + klasická trať (BOR) - centrum: Velenice u Zákup - start: SO: 13:00, NE: 9:30 - doprava: zvláštním autobusem v 7:00 od Bohémy - ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku - vedoucí: Libor Zřídka Veselý - terén: členitý, s pískovcovými skalkami, kameny a značným množstvím dalších detailů. - příjezd: okolo 19:00 v neděli

9. 6. - ST - mapový trénink (žactvo) - Pisárky, Myslivna - sraz: 16:15 - mapa: Pisárky - typ tréninku: linie - doprava: č. 68 na zastávku „Myslivna“

9. 6. - ST - mapový trénink (dorost + dospělí) - Rudka u Kunštátu - sraz: 16:30 v Řečkovicích u konečné tramvaje (tramvaj číslo 1) - mapa: Kříb (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: souboje - doprava: osobními auty - přihlášky do pondělí 7. června Zhustovi

12. - 13. 6. - SO, NE - M ČR na krátké trati - krátká trať (TJN) - centrum: Lučany - start: SO: 12:00, NE: 9:00 - doprava: zvláštním autobusem v 6:00 od Bohémy - ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku - vedoucí: Libor Zřídka Veselý - terén: horský, kamenitý, všechny druhy prostupnosti. - příjezd: okolo 19:00 v neděli

16. 6. - ST - mapový trénink (žactvo) - Univerzitní kampus - sraz: 16:15 - mapa: Kamenka - typ tréninku: COB - doprava: autobusem 60, 61 nebo 82 na zastávku „Univerzitní kampus sever“

16. 6. - ST - mapový trénink (dorost + dospělí) - Bystrc, Obora - sraz: 16:30 v Bystrci na parkovišti u zastávky tramvaje „Přístaviště“ (tramvaj 1, 3, a 11) - mapa: Veverčí (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: Švýcarská hra - doprava: osobními auty - přihlášky do pondělí 14. června Zhustovi

19. 6. - SO - ŽB-M - klasická trať (VBM) - centrum: Veverské Knínice - start: 12:00 - doprava: zvláštním autobusem v 10:00 od Bohémy - vedoucí: Libor Zřídka Veselý - terén: typický středoevropský terén, středně členitý, v severní části prudké svahy, hustá síť komunikací, terénní i porostové detaily. - příjezd: okolo 17:00

20. 6. - NE - ŽB-M - krátká trať (SKM) - centrum: Veverské Knínice - start: 9:30 - doprava: zvláštním autobusem v 8:00 od Bohémy - vedoucí: Libor Zřídka Veselý - terén: typický středoevropský terén, středně členitý, v severní části prudké svahy, hustá síť komunikací, terénní i porostové detaily. - příjezd: okolo 15:00

23. 6. - ST - mapový trénink (žactvo) - Kohoutovice, Pavlovská - sraz: 16:15 - mapa: Kohoutky - typ tréninku: sprint - doprava: trolejbusem 29, 37 nebo autobusem 50 na zastávku Kohoutovice „Pavlovská“

26. 6. - SO - 9. Jihomoravská liga (PZR) - Žďár nad Sázavou - start: 10:00 - doprava: bude upřesněna - vedoucí: Jitka Kabáthová

TRÉNINKY OD 6. DUBNA → KONEC ČERVNA 2010

Den	Doba	Skupina	Typ tréninku	Místo
Po	15:30 – 17:00	Zhusta	běžecský	Žabovřesky – Rosnička
Út	17:00 – 18:30	Zhusta	běžecský	BCVČ Lesná – Milénova
St	16:15 – 18:00	všichni	mapový	okolí Brna – viz rozpisy
Čt	14:00 – 15:00	začáteč.	tělocvična/hřiště	tělocvična ZŠ Kotlářská
	16:00 – 17:30	žactvo	běžecský – dráha	Žabovřesky – Rosnička
	16:00 – 17:30	Zhusta	běžecský – dráha	Žabovřesky – Rosnička
	20:00 – 21:30	Zhusta	hry (jen duben)	Právnická fakulta, Veverí
Pá	18:00 – 20:00	Arnošt	florball/basketbal	tělocvična ZŠ Kotlářská
So	–	všichni	závody OB	–
Ne	–	všichni	závody OB	–

STŘEDEČNÍ MAPOVÉ TRÉNINKY – ŽACTVO

19.5.2010	PANSKÁ LÍCHA	Soběšice „Útěchovská“, bus 43	okruhy	16:15
26.5.2010	DUB TROJÁK	Kohoutovice „Stará dálnice“, bus 50, 52	hvězdice	16:15
2.6.2010	KOBYLÍN 398	Soběšice „Klarisky“, bus 43, 57	věšák-sběrák	16:15
9.6.2010	PISÁRKY	Pisárky „Myslivna“, bus 68	linie	16:15
16.6.2010	KAMENKA	Univerzitní kampus sever, bus 60, 61, 82	COB	16:15
23.6.2010	KOHOUTOVICE	Kohoutovice „Pavlovská“, bus 29, 37, 50	sprint	16:15

Letní prázdniny

1.9.2010	DUB TROJÁK	Kohoutovice „Pavlovská“, bus 29, 37, 50	okruhy	16:15
8.9.2010	AUŠPERSKÝ POTOK	Žebětín „Rišova“, bus 52, 54	hvězdice	16:15
15.9.2010	KOBYLÍN 398	Soběšice „Útěchovská“, bus 43	linie	16:15
22.9.2010	PANSKÁ LÍCHA	Lesná „Panská lícha“, bus 57	COB	16:15

STŘEDEČNÍ MAPOVÉ TRÉNINKY – DOROST+

19.5.2010	–			
26.5.2010	ZBRASLAV	Zbraslav	paměťové tandemy	S 16:30
2.6.2010	KLÍNEK	Podklášteří	krátké postupy	Ř 16:30
9.6.2010	KŘÍB	Rudka u Kunštátu	souboje	Ř 16:30
16.6.2010	VEVEŘÍ	Brněnská přehrada, Obora	Švýcarská hra	B 16:30
23.6.2010	–			

Letní prázdniny

1.9.2010	FERDINAND	Babice u Rosic	I. úsek štafet	S 16:30
8.9.2010	RAKOVECKÉ ÚDOLÍ	Bukovinka	rozdělená trať	L 16:30
15.9.2010	BÍLÝ POTOK	Hvozdec	neúplná mapa	B 16:30
			rozložený	III.
22.9.2010	DEBLÍN	Deblín	úsek štafet	Ř 16:30

Základní charakteristika tréninků "dorost":

- 1) Odjezd je vždy v uvedeném čase z místa uvedeném ve čtvrtém sloupci:
 B-odjezd z parkoviště u zastávky „Přístaviště“ v Bystrci, tramvaj číslo 1, 3 a 11
 L-odjezd od zastávky „Jírova“ v Líšni, tramvaj číslo 8
 Ř-odjezd od konečné tramvaje číslo 1 v Řečkovcích
 S-odjezd z parkoviště u Billy na konečné tramvají číslo 6, 7 a 8 ve Starém Lískovci
- 2) Přihlášky na každý trénink nejpozději do pondělní půlnoci Liboru Zřídka Veselému - 604 996 773, zr@jaroska.cz
- 3) Informace o dopravě vždy v úterý na tréninku ZBM nebo od úterý na internetových stránkách ZBM.
- 4) Na kontrolách budou SI (nezapomínejte svoje SI čipy).
- 5) Mapy budou vždy připraveny v mapníku a s popisy kontrol.

PRO AKTUÁLNÍ INFO → <http://www.sky.cz/zhusta>

 POLARIS / KVĚTEN 2010 / ROČNÍK XII. / # 101
 team Zhusta, Honza Drábek & Filip
 kontakt zbm.polaris@seznam.cz
 web <http://www.sky.cz/zhusta>



CUT HERE →



TIOMILA 2010

