

● POLARIS ⁸/₂₀₁₃

ČASOPIS ORIENTAČNÍCH BĚŽCŮ KLUBU SK ŽABOVŘESKY BRNO / ROČNÍK XV. / #131



ADAM / ČERVENÁ & ČERNÁ / CZE

Rozhovory: Maky, Vojta, Lenka, Kuba, Káťa

Články: Podzimní Slovinsko; Hroby; NOPB, Kauflauf; Červený a černý oddíláč; BBP: Jehnice, Okrouhlá, Běh na Býčí skálu

* * * * *

ÚVOD / Honza

* * * * *

Červená a černá. Ještě s bílou jsou našimi oddílovými barvami. Ale letos to bylo také téma masek na oddíláč. Musíte si na černobílé fotce tu červenou prostě domyslet! :-)
V opravdu velkém počtu jsme se vydali na Nesměř. První etapu nám bohužel zrušili místní myslivci, o to bylo horší napravit malé chyby v jediné odpolední etapě... a nedělní štafety. Žádný „disk“ štafeta. A štafet až po „Té“.

Hned na začátku jsou klasické rozhovory s našimi nejlepšími. (Tedy kromě Chlupa, ale s ním, jak jistě pamatujete, byl veden rozhovor už minule.)

Ale nejen oddíláč zaplňuje poslední osmé číslo s letopočtem 2013. Proběhl klasický scorelauf nočním Brnem. Tentokrát nás Adam na NOPB zavedl do nitra Kohoutovic. Účast snad trumfla i loňský masový běh po Lužánkách. Kde jsou ty časy, kdy nás bylo deset statečných. A letos poprvé chyběl Tomas!

Ještě před oddíláčem proběhly klasické akce jako HROB či podzimní prázdniny. Na Hroby se letos jelo na dušičky do jižních Čech (případně i do severních horních Rakous). Ve výsledcích najdete plno Žabiňáků. Na tradiční podzimky se jelo po osmi letech do Slovinska. Trochu jsme zestárli, trochu se změnilo počasí, trochu jsme se vyměnili ... ale Triglav jsme tentokrát nezdolali.

V „masovosti“ pokračoval orienták i na první BZL. Na Kauflaufu se běželo (opět) v Komině, ale to nikoho neodradilo. A počet prolomil magickou dvoustovku. Konečně počty, jak je při masových akcích zvykem, se liší. Konečné číslo se pohybuje mezi 222 (zdroj zhusta.sky.cz) a 209 (zdroj kauflaf.adamna.net). Takové normální počet lidí na oblži, ne? Ještě pohodička zimní ligy, pár pořadatelů a ještě mohou běžet a na kráse to neubere.

Tradiční zimní běžecký pohár začal jako obvykle v Jehnicích. Za 14 dní se jelo do Okrouhlé. V obou případech se Žabiňácké barvy neztrácely a dobře reprezentoval!

A nazávěr se běžela ještě Býčina!

* * * * *

Naši nejlepší:

— Maky Firešová

Ahoj Maky, gratuluji k vyhlášení nejlepší žákyně v oddíle! Čím sis to zasloužila?

Díky. No asi jsem si to zasloužila tím, že jako jediná žákyně mám vyběhnuté Áčko a účastnila jsem se MČR.

Sezónu jsi zahájila krásným šestým místem na MČR v nočním. Do lesa se asi nebojíš, co?

Dřív jsem se na nočácích hrozně bála, zvláště po několika zkušenostech s prasaty.. Ale teď už jsem si zvykla a mám nočáky ráda.

Máš letos nějaký závod, kde kontroly samy od sebe naskakovaly a najednou jsi byla v cíli?

Letos se mi asi nejvíc dařily sprinty. Třeba na dětské olympiádě ve Zlíně, nebo Rychnově nad Kněžnou, ale celkem dobré byla i ta noční mistrovství ČR, Srbska i Rakouska

A nějaký, který se vůbec nepovedl?

Nejhorší to bylo asi na jedné etapě v Srbsku. S Lenkou a nějakou Srbkou jsme se tam totálně ztratily na několik kontrol. Bylo to celkem zoufalé, protože jsme s Leňou pořád běhaly sem a tam a snažily se najít a uklidnit a ta Srbka za náma tak zmateně pobíhala a nevěděla co se děje

Máš nějaký závod, na který si vzpomeneš i za deset let?

Žádný extra zážitek z lesa asi nemám. Spíš si pamatuju co se děje po závodech

Jaké máš cíle na novou sezónu? Nějaké novoroční předsevzetí?

V příští sezóně bych se chtěla nějak lépe umístit na MČR a v žebříčku A, ale moc nevím, jak na tom budu, protože budu první rok v D16 a ještě neznám tak dobře všechny mé soupeřky z celé republiky

— Vojta Říčný

Ahoj Vojto, byl jsi vyhlášen nejlepším žákem Žabin. Gratuluji!

Tak určitěěě, byl pro mě celkem úspěšný rok a doufám, že to tak půjde i dál.

Vyběhl jsi si Běčko, co to pro tebe znamená? Začneš už trénovat? :-)

Jsem samozřejmě rád že ho mám a vůbec mi to nevadí. :) Tak trénovat už snad začnu. Když mě nepřepadne zase nějaká podivuhodná choroba. :)

Jaký závod se ti letos nejvíce povedl?

Já si myslím, že OBLŽ v Říčkách kde jsem poprvé vyhrál.

A naopak, který se vůbec nepovedl?

Jó tak to bude sprint v Tišnově... Jó když si cvakneš kontolu která vypadá úplně stejně, ale je úplně jinde tak tak se potom cítíš poněkud zmateně. :D

Je nějaký závod, který si budeš pamatovat i za deset let?

Ten úplně 1. Na ten se přece nezapomíná ne?

Jaké máš cíle na novou sezónu? Nějaké novoroční předsevzetí?

Překonat Ondru! (no nevím no). Začnu dávat ve škole větší pozor! :)

A vzkaz čtenářům?

Čtěte Polaris!!!

— Lenka Koporová

Ahoj Lenko, gratuluji k vyhlášení nejlepší dorostnky v oddíle! Čím sis to zasloužila?

Asi tím, že jsem se jako jedna z mála dorostenců a žáků neflákala a poctivě chodila na tréninky

V žebříčku B jsi skončila na třetím místě, takže máš na příští rok áčko, těšíš se?

Na Á-čka jsem jezdila občas i letos, ale na příští rok se určitě hodně těším

Máš letos nějaký závod, kde kontroly samy od sebe naskakovaly a najednou jsi byla v cíli.

Měla jsem takové 3 závody. Nejprve v Kramolíně, potom ve finále na krátké a nakonec na podzimních závodech v Rakousku

A nějaký, který se vůbec nepovedl?

Můj nejhorší závod ze všech byly štafety v Kohoutovicích ch, kde jsem se ztratila skoro na každou kontrolu, ale taky závod v Srbsku, kde jsme běžely dohromady s Maky Firešovou a byly jsme tak ztracené, že jsme se musely navzájem uklidňovat abychom vůbec zvladly doběhnout do cíle.

Máš nějaký závod, na který si vzpomeneš i za deset let?

Určitě nezapomenu na B-čka v Mikulovicích, kde jsem běžela bažinou, která byla trochu hlubší, než jsem čekala, takže jsem do ní zapadla až po ramena a měla jsem co dělat abych z ní vůbec vylezla. Po závodě jsem zjistila, že závodník, který kolem mě běžel zrovna když jsem byla zapadlá ze mě dostal takový záchvat smíchu, že se pak hned na další kontrolu ztratil. Rozhodně taky nikdy nezapomenu na krátkou kvůli tempu, který mi udělali moji oddíloví vrstevníci.

Jaké máš cíle na novou sezónu? Nějaké novoroční předsevzetí?

Určitě chci objet co nejvíc zahraničních závodů a dobře se umístit v žebříčku.

A vzkaz čtenářům?

Nezapomínejte si na noční tréninky nabíjet světlo, jako to zapomínám já!

— Jakub Hruška:

Ahoj Kubo, první podzimní BBP v Jehnicích jsi vyhrál. Co další, které poběžíš? Zase na vítězství nebo půjdeš na delší trať?

Dlouho jsme šli ve skupině vepředu a já měl nakonec asi nejvíc sil a pohlídal jsem si to. Ale bylo to docela těsný, tak příště, až se zase ukážu, na tom třeba budou zrovna líp soupeři. Na desítku se rozhodně letos ještě nechystám. Tuším, že mám poslední rok, co můžu běhat pětku, tak chci provětrat Pavlíkovy časy. V Jehnicích jsem našeho fantoma kratších tratí dal o 3s!

Jaký závod se ti letos nejvíce povedl?

To byla asi krátká na Áčkách u Plzně. Terén mi sedl a nebyť jedné hloupé chyby v hustníku, by z toho asi byla bedna.

A naopak, který se vůbec nepovedl?

Těch bylo.. skoro každé mistrovství. Hlavně noční. To byla tragédie nade vše.

Je nějaký závod, který si budeš pamatovat i za deset let?

Asi právě ten nočák. Před startem jsem si dal nějaký energetický svinstvo a do lesa jsem vysprintoval tak, že jsem na jedničce nechal tak 2 minuty a na dvojce asi 5.

Jaké máš cíle na novou sezónu? Nějaké novoroční předsevzetí?

Chtěl bych být do desítky v žebříčku (klidně i výš :) a ukázat růžky i na nominačkách. Taky bych rád dal limit alespoň za 5 bodů, což myslím znamená 9:25.

A vzkaz čtenářům?

Nepřetočte se! I odpočinek je potřeba!

— Káťa Chromá

Ahoj Káto, na juniorském mistrovství v Hradci jsi vyběhla zlato. Příští rok tě čeká obhajoba. Jak to vidíš?

No myslím, že to bude hodně těžké, přece jen JWOC v ČR pro nás byla velká výhoda.. ale kdo ví, třeba se nám něco podobného podaří zas! ;-)

Máš letos nějaký závod, kde kontroly samy od sebe naskakovaly a najednou jsi byla v cíli.

Takový závod zatím ještě nebyl, ale doufám, že jsem na dobré cestě, na juniorském na middlu k tomu nebylo daleko..všechny mi poslušně skákaly do cesty jen jedna se někam schovávala a trošku to pokazila.-:-)

A nějaký, který se vůbec nepovedl?

No tak určitě to bylo letos MČR ve sprintu, to bylo největší utrpení, navíc jsem měla pootočený obratel, tak se mi to občas ještě točilo...:-)

Máš nějaký závod, na který si vzpomeneš i za deset let?

Tak takových závodů mám hodně, ale letos bych do to zahrnula celé juniorské! Každý závod byl jiný, v každém se přihodilo něco jiného, z každého mám jiný zážitek. Ale vtipný byl zážitek na klasice s kameramanem. Před nejdelším postupem a pro mě záludnou volbou, byl na kontrole kameraman. Takže když jsem orazila a zastavila, abych si to promyslela, tak kolem mě běhal kameraman s kamarou, což mě dost rozptylovalo. Tak jsem se rozhodla, že popoběhnu kousíček dál a tam to namapuju, jenže bohužel kameramam byl zdatný borec, který se rozhodl s kamerou běžet kus za mnou a moje finta, zaběhnout za hřbítek a namapovat si, nevyšla. Tak jsem si musela mapovat až při seběhu z kopce (kde jsem si myslela, že vedou všechny postupy) opak byl pravdou a vedl tam pouze jeden, který jsem potom musela zrealizovat. :-D

Jaké máš cíle na novou sezónu? Nějaké novoroční předsevzetí?

Příští rok bych chtěla zlepšit některé své umístění ze letošního JWOCu - což bude hodně těžký úkol, ale třeba se podaří! :-)

* * * * *
SLOVINSKO VOL.2 / Janča

* * * * *

Je to trochu déjavue (nevím, jak se to přesně francouzsky píše). Podzimní prázdniny ve Slovinsku. Jako před 8 lety. Zas Julský Alpy, zas velký plány s výstupem na Triglav, skalní okno nad Vrščicem a na závěr mapovej trénink. Pár změn se ale najde. Tak hlavně, už skoro nikdo nemá podzimní prázdniny, ale jenom tradiční společnou dovolenou. Někteří se o několik (desítek) kilo spravili, přibylo pár dětí, Fordů a zvýšily se nároky na kvalitu konzumovaných vín. Trošku jsme změnili i lokál. Rudno Polje tentokrát nevyšlo, tak jsme bydleli v olympijském sportovním středisku Planica, spolu s mladýma skokanskýma nadějema. Ráno po snídani navlíkli kombinézy, lyžáky a s lyžema přes rameno se vydali po asfaltce k můstkům, kde brousili keramickou stopu, protože sníh ještě nenapadl.

Další změnou oproti minulému zájezdu bylo počasí. Slovinsko nás sice jako kdysi přivítalo azurem, už v neděli v poledne se ale za hřebínkem od Itálie začaly štosovat mraky a pán na recepci nám z předpovědi počasí vyvěstil i nějaký bouřky. Z plánovaného programu – Triglav, ferraty na Mangartu, Pristojnikovo okno... nakonec sešlo. Podle

plánu jsme jenom první odpoledne vyšplhali na vrchol nad chatou, zkoukli hory v západu slunce a dolů se sesunuli listím. Další den už jsme kvůli vidině blížící se bouřky oželeli ferratu na slovinsko-italské hranici a jenom se přehoupli přes sedýlko zpátky do našeho údolí. I tak to ale stálo za to – na hřebeni nás to málem odfouklo a při sestupu dolů téměř kolmým svahem jsme pár svalových vláken ve stehnech zapojit museli. Večer pak začalo pršet.

V pondělí už bylo zataženo od rána. Vyvezli jsme se mrknout na Vršíč, kde se nikomu nechťelo ani vylézt z auta. Byla trošku mlha, trošku foukalo a trošku i pršelo. Záložní plán byla soutěska řeky, kde to sice bylo pěkný, ale brzo jsme došli k místu, kde bylo nutné buď brodit, plavat anebo bouldrovat nad řekou s rizikem prvních dvou činností. Část to otočila, část se ještě neúspěšně pokusila místo obejít vrchem (to byl kupodivu docela silnej zážitek a asi by vyšel na celej další článek). Nakonec se obě části znovu potkaly u nedalekých vodopádů. A na závěr ještě cukrárna.

V úterý už pršelo od rána a mlha byla i v údolí. Pár odvážlivců se zase vyvezlo už jen jedním autem mrknout do hor. Tentokrát po klikaté vojenské silničce pod úpatí Mangartu. Dokonce je neodradil ani vítr, ani déšť a ze stěny pod vrcholem je vyhnaly až blesky. Možná by to taky vyšlo na další článek, ale nemůžu soudit, protože jsme s konzervativnější skupinkou vyjeli na městskou turistiku do Bledu. Stihli jsme třikrát zmoknout, oběd, hrad i cukrárnu. Jako večerní program jsme pak zařadili indoor sporty – posilovnu, ping-pong a lezeckou stěnu.

Ani ve středu se slunko neukázalo. Horám, který jsme za mrakama mohli jenom tušit jsme teda zamávali a posunuli se do Rakouska na krásnej mapovej trénink v lesíku u přehrady. Byly tam bažiny, kameny, skalky, hustníčky. Moc pěkný. Pak už jenom cesta zpátky, pro některé zpestřená návštěvou Grazu.

Ve Slovinsku nám ještě pár nezdolaných vrcholů a ferrat zbývá, takže možná za dalších 8 let napíšu pokračování...

* * * * *
HROB / Šíša
* * * * *

Rok jsem už nebyla na závodech, takže když se mi Janininka ozvala, jak to letos vypadá s mojí účastí na HROBech...nemohla jsem to odříct. Fakt jsem se na to těšila. Oprášila jsem orientky od pavučin, vysypala z nich pavouky a zjistila, že jsou v dobrém stavu. Našla buzolu, čip a zkontrolovala věci na běhání. Pak už jsem seděla ve vlaku směr Brno. Tam jsem se přidala k „žabiňácké“ skupince do auta a s mírným zpožděním se vyrazilo směr Vyšší Brod. Prezentace končila ve 23hod...stihli jsme to jen tak tak :). Na přespání nás čekala útulná nevytápěná chatka. Nikdo nám neřekl, že chatka (naše) ani nesvít& iacut;. Ale to byl detail ;) No, ještěže měli kluci topítko, který zářilo tak, že fungovalo i místo baterky :D. Po večerním naladění a probrání závodní techniky (hlavně teda zjištění, co je v žabiňáckém oddíle nového, co tam nejsem) jsme šli nabrat síly do chatek. Teplý ponožky, zimní pyžamo a dva spacáky...no spala jsem jak mimino.

Sobotní závod byl skvělý. Běželo se nám s Janininkou suprově. Počasí nám vyšlo, bylo teplo, s mapou jsme se taky moc nepraly, takže i výsledný čas nebyl špatnej. Když teda nepočítám půl hodinový zásek na jednu kontrolu :D. Kvůli tomu nás málem dali Keník s Árným. Odpolední teplá sprcha, jídlo a mírný spánek...prostě to bodlo :). Večer

s novým elánem do davu. Pořadatelé nám rozebrali jednotlivé skorelaufy a vysvětlili proč to bylo tak, či onak. Zjistili jsme, že jiné kategorie byly až v zahraničí!!! Příště pas s sebou. Tentokrát se to večer zapíchlo o něco dřív (teda jak kdo ;)). Ráno byl opět hromadný start, ale Janininčina taktika – předběhnout dav po druhé straně potoka – vyšla a tak jsme se dostaly dopředu. Během trati nás neustále strašily Bára s Čabinou. Vždycky, když jsme je potkaly, tak jsme se zamotaly. Čím to bylo??? :D. Hlavně že jsme se všichni domotaly až do cíle. Neděle byla pěkněj kedr. Byla zima, foukalo a přšelo. No, už bylo i líp. Pak už jen počkat na zbytek osazenstva auta, sbalit věci... a hurá zpět k domovu. No, vzala jsem to výletním tempem přes Přerov. Ale o čtvrt na 9 jsem už byla doma :)

Každopádně to byla mazec akce. Jak já ty orientáky žeru :D. Každopádně...příště zas... že jo, Janininko.

* * * * *
DOSTALA JSEM OPUŠŤÁK! / Terka
* * * * *

Opušťák od mateřství. Jaká to lahoda!

To takhle jednoho dne, co svět nechtěl, přišel mi email, že přichází čas Mistrovství Brna v nočním. Což o to, takovýchle minizávůdků přichází s podzimem povícero, nicméně tento mě zase znova zaujal. Bez buzoly a světla? Nočák? Scorelauf?! Abych řekla pravdu, má fyzická kondice nebyla nikdy na takové výši, resp. nebyla nikdy na žádné výši, resp. byla většinou spíše na takové níži, že mě moc nebaví obyčejné závody, takové ty se startem a cílem, na rychlost a tak. Se stoupajícím číslem převýšení u mě velmi často dochází ke klesající úrovni motivace ke startu vůbec ... Mistrovství v nočním se trefilo přímo do mého vkusu. Bez pevného pořadí kontrol, nijak extrémní délky a bez údajů o převýšení se probojovalo hluboko do mého podvědomí.

Jenže jak to udělat, abych se mohla já zúčastnit a manžel, aby hlídal dítě a nepřišel tím nijak zkrátka? Věčné dilema ... Trocha logické a nevyvratitelné ženské argumentace a trocha tajné přesvědčovací techniky však nakonec dokázaly vyměnit oko za oko a zub za zub. Já tenhle závod, Rajmo oddíláč. A tak jsme společně vyrazili. Do Kohoutovic na základku.

Samotný příchod byl docela outdoorový. Bez světla, skrze díru v plotě, slanit po černočerném trávníku a sejít dvacítku schodů. Pro normálního člověka je to vstup ne zcela zajímavý, s kočárem to však bylo lehce adrenalinové. Na prezentaci nás přivítali Adélka s angínou a Jende s ovázaným kotníkem. Sportem ku zdraví! Za menší startovní obnos jsme od nich obdrželi ručně dělanou razící publikaci, ve které jsme si mohli pročíst něco sudoku, něco biologie.... No a po chvíli přišel Adam.

Samotný závod započal tím, že Rajmo se Sámem dostali mapu a vyrazili z cíle rovnou po kontrolách, kam až dojdou. My ostatní dostali pokyn. Všichni společně jsme se vydali na start, asi 6km dolů z kopce. No dobrá, 6km ne, ale bylo to dost daleko. Bylo nás tolik (bezmála stovka), že na nás volali lidé ze zastávky, kam že to běžíme! „No, my vlastně ani nevíme,“ odpovídali jsme my.

Jakmile jsme obdrželi mapy, přišlo pár startovních slov. „Na jedné kontrole bude blikačka, protože je v rokli plné větví ve tmě špatně nalezitelná. Jo a taky, mimochodem, na mapě není start.“ No, nebyl. A tak, když přišel startovní pokyn, všichni zúčastnění

vyrazili k nejbližší lampě a hledali se. Jaký to byl pohled! Já stála a místo do mapy jsem koukala na všechny ostatní. Jak tam tak stáli, vypadali, s prominutím, jako stádo pitomců! A tak to i pokračovalo. Jeden je zvyklej na to, že lidi s mapou nepostávají, ale utíkají. Tady postávali neustále a furt se rozhlíželi. Jaká to byla sranda!! Už jste se někdy při závodě nahlas chechtali? Mně se to tady stalo hned několikrát! Díky, Chrobe a spol.!

I ten závod sám o sobě, po orientační stránce, mi přišel hodně kvalitní. Jak i Chrobák říkal, nebylo jednoduché vymyslet, který postup je neoptimálnější. Ani ve dne by to nebylo o nic jednodušší. Tma tomu ale přidala grády a taky moc pěkné výhledy. Když jsem se šplhala do jednoho z kopců, sledovala jsem chlapy na protějším svahu, jak hrajou fotbal na osvětleném hřišti. A za zády pod sebou jsem měla nasvícenou Špilas. Co víc si může jeden přát?!

Kéž by takhle zajímavých a krásných závodů bylo víc! Díky, Chrobe a spol.!

Výsledek 11. ročníku závodu MB v NOPB 7.11.2013, Kohoutovice

H: 1. Miloš Nykodým 25:26, 2. Jiří Zelinka 26:28, 3. Jiří Nečas 27:39, ... 6. Adam Kazda 28:38, 7. Adam Chloupek 29:33, 8. Jan Drábek 29:50, ...12. Aleš Humlíček 32:20, ...17. Vít Bravený 33:21, ...20. Martin Stehlík 34:42, ...26. Richard Pátek 40:04, ...30. Martin Veselý 42:56, ...33. Ivo Cicvárek 44:37, ...42. Svatos Coufal 55:23, ...64. Sam Rajnošek 40:16

D. 1. Karolína Teplá 32:34, 2. Barbora Hrušková 33:34, 3. Jana Gebauerová 33:43, 4. Markéta Tesařová 36:53, ... 7. Majda Tužilová 40:26,10. Lucie Mezníková 40:53, ...12. Veronika Křístková 45:45, 13. Léňa Koporová 45:53, ...15. Tereza Rajnošek 48:58, ...20. Zuzka Hendrychová 69:38

ODDÍLÁČ 2013 / anonym

Stejně jako každý rok

Jaké téma nevíme

Což je vlastně první krok

Co na sebe hodíme

Letos jasná volba byla

Červený a černý

A komu se nelíbila

Neumí být věrný

Jako vždycky v pátek vyrazíme
Do Velmezu zdá se cesta krátká
V super discu dvěře rozrážíme
Pod nohama začíná být země vratká

Podarí se nám Kazdiče ztratit
Kde asi tak může být?
Máme se snad pro něj vrátit?
To je tak když někdo neumí pít ;)

Potěší nás zpráva ranní
Závod se teď ruší
Můžem pokračovat v spaní
Venku dosti prší

Někdo bahno má moc rád
A tak rozhodlo se
Půjdem v tomhle fotbal hrát
Budem jako prase

Odpoledne konečně už závodíme
Moc se nám to všem líbí
Potom zas oblečky nahodíme
Večeři nám za to slíbí

Tradiční večerní posezení
S proslovem to musí být
Nikdo neoceněn tu už není (kromě mě)
Konečně jdeme zase pít

Veliká zábava to byla
Zahráli jsme si židličky
Ten pil a ta taky pila
Byl to konec jejich ledničky

V neděli štafety proběhly

V pořádku bez žádných potíží
Všichni snad ve zdraví doběhli
A už zase oběd vyhlíží

Řízek byl senzační, jedeme domů
Máme spoustu zážitků a dobrý pocit k tomu.

09.11.2013 Oddílový přebor ZBM

MM:

| | |
|----------------------------|-------|
| 1. Kabáthová Eva | 28.24 |
| 2. Chromá Kateřina | 28.41 |
| 3. Gebauerová Jana | 30.44 |
| 4. Tesařová Markéta | 30.47 |
| 5. Hrušková Barbora | 31.05 |
| 5. Hlavová Jindra | 31.05 |
| 7. Hlavová Hana | 32.41 |
| 8. Koporová Petra | 34.28 |
| 9. Cicvárek Ivo | 38.35 |
| 10. Stehlíková Jana | 38.48 |
| 11. Mezníková Lucie | 39.05 |
| 12. Stratilová Marie | 40.23 |
| 13. Křístková Veronika | 41.04 |
| 14. Finstrle Aleš | 43.17 |
| 15. Hendrychová Zuzana | 44.25 |
| 16. Nedbálková Hana | 47.33 |
| 17. Stachoňová Barbara | 47.48 |
| 18. Kočová Hana | 48.34 |
| 19. Koporová Lenka | 49.02 |
| 20. Soška Marek | 50.34 |
| 21. Dvořák Martin | 52.36 |
| 22. Říčný Vojtěch | 52.54 |
| 23. Stašková Petra | 53.29 |
| 24. Šplíchal Marek | 54.13 |
| 25. Kadlecová Zlata | 57.49 |
| 26. Finstrle Luděk | 63.41 |
| 27. Auermüllerová Anna | 64.15 |
| 28. Bukovacová Alena | 64.40 |
| 29. Kočová Lenka | 66.21 |
| 30. Zřídka veselá Michaela | 66.27 |
| 31. Cicvářková Lucie | 69.03 |
| Tachovská Kamila | DISK |

NK:

| | |
|-------------------------|-------|
| 1. Zřídka veselý Martin | 25.09 |
| 2. Cicvárek Martin | 29.00 |

| | |
|---------------------------|-------|
| 3. Finstrlová Lucie | 30.09 |
| 4. Finstrle Filip | 32.33 |
| 5. Finstrlová Kristýna | 32.38 |
| 6. Kočová Klára | 32.45 |
| 7. Finstrlová Julie | 34.19 |
| 8. Finstrlová Denisa | 36.05 |
| 9. Koča Vojtěch | 37.01 |
| 10. Ryška Daniel | 40.58 |
| 11. Stašková Sofie | 42.00 |
| 12. Stašková Sára | 42.06 |
| 13. Daněk František | 49.06 |
| 14. Rajnošek Tereza & Sam | 53.09 |
| Zřídka veselý Adam | DISK |
| Tachovský Jáchym | DISK |
| Bukovác Fiiip | DISK |

VM

| | |
|-------------------------|-------|
| 1. Nykodým Miloš | 29.43 |
| 2. Chromý Adam | 30.24 |
| 3. Chloupek Adam | 30.28 |
| 4. Hájek Daniel | 32.05 |
| 5. Bravený Vít | 32.13 |
| 6. Bialožyt Michal | 35.21 |
| 7. Bořil Tomáš | 35.36 |
| 8. Rajnošek Zdeněk | 36.06 |
| 9. Zimmermann Jakub | 36.14 |
| 10. Bukovac Maroš | 37.19 |
| 11. Zřídka veselý Libor | 37.53 |
| 12. Švirák Ondřej | 38.47 |
| 13. Stehlík Martin | 3.22 |
| 14. Drábek Jan | 43.38 |
| 15. Brlica Pavel | 44.41 |
| 16. Kazda Adam | 45.31 |
| 17. Brabec Jaroslav | 45.33 |
| 18. Humlíček Aleš | 52.53 |
| 19. Mlynárik Peter | 53.39 |
| 19. Pátek Richard | 53.39 |
| 21. Koča Jaroslav | 55.45 |
| 22. Zvarik Tomáš | 61.36 |
| 23. Liščinský Tomáš | 66.44 |
| 24. Šafek Jiří | 80.59 |
| Chvátal Lukáš | DISK |
| Omová Michaela | DISK |
| Jordanov Alexandr | DISK |

ZN:

| | |
|------------------|-------|
| 1. Coufal Jáchym | 22.42 |
| 2. Svoboda Marek | 30.23 |

| | |
|---------------------|-------|
| 3. Humlíček Tomáš | 31.40 |
| 4. Tachovský Matyáš | 38.29 |
| 5. Soška Petr | 40.08 |
| Marek Vojta | DISK |

 10.11.2013 Oddílový přebor ZBM / štafety

| | | |
|-----------|-------|--|
| 1. ZBM I | 66.11 | (Cicvárek Ivo, Coufal Jáchym, Chloupek Adam) |
| 2. ZBM C | 66.28 | (Gebauerová Jana, Soška Marek, Švirák Ondřej) |
| 3. ZBM J | 67.30 | (Stehlíková Jana, Svoboda Marek, Chromý Adam) |
| 4. ZBM G | 68.44 | (Hlavová Hana, Bukovacová Alena, Bořil Tomáš) |
| 5. ZBM F | 68.54 | (Hlavová Jindra, Kočová Hana, Drábek Jan) |
| 6. ZBM S | 69.10 | (Liščinský Tomáš, Uhnava Markéta, Bukovac Maroš) |
| 7. ZBM T | 69.19 | (Koča Jaroslav, Rajnošek Tereza, Brlica Pavel) |
| 8. ZBM N | 72.05 | (Finstlrle Aleš, Soška Petr, Omová Michaela) |
| 9. ZBM D | 72.50 | (Tesařová Markéta, Šplíchal Marek, Kazda Adam) |
| 10. ZBM L | 72.52 | (Stratilová Marie, Dvořák Martin, Bravený Vít) |
| 11. ZBM A | 73.40 | (Kabáthová Eva, Říčný Vojta, Stehlík Martin) |
| 12. ZBM R | 75.37 | (Zvarik Tomáš, Stašková Petra, Zřídka Veselý L.) |
| 13. ZBM K | 76.07 | (Mezníková Lucie, Auermüllerová Anna, Nykodým M.) |
| 14. ZBM H | 76.17 | (Koporová Petra, Kočová Lenka, Bialožyt Michal) |
| 15. ZBM O | 78.13 | (Hendrychová Zuzana, Finstlrle Luďek, Hájek D.) |
| 16. ZBM P | 78.21 | (Stachoňová Barbara, Marek Vojta, Rajnošek Z.) |
| 17. ZBM Q | 79.29 | (Jordanov Alexandr, Nedbálková Hana, Brabec J.) |
| 18. ZBM E | 81.20 | (Hrušková Barbora, Kadlecová Zlata, Mlynárik P.) |
| 18. ZBM B | 81.20 | (Chromá Kateřina, Koporová Lenka, Pátek Richard) |
| 20. ZBM M | 87.12 | (Křístková Veronika, Tachovský Matyáš, Zimmermann Jakub) |

BBP JEHNICE / Pavel

... aneb první díl brněnského seriálu psané mojí rukou a taky trošku tím srdíčkem

Tak už je to tu zase, začíná zima, venku kosa jak z nosa, američan z vysočan se přestěhoval na Floridu a nový tréninkový rok začíná. A jelikož se říká, že nejlepší trénink je závod, vydal jsem se tedy na první závod brněnského běžeckého poháru, který se konal již tradičně v Jehnicích. Na startu nechyběla spousta hvězd a také početné zastoupení z řad červeno-černého oddílu s žábou na zádech. Tradiční okruh řadí hned první závod BBP mezi ty nejdelší, není teda radno podceňovat přípravu ! Proto jsme na místě již před startem 5-ky, dávám s Milošem 6-ti kilometrový rozklus po okruhu s plánem, že zafandíme mladákům ze žabin. Co však čert a Kotyza nechtěl, start je opožděn kvůli návalu závodníků na prezentaci, takže před ostrým startem 10-ky dáváme ještě jeden kratší rozklus, neb jsme mezitím již stihli zatuhnout.

Když se konečně blížil start, začala atmosféra houstnout, závodní pole mužů se smrsklo jako kulassony v bazénku po sauně a startovní výstřel vypustil vlnu běžců vstříc

jejím osudům, křečím, infarktům a dokonce i puchýřům. První kilák, druhý kilák, pořád se držím první skupiny, tepovka ovšem atakuje cca 95% maxima, a tak zvolňuji a šetřím síly na pernější momenty. Ty se dostávají cca na 7.km, kdy začínám cítit kyselinu mléčnou, která si v mých svalech našla nový domov. Dobíhá mě skupinka, tak se chytám, nemyslím a jenom běžím. Na vrcholku natahuji krok a zjišťuji, že to přece jenom docela jde, a tak se pouštím znovu do trháku. V posledním kopci vyjedu poslední zásoby glykogenu a v cílové rovince ještě zvládám vybojovat ve finiši lepší umístění. Podtrženo sečteno, 11. místo celkově je lehkým zklamáním, přepálené tempo na počátku mrzí, ale zároveň přidává zkušenosti do dalších závodů. Miloš dobíhá s minutovou ztrátou na 2. pozici za skvěle běžajícím Kohútem, na 5-ce Kuba zkušeně ve finiši bere 1.místo a zkouší tak napodobit jednu nejmenovanou legendu

Po výklusu už jsme jenom počkali na vyhlášení, a jelikož je v jehnicích zvykem vyhlašovat všemožné kategorie, včetně VŠ, tak si nakonec i já odnáším ionták, vzpomínky, zkušenosti a nějaké ty kilometrčky do deníčku. Tak, to je pro dnešek asi vše, není ovšem potřeba zoufat, neb další kolo nás čeká za 14 dní v Okrouhlé, a třeba bude už i snít a atletům budou klouzat botky. A možná i jednou toho Dana Orálka porazím.

Běh o pohár Jehnic 17.11.2013

10km: 1. Kohut Jan 34.50, 2. Miloš Nykodým 35:50, 11. Pavel Brlica 37.59, 19. Vít Bra-
vený 39.00, 20. Tomáš Liščinský 39.07, 117. Eva Kabáthová 46.02, 138. Jaroslav Koča
47.06, 264. Martin Dvořák 52.56

5km: 1. Jakub Hruška 22.43, 30. Chromá Kateřina 26:03, 81. Koporová Petra 30.02, 83.
Lenka Koporová 30.06, 103. Jitka Kabáthová 31.16, 154. Kratochvílová Anežka 34.02,
181. Eva Malivánková 35:11, 191. Hana Kočová 35:44,

* * * * *
BBP OKROUHLÁ / Pavel
* * * * *

... aneb druhý díl brněnského seriálu psané mojí rukou a taky už trošku víc srdíčkem

Člověk ani nestihne pořádně zregenerovat a již je tu druhé kolo BBP. Tentokrát je již v trochu vzdálené okrouhlé, naštěstí v dnešní době již existují auta (i když teleportér by byl lepší), tudíž nám nic nebránilo se vydat pokořit další trať tohoto seriálu. Přijeli jsme před startem 5-ky, kde naše barvy hájily holky, na desítce se pak objevilo několik výborných závodníků ze žabin. Tradiční rutina, jako je registrace a pořádný rozklus, proběhla v poklidu, zafandili jsme běžcům, snažících se pokořit 5-ku, vyhecovali je ještě k lepším výkonům a také se řádně rozcvičili na vlastní závod.

Miloš byl vyvolaný, naštěstí se nejednalo o zkoušení, ale o místo v první lajně na startu (kdo ví, jestli by ho po zkoušení připustili na start :P). 3-2-1 Start, pořádná bitva o pozice před první zatáčkou, pak již vrstva sněhu, nohy kloužou, atleti kloužou, já lehce taky, zatáčka, zatáčka a dlouhý seběh dolů. První 3km za 9:00 a je z toho osobák na trojku. Rovina, lehce kopcovatá, pár zatáček, vedu si skupinu a jdu vlastní tempo, tentokrát to nesmím přepálit. BUM, 5km za 16:40 a vyrovnávám si osobák i na této vzdálenosti. Pak se již trať přestala vlnit a já začal tušit, že do cíle už to bude jenom do kopce.

Na louce před sebou vidím Miloše, má náskok tak 50 vteřin, Orálek taky na dohled, tak do toho dupu, nepřemýšlím na sluníčkem a hvizdem ptáků, kterých je okolo spousta, jenom nohu před nohu a hlavně někde nespádnout. Cca kilák před cílem dostávám informaci, že jsem 5. Začalo mi to šrotovat, Orálek už je veterán, takže 4. v mužích, no bramboru nechci a borec na 3.místě má náskok okolo 10s. Zkousím trochu zrychlit, a vida, ono to jde. Na poslední dvoustovce už ho mám a zapínám forsáž, roztáčím nohy do obrátěk a drtivým nástupem si dobihám pro celkové 4.místo. Miloš obhájil stejně jako v Jehnicích 2.místo, jen pokořitel byl jiný, ovšem znovu velmi kvalitní, navíc po pátečních tréninku byl Milda lehce ztuhlejší a tak není divu, že s ním nesvedl větší souboj. Na 5-ce výborně zaběhla Maky Firešová, která taktéž obsadila ve své kategorii 3.místo jako já - znamení, nebo jen náhoda?! Kdo ví, však pravda se časem ukáže. Na vyhlášku jsme si zaplácali, nasedli do auta, začali topit, ještě jsme potkali na benzince Libindu, který se chystal na výlet, naštěstí děti spali, a tak jsme auto ještě neměnili. Ti odvážnější vyrazili večer na O-gala, já zůstal doma v postýlce a sbíral síly na neděli, kdy byla na pořadu dne vytrvalost a BZL v Komíně.

Závěrem bych chtěl dodat, že Dana jsem zase neporazil, Vítá neporazil mě, Tomas porazil Jendeho, ale Jende za 2 měsíce bude vyhrávat, jelikož teprve začíná trénovat. 3.závod ve Vranově nedáme kvůli kolizi s Skleným, tak snad tam aspoň pořádně potočíme na BBP v Syrovicích na Štěpána, kde už jistě všichni pobereme příčky nejvyšší :)

* * * * *

BBP OKROUHLÁ / Evička Malivánková

* * * * *

30.listopadu jsme se vydali na druhý závod brněnského běžeckého poháru do Okrouhlé. Jak jsme dojeli tak nás čekalo nemilé překvapení. Oproti Brnu tady byl všude sníh bláto a namrzlá silnice... No co už jsme tady tak už to moc nezlepšíme.

Podle toho taky vypadal samotný závod. Všechno hrozně klouzalo, byla zima... no prostě poslední den v listopadu a už zimní počasí. Mě se moc dobře neběželo ale podle výsledků, Maky Firešové asi jo... Po tom co měsíc netrénovala protože měla mononukleózu, tak dopadla velmi dobře a to 3.v dorostenkách. Pak jsme čekali na vyhlášení, kde se na bednu podívali kromě Maky F. ještě Miloš 2. a Pavel 3. v mužích. Potom už následovala cesta domů kdy jsme se na benzince za kruháčem u Černé Hory potkali s Liborem :D

- - - - -
Mikulášský běh Okrouhlá 30.11.2013
- - - - -

5km:

1. Rygl Josef 17.36, ...58. Firešová Markéta 24.29, ...61. Hrušková Barbora 24:54, 65. Kabáthová Jitka 25:20, ... 70. Koporová Lenka 25.45, ... 75. Kočová Lenka 26.03, ...87. Nedbálková Hana 26:38, ... 107. Malivánková Eva 28.20

10km:

1. Míč Robert 29:11, 2. Nykodým Miloš 30.08, 3. Orálek Daniel 30:33, 4. Brlica Pavel 31.02, ...13. Bravený vít 32.10, 18. Liščinský Tomáš 32:50, ...23. Zháňal Jan 33:31, ...140. Koča Jaroslav 40:45,

* * * * *

KAUFLAUF / Jerry

* * * * *

Hodně jsem se na tento závod těšil. Pro nás, kteří příliš či vůbec netrénujeme, je městský sprint ideálním závodem. Za necelou půlhodinku je odsportováno čili síly na rozdíl od klasických lesních tratí nedojdou, člověk užije spoustu radosti při nacházení kontrol, kdy v podstatě každou minutu závodu nalezneme nějakou kontrolu (to se v lese taky nepoštětí), poklábosí se spoustu známých a to vše za necelé dvě hodiny.

S předstihem jsme se domluvili na startovacím pořádku, Lenka vyrazila brzy, já se věnoval kategorii HDD. Skupinka dvou děvčat se mi po cestě ještě rozrostla, největší starostí nadále zůstalo nadšeně běžící děvka závčas zastavit a navést je mezi správné domy, jinak by naběhali násobně více kilometrů, než bylo třeba. Ne že by mapa byla vyložena na obtíž, ale určitě mohla být lépe využita.

V cíli rychle sundat přebytečné svršky a již jsem se nemohl dočkat svého startu. Malinko mě zarazilo, že všude kolem mě startovali sami rychlíci, ale obav jsem nedbal a nadšeně se vrhl do víru Komína. První možnost volby byla na trojku, zvolil jsem variantu shora a do následného kopce už mi došly síly. Po dvou krátkých postupech následoval seběh, kde jsem „v té rychlosti“ chvilkami ztrácel kontakt s mapou, ale ustál jsem to. Série kontrol mezi domy proběhla rychle a bez problémů, jen na dvanácté kontrole mi chyběla orientační obuv a blíže jsem se seznámil s místním podkladem. Na čtrnácté kontrole se projevil aktuální nedostatek kyslíku, kontrolu jsem postupně hledal na dvou místech, kde neměla šanci se vyskytovat. Nenechal jsem se odradit chvilkovým zaváháním a prchal k Ruskému vrchu obávaje se přemíry vrstevnic. Po absolvování této příjemné pasáže jsem nezadržitelně směřoval k cíli s takovou vervou, až jsem přeběhl dvacátou kontrolu. Šlo o hodně, znal jsem časy soupeřů a nepodcenil jsem ani finiš. I přesto, že jsem na trase nechal několik vteřin, jsem byl s výkonem a výsledkem spokojen. Kdy se mi zase podaří porazit Brabika?

Ač se to zdá na první pohled jednoduché, najít všechny kontroly není vždy samozřejmostí ani v rychlém městském běhu. Několika závodníkům se podařilo jednu či více kontrol vynechat, většinou čtrnáctku ležící na přímce mezi třináctkou a patnáctkou nebo jednu z dvojice kontrol v těsném sousedství – čtyřku či pětku. V koncentraci na závod zkrátka nelze polevit ani na okamžik.

Už teď se těším na další závod BZL a podle rekordního počtu účastníků (209 závodníků!) soudím, že rozhodně nejsem sám.

Kauflauf 1.1.2013

H:

1. Adam Chromý 17:03, 2. Ondřej Novotný 17:25, 3. Ondřej Švirák 17:36, 4. Daniel Hájek 17:44, 5. Pavel Brlica 17:45, 6. Vít Bravený 18:05 ...14. Adam Kazda 19:02, ...15. Jakub Hruška 19:12, ...17. Jenda Zháňal 19:45, 18. Jan Drábek 20:00, 18. Libor Zřídka Veselý 20:00, ...22. Štěpán Zimmermann 20:29, ...27. Martin Stehlík 21:25, ...29. Jaroslav Koča 21:40, 30. Jaroslav Brabec 21:48, ...34. Aleš Finstrle 22:05, ...40. Tomáš Liščinský 23:36, ...42. Lukáš Chvátal

23:42, ...44. Martin Dvořák 23:57, ...59. Ivo Cicvarek 26:10, ...61. Jiří Šafek 26:31, ...77. Vašek Štěpánský 30:03, ...86. Jáchym Coufal 31:30, ...90. Marek Soška 33:03, ...Svatoš Coufal DISK

HDD:

1. Tomáš Rajnoha 14:25, 2. Tomáš Doušek 17:05, 3. Sofie Stašková 17:43, 4. Adam Urbánek 17:50, 5. Petr Soška 18:14, ...7. Adam Zřídka veselý 18:31, ...12. Martin Zřídka veselý 20:56, ...17. Vojtěch Marek 23:32, 18. Radim Cicvarek 24:46, 19. Vojtěch Koča 24:53, ...28. Julie Finstrlová 28:13, ...31. Lucie Finstrlová 34:43

D:

1. Eva Kabáthová 20:31, 2. Jindra Hlavová 21:19, 3. Magdaléna Tužilová 21:49, 4. Adéla Chromá 23:03, ...6. Barča Hrušková 23:09, ...7. Markéta Tesařová 23:10, ...10. Léňa Koporová 24:22, ...17. Zuzka Hendrychová 26:26, ...21. Hanka Nedbálková 27:22, 22. Lenka Kočová 27:23, ...24. Lucie Mezníková 27:24, ...26. Hana Kočová 28:08, 27. Eva Malivánková 28:12, ...36. Maky Firešová 31:22, ...40. Kristýna Hrušková 32:53, 41. Marie Stratilová 33:15, 42. Věra Mádlová 33:26

BĚH NA BYČÍ SKÁLU ANEB SPECIÁLNÍ BONUS K BRNĚNSKÉMU SERIÁLU PSANÉ
MOJÍ RUKOU A HOODNĚ SRDÍČKEM / Pavel

Již po jedenapadesáté se letos konal běh na Byčí skálu. Letos jsem konečně sebral odvalu, naběhané kilometry, 212-ky a dárkovou sadu oddílového oblečení a po vzoru mých vzorů jsem se i já vydal na delší variantu tohoto závodu. Podmínky na startu byly sněhové, padalo to na nás zeshora, a jak jsem se rozběhli, tak i zezdola. Teplo úplně nebylo, cca okolo nuly, i přesto se našli někteří, kteří běželi závod s nekrytými končetinami, což by se již dalo považovat i za lehké bláznovství. Mně bylo pěkně teploučko, převážně v pasážích kde foukalo, do kopce jsem ovšem vytvářel o trošičku víc tepla, než by se slušelo, takže jsem pak sundával rukavice, rozepínal bundu, nandával rukavice, zapnout.. Ale pěkně popořádě.

Vcelku rychle po startu se startovní pole docela roztáhlo, držel jsem lehký odstup za Danem Orálkem, nechci se uhnat hned na začátku, a tak si jdu svoje tempo, překvapivě se držím těsně za ním, pořád ho mám na dohled, jen zezadu mě pomalu dojíždí Víťa ještě s jedním borcem. Na otočce pro 15-ku se zbavuji jednoho ze soupeřů a ocitám se na druhém místě, Dan pořád na dohled. To už je ale Víťa těsně za mnou a ve sjezdu do Adamova začíná stíhací jízda, která končí u vlakového nádraží. Moje samota mizí, mám kolem sebe další dva běžce, a co víc, jeden z nich je zkušený Vít, který má na delších distancích nasbíraných více zkušeností. Na silnici z Adamova na Býčinu to nepříjemně klouže, hledám stopu s aspoň trochou sněhu, na které by to drželo, občas se daří, občas ale ne. Cca na 13.km mi Víťa začal lehce utíkat, no nechci se utahat (nebo se mi nechce zrychlit?), nechávám ho jít.

Na občerstvovače jsem si pobyt lehce zkrátil, šoupl gelík a začal stíhací jízdu. Dan již měl odstup okolo dvou minut, bylo mi tedy jasné, že to už nedoženu. Bohužel při boji o 2. a 3. místo jeden v tříčlenné skupince přebývá, do finishe čekat nechci, přece jenom

už nejsem nejrychlejší. Natahuji krok a do Adamova si vytvářím lehký náskok a držím 2.místo. Kopec do Útěchova dává pořádně zabrat, jenom nohu před nohu, hlavně nezpomalovat, tempo ostřejší než kuře vindaľu, šoupu pro jistotu ještě jeden gel, už se blíží vrchol ! Zezadu se ovšem přibližuje onen neznámý běžec z naší stíhací skupinky, jde přede mě a vypadá dost svěže, tak ho nechávám jít. Na otočce 15-ky tuším, že sem na Vítu něco nahnal, ale netuším kolik máme rozestup, takže si dalších 7km připadám spíš jako lovená srna, pořád se otáčím, každý zvuk za zády mi připomíná, že nesmím zpomalovat, Víta ovšem stále nikde a to už se blíží poslední sjezd údolím a cílová rovinka. To už tuším, že mi 3.místo nikdo nevezme, dostavuje se euforie ale také lehce ztuhlé nohy. Bejk Víta dohání něco přes minutku po mě, no musí se nechat, že mně dal pěkně zabrat. V náročných podmínkách беру čas 128' jako úspěch, na premiéru možná až moc rychlý, tak snad budu za rok schopnej tento čas vylepšit. A co vy? Dokážete za rok přijít na start a rozdat si to s ostatními na kratší, či delší variantě?? Neváhejte a rozdejte si to klidně i se mnou !!

* * * * *
!!!SKLÁRNA!!! / Léňa Ch.

* * * * *

Účastníci: Jenda a Bára, Kuba a Pavel, Maki, Hanka a Léňa, Švirďa a Víta

Po tříapůlhodinové cestě do Nového Dvora u Žihle na Sklárnu jsme se ubytovali v nám známém objektu z předminulých Velikonoc. I s králíky. Čekaly nás dvě krátké, jeden lesní sprint a jedna (řekla bych trošku prodloužená) klasika. Počasí se zdálo být vyhlídkové až na ty večerní přeháňky a skoromrazíky. A dokonce se utvořily dva soutěžící týmy: Jenda+Bára a Pavel+Maki. Po sečtení časů obou závodníků 21L poražený kupuje vítězi pivo. S přehledem obě krátké vyhráli Pavel s Maki.

Snad všechny popisy etap ze tří čtvrtin obsahovaly kameny, šutry, skalky a balvany. Jinak byl terén asi tak o 100% krásnější než ten náš rodný.

Už natrénovaní z všelijakých situací jsme si suveréně uvařili večeri na schodech před vchodem do budovy. Druhý den už jsme se teda přesunuli na asfalt na hřiště. A proseďeli jsme tam celou pauzu mezi sobotními dvěma závody, kolemjdoucí zírali na nás, my zas na ně a převládala pohodová atmosféra.

Po sobotním sprintu už jsme si mohli přestat poměřovat drsné škrábance z lesa, poněvadž nás Pavel všechny trumfl. Kolenem se šikovně otřel o spadlý kmen, hluboká rána mu zůstala důkazem.

V sobotu večer jsme se jako vždy všichni shromáždili na lavičkách před budovou, ale brzy nás vyhnal přívalový déšť, takže jsme se museli přesunout do budovy. Víta zareagoval a hned jsme mohli za doprovodu nejnovějších songů dále konverzovat, dokud jsme neobjevili fotbálek. Stolní. A za peníze. To nás ale neodradilo a hned jsme zopakovali částečně starou a osvědčenou sestavu Maki a Léňa a Kuba bez Pavla s Veslím. Bohužel se nám s Maki podařilo dosáhnout pouze remízy. Až se nám fotbálek ohrál a někteří měli problem míček i vidět (kvůli špatnému světlu!!) přesunuli jsme se k pípě abychom se osvěžili. Někteří dosáhli úctyhodného výkonu 10.

Ostatní snad unavení po dvou fázích byli zase svědky malé nehody, která se povedla pánovi zrovna v naší přespávací třídě. Zůstal mu v ruce vodovodní kohoutek od umyvadla a voda začala téct proudem. Asi tak za půlhodiny se u umyvadla vystřídalo 10 lidí, kteří volali na další o pomoc. Nakonec vše dobře dopadlo a voda téct přestala.

Nedělní klasika byla pak parádním zakončením povedeného prodlouženého víkendu. Kluci v H21L si to stríhli na 15 km a ženský na 9 km. Pro někoho hračka, pro přepivované už tolik ne.

* * * * *
MČR KLASIKA / Maky

Na další letošní důležité mistrovství jsme se vypravili opět do Jeseníků a to tentokrát na klasiku na Rejvíz. I když nesněžilo, tak se počasí tvářilo spíš zimě než podzimně a tak jsem většinu soboty strávila zakuklená ve stanu s nadějí, že je tam o něco tepleji než venku. Nevím, jak ostatní kategorie, ale naše klasická trať byl spíše middlovitý seběh a pak jsme v závěru bušily asi 15 vrstevnic na kolmo ke sběrci. Trať teda opravdu nenadchla. Middle mám sice ráda, ale čekala jsem trochu něco jiného

Po té, co doběhli všichni, jsme se autobusem přesunuli na ubytování na postele. Jedna část žabiňáků bydlela přímo v hotelu a druhá v takové chatce. Na jídlo jsme tedy nemuseli příliš daleko, i když by to bylo možná rychlejší než s místním číšníkem, který naspěch opravdu moc neměl. Naštěstí jsme přijeli vcelku brzo a tak se všichni zvládli navečeřet bez toho, aby někdo umřel hladu. Ráno nás čekala luxusní snídaně, tak každý mohl nabrat síly na finále. Dokonce i autobus odjížděl z ubytování na dvakrát, takže skvělý komfort pro závodníky.

Vyspané a nasnídané nás pak čekalo čekání v karanténě a samotný závod. Počasí už se trochu umoudřilo, i když nejtepleji zrovna nebylo. Trať mi přišly o něco pěknější než v sobotu, ale i tak jsem letos běžela asi i pěknější klasiky. Pořadatelé si stěžovali na oblast, kam měli zakázáno jít kvůli zvěři a tím asi trať dost utrpěla. Já bych to asi líp nepostavila a v neděli jsme měli i nějaké volby. I přesto byla trať spíše fyzicky než orientačně náročná a aspoň u mě šlo o to, nedělat hloupé chyby na dohledávkách.

Vyhlášení proběhlo rychle a o to dýl nám trvala cesta do Brna, kde jsme nejdřív objížděli ucpanou dálnici a pak se sami ucpali ve Vyškově. Jinak to byl vydařený víkend a myslím, že se všichni můžeme těšit, až se do Jeseníků znova podíváme.

PROGRAM NA PROSINEC AŽ BŘEZEN

12. až 15. 12. - ČT-NE - Soustředění Sklené - viz samostatný rozpis akce

14. 12. - SO - Brněnský běžecký pohár (3. závod) - Vranov, Sportovní areál AMK Zbrojovky Brno - sraz do 9:30 hod. 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. - přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,-Kč - doprava vlastní

20. 12. - PO - noční mapový trénink - Soběšice - sraz: v 16:00 v Soběšicích (značeno ze zastávky „Útěchovská“, autobus 43) - mapa: Panská lícha (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: vánoční překvapení - doprava: individuální

23. 12. - PO - Běh okolo Brna - tradiční cca 16 ročník předvánočního oběhnutí Brna - Mariánské údolí - Pod Hádkem - Nový Dvůr - Březina - Zadní pole - Babice na d Svitavou - Alexandrovka - Adamov - Útěchov (cca 120 min; MHD) - Soběšice - Lesná - Husovice - sraz do 9:00 hod. V Mariánském údolí - doprava autobusem číslo 55 s odjezdem v 8:29 z Židenic, nádraží (Stará Osada 8:31; Dělnický dům 8:36)

24. 12. - ÚT - Běh na Babu - Skalka za Medláneckým kopcem - sraz do 9:30 hod. - doprava vlastní nebo MHD (tramvaj 12, 13 nebo autobus 53)

26. 12. - ČT - Brněnský běžecký pohár (4. závod) - sokolovna Syrovice - sraz do 9:30 hod. - 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. - přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,-Kč - doprava vlastní

1. - 26. 1. - ST až NE - Zimní mapový trénink - mapa Veselka - přihlášky o mapy Zhustovi - centrum: Veselka; MHD (autobus 52 - zastávka „Kopce“)

3. 1. - PÁ - noční mapový trénink - Kohoutovice - sraz: 16:30 v Kohoutovicích u pomníčku v lese (autobusem 37, 50 - zastávka „Pavlovská“) - mapa: Dub Troják (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: okruhy - doprava: individuální

4. 1. - SO - Brněnský běžecký pohár (5. závod) - Kuřim - sraz do 9:30 hod. - 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. - přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,-Kč - doprava vlastní

6. 1. - PO - První trénink po vánočních prázdninách - běžecký trénink Rosnička

10. 1. - PÁ - noční mapový trénink - Mojetín - sraz: 16:30 na Lesné na parkovišti u Lídlu (tramvaj 9, 11 - zastávka „Halasovo náměstí“) - mapa: Veselice (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: krátká trať - doprava: osobními auty

11. 1. - SO - Běžecké testy - Lesná - Zhustových 60 minut - BCVČ Lesná, Milénova ulice - sraz do 9:30 hod. - kluci 60 minut, holky 40 minut (lesní kros)

12. 1. - NE - Brněnská zimní liga (2. závod) - Hruška cup - Bohunice, ZŠ Armenská - sraz: do 14:15 - start 00: 14:30 - mapa: Bohunice (1 : 4 000, E = 2,5 m) - doprava: individuální (nejlépe tramvaj číslo 6, 8 na zastávku „Běloruská“)

- 18. 1. - SO - Brněnský běžecký pohár** (6. závod) - Radostice - sraz do 9:30 hod. - 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. - přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,-Kč - doprava vlastní
- 24. 1. - PÁ - noční mapový trénink** - Řičky - sraz: 16:30 u STK ve Starém Lískovci nad konečnou tramvaje číslo 8 - mapa: Doubravky (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: krátká trať + scorelauf - doprava: osobními auty
- 25. 1. - SO - trénink** - Líšeň, „Velká Klajdovka“ (na parkovišti nad hotelem Velká Klajdovka - autobusem 45, 78, 82 zastávka „Velká Klajdovka“) - sraz: 9:30 - běh s mapou „Moravským krasem“ - dorost a starší - sraz je v běžeckém oblečení
- 25. 1. - SO - výprava Pulců** - Líšeň, „Velká Klajdovka“ (na parkovišti nad hotelem Velká Klajdovka - autobusem 45, 78, 82 zastávka „Velká Klajdovka“) - sraz: 9:30 - výprava Pulců s mapou na Šumberu - Pulci - délka cca 2 až max 3 hodiny - konec na stejném místě
- 27. 1. - 16. 2. - PO až NE - Zimní mapový trénink** - mapa Koniklecová - přihlášky o mapy Zhustovi - centrum: Kohoutovice, „Jírovцова“; MHD (autobus 50, trolejbus 37 - zastávka „Jírovцова“)
- 30. 1. až 2. 2. - ČT-NE - Soustředění Sklené** - viz samostatný rozpis akce
- 1. 2. - SO - Brněnská zimní liga** (3. závod) - Hromniční trápení - Blansko - podrobnější informace v lednovém čísle Polarisu - detailní rozpis dosud nebyl vydán
- 7. 2. - PÁ - noční mapový trénink** - Kuničky - sraz: 16:30 na Lesné na parkovišti u Lídlu (tramvaj 9, 11 - zastávka „Halasovo náměstí“) - mapa: Škatulec (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: krátká trať s motýlky - doprava: osobními auty
- 8. 2. - SO - Brněnský běžecký pohár** (7. závod) - Ráječko, sportovní hala - sraz do 9:30 hod. 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. - přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,-Kč - doprava vlastní
- 9. 2. - NE - Brněnská zimní liga** (4. závod) - ONOS cup - Žabovřesky, ZŠ Náměstí Svornosti - sraz: do 14:15 - start 00: 14:30 - mapa: Žabovřesky (1 : 4 000, E = 2,5 m) - doprava: individuální (nejlépe trolejbusem 30, 36 na zastávku „Náměstí Svornosti“)
- 16. až 23. 2. - NE-NE - Soustředění Špindlerův Mlýn** - viz samostatný rozpis akce
- 17. 2. - 9. 3. - PO až NE - Zimní mapový trénink** - mapa Dlouhé vrchy - přihlášky o mapy Zhustovi - centrum: Útěchov MHD 43
- 28. 2. - PÁ - noční mapový trénink** - Kladeruby nad Oslavou - sraz: 17:00 u STK ve Starém Lískovci nad konečnou tramvaje číslo 8 - mapa: Kramolín (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: krátká trať - doprava: osobními auty
- 1. 3. - SO - trénink** - Královo Pole, „Technologický park“ (tramvaj 12, 13) - sraz: 9:30 - běh s mapou „na Babu“ - dorost a starší - sraz je v běžeckém oblečení
- 1. 3. - SO - výprava Pulců** - Královo Pole, „Technologický park“ (tramvaj 12, 13) - sraz: 9:30 - výprava Pulců po Medláneckých kopcích - Pulci - délka cca 2 až max 3 hodiny - konec na stejném místě

- 5. až 9. 3. - ST až NE - Soustředění Slovinsko** - podrobnější informace na jiném místě v tomto časopise
- 8. 3. - SO - Brněnský běžecký pohár** (8. závod) - Modřice, sokolovna - sraz do 9:30 hod. 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. - přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,- Kč - doprava individuální (MHD tramvaj číslo 2)
- 10. až 30. 3. - PO-NE - Zimní mapový trénink** - mapa Veverí - přihlášky o mapy Zhustovi - centrum: Bystrc, „Ečerova“; MHD (tramvaj 1 - konečná „Ečerova“)
- 14. 3. - PÁ - noční mapový trénink - Ruprechtov** - sraz: 17:30 v Líšni na parkovišti u supermarketu Albert (tramvaj 8, autobus 45, 55, 56, 78) - mapa: U větrného mlýna (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: sco-relauf + krátká trať - doprava: osobními auty
- 15. 3. - SO - Brněnský běžecký pohár** (9. závod) - hotel Myslivna - sraz do 9:30 hod. 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. - přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,-Kč - doprava vlastní nebo MHD (autobus 52 - zastávka „Myslivna“)
- 16. 3. - NE - Brněnská zimní liga** (5. závod) - Adamna cup - Jundrov, ZŠ Jasanova - sraz do 14:15 hod. - start 00 = 14:30 - mapa: Jundrov (1 : 4 000, E = 2,5m) - doprava: individuální (autobusem 67)
- 22. a 23. 3. - SO a NE - Jarní pohár 2013** - dlouhá trať + štafety - Hradec Králové - SO 00=10:00; NE 00=9:30 - přihlášky na členské sekci do 9. března - podrobnější informace na: <http://ob.tmapserver.cz/dt> - doprava: bude upřesněna podle počtu přihlášených - ubytování na zemi - vedoucí: Libor Zřídka veselý
- 28. 3. - PÁ - noční mapový trénink - Babice nad Svitavou** - sraz: 18:00 v Líšni na parkovišti u supermarketu Albert (tramvaj 8, autobus 45, 55, 56, 78) - mapa: Křtiny (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: krátká trať - doprava: osobními auty
- 29. 3. - SO - trénink** - Bystrc, „Přístaviště“ (tramvaj 1, 3, 11) - sraz: 9:30 - běh s mapou „okolo přehrady“ - dorost a starší - sraz je v běžeckém oblečení
- 29. 3. - SO - výprava Pulců - Bystrc**, „Přístaviště“ (tramvaj 1, 3, 11) - sraz: 9:30 - výprava Pulců na bruslích s ledovou mapou po přehradě - Pulci - délka cca 2 až max 3 hodiny - konec na stejném místě
- 31. 3. - PO - změna v časech a místech tréninků** - platí letní program tréninků

Soustředění Sklené II.

- Datum:** 30. ledna až 2. února 2014 – čtvrtek až neděle
- Odjezd:** ve čtvrtek 12. prosince v 16:20 vlakem z Brna hl. nádraží (sraz 16:00 ve vestibulu nádraží. Jízdenku zakoupit do stanice Žďár nad Sázavou (R 684). Ve Žďáru přestup na autobus směr Sněžné, odjezd 17:50.
- Příjezd:** v neděli 15. prosince 15:41 (14:32) vlakem do Brna.
- Ubytování:** Turistická základna DDM Žďár nad Sázavou Sklené – klasické místo našich soustředění. Ubytování na postelích v povlečených peřinách. WC a sprcha na pokoji.
- Stravování:** společné (snídaně + obědy + večeře). Po celý den bude k dispozici společný čaj.
- Náplň:** lyžování podle sněhových podmínek.
- S sebou:** maratonky a orientky (pokud sníh nebude) nebo lyže (pokud sníh bude), věci co běžně potřebujete, tréninkový deník, hry na dlouhé 3 zimní večery a další dle toho co Vás napadne.
- Cena:** 1 000,- Kč. V ceně je ubytování, doprava a náklady na společné jídlo. Peníze budu vybírat v průběhu soustředění.
- Přihlášky:** nejpozději do 20. ledna 2014, kapacita 42 osob
- Poznámka:** **soustředění je určeno především pro pulce, žáky a dorostnce (mají přednost), ostatní do maxima kapacity**
-

Soustředění Špindlerův Mlýn — všichni

- Datum:** 16. února – 23. února 2014
- Cena:** předpokládaná cena je 2 000,- Kč (ubytování + stravování), s cestou maximálně 2 500,- Kč
- Doprava:** tam kombinací vlaku a autobusu, zpátky autobusem, nebo individuální – podrobnosti pro individuální dopravu u Zhusty
- Jídlo:** zajištěno od oběda 16. února do oběda 23. února
- Ubytování:** Chata SK LOB Nová Paka ve Špindlerově Mlýně, těsně pod vrcholem Přední Planina přímo pod lanovou dráhou Svatý Petr – Pláně. Spí se na postelích. Nutno vzít spací pytel.
- Tréninky:** Podle sněhových podmínek, předpokládáme, že sněhu bude dost. Pokud někdo chcete sjezdovat, vezměte si s sebou i sjezdovky.
- Odjezd:** neděle 16. února v 6:55 z hlavního nádraží vlakem směr Praha (R Myslбек) – sraz v 6:30 ve vestibulu. Příjezd do Špindlerova Mlýna okolo 12:00, odtud cca 2 km pěšky (převýšení 500 m – jde se po sjezdovce nahoru).
- Příjezd:** v neděli 23. února v 19:10 do Brna na Zvonařku. Odjezd ze Špindlerova Mlýna v 13:04.
- Přihlášky:** do 31. ledna Liboru Zřídkaveselému. Peníze se budou vybírat ve Špindlerově Mlýně. Jízdenky na autobus se budou kupovat 1. února – pokud pojedete individuálně, nezapomeňte to sdělit.

TRÉNINKY OD 7. LISTOPADU

| Den | Doba | Skupina | Typ tréninku | Místo |
|-----|---------------|-----------|------------------|---------------------------|
| Po | 15:30 – 17:30 | Dorost + | běžecký | Žabovřesky – Rosnička |
| Út | 20:00 – 21:15 | Dorost + | posilování | tělocvična ZŠ Kotlářská |
| St | 16:00 – 18:00 | žabičky | výpravy za OB | Lesná – BCVČ, Milénova |
| | 16:00 – 18:00 | pulci | hry + mapa | Lesná – BCVČ, Milénova |
| | 16:00 – 18:00 | dorost | běžecký + teorie | Lesná – BCVČ, Milénova |
| | 16:30 – 18:00 | dorost + | běžecký | Lesná – BCVČ, Milénova |
| Čt | 14:30 – 15:30 | začáteč. | tělocvična | tělocvična ZŠ Kotlářská |
| | 15:00 – 16:00 | pulci | tělocvična | tělocvična ZŠ Kotlářská |
| | 16:00 – 17:30 | žactvo | tělocvična | tělocvična ZŠ Kotlářská |
| | 17:30 – 18:30 | dorost + | aerobic | tělocvična ZŠ Kotlářská |
| | 19:30 – 21:00 | dospělí + | volejbal | tělocvična ZŠ Kotlářská |
| Pá | 16:00 – 21:00 | dorost + | noční mapový | okolí Brna (doprava auty) |
| | 18:00 – 20:00 | dospělí + | florball | tělocvična ZŠ Kotlářská |
| So | 9:30 | všichni | BBP, mapový | viz samostatný rozpis |
| Ne | 14:00 | všichni | BZL | 4x za zimu ob závod |



PF 2014

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

POLARIS / PROSINEC 2013 / ROČNÍK XV. / #131

team: Zhusta, Honza Drábek, Filip

kontakt: zbm.polaris@seznam.cz

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

