

POLARIS ³/₂₀₁₃

ČASOPIS ORIENTAČNÍCH BĚŽCŮ KLUBU SK ŽABOVŘESKY BRNO / ROČNÍK XV. / #126

MAKY FIŠEROVÁ / VT VELIKONOCE / CZE



Rozhovory: Maky Firešová, Chrobák, Chlup • Lipica Open, Adamna cup • BBP Myslivna • Prígl • VT Velikonoce • Jml Rudka u Kunštátu, Předkláštěří, Tišnov • Cesom • MČR v NOB

* * * * *

ÚVOD / Honza

* * * * *

Prvním mistrovstvím České republiky je posledních pár let nočák. Tak i letos jsme se vydali na tento závod. A rozhodně jsme nelitovali. Adam vyválčil zlato, když porazil své parťáky z repre o kousek, a zbytek pole o parník. 6 sekund na Beta i s ražením do mapy je dost těsný výsledek. Druhé místo dovezla z Dolního Bousova Barča. Vlastně první místo, mezi závodnicemi z republiky. A bronz přidal ještě v domácím terénu Chlup. I další výsledky jsou pěkné! Páté místo Vítí A Maky! Šestá doběhla, mezi o dva roky staršími soupeřkami, Maky Firešová. A šestý byl i Pavlík!

A také se rozeběhlo zcela jaro. Po zrušení Jarního poháru i mistrovství Moravy byly první závody až oblže. Prvně u Rudky u Kunštátu, druhý v Předklášteří a třetí sprint v Tišnově. Jak už bývá zvykem, na tyto závody moc elitáci nejedí, takže ve výsledkách na stupních vítězů jsou převážně holky. Ale i tak se dařilo.

Někdo se vydal i na tradiční jarní CESOM, tentokrát se se sprintem v Blavě a klasickou tratí v tradičním šaštínském lese...

U Pzně proběhlo také tradiční velikonoční soustředění, i když letos bylo dost zmrzlé, tím jak byly Velikonoce brzo. V tu dobu, vlastně i to týdne později se dalo v Brně ještě lyžovat. :-)

A ještě předtím už skoro za jarního počasí proběhlo poslední kolo BZL na Bílendě. A doběhli jsme závěrečná kola bébépěček.

Tvář z obálky **Maky Firešová**

Maky, gratuluji k super výsledku z nočního! Dobrý pocit porážet starší holky, ne?

Je pravda, že jsem to nečekala. Myslela jsem si, že budu ráda když budu do půlky a ani v lese se mi nezdálo že bych to šla moc dobře, takže to bylo milé překvapení.

Podle mezičasů jsi jedinou velkou chybu udělala na jedničku. Co se stalo v lese?

Asi jsem si ze začátku špatně posvítila na buzolu, protože jsem vyrazila trochu špatným směrem a taky jsem byla nervózní, tak se ten první postup prostě moc nepodařil.

A jak ses poprala s tím, že se běželo „bez reflexů“. Přece jen všechny nočáky máme s nimi a teď najednou chyběly.

Nebylo to tak hrozný. Ono je jedno jestli uvidím malý zářivý bod, nebo velký lampion.

Ještě dopoledne jsi běžela oblž na Klínku. Jak se ten podařil?

Trať byla jednoduchá, takže se mi to celkem povedlo.

Jaké bylo Velikonoční soustředění?

Soustředko se mi líbilo, hlavně jsem zjistila, že dokážu běžet v noci sama, což jsem se předtím neodvážila.

* * * * *

LIPICA OPEN / Miloš

* * * * *

Zamlžené Slovinské poskakování

Je tomu už celkem dlouho, co jsem s národákem vyrazil na soustředění do teplejších krajů, přesněji do Slovinska na Lipica open a nějaký to poběhání před tím. Tentokrát se jelo na dvě poloviny. Od pondělka a od středy pro studující a pracující. Já jel převkypivě až od středy.. Protože jsem musel po Portugalsku a Turecku dost dohánět do školy.

Předpověď počasí byla dost nemilá. Déšť po celou dobu soustředění určitě nepotěší ani největší milovníky vodních radovánek. Ale musím říct, že jsme měli dost velké štěstí. Při každé cestě na trénink bylo neskutečně hnusně. Mlha, že nešlo vidět skoro ani ne předeek auta a děsnej chcanec, ale když jsme dojeli na místo, tak se vždycky udělalo hezky, aspoň na tolik, že přestalo pršet. Sluníčko se sice za celou dobu neukázalo, ale teplo bylo. Přes deset stupňů pokaždé, takže ti nejotužilejší mohli celou dobu běhat jenom v drezíku, což je po dlouhé zimě dobrý pocit.

Takovou zajímavostí by pro vás mohlo být, že s námi měli jet i Lundanes a Daehli. Ale Lundanes se v Portugalsku přetrénoval, takže dorazil jen Magne. I to nás ale nakoplo k tomu předvést co v nás je.. Magne se ale rozhodně neztratil. Na závodech v celkovém pořadí skončil druhý, když vyhrál druhou etapu (KT). Vyhrál Olaf, třetí Bet a čtvrtej jsem byl já. Spokojenost s umístěním, ale výkony mohly být ještě o něco lepší. Člověk nemůže být nikdy spokojenej, když tam udělá nějakou tu chybu. :D

A jako tým jsme vyhráli obrovskou sušenou šunku. Takže to na úvodním srazu pěkně rozjedeme.



* * * * *

ADAMNA CUP / Honza

* * * * *

Poslední kolo letošní zimní ligy nás zavedlo na Bílou Horu do Juliánova. Po minulém BZL v Modřicích, běhu ve sněhové vodě, nás přivítalo skoro jarní počasí. Skoro modro, krásně hrálo sluníčko. Jen ostrý studený vítr tuto jarní idylku kazil. Toto počasí vytáhlo na Bílendu stěží uvěřitelných 178 závodníků! Skoro oblž!

Závod se měl odehrávat jen na Bílendě a žádné zabíhání do paneláků. Jak to tu znám, tak jsem se obával louky směrem ke spalovně, která je zarostlá spleť keřů, akátů a podobných příjemných věcí. Naštěstí se ukázalo, že příroda ještě spí a tak jde tuhle v létě stěží překonatelnou džungli, proběhnout celkem v pohodě.

Velmi jsem se těšil na závod. Domácí terén, takže bych mohl zazářit. :-) Pece jen to tu znám. Hlavně nechodit přes pomník, že! Adam také vyhlásil soutěž o nejlepšího drtiče ze sběrky do cíle. Tak se budu snažit.

Jedničku v mapě nacházím, teprve když vyběhám z brány skautského střediska. Čára vede přímo přes pomník. Aha! Jasný, že oběhnout! Bohužel z cesty sbíhám zbytečně brzo a tak ještě pohledám. Ale v pohodě, další dvě kontroly a od čtyřky to začíná. Vbíhám do zelenožlutého pekla. U pětiky je přede mnou plno lidí. Koukám na buzolu a jdu na šestku, tu je! Běžím dál a naedjnou přede mnou je kontrola. To není osmička, ten kód neodpovídá! Aha, to je teprve sedm, osm je až dále. Kontroly naskakují a jdu na 11 a vyběhám z napalmu! Drtím tmavě zelený hustník a razím 12.

Jasný, 13. Po cestě kolem plotu a pak zahnu a jsem na ní. Hm že, by to byla ona odbočka? O pět minut později... (Po nějakých těch ostřejších slovech, vyběhnutí z mapy a podobně...)

„Jo tady je! Humlík sakra!“

Dres nedres běžím na pláň, dvě kontroly, pod čarou cesta není vidět, ale je tam! Beru ji, dolů sbíhat nebudu, drtím hustník, razím kontroly kolem pomníku, ještě zakufrovat na sběrku, orazit a valid dolů.- Hrotím to, co to jde. V cíly dost naštvaný, nepovedlo se.

A pak ještě Danáč mě porazil na sběrce o 4 sekundy. Ale druhý čas, tak aspoň něco.

Super závod a člověk se může ztratit i tam, kde to tak zná.

18. března. Napadlo asi 30 cm sněhu... vánice přes celý den. Hm zajímal by mě dnešní čas. :-D

Adamna cup 17.3.2013 Bílá hora

1. Hana Hlavová 19:46, 2. Eva Kabáthová 20:47, 3. Barča Hrušková 21:52, ...6. Adéla Štěpánská 22:46, 8. Markéta Tesařová 23:12, 9. Jindra Hlavová 23:34, ...11. Kateřina Chromá 25:39, ...13. Lucie Mezníková 26:32, ...17. Markéta Firešová 28:16, ...20. Veronika Křístková 29:17, 21. Zuzka Hendrychová 30:57, ...23. Hana Kočová 32:21, ...27. Markéta Uhnová 34:03, ...32. Léňa Koporová 36:14, ...38. Lenka Dosedělová 42:59, 41. Lenka Kočová 44:03, 42. Hana Nedbálková 44:04, ...47. Eva Chromá 50:10

1. Daniel Hájek 15:02, 2. Adam Chloupek 15:48, 3. Štěpán Hrobař 16:39, ...5. Libor Žříd-kaveselý 17:18, 6. Vít Bravený 18:15, ...9. Michal Bialožyt 19:32, 11. Lukáš Chvátal

20:12, ...12. Jaroslav Brabec 20:27, 18. Adam Kazda 21:45, 20. Jan Drábek 22:08, 22. Jaroslav Koča 22:46, 23. Jenda Zháňal 22:54, 24. Aleš Humlíček 22:56, 35. Martin Dvořák 27:04, 36. Tomáš Liščinský 27:38, 43. Jan Komenda 29:21, 44. Jiří Šafek 29:25, 47. Aleš Finstrle 30:52, 49. Ivo Cívárek 31:04, 50. Tomáš Humlíček 31:21, 51. Svatoš Coufal 32:22, 72. Jáchym Coufal 58:48, Ondřej Švirák DISK

1. Monika Blažková 17:47, 2. Adam Zřídka veselý 17:54, 3. Jakub Komenda 19:00, 5. Luboš Doseděl 20:27, 6. Pavla Humlíčková 20:49, 7. Radim Cívárek 21:24, 10. Martin Zřídka veselý 22:03, 12. Filip Finstrle 22:34, 13. Denisa Finstrlová 22:41, 35. Soňa Mácalová 49:48, 36. Natálka Nimrichterová 50:48, 37. Lucie Finstrlová 51:21:00

Konečné výsledky BZL 2012/2013

D: 1.Eva Kabáthová 270, 2.Magdaléna Tužilová 207, 3.Lucie Matulová 194, 4.Adéla Štěpánská 171, 6.Hana Hlavová 154, 7.Kateřina Chromá 147, 8.Zuzka Hendrychová 119, 9.Jindra Hlavová 114, 9.Markéta Tesařová 114, 13.Lěňa Koporová 98, 17.Lenka Kočová 93, 18.Barča Hrušková 91, 20.Lucie Mezníková 88, 22.Hana Kočová 86, 23.Hana Nedbálková 82, 23.Markéta Uhnává 82, 30.Markéta Firešová 67, 31.Petra Koporová 63, 34.Adéla Indráková 60, 35.Veronika Křístková 55, 36.Jana Jiráčková 53, 44.Petra Tvarůžková 39, 47.Věra Mádlová 37, 48.Barbara Stachoňová 35, 55.Jitka Kabáthová 29, 62.Eva Malivánková 24, 85.Kristýna Moravcová 11, 103.Eva Chromá 0,

H: 1.Ondřej Švirák 197, 2.Adam Chloupek 172, 3.Jiří Zelinka 169, 6.Jan Drábek 151, 8.Libor Zřídka veselý 140, 14.Vít Bravený 110, 19.Jaroslav Koča 83, 21.Aleš Humlíček 80, 23.Jakub Zimmermann 76, 25.Daniel Hájek 70, 25.Jaroslav Brabec 70, 25.Miloš Nykodým 70, 28.Adam Kazda 68, 30.Adam Chromý 60, 30.Jenda Zháňal 60, 34.Tomáš Liščinský 56, 42.Martin Dvořák 42, 43.Martin Stehlík 40, 45.David Kabáth 39, 48.Michal Bialožyt 37, 52.Lukáš Chvátal 35, 55.Richard Pátek 34, 61.Alexandr Jordanov 32, 64.Aleš Finstrle 30, 79.Jiří Šafek 19, 85.Lukáš König 17, 117.Jan Komenda 3, 121.Václav Štěpánský 1, 123.Hájek Petr 0, 123.Tomáš Humlíček 0

HDR: 1.Martin Ondrouch 177, 2.Adam Zřídka veselý 172, 3.Luboš Doseděl 147, 12.Martin Zřídka veselý 88, 27.Pavla Humlíčková 40, 58.Jošť Kroutil 21, 60.Tadeáš Kroutil 20, 68.Soňa Mácalová 11, 69.Natálka Nimrichterová 10

BBP MYSLIVNA / Jerry

Byla zima. Dost. V pondělí před závodem nasněžilo, rekordně, takovou kalamitu Brno, myslím, dlouho nevidělo. Pak to roztálo a pak zmrzlo. Přípravě podkladu trati se tedy počasí věnovalo náležitě.

Hned po příjezdu na Myslivnu jsem zjistil, že je na místě výjimečně hodně orientáků, což bylo dílem jistě způsobeno zrušením jarního poháru. Při pohledu na rozklusávajícího se Beta a Miloše jsem na okamžik zalitoval, že jsem na místě jako závodník a nikoliv jako fanoušek. Bylo mi totiž jasné, že orientáči budou mít navrch. Tyto domněnky

se také potvrdily už na pětce. Jako první z lesa vyběhl Kuba Hruška, který si s pohodlným náskokem pohlídal vítězství. Druhé místo jistil rovněž orienták Pavel Záděra. Tři nejlepší ženy doběhly prakticky spolu, všechny během deseti vteřin. Nadvládu orientáků potvrzovala třetím místem Lucka Matulová a také čtvrtá Adélka Indráková.

Dlouho jsem řešil obutí, vybrané orientky se ukázaly být vzhledem k různorodosti podkladu (většinou zpevněný, ale místy ledík či blatíčko) optimální volbou. Abych se vyhnul úvodnímu špuntu, na startu jsem se postavil víc dopředu, než je obvyklé, i když jsem tušil, že budu muset běžet trochu rychleji. Nakonec to nebylo tak zlé, běželo se mi celkem dobře. Když jsem ve druhém kole pod kopcem před sebou uviděl Jaguára (vždycky jsem si myslel, že se jedná o Martináče, ale ježto čtu moderní časopisy, dovtipil jsem se, že časy se mění), v tu chvíli jsem myslel, že mám z vyčerpání halucinace. Abych se ujistil, do kopce jsem značně přidal, abych po pár stech metrech zjistil, že mě zrak nešálil, když jsem Jaguára doběhl. Spolu jsme pak běželi až téměř do cíle.

Letos se mi opět potvrdilo, že Myslivna je nejhezčí z celé série závodů brněnského běžeckého poháru, svým profilem určitě vyhovující nám, orientákům. Za rok bude snad trochu příjemnější počasí, i když za zmínku jistě stojí, že se podmínky nelíbily především atletům, orientáči byli spokojeni a někteří (příkladně Dejv) přímo nadšení. K výsledkům nezbyvá než dodat, že s náskokem asi půl kilometru zvítězil Bet.

Běh kolem Myslivny 24.3.2013

10km: 1. Procházka Jan 35.04, 11. Brlica Pavel 38.59, 13. Liščinský Tomáš 39.23, 16. Bravený Vít 39:47, 26. Kabáth David 41:04, 38. Zháňal Jan 41.52, 62. Koča Jaroslav 45.27, 70. Stehlík Martin 46.00, 142. Dvořák Martin 52.51

5km: Hruška Jakub 19.36, 49. kočová Lenka 25.47, 56. Kabáthová jitka 26.50, 88. Kočová Hana 30.06, 89. Křístková Veronika 30.07, 94. Malivánková Eva 30.24

* * * * *
VT VELIKONOCE / Martináč
* * * * *

Na napsání tohoto článku mám bohužel přesně 10 minut, zřejmě se to projeví na kvalitě. Letošní Velikonoce hodně zavánely lyžováním. Ještě jsme trochu přemýšleli, jestli by nebylo lepší vyrazit lyžovat na Praděd. Sněhu všude stále přibývalo. Nakonec ale vidina mapových tréninků po zimní přestávce a společenských zážitků zvítězila. A vyplatilo se.

Naše auto dorazilo rovnou na páteční nočák, co se stalo předtím, nevím. Nočák byl super a naladil mě do dalších tréninků. Pak jsme vyrazili zpátky do ubytovny prohledávat, kdo kde a proč bydlí a taky se konečně najíst. Všechny další tréninky probíhaly v poklidu, byly jsme asi jediný oddíl v republice, který trénoval bez sněhu. Kosa ale většinou stála za to.

Pro některé významnou událostí byl jeden večer strávený u Risku. Pamětníci zavzpomínali, ostatní statečně zastoupili tradiční hráče typu Danáč, Zelda či Kuba Bludy Pracný. Artur se snažil hájit domácí Ural, ale vyhrál jsem já. Stálo nás to spánkový

deficit, ale stálo to za to Jinak bylo všechno pohodový. Chromí většinou double-datili s Palasovými.

Na Velikonoce jsme mrskali. Pak čekali, zda-li nám avizovaná kalamita zasype naši panelovou cestu domů, ale všechno dobře dopadlo. I štafety.

Mějte se všichni pěkně a ještě předávám slovo Janči, já už musím, 10 minut uteklo jako voda.

A já bych ráda dodala, že Martináčovi ty velikonoční soustředění moc nejdou. Letos sice nesjížděl řeku jak před dvěma lety, ale za to hrál celou noc Risk a výsledek byl úplně stejný – dovezl si domů nemoc, ze které se další týden léčil.

* * * * *
FINÁLOVÉ BBP NA PRÍGLU / Honza
* * * * *

Na Velikonoční nedělu Moravu zasypal sníh. Výsledkem bylo, že jsem nejen v pondělí, ale i ve čtvrtek 4. dubna byl lyžovat na Hádech. A jelo to náramně! Na druhou stranu nám bylo zrušeno zemské mistrovství... Tak snad za rok!

Otázka co s volnou sobotou? Že bych šel na bbp? No svůj blok odporu vůči bbp jsem letos prolomil, tak proč ne zdvojnásobit svoji hojnou účast? Tedy v sobotu vyrazím do Bystrce. Je to dál než do Kuřimi, co se dá dělat.

Podle profilu a podle popisu přesně vím, co mě čeká. Výběh na říšovku, poté ještě trochus e kousnout k Helenčině studánce, je tam nějaký seběh a zase zpět. Po asfaltce, ale co.

Na začátku ještě stihnu start holek, pak se převléct, trochu rozklusat, ať s eneřekne, start je posunutý a pak vyběhnout. Nedělám chybu, jako minule a necpu se příliš dopředu. No ale do kopce to jde samo, takže předbíhám a až někde za značkou otočky 5 km trati už běžím ve skupince, kde běžíme stále stejně rychle. Trať dost často vede jen ve vyjetých kolejích, protože všude je plno sněhu. Takže se ani nedá přebíhat. Za Říšovkou ještě asfalt občas zmizí. Ale to mi nedělá moc problémy. Po otočce už nás čeká jen kratičkový výběh a seběh dolů. Hm a tam z kopce mě všici začnou předbíhat... škoda no. Ještě urvu jedno místo pře menším výběhu před silnicí a je konec. Pěkný závod. Tak třeba za rok. :-)

Vyhlašování bylo umístěno na dost pochybném místě, mole a stupně vítězů se povážlivě houpaly. Nakonec to nedalo jedné pořadatelce se na začátku dubna vykoupat v Příglu a skončila ve vodě.

SOUDEK Vinice-Hnanice 6.4.2013

10km: 1. Kohut Jan 34.30, 9. Liščinský Tomáš 36.07, 18. Bravený Vít 38.03, 63. Drábek Jan 42.55
5km: 1. konečný Petr 18.48, 9. Chromá Kateřina 20.27, 38. Kočová Lenka 23.43, 46. Koporová Lenka 25.13, 65. Mezníková Lucie 27.27, 70. Kočová Hana 28.00

Celkové výsledky BBP 2012/2013:

10km : 1. Kohut Jan 2971, 11. Liščinský Tomáš 2676, 19. Bravený Vít 2633, 189. Stehlík Martin 1523, 221. Brlica Pavel 1328, 226. Zháňal Jan 1275, 227. Kabáth David 1275, 251. Koča Jarsolav 1138, 316. Drábek Jan 772, 336. Pátek Richard 713, 366. Dvořák Marti 627, 401. Chloupek Adam 490, 435. Bialožyt Michal 426

5km: 1, Konečný Petr 2970, 37. kočová Lenka 2432, 85. koporová Lenka 1999, 86. Ksabáthová Jitka 1998, 91. Nedbálková Hana 1899, 98. Kočová Hana 1779, 111. Hrušková Barboira 1621, 123. Hruška Jakub 1454, 136. Jahoda Vojtěch 1273, 179. Křístková Veronika 771, 215. Chromá Kateřina 460, 251. Gebauerová Jana 417, 275. Mezníková Klucie 398, 307. Malivánková Eva 368,

NA BUŘT CUPU JEDINĚ BUŘTY / Jenda

Po sérii zasněžených a posléze zrušených závodů jsme se konečně dočkali prvního oblže. Většina Žabiňáků natěšená ze středečního tréninku (souvislých 5-10cm sněhu) na parádní stopovačku nebo rovnou loby ostrouhala, protože sluníčko svítilo na krátký rukáv a všechen sníh asi vysublimoval. Takže v lese nebylo ani zdaleka tak mokro jak by se slušelo. Tratě byly pěkné, spíše lehčí. H21 dokonce s výměnou mapy, to jsem na oblži zažil snad poprvé. V lese bylo krásně, tak jsem si pobyt několikrát prodloužil. Několika dalším se zase líbily kontroly v lomu a tak tam pobývali i celé minuty navíc. A vězte že kroupy, které přišly těsně před vyhlášením přišly jen proto, aby mi mohly padat do trenek, ve kterých jsem se vyskytoval pouze oněch 30 vteřin slabšího počasí. Taky uzžený bůček byl na mě asi našťvaný, že jsem si ho dal, místo klasického buřta a přivodil mi druhou a o hodně rychlejší tréninkovou fázi, ale to už jsem u úplně jiné akce, o které třeba někdy jindy...

13.4.2013, Rudka u Kunštátu

D14: 1. Firešová Markéta 29.45, 2. Grycová Kateřina 35.00, 3. Auermüllerová Anna 37.30, 4. Malivánková Eva 48.11, ...7. Baštařová Anna 64.53; D16: 1. Nedbálková Hana 37.39, 2. Odehnalová Klára 41.37, 3. Chroustová Šárka 42.25; D21C: 1. Hlavová Jindra 57.29, 2. Hlavová Hana 57.30, 3. Horčíčková Vendula 61.30, 7. Hrušková Barbora 67.03, 8. Palasová Petra 67.46, ...13. Uhnává Markéta 74.57, 14. Stachoňová Barbara 75.56, 15. Kočová Hana 81.06, ...21. Kočová Lenka 106.43; D45: 1. Janotová Dobra 46.21, 2. Galíková Jana 48.49, 3. Ostřanská Iveta 50.40, 4. Kabáthová Jitka 56.27

H10: 1. Milán Jakub 14.39, 2. Urbánek Adam 16.53, 3. Gryc Ondřej 17.57; H12: 1. Štábl Adam 21.14, 2. Milán Tomáš 21.20, 3. Klígl Radim 23.51, ... 5. Humlíček Tomáš 24.47, 6. Coufal Jáchym 26.13, 7. Soška Petr 27.04; H14: 1. Šrámek Ondřej 32.04, 2. Hlaváč Ondřej 36.06, 3. Řičný Vojta 37.24, 5. Komenda Jan 39.15; H16: 1. Otruba Vojtěch

57.14, 2. Soška Marek 67.24, 3. Šplíchal Marek 68.03; H21C: 1. Bra-
vený Vít 55.52, 2. Čech Radovan 57.15, 3. Henek Vladan 57.37, ...6.
Palas Jan 59. 21, ...10. Zháňal Jan 62.51, ...17. Drábek Jan 67.15,
...20. Hruška Jakub 69.42, ...25. Liščinský Tomáš 74.02, ...29. Koča
Jaroslav 79.56, ...32. Humlíček Aleš 84.32, ...37. Dvořák Martin
92.16, ...39. Šafek Jiří 96.38;H21D: 1. Ptáček Pavel 46.45, 2. Špi-
čák František 49.18, 3. Otruba Karel 49.55, ...6. Jordanov Alexandr
56.33; H35: 1. Milán Pavel 57.25 , ...12. Pátek Richard 77.23, ...MS
König Lukáš DISK; H45: 1. Grepl Ladislav 52.00, ...21. Coufal Svatoš
90.07
HDR: 1. Komenda Jakub 22.42, 7. Koča Vojtěch 28.30, 10. Kočová Klá-
ra 30.48, 11. Stašková Sára 31.05, 18. Nimrichterová N 32.49, 24.
Humlíčková Pavla 35.00

* * * * *
JAK JSME JELI NA CESOM / Adélka I.
* * * * *

Bylo nebylo, prostě mi nezbylo než se v sobotu sbalit a jet na sraz. Jela jsem tip top na čas, protože jsem věděla, že stejně všichni přijdou pozdě. A tak mne překvapilo, když jsem byla poslední na srazu já. Nicméně jsem si nedělala těžkou hlavu, protože jsem tušila, že stejně bude trvat, než se z Brna vymotáme a trefíme na místo závodů. No a tak jsme minuli nájezd na dálnici a jeli zkratkami náblížkami a různými cestičkami až do Bratislavy. Cestou mne napadlo, že vlastně není jisté, kde zaparkujeme a taky jsme potom v Bratislavě jezdili z uličky do průjezdu a z průjezdu do uličky, než jsme auto někde nechali. V centru závodů byly startovky a pokyny, taky záchody a stánky, tak jako vždycky. A jako někdy byl v centru start i cíl a dokonce poblíž divácká kontrola. No, určité tušíte, že jsem se převlíkla, rozcvíčila a vyrazila do lesa, vlastně spíš do města. A že jsem běžela a chybovala a taky ke konci nemohla a těšila se do cíle. A že by nemohly být závody bez závad, nerazila některým sběrka. Mně naštěstí razila. Jen co jsme se vyklusávali, bylo nám jasný, že noc si odbručíme na ubytku v Senici u místňáků. A že večere bude po skrovnu a chuť na dobrý mok veliká. A taky že se ráno bude muset vstávat. A tak jsme v neděli vstali a jeli na závody tentokrát do vesničky za rohem. No a to by bylo, abychom na těch deseti kilácích bloudili, takže jsme raději nebloudili. V centru nás čekalo to co včera, jen start byl poněkud dalej. Moje popříjezdová situace se opakovala, já se převlíkla a rozklusala a hurá do lesa. A jako včera jsem běžela a chybovala a tak bylo jasný, že na bedně nebudu. Stejně jako bylo jasný, že se po vyhlášení sbalíme a vyfíčíme zpět směr Brno. Tak jako vždycky, pánové! (A dámy)

* * * * *
TŘIKRÁT A DOST / Honza
* * * * *

Už kdysi dávno (tak před necelým měsícem) jsem se přihlásil na jednu dubnovou sobotu na oblž – krátkou a sprint. Ještě tam tak provokativně blikala přihláška na MČR v nočním. Dlouho jsem odolával. Ale jsem už dost starý.. abych posoudil, co dám a co ne. Tak jsem v poslední chvíli se také přihlásil. Nebo ne?

No uvidíme.

V pátek před závody jdu raději spát brzo, něco po deváté jsem už v posteli a ještě chvíli ku si čtu. Což se ukáže být dosti obrovitánskou chybou...

Dopoledne nás čeká krátká na Klínku. Vyrážíme tedy jednou vlakem do Tišnova, pak dojít na sjezdovku. Obloha je sice dost zatažená, ale protože máme stan, tak neprší. Je to společný závod s vysočinou, takže je tu celkem dost lidí.

Na start se jde, běžet fakt nejde, jen do kopce. Aspoň budeme mít závod převážně z kopce. I když 150 m převýšení rozhodně taky nevypadá, že by mělo být zadarmo. Narozdíl od minulého týdne, kdy jsem šel s Jendou na start a přišel minutu před svým startem, tak mám slušnou rozervu. I na rozcvičení!

Po startu vyrážím po cestě k lampionu, minu ho a ne a ne najít start. Sakra! Konečně ho nacházím a vida, jde se po cestě, po které běžím. Super. Les ještě není vůbec zarostlý, takže jsou kontroly krásně z dálky vidět. Můj obvyklý problém s jedničkou tedy odpadá. Na dvojku následuje nepřijemné stoupání. To přejde do traverzu ke trojce, ale pak se mu už nevyhnu. Další dvě kontroly rychle naskočí a vybíhám na nejvyšší bod závodu. Přes srážky valím, co to dá, k dalším dvěma kontrolám. Po nich následuje zlomový postup tratě. Čára jde přes hustníky, pod čarou se nabízí krásná obíhačka po cestě. Volím, ale kratší cestu zleva. To znamená, že musím na začátku vyběhnout nějaké vrstevnice, ale pak to jde jen z kopce. Paráda. Další kontrola naskakuje jako po másle. Následuje postup na výrazný strom a odsud běžíme na kamenný pás. Trochu zpomaluji, ale první kontrolu, i druhou nacházím krásně. (Když se pak dívám na mezičasy, tak tu držím ještě 4. místo! Dobrý, co?:D) Ale no poslední kontrola a minuta a půl chyba... Naštvaný vybíhám ze skalky k posedu a poté si to šlapu do kopce na další kontrolu. Po ní se zase rozbíhám, jáma v čistém lese, nic moc. Sice ji předbílám, ale je vidět z dálky, takže včas to točím. Postup, není co řešit, poté vbíháme do hustníku na skálu. Jsou tam dvě kontroly, ale kontroly kody a razím dobrou, přeběh sjezdovky. Musím zpomalit, vzpomínám, jak jsem tu bloudil v zimě na nočáku. Samotný jsem překvapen, vlastně asi i můj stín, že je nacházíme v pořádku a kotlím to na sběrku a cíl! Super, první etapu mám za sebou!

Následuje flákání na shromaždišti, nějak se ochladilo. Tak nic. Nakonec dojde i na vyhlášení. Tedy na to holky, které byly na bedně ani nepočkaly. Asi vážně mají v sobotu plný program...

Následuje přesun do základky v Tišnově.

Chvilku polehávám, chvilku si čtu. Chvilí před startem přijedou i prestižáci, kteří se chystají speciálně na tento závod. Nevím, proč se Jenda diví, že mám v plánu jet ještě do Brna. Mám tam rezervu celkem slušnou. Takže proč jsou tak nervózní?

Start se blíží a tak sejdeme na hřiště rozklusat. Najednou vidíme, jak doklusává Pally. Co se děje? Prý na startu se něčeho nadýchal a nemohl vůbec dýchat... škoda.

No a co o trati napsat? Bylo to mezi paneláky, pak mezi domy. Šlo jen běžet, běžet, a když to nešlo, tak jsi musel přidat. Naštěstí to bylo příjemně krátké! Takže směrné časy byly splněny! A naštěstí to bylo spíše z kopce.

Po doběhu se rychle převlíkám, Pally mi půjčuje chip a valíme rychle do Brna.

U Židenických kasáren:

Pally: „Tak za pět minut je sraz u Bohémy.“

Já: „Cože? Za hodinu a čtyři minut, ne?“ Usmívám se.

Pally: „No máš pravdu, už za čtyři. Sraz byl přesunut. Nemohli byste to stihnout.“ Trochu mi mrzne úsměv.

Já: „Aha, hm.“

Takže z hodinové rezervy je skluz. Jsem doma., přebaluji věci, ještě si namažu chleba a valím za liborem. K Bohémě přijíždíme asi s 20 minutovým zpožděním...

Ale na shromaždišti někde u Jičina máme víc jak hodinovou rezervu. Snad nedojdou domů nějaké zarámované portréty...

Obsazujeme místo ve stanu. Pro jistotu mám s sebou zimní bundu, takže je mi dost příjemně. Jen tak trochu náhodně se dozvídáme, že na kontrolách nebudou reflexy. No skvělé! V pokynech, vlastně nikde o tom slovo. To bych asi nejel. Ach jo! To bude mor!

Sice tu Steve není, ale bohužel nejde přehodit, abych šel dřív. Škoda. Ten čas odjezdu bude krušný!

Tam na mě čeká dlouhé čekání na startu. Jako první v cíli se objeví Adélka, ale té zhaslo světlo a tak moc nadšená z toho není. Pak ještě přijde mnohem spokojenější Barča. Pak už čeká start i na mě...

Vyřáším do lesa, že snad jeden okruh dám a ten druhý... no uvidíme.

Hned po seběhu ze startu na nás čeká krásné bahniště. Úžasný začátek. Jednička je ještě v areálu. Je ještě čas se vrátit! Ale nořím se do lesa. První kontrola v lese... byl jsem nejspíše vedle ní, ale neviděl jsem ji. Naštěstí potkávám Kuby, díky!, který mi ukáže, že jese fakt v tom správném údolíčku. Nakonec tam je a mohu pokračovat na druhou!

Na pětce ve stoupání mě dobíhá Miloš a tak z kopce se ho držím. Pak mi sice mizí v hustníku o pár kontrol dále, ale aspoň jsem z toho nejhoršího venku. Pak sice na rovné planině kontrolu pohledám, ale seběh dolů, raději po obíhačce dopadá dobře. Potkávám tam nějakou duši bez světla. „Kterým směrem je centrum.“ Tak mávám rukou, ale je slyšet rozhlas, takže snad trefí v pohodě. Mě čeká postup do kopce. Pak následuje Hustník, ve kterém podle výkřiků nebloudím rozhodně sám jediný. Nějak se nakonec ke kontrole dostanu a vyřáším z tohto pekla. Ještě menší chyba na před sběrce a jsme na 100. Hm mám hodinku. Tak mohu zkusit i druhé kolo.

Piji studenou vodu na občerstvovače, probrodím se bahnem a hurá do lesa! Kontroly přece jen naskakují o něco líp než předtím. Jednou dokonce zahlédnu nějaké reflexy. Ale jsou dvě vedle sebe a nějak se pohybují. Hm. Les je o poznání temnější i liduprázdnější než v prvním kole. Asi chytám i větší krizi. Sice jsem skoro na druhé straně mapy, ale mám dost velkou chuť jen vylést jen na silnici a vrátit se zpátky. Naštěstí mě „zachraňuje“ nějaké světlo. Asi tři kontroly je držím za sebou, ale pak na to mapování pečů a zařazuji se za něho. Na louce nad shromaždištěm, slyším, jak Adam líčí, jak se mu zabodla do boty nějaká větev, že ji vydělával zuby. Cože? To se musím zeptat! Už začíná vyhlášení a prazák mi utekl. Ach jo. Dobíhám na další kontrolu. Aha, ten kód nepatří té, na kterou jdu, ale až další. Perkele! Naštvaně se vracím zpět. Poté mě čeká výstupu do kopce na poslední dvě kontroly. Přes les zlomených stromů se tak nějak dostanu k předposlední kontrole. Další mě čeká v TOM Hustníku. Chvilí váhám, jestli tu nepočkat, až někdo nepoběží. Ale zkusím to a trmácím se v neprostupném zeleném peklu. Za nějaký čas se vracím ke kontrole, když tam přibíhá nějaký menší vláček. Tak si mapujte, hoši! Jsem na kontrole, jupí, a následuje, seběh dolů do cíle. Sběrka, nějak vyjít k cíli a je konec! Sláva.

Limit jsem nestihl...

Je právě po vyhlášení, za chvíli dobíhá i Kazdič! Jsme z lesa všichni zdraví. Rychle se převléct, vypít kofolu, nasednout do auta. Ju, to už jsme v Prahe! O chvíli později! Dyť to jsou bohunické paneláky! Skvělé!

PS: Je neděle a dostávám se na mail. První co vidím, je mail s červeným vykřičníkem od Libina: „MČR – NOB - doprava – odjezd 17.00.“ Aha.

* * * * *
MČR NOČNÍ:

Zlato: **Chrobinda**

Adama, smekám klobouk a gratuluji ke zlatu! Nemohu neříct, že jsi dost mile překvapil! Čekal jsi to?

No vzhledem k tomu, že my Žabiňáci trénujeme ve srovnání s ostatními Čechy poměrně často, tak jsem si na medaili věřil. Věděl jsem, že to ale nebude zadarmo, protože Beťák to v noci umí.

Jak ses vyrovnal s tím, že na kontrolách nebyly reflexy? Přece jen celou zimu trénujeme na reflexech a tahle informace se na veřejnost dostala až na shromaždišti...

Já jsem byl rád. Víím, že jsem na tom mapově lépe než běžecy, tak každé ztížení tratě pro mne může být jediné výhodou ...

A jak se ti líbil samotný les?

Vzhledem k tomu, že jsem čekal slušnej fekálek, tak mne velice mile překvapilo, jaký pěkný brněnský les to byl. Vždycky je dobré čekat horší, pak má co překvapit :-)

A jaký byl závod? Měl jsi nějakou krizi? Udělal jsi nějakou chybu?

Když jsem v prvním kole udělal několik chyb a navíc jsem si zapíchl skrz podrážku klacek, který mi z boty nešel vytáhnout, na vítězství jsem si moc nevěřil. Nakonec se mi ho podařilo vytáhnout na několikátý pokus zubama :-). Pak jsem věděl, že musím zrychlit a přitom nesmím udělat chybu + ještě musím doufat, že ostatní tu chybu udělají. To se mi naštěstí podařilo, včetně toho, že ostatní chybovali :-)

Ke konci závodu, ti došlo místo na chipu a musel jsi razit do mapy. Nějak tě to ovlivnilo, přece jen jsi musel dát mapu z ruky a cpát ji ke kontrole.

To zas ani ne, ale spíše mne to ovlivnilo tím, že jsem věděl, že za velikost místa na chipu si odpovídá každý závodník, a že mi tedy kontroly v mapě nemusí uznat ... Naštěstí ale byli rozumní a žádný problém s tím nebyl.

Vyhrál jsi o šest vteřin. Celkem na knap, co?

Jojo, to jo. Mám radost, že se mi vrátilo to, co se mi stalo na CESOMu. Tam mi to o pár vteřin uteklo, tady to zase o pár vteřin přiteklo :-)

Hezký začátek jara, ne? Další zlato přidáš na krátké?

Pěkný, není nad začátek jara v noci, v bahně motokrosového závodiště :-). Ne, jsem určitě rád. A co se stane na krátké, to uvidíme :-)

Máš nějaký vzkaz pro čtenáře?

Chodte na noční tréninky a jistě vás pláty na SPZ (jedna z cen za první místo) neminou!

Bronzový: **Chlup**

Gratuluji k bronzové medaili! První v Žabiňáckém dresu! Spokojen s výsledkem?

Díks, mohlo být lépe teda, no! Udělal jsem pár větších chyb celkem za 4 minuty, čistý výkon to opravdu nebyl... Takže bronz je zasloužený, lepší placku bych si nezasloužil.

Jak ses vyrovnal s tím, že na kontrolách nebyly reflexy? Přece jen celou zimu trénujeme na reflexech a tahle informace se k nám dostala až na shromaždišti...

Tak já věděl už 14 dní předem, že tam reflexy nebudou a navíc jsem poslední nočák šel bez nich, tak jsem moc dobře věděl, jak to vypadá. A navíc si myslím, že to má pak větší grády, kontrolu opravdu musíš najít a né osvitit na 5 kilásků! :)

Jak probíhal závod, skoro v domácím terénu, ne?

Jelikož domácí terén je dost jak terén u Brna, tak dvojnásobný domácí terén no! :D Jinak to šlo, dal jsem si teď záměrně 14 dní pauzu od mapy a v lese jsem si to užil. Havlindovi se tratě povedly, z terénu, který k tomu měl, tak postavil to nejlepší, co mohl.

Podle mezičasů to vypadá, že jsi přišel o stříbro kousek před cílem. Nějaká chyba už z únavy?

Stavitel byl na nás měkkej teda, bylo to dost krátké a z únavy to nebylo. Byla to moje blbost a ti co měli 44ku, tak ví, o co šlo, byla trochu nevyzpytatelná... Já jsem to tam zrovna česal sám a paradoxně jsem u ní stál a odběhl jsem ji hledat jinam, ale to se stává... A to, že mě to stálo stříbro, to je fakt, škoda, s číslem 222 to mohlo vyjít...

Máš nějaký spešl zážitek z lesa?

Ani ne, jen mě v půlce začal Magicshine svítit asi poloviční silou a vystříhnul jsem tam jednu solidní rybu do roští, jinak nic, co by stálo za řeč.

Vrchol sezóny máš letos v ČR. Jak jde příprava na nominačky?

Zdraví se zatím drží, kilometry lezou nahoru, ve škole to snad nějak ustojím. Oproti minulému roku jsem se fyzicky zlepšil, snad všechno půjde dobře dál a na JWOCu to bude stát za to!

MČR noční OB - SJC 20.4.2013

D16: 1 Vavrysová Barbara 36:41, 2 Kovářová Lenka 41:56, 3 Chaloupská Barbora 45:21, ...6 Firešová Markéta 46:23, ...12 Koporová Lenka 50:26, ...16 Nedbálková Hana 54:32

D20: 1 Morawska Anna 47:02, 2 Hrušková Barbora 47:47, 3 Stankiewicz Agata 48:54, 5 Tesařová Markéta 50:25, ...14 Chroustová Lenka 63:05

D21: 1 Duchová Iveta 57:46, 2 Rufferová Iva 58:37, 3 Kovářová Kristýna 61:51, ..16 Hendrychová Zuzana 116:12, Indráková Adélka vzdala
H18: 1 Waněk Adam 47:43, 2 Horák Patrik 51:17, 3 Wołowczyk Krzysztof 52:48, ...15 Hruška Jakub 62:13

H20: 1 Hadač Filip 50:47, 2 Hubáček Michal 52:58, 3 Chloupek Adam 53:35, ...6 Brlica Pavel 56:49

H21: 1 Chromý Adam 74:05, 2 Procházka Jan 74:11, 3 Šedivý Jan 74:55, ...5 Bravený Vít 80:44, 7 Hájek Daniel 83:03, ...20 Nykodým Miloš 92:34, ...36 Zháňal Jan 101:15, ...39 Kazda Adam 105:14, ...50 Drábek Jan 125:07

20.04.2013 Oblastní mistrovství na krátké trati JMO

D14: 1. Firešová Markéta 17.29, 2. Hojná Eliška 18.50, 3. Grycová Kateřina 20.30, 6. Malivánková Eva 24.58, 7. Kratochvílová Anežka 25.47; D16: 1. Peňázová Veronika 22.01, 2. Hojná Dominika 22.56, 3. Odehnalová Klára 23.31, 5. Koporová Lenka 29.42; D21: 1. Gregorová Kamila 23.17, 2. Hlavová Jindra 23.24, 3. Mádlová Věra 25.26, 8. Tvarůžková Petra 28.27, 11. Gebauerová Jana 29.00, 20. Stachoňová Barbara 31.53, 26. Kočová Hana 35.13, 30. Křístková Veronika 37.40, 33. Kočová Lenka 39.34; D45: 1. Wurzelová Dana 26.49, 2. Voborníková Eva 27.31, 3. Janská Iva 28.24, 6. Kabáthová Jitka 31.13

H10: 1. Milán Jakub 23.24, 2. Gryc Ondřej 28.08, 3. Urbánek Adam 28.45; H10N: 1. Orany Vojtěch 17.32, 2. Šnyrch Azíz 21.23, 3. Ehl Ondřej 21.51, 5. Cicvárek Radim 26.10; H12: 1. Milán Tomáš 16.24, 2. Nechanický Jan 16.37, 3. Gryc Vojtěch 20.14, 7. Svoboda Marek 21.29, 8. Coufal Jáchym 22.14, 9. Soška Petr 23.10, 12. Humlíček Tomáš 24.47; H14: 1. Kafka Matěj 17.35, 2. Hlaváč Ondřej 18.50, 3. Říčný Vojta 20.01, 9. Komenda Jan 22.22; H16: 1. Zacha Jiří 22.39, 2. Nechuta David 24.49, 3. Šplíchal Marek 25.04, 4. Soška Marek 31.22; H21:

1. Fučík Karel 29.58, 2. Palát Petr 31.01, 3. Švirák Ondřej 31.32, 4. Bialožyt Michal 31.39, 18. Drábek Jan 34.15, 41. Koča Jaroslav 38.43, 44. Humlíček Aleš 38.59, 50. Arthur Jarmijev 41.18, 58. Liščinský Tomáš 44.57, 60. Veselý Martin 46.52, 61. Jordanov Alexandr 47.01, 63. Dvořák Martin 48.00, 67. König Lukáš 55.43; H45: 1. Voborník Petr 29.30, 27. Coufal Svatoš 55.53

HDR: 1. Srb Vladimír 13.59, 11. Humlíčková Pavla 23.39, 14. Stašková Sára 24.34, 19. Málalová Soňa 27.15, 20. Koča Vojtěch 27.23, 23. Kočová Klára 27.59, 24. Finstrlová Julie 28.02, 26. Finstrle Filip

28.07, 27. Finstrlová Denisa 28.42, 30. Finstrlová Lucie 30.44, 31. Nimrichterová Natália 30.45, 38. Cícvárek Martin 33.53, 59. Bublan Vojtěch 53.34, 60. Veselá Veronika 55.17, 61. Dvořáčková Martina 56.59

20.04.2013 Oblastní mistrovství ve sprintu, Oblastní žebříček

D14: 1. Nechanická Klára 12.26, 2. Malivánková Eva 13.35, 3. Krejčířová Lucie 15.47, 5. Baštařová Anna 25.23, Kratochvílová Anežka DISK; D21: 1. Gregorová Kamila 12.54, 2. Urbanová Johana 14.40, 3. Gebauerová Jana 15.04, 10. Kočová Lenka 16.47, 13. Tvarůžková Petra 17.13, 19. Křístková Veronika 18.14, 21. Kočová Hana 18.49, 22. Stačnoňová Barbara 19.02

H10: 1. Urbánek Adam 12.38, 2. Milán Jakub 13.31, 3. Prášil Tomáš 13.32; H12: 1. Nechanický Jan 12.03, 2. Gryc Vojtěch 12.17, 3. Milán Tomáš 13.12, 8. Svoboda Marek 15.25, 9. Humlíček Tomáš 16.13, 10. Coufal Jáchym 17.29, 11. Soška Petr 18.28; H14: 1. Hlaváč Ondřej 11.02,

2. Kafka Matěj 12.15, 3. Žanda Jan 13.54, 4. Komenda Jan 14.08, Řičný Vojta DISK; H16: 1. Ptáček Patrik 14.13, 2. Drozd Michal 15.32, 3. Nechuta David 16.42, 4. Soška Marek 18.49; H18:

1. Hledík Jakub 15.55, 2. Koumar František 17.05, 3. Jordanov Alexandr 17.19; H21: 1. Mokřý Stanislav 13.19, 2. Novotný Ondřej 13.21, 3. Švirák Ondřej 13.31, 4. Zháňal Jan 13.39, 9. Bialožyt Michal 14.04, 12. Kazda Adam 14.24, 20. Drábek Jan 15.03, 34. Koča Jaroslav 15.47, 38. Humlíček Aleš 16.14, 47. Liščinský Tomáš 17.42, 48. Dvořák Martin 17.47, 52. Jarmijev Artur 18.16, 57. König Lukáš 19.39, Palas Jan DISK; H45: 1. Urválek Jiří 13.34, 2. Kopáček Miroslav 13.39, 3. Kaňák Petr 14.03, 5. Coufal Svatoš 14.51

HDR: 1. Srb Vladimír 10.20, 13. Kočová Klára 18.04, 17. Zelený Vladan 18.29, 20. Humlíčková Pavla 20.24, 23. Mácalová Soňa 20.48, 24. Koča Vojtěch 20.52, 25. Nimrichterová Natália 23.05

27. 4. - SO - 4. Jihomoravská liga (KON) - klasická trať - Šebetov - start: 10:30 - doprava: zvláštním autobusem v 8:30 od Bohémy - vedoucí: Jitka Kabáthová - návrat okolo 15:00

4. 5. - SO - 5. Jihomoravská liga + Mistrovství Jihomoravského kraje na klasické trati (Jm0) - Říčky - start: 10:30 - doprava: zvláštním autobusem v 8:30 od Bohémy - vedoucí: Libor Zřídka Veselý - návrat okolo 15:00

8. 5. - ST - M ČR ve sprintu (LPU) - centrum: Chrudim - start: 12:00 - doprava: osobními auty dle domluvy - vedoucí: Libor Zřídka Veselý - terén: uličky, náměstí a parky v Chrudimi - příjezd: okolo 20:00

11. a 12. 5. - SO, NE - ŽA, ŽB-M, ČP, 6. Jihomoravská liga - klasická + krátká trať (ZBM) - centrum: Kramolín - start: SO: 12:00, NE: 10:00 - doprava: individuálně - ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku - vedoucí: Libor Zřídka Veselý - terén: vysočinský, v severní části mírně členitý, v jižní části prudký svah, hustá síť komunikací, porostové a terénní detaily - podrobnější informace na jiném místě Polarisu - **!!! POŘÁDÁME !!!**

15. 5. - ST - mapový trénink (všichni) - Jedovnice, lesní arboretum - sraz: 16:15 u Bohémy (Janáčkovo divadlo) - mapa: Prokletst (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: I. úsek štafet - doprava: zvláštním autobusem - přihlášky do pondělí 13. května Zhustovi

16. 5. - ČT - Liga škol v orientačním běhu - Komín, ZŠ Pastviny - pořádáme - pořadatelé: Zhusta + dorostenci; stavba tratí Jakub Hruška - sraz pořadatelů v 8:00 (start v 9:30)

18. a 19. 5. - SO, NE - ŽB-M - klasická + krátká trať (MOV) - centrum: Stramberk-Libotín - start: SO: 11:00, NE: 10:00 - doprava: dle počtu přihlášených mikrobusem v 7:30 od Bohémy - ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku - vedoucí: Richard Pátek - terén: členitý se středně hustou sítí cest, s různorodou skladbou porostu - příjezd: okolo 16:00 v neděli

20. a 21. 5. - PO a ÚT - Sportovní vyšetření - Ústav sportovní medicíny Brno - přihlášky Zhustovi do 12. května - doprava autobusem číslo 44, 84 na zastávku „Velodrom“

22. 5. - ST - mapový trénink (žactvo) - Ivanovice, „Kouty“ - sraz: 16:15 - mapa: Velká Baba - typ tréninku: okruhy - doprava: bus číslo 41 na zastávku „Kouty“

22. 5. - ST - mapový trénink (dorost + dospělí) - Pamětice - sraz: 16:30 u konečné tramvají v Rečkovicích (konečná tramvaje číslo 1) - mapa: Paměť (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: paměťové tandemy - doprava: osobními auty - přihlášky do pondělí 20. května Zhustovi

25. 5. - SO - 6. Jihomoravská liga (LBM) - sprint - Kuřim - start: 10:30 - doprava: vlakem ČD - vedoucí: Jitka Kabáthová - návrat okolo 14:00

25. a 26. 5. - SO + NE - ŽA + GČP, ČPŠ - sprint + štafety + štafety (VRB) - centrum: Karlova Studánka (sprint), Vrbno pod Pradědem (šta-

fety),- start: SO dopoledne 10:00, odpoledne 16:00, NE 10:00 - doprava: zvláštním autobusem v 6:00 od Bohémy - ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku - vedoucí: Libor Zřídka Veselý - terén: sprint: lázeňské centrum, část zalesněný svah; štafety: podhorský kopcovitý les po obou stranách říčky Černé Opavy, výskyt skalních prvků i zbytků po těžbě rud - příjezd: v neděli okolo 16:00

29. 5. - ST - mapový trénink (žactvo) - Kohoutovice - sraz: 16:15 - mapa: Kohoutovice - typ tréninku: vrstevnicové okruhy - doprava: autobusem 37, 50 na zastávku Kohoutovice, „Pavlovská“

29. 5. - ST - mapový trénink (dorost + dospělí) - Valchov - sraz: 16:30 v Rečkovicích u konečné tramvaje (tramvaj číslo 1) - mapa: Ledková huť (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: souboje - doprava: osobními auty - přihlášky do pondělí 27. května Zhustovi

1. a 2. 6. - SO, NE - ŽB-M - klasická + krátká trať (ZLH) - centrum: Mikulovice - start: SO: 11:00, NE: 9:00 - doprava: dle počtu přihlášených mikrobusem v 7:00 od Bohémy - ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku - vedoucí: Richard Pátek - terén: tři části - charakter podhůří, rovinatý les s potoky a místy po povrchové těžbě, bývalý vojenský skladový prostor s množstvím cest, objektů a budov - příjezd: okolo 16:00 v neděli

5. 6. - ST - mapový trénink (všichni) - Bystřec - sraz: 16:15 u křivé borovice - mapa: Veveří (1: 15 000, E=5m) - typ tréninku: sudá-lichá - doprava: autobusem číslo 52 nebo 54 na zastávku „U borovice“ odtud značeno - přihlášky do pondělí 3. června Zhustovi

8. 6. - SO - M Jihomoravského kraje štafety (JMO) - štafety - Kohoutovice - start: 10:30 - doprava: trolejbusem číslo 37 nebo autobusem číslo 50 na zastávku „Kohoutovice, Jírovcova“ - vedoucí: Jitka Kabáthová - návrat okolo 13:00

12. 6. - ST - mapový trénink (všichni) - Veselka - sraz: 16:15 na Veselce - mapa: Veselka (1:5 000, E=5m) - typ tréninku: vrstevnicové okruhy - doprava: individuálně = osobními auty nebo autobusem číslo 52 na zastávku „Kopce“ - přihlášky do pondělí 11. června Zhustovi

15. 6. - SO - 8. Jihomoravská liga (ADA) - klasická trať - Adamov - start: 10:30 - doprava: vlakem ČD - vedoucí: Jitka Kabáthová - návrat okolo 14:00

15. - 16. 6. - SO, NE - ŽA, ČP - klasická trať + krátká trať (LPM) - centrum: Mezholezy - start: SO: 12:00, NE: 10:00 - doprava: zvláštním autobusem v 6:30 od Bohémy - ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku - vedoucí: Libor Zřídka Veselý - terén: podhorský les s členitým převýšením, s množstvím cest a průseků, skalní útvary a kamenitý povrch - příjezd: okolo 19:00 v neděli

19. 6. - ST - mapový trénink (žactvo) - Soběšice - sraz: 16:15 - mapa: Panská lícha - typ tréninku: COB bez cest - doprava: autobusem číslo 43 na zastávku „Útěchovská“

19. 6. - ST - mapový trénink (dorost + dospělí) - Březina - sraz: 16:30 u supermarketu Albert u zastávky „Jírova“ v Líšni (tramvaj číslo 8) - mapa: Malý lesík (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: 2-kolová krátká trať - doprava: osobními auty - přihlášky do pondělí 17. června Zhustovi

22. a 23. 6. - SO, NE - M ČR na krátké trati - krátká trať (SSU) - centrum: Kunčice u Starého města pod Sněžníkem - start: SO: 12:00, NE: 9:30 - doprava: zvláštním autobusem v 7:30 od Bohémy - vedoucí: Libor Zřídka veselý - terén: horský jehličnatý les s dobrou průběžností, mírně snížená viditelnost, nízká hustota komunikací, kamenné kupy a další útvary, skalky a kamenná pole, část louky - příjezd: v neděli okolo 17:00

26. 6. - ST - mapový trénink (všichni) - Kohoutovice - sraz: 16:15 v Kohoutovicích u fotbalového hřiště - mapa: Hobrtěnky (1:4 000, E=5m) - typ tréninku: štafety - doprava: individuálně (osobním autem nebo trolejbusem číslo 37 na zastávku „Voříškova“) - přihlášky do pondělí 14. června Zhustovi

18. - 25. 8. - NE až NE - Letní tábor 2013 - Sklené - tradiční prázdninový tábor pro všechny věkové generace - podrobnější informace na jiném místě v tomto časopise - přihlášky: do 10. června 2013 na členskou sekci

Tábor OB - Sklené - Českomoravská vrchovina

Datum 18. - 25. srpna 2013

Cena 2 100,- Kč - děti (4 - 10 let)

2 300,- Kč - žáci (10 - 14 let)

4 000,- Kč - sourozenci (2 sourozenci 0 - 14 let)

2 600,- Kč - dospělý člen rodiny

2 800,- Kč - ostatní účastníci

vedoucí dle individuální domluvy

Způsob platby výhradně na účet 1356013309/0800, VS 32522 **nejpozději do konce června.**

Ubytování Sklené, TZ Sklené. Spí se na postelích. Spacák s sebou.

<http://www.activezdar.cz/sklene.htm>

Jídlo od nedělního oběda do nedělního oběda, (snídaně, obědy, večeře, včetně svačin a pitého režimu)

Doprava vlak + kolo

Odjezd v neděli v 8:11 z hlavního nádraží. Sraz v 7:45. Brno 8:11 - 9:55 Nové Město na Moravě (Sp Pernštejn).

Příjezd v neděli v 17:14 na hlavní nádraží. Nové Město na Moravě 16:04 - 17:52 Brno (Sp Pernštejn).

Přihlášky do 9. června 2013 před přihlašovací systém ZBM

nebo Jitce Kabáthové (tel. 602 201 917, email : jitka.kabathova@yahoo.com)

Program - tréninky orientačního běhu

- táborové hry

- soutěže
- cyklovýlety (pro zájemce)
- koupání

Zveme všechny, kdo by si rádi OB zkusili.

Pobyt lze využít jak k tréninkům, tak i k rekreaci na Českomoravské vrchovině. Budeme v jedné z nejhezčích částí tohoto rozsáhlého území ve Žďárských vrších - více informací a turistických zajímavostí naleznete na <http://www.zdarskevrchy.cz/>.

Seznam věcí

věci na běhání není vždy možnost je někde rychle usušit, proto doporučuji mít

– věci na běhání 3x, boty na běhání 2x. Běháme za každého počasí, proto prosím, oblečení přizpůsobte počasí i aktuálnímu ročnímu období (pokud bude chladno, přidejte teplejší věci).

– Kolo, helmu a malý batůžek.

– Oblečení

Tričko s krátkým rukávem, tričko s dlouhým rukávem, tepláky nebo elastáky (něco, co má dlouhé nohavice), běhací dres (dederon, kdo má), obuv ven (tenisky na běhání po lese) ponožky a spodní prádlo (dle počtu dní), oblečení pro pobyt v budově (nejlépe využitelné jako oblečení na běhání v případě nouze), pyžamo, šátek, přezůvky, pláštěnku.

– Ostatní potřeby:

Propisku, tužku, buzolu (kdo má), čip (kdo má), fixy nebo pastelky – stačí barvy černá, hnědá, zelená, modrá, žlutá, červená. Blok nebo sešit se čtverečkováným papírem A5, izolepu, svírací špendlíky, mapník - sáček na mapu (průhledný, nešustivý, A4), pláštěnku, baterku, láhev s pitím, svačinu, menší batůžek, knížku na čtení, karty, menší cestovní hry apod. Nezapomeňte léky – pokud nějaké užíváte pravidelně.

TRÉNINKY OD 2. DUBNA DO KONCE ČERVNA

Den	Doba	Skupina	Typ tréninku	Místo
Po	15:30 – 17:30	Zhusta	běžecský	Žabovřesky – Rosnička
Út	17:00 – 18:30	Zhusta	běžecský	Lesná – BCVČ, Milénova
St	16:15 – 18:00	všichni	mapový	okolí Brna – viz rozpis
Čt	14:00 – 15:00	Pulci	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)	tělocvična Právnická fakulta
Pá	18:00 – 20:00	Arnošt	florball	tělocvična ZŠ Kotlářská
So	-	všichni	závody OB	-
Ne	-	všichni	závody OB	-

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

* * * * *

POLARIS / DUBEN 2013 / ROČNÍK XV. / #126

team: Zhusta, Honza Drábek, Filip

kontakt: zbm.polaris@seznam.cz

web: <http://www.sky.cz/zhusta>

* * * * *

