

# Slovo úvodem

Teprve nyní mám možnost napsat svoje letošní první slovo úvodem, a tak této příležitosti rád využívám. Je tu nový kalendářní rok a to znamená, že Polaris má za sebou další již sedmý rok své existence. Byl to rok, v němž se nám podařilo jeho úroveň minimálně nesnížit, a za to bych chtěl všem, co se na minulém (již sedmém) ročníku nějak sebeméně podíleli, poděkovat. Kvalitní a dobře fungující oddílový časopis je i známkou dobré funce celého oddílu, znamením toho, že jsou zde lidé, kteří jsou pro oddíl ochotni něco udělat nejen na závodních tratích. Takoví lidé mají moje nejvyšší uznání a obdiv.

Nový kalendářní rok také znamená neúprosný příchod nové sezóny, na které už se asi všichni nemůžeme dočkat. Před každou sezónou se pak ředa orientačních běžců rozhlíží, který že oddíl je nejlepší pro jejich nové působení a řada z nich si se rozhodla pro Žabovřesky. Ať už nastálo nebo jen na hostování při závodech štafet. V letošním roce jich není vůbec málo, a tak bych je rád na stránkách příštího Polarisu představil formou krátkého dotazníku. Na tomto místě jim přeji aby se jim v ZBM líbilo a našli v něm své stálé místo. Nejen jim ale samozřejmě i vám všem ostatním bych také rád popřál úspěšnou sezónu 2006 a mnoho příjemných chvil strávených s Polarisem.

*Zelda*

## Výkon Měsíce

---

Vzhledem k mnoha příležitostem ukázat, co v nás je, nebylo tento měsíc o skvělé výkony nouze. Bylo velmi těžké vybrat ten opravdu nejlepší, ale přece jen jeden o něco převyšoval všechny ostatní. Tak jsme jako nejlepší vybrali výkon, který podal minulý týden Zelda.

A protože není schizofrenik, tak jsem se ujala jeho obvyklé role tazajícího se já.

(Chtěla bych také poděkovat externí spolupracovnici Hance Rambouskové za spolupráci.)

**Maruška: Tento měsíc jsi podal nejlepší výkon, co to pro tebe znamená?**

Zelda: No nevím, mě jednou, asi před rokem Prokůpek přál, ať mám taky výkon měsíce, tak ho mám. Jsem spokojen.

**Maruška: Prozradíš nám, jak jsi se připravoval, jak jsi namíchal ten správný koktejl úspěchu?**

Zelda: To chtělo asi pořádně odhazovat sněh v Krkonoších a přišlo to samo.

**Maruška: Většinou podáváš výkony trvající kolem šedesáti minut, tento trval deset tisíc osmdesát minut. Nebyla to přece jenom velká změna? Jak se ti to podařilo ustát?**

Zelda: No byla to trochu nuda, kdyby nebyla olympiáda, tak bych fakt nevydržel.

**Maruška: Co se ti během toho honilo hlavou?**

Zelda: Abych už mohl běžet konečně, protože bylo to fakt otřesný, protože mi vlastně víceméně nic nebylo a přitom jsem se cítil dost šoufl.

**Maruška: Prozradil jsi, že tento tvůj výkon nespočíval v běhu. V čem tedy spočíval? Cop jsi celý ten týden dělal?**

Zelda: Seděl doma a koukal na televizi.

**Maruška: Ted' trochu vážněji. Když pomineme tento tvůj výkon měsíce jsi proslulý tím, že hodně trénuješ, tak máš taky určité nějaký cíl, ke kterému míříš. Prozradíš nám jaký je tvůj cíl pro tuto sezónu a třeba i nějaký do vzdálenější budoucnosti?**



**Zelda:** Letos jsem to už několikrát říkal, teda ne do mikrofonu, ale letos je primárním cílem dobře odmaturovat a ten trénink a běhání je až na druhém místě, ale jako každou sezónu se chci dostat do desítky na mistrovstvích a být s tím svým běháním spokojenej, ale říkám, letos je to běhání až na druhém místě.

**Maruška: A nějaká vzdálenější budoucnost?**

**Zelda:** Mým dlouhodobým cílem v orientáku je se jednou dostat do elity, nebo takhle běžet alespoň jeden závod elity, khybych to měl přesně definovat.

**Maruška: Děkuju za rozhovor a přeju aby se brzy v této rubrice objevil také tvůj opravdu sportovní výkon.**

**Zelda:** Děkuju.

P.S. Pro ty, kteří nevědí, o jaký výkon se jedná - nejpoctivěji a téměř za jakýchkoliv podmínek točící Žabiňák Zelda celý týden neběhal!!!

*Maruška*

## Nejúspěšnější dorostenka a žena oddílu

V tomto čísle budou trochu najdete trochu netradičně rozhovory s nejúspěšnějšími členy našeho oddílu hned ve třech kategoriích. Je to dáno tím, že Adélce se podařilo uhořstit toto ocenění jak mezi dorostenkami, tak i mezi závodníky MTBO. Nyní si tedy můžete přečíst rozhovor s dvojnásobnou nejúspěšnější členkou našeho oddílu.

**Zelda: U mikrofonu mám tu čest přivítat nejúspěšnější dorostenku našeho oddílu a zároveň nejúspěšnější závodnici MTBO. Nestává se tak často, aby byl někdo vyhlášen ve dvou kategoriích. Co to pro tebe znamená?**

**Adélka:** Já si toho samozřejmě cenním, ale myslím si, že to je tím, že v bajkách je nás málo, takže tam možná neměli koho vybrat.

**Zelda: Tak to by se Markéta možná urazila...**

**Adélka:** Ne, ne, ne, tak jsem to samozřejmě nemyslela. Bylo to rozhodnutí mezi mnou a Markétou a tam asi hrálo roli, že jsem třeba mladší, nebo něco takovýho. Jinak Markéta je samozřejmě lepší.

**Zelda: Které z těch dvou umístění si vážíš víc?**

**Adélka:** Já myslím, že to výjde tak nastejno.

**Zelda: Vloni sis v MTBO vyjela elitu a pokud vím, tak tě čekají nějaké mezinárodní akce. O co se přesně jedná?**

**Adélka:** No tak bude to asi juniorský mistrovství Evropy v Polsku a možná ještě jedna, ale to záleží na tom, jak budu jezdit po celej ten rok. Ale to je jedno.

**Zelda: Čili to nenereš tak, že by jsi tam chtěla nějakým způsobem uspět?**

**Adélka:** Tak samozřejmě, že bych tam chtěla uspět, ale nejdřív bych se tam ráda nominovala. Já to nemám ještě úplně jistý, teda to Polsko asi jo, ale to druhý asi ne...

**Zelda: A co klasický OB, taky tam patříš k širší špičce, neláká tě reprezentace?**

**Adélka:** Já patřím k tak strašně široké špičce, že na takové cíle nemůžu ani pomýšlet.

**Zelda: a co bys chtěla příští sezónu dokázat v českých lesích, když jsme se teď bavili o**

**mezinárodní scéně?**

Adélka: Myslíš na bajkách nebo v normálním? Já bych hlavně chtěla každé ten závod si pořádně užít, nedělat tam zbytečný chyby a myslím si, že když se mě bude dobře běhat, nebudu dělat ty chyby, že by mohlo přijít i nějaký to lepší umístění, ale nad tím moc nepřemýšlím. Myslím si, že hlavní je nedělat tam ty chyby a mít po tom závodě dobrý pocit, že prostě: „Jo, teď se mě to povedlo“.

**Zelda: A když si řekneš: „Jo, teď se mě to povedlo“, jak to vypadá vůči ostatním?**

Adélka: Vůči ostatním, řekněme, že jsem tředa kolem šestýho místa, do šestýho místa na normálním orientáku, na bajkách řekněme, že jsem první nebo druhá.

**Zelda: Nejúspěšnější závodník MTBO se vyhláší teprve dva roky, a ty jsi tam zatím nikoho nepustila. Co příští rok, myslíš, že se někomu podaří prolomit tvoji nadvládu?**

Adélka: Určitě, Markétka, Lad'a, tam je tolik lidí. To je jenomže..., Určitě jo, ježiš!

**Zelda: Od roku 2002 jsi byla vždy vyhlášena v nějaké kategorii jako nejúspěšnější členka našeho oddílu, jak dlouho si myslíš, že ještě vydržíš tuto nepřetržitou šňůru udržovat?**

Adélka: Jé, to vůbec nevím, nad tím jsem nepřemýšlela, ale myslím si, že to je hlavně proto, že vždycky se vyhláší nejlepší žákyně, potom dorostenka a tak. A vždycky jsme tam tak zhruba tři, takže to byla spíš náhoda. To je jedno, nad tím jsem nikdy nepřemýšlela, fakt.

**Zelda: takže děkuju za rozhovor a přeju, ať se ti příští sezóna daří.**

Adélka: Tobě taky, čau.

No a teď už je řada na Janče, která střídá na pozici nejúspěšnější ženy našeho oddílu Hanku Bajtošovou.

**Zelda: Nazdar, po roční odmlce se ti podařilo dostat opět na místo neúspěšnější ženy našeho oddílu, jak tento návrat vnímáš?**

Janča: No spíš tak, že u nás, žádný ženský u nás neběhají a netrénujou, takže jsem z nich tak jediná.

**Zelda: Kterého závodu z loňské sezóny si nejvíce ceníš?**

Janča: Nejvíce? Já nevím. Moc jsem nebyla na žádnéjch áčkách, byla jsem na akademickém mistrovství republiky, myslím třetí na krátké, tak možná takovej jedinej výsledek.

**Zelda: Ty právě objíždíš hlavně oblže, sem tam nějaký béčka a pak mistrovství. Není to pak na těch mistrovstvích trošku hendikep?**

Janča: Asi je, ale loni mě to právě nevyšlo s těma datama těch áček, proto jsem tam nemohla jet. Letos se budu snažit jezdit na áčka, ty se mě stejně líbí nejvíce.

**Zelda: I přesto, že neobjíždíš ty velké závody, tak jsi v rankingu tuším 49. Neláká tě útok na elitu?**

Janča: Tak třeba co není může být. Vždycky si říkám, že tenhle rok se v ranku zlepším, ale pak zas nějak není čas tam jezdit na ten závod, pak se mě zas některý nepovedou, tak třeba tenhle rok.

**Zelda: Takže s čím by si byla příští rok spokojená, výsledkově?**

Janča: Jako v tom ranku třeba do 30. místa, to by se mi líbilo.

**Zelda: Já myslím ale jako celkově, třeba v nějakých jednotlivých závodech, mistrovstvích.**

Janča: To já nevím, já stejně nečekám, že bych byla v nějakým mistrovství úspěšná. Tak hlavně postoupit do finále A na klasice.



**Zelda: Jak vnímáš svoji pozici v ženách, co se týče nové sezóny, měly by přijít nějaké nové posily, takže jak si myslíš, že na tom budeš vůči nim?**

Janča: No tak to já nevím, já si myslím, že nový posily mě pak zase porazí potom, protože jich přijde docela dost, takže se tam najde určitě někdo lepší.

**Zelda: Takže děkuju za rozhovor a přeju, ať se ti příští sezónu daří.**

Janča: Díky.

*Zelda*

## Hromniční trápení

Ve vlaku směr Blansko jsem 28. ledna ráno potkala akorát Evku Kadlecovou a její děti. Ujistila jsem se tím, že jedu správně a potom už nezbylo, než dopravit sebe a celou "školku" do starého známého DDM na Sadové ulici, tradičního to hostitele Hromničních trápení. V ulicích byla ledovka, tak jsem se těšila na dramatický závod, zvláště poté, co jsem po hodině marného snažení vzdala pokus, že ještě kdy najdu doma svoje orientky. Na místě nás vítali promrzlí organizátoři-roznašeči, teplý čaj a prořídlé startovky. Aby ne, když je každý normální dnes na lyžích... Přesto jsem se po dlouhé pauze na závod těšila. Zanedlouho dorazila další část našeho oddílu- Adélka, Evička, Maruška, Jitka, Jana, Arnošt, Veseláček, Martin, Otri, Závodník Zelda a určitě i někdo další na koho jsem už zapoměla. Arnošt mi ještě v rychlosti zařídil zapůjčení cizích orientek, což mi potom dost výrazně pomohlo k přežití- díky Arnošte! Po mírném zakufrování po cestě na start už nebylo příliš času na rozsvičku, takže jen do koridoru-vzít mapu a vstříc zámeckému parku! Nojo, nějak jsem už zapoměla za tu dobu, jak taková mapa vypadá, takže po oběhání téměř všech keříků v parku jsem se trochu vybila, uklidnila a cestou přes sídliště pokračovala už téměř bez chyb. Zhruba v půlce čekal záludný mikro-ob. Nebyl to tedy až tak úplně 100% mikro-ob, protože se šlo na paměť nebyly tam postaveny žádné falešné kontroly, takže šlo spíš o paměťák. Nevýhodou bylo, že kdo se na tento závůdek vykašlal a šel rovnou běhat trestná kolečka na tom byl podstatně lépe- na trati závůdku bylo totiž požehnaně sněhu, zato trať pro trestná kolečka byla udusaná a krátká. Naštěstí se téměř každý o paměťák- více či méně úspěšně- pokusil. Potom zbývala jen lesní pasáž, která některým taky dovedla pořádně zatopit (mě naštěstí ne, ale to bylo tím, že jsem už byla unavená..) a hurá do cíle. Tam na všechny závodníky čekal zdarma čaj nebo kafe a párek. Nakonec přišlo vyhlášení- V hlavních kategoriích zvítězili Adélka (Evička byla 3.) a Vladan Henek (JPV, Martin byl 2. a Závodník Zelda 3.) a jelo se domů. Závod byl sice kratší, ale vzhledem ke sněhovým (ledovým) podmínkám to bylo tak akorát (časy vítězů H 19 se těsně blížily k deseti na kilák, časy v D 19 je hrubě překračovaly). Takže za rok zase v Blansku!

*Verča*

Výsledky:

**D14:** 1. Chromá Kateřina 25.18; 2. Tesařová Markéta 27.35; 3. Koporová Petra 28.47; **D18:** 1. Borecká Kateřina 40.36; 2. Strakova Jana 50.37; 3. Kolaříková Anna 60.43; **D19:** 1. Štěpánská Adéla 42.30; 2. Prochazkova Lucie 49.17; 3. Kabáthová Eva 49.37; 4. Křístková Veronika 50.26; ... ; 6. Stratilová Marie 57.47; ... ; 9. Čábelková Jana 64.49; 10. Šmídová Eva 74.40; **H19:** 1. Henek Vladan 40.04; 2. Stehlík Martin 41.46; 3. Závodník Zelda 43.00; ... ; 5. Otrusina Jiří 43.25; ... ; 9. Brabec Jaroslav 49.46; 10. Mlynárik Peter 51.28; ... ; 12. Zimmermann Štěpán 54.13; 13. Pátek Richard 58.54; ... ; 18. Veselý Martin 66.55; **HDR:** 1. Wing Tom 23.45; 2. Brodecky Ondrej 23.57; 3. Brodecky Jan 23.59; ... ; 6. Prochazka Jiri 28.49; 7. Docekal Jiri 28.59; ... ; 9. Zemanova Lenka 32.57; 10. Koporova Lenka 35.56;

## Krkonoše

## Den první - pátek

Už je to tady! Co? No, přece VT Špindlerův Mlýn.

Soustředění začalo netradičně už v pátek brzkým odjezdem z ÚAN Zvonařka, kde se sešli všichni co byli přihlášení a dokonce nikdo nechyběl. Čas odjezdu se nezadržitelně blížil a tak jsme začali skládat batohy a lyže do autobusu. V průběhu tohoto procesu se dostavil i Libor s několika sportovními taškami, které z velké části obsahovali jídlo na soustředění. No a po naložení všech věcí a nalodění se do autobusu nás čekala velice zdlouhavá cesta do místa konání - Špindlu. Naštěstí to nepohodlné sezení bylo přerušeno třeceti minutovou pauzou v Hradci Králové. Velice pozitivní bylo WC zdarma. Samozřejmě že málokdo odolal místní vynikající pekárně. Také každý dostal takové ty noviny co se všude rozdávají zadara, myslím že je to Metro, nebo tak nějak. No a třicet minut je dlouhá doba a tak jsme těchto novin nasbírali celkem dost, a pak jsem si zahrál na rozdáváče. Ze začátku to šlo sice ztuha, ale po chvíli půlka zmizela ani nevím jak. No a pak jsem nabídnul noviny jedné takové mladé sympatické paní, ale ta mě odbyla jakousi poznámkou, že ona nechce, že prý to tady má celé na starosti. Čas odjezdu se neúprosně blížil a tak jsme zamířili nazpět do busu. Cesta celkem uběhla a za dvě a půl hodky už jsme byli ve Špindlu. Počasí jako v pohádce, všude spousta sněhu a k tomu nebe téměř bez mráčků – co víc si přát. Ještě k tomu tu byla i rolba která nám vyvezla všechny věci až k chatě. Jó a hrála ve Snowboardácích, jen kdyby to někdo nevěděl, ale to ví snad každý ne? Na horu jsme to vzali po červené a pak po černé. Na chatě jsme se octli za slabou hodinku. Ihned po příchodu se začalo topit protože uvnitř byla zhruba stejná teplota jako venku. K obědu byli vlastní zásoby z domu + teplá polévka. No a už se mohlo vyrazit na první trénink, což ve většině případů bylo Malejma nebo Velkejma Struhadlma dolů a nápodobně i na zpět. Měl to být spíš pohodový trénink, ale přece jen se někdo nešel kdo do toho šel trochu víc než bylo zdrávo. Bohužel tento den byli asi z celého soustředění nejlepší podmínky pro běžkování. Po tréninku následovala večeře a večerní program, který se skládal z ping pongu, polečenských her a voskování lyží. Někdo ale asi chtěl aby mu to betelne fičelo a tak vypotřeboval značnou část zásoby na celé soustředění, kterou dovezl Libor všem. Potom jsme museli fičet do betle.

*Jára*

## Sobota - drama prvního sněhu

*Expozice:*

Letím na běžkách prosluněnou krajinou, stromy jsou obtěžkány desetitisíci sněhových vloček. Nade mnou je modré nebe, kolem mě nekonečné hory. Nalevo se majestátně tyčí vrchol Sněžky... „SNÍDANĚ!!!“ Výkřik prostupuje celou krajinou. V hlubokých údojích se odráží a znovu vrací. „VSTÁVAT, SNÍDANĚ!!!“ poznávám neomylně Liborův hlas a probouzím se do potměšlého pokoje v chatě téměř pod vrcholem Přední Planiny. Ještě na pět minut zavírám oči. Je kolem mě jen tma, bílé stráně a nekonečně velká modrá obloha nenávratně zmizely. Už ani ten výkřik není slyšet...

Čeká mě první bitva ve válce s hmotou na první pohled ne nepodobnou sněhu, který pomalu padá za oknem. Bohužel ten sníh chutná o něco lépe... První bitva navíc byla o to těžší, že v Liborově bezedné jídejní tašce, přes její obrovskou hmotnost, nebyly rozinky. Alespoň marmeláda a granko tak zmírňují škody na bakteriích neúnavně bojujících v mé střevní soustavě s přesilou produktů agrárního průmyslu.

Je dobojováno, obsah obrovského hrce zmizel a nezbývá, než jej od zbytků nepřátelských armád definitivně oprostít. Tuto etapu boje naštěstí již nemusím absolvovat, ale již si nepamatují, komu je potřeba odevzdat řád napěněného saponátu prvního stupně za definitivní likvidaci nepřítelů.

Nyní nás všechny čeká doplňování energie po úspěšné bitvě a příprava na bitvu jinou, tentokrát patřící do války poněkud vítanější, a sice války se svou vlastní svalovovou hmotou...

*Kolize:*



Honem obouvám boty a utahuji tkaničky. „Už jste měli být dávno oblečení!“, popohání nás všechny Libor stojící u dveří a postupně nás vysílá vstříc dnešní první fázi destrukce našich svalových vláken. Po všerejší jasné obloze není ani vidu ani slechu. Sěstiramenné ledové krystalky se snášejí z mraků, zatímco my vyrážíme dolů po černé sjezdovce vstříc běžeckým stopám. První dva kilometry absolvujeme ve sladké nevědomosti, cože nás to vlastně dneska čeká. Teprve dole nad přehradou je nám vše odhaleno. Holky pojedou Malejma Struhadlama navrch, Velkejma dolů, nad přehradu, k větvení Struhadel a zpět. Kluci pak stejně až k přehradě a pak ještě jednou to samý. Jak obrovská informace se skrývá v tak málo slovech! Bude to boj... Jo a abych nezapoměl. Neměli jsme se moc zničit, odpoledne nás čekají nějaký rychlý štafetky.

Za neslábnuocího sněžení se vydáváme vstříc vyšším polohám naší trasy. Stopa je upravena pěkně a ještě nestačila zapadat. Ubíhá to dobře, tempo udává Klusy. Před Malejma Struhadlama se najednou nechtěně ocitám v čele. Ne nadlouho, nahoře jdou všichni přeže mě. Lyže mi jedou dobře, všerejší nagliderování pomohlo... Teď to bude skopce a ukáže se jak mi to poříčí. Skoro všichni píchají, já spokojeně sedím ve vajíčku a vezu se. Základní bojový prostředek pro vítěztví v této bitvě: GLIDER. Základní bojová taktika pro tuto bitvu: KDO MAŽE, TEN JEDE. To už jsme ale zase pod kopcem. Tady už člověk musí mít i něco v nohách... Potom sjezd nad přehradu a ... přesně jak řekl Libor: „Ještě jednou to samý“.

Po 85 minutách konečně definitivně zastavujeme nad přehradou. Zbývá nám už „jen“ návrat na chatu, tj. dva kiláky do pořádného kopce a pak nějakých 100 metrů (samozřejmě výškových) nahoru. Ač se to na první pohled možná nezdá, i toto je podstatná část boje. Značně ochablé svalové soustavě se hodně nelíbí tíhová síla působící výrazně proti směru pohybu...

#### *Krise:*

Moje zadnice konečně naráží na povrch měkkého červeného křesla a povrch mého těla opouští zpocený kus oblečení. Vůbec se mi nechce vstávat. Asi mě k tomu donutí až oběd. Už se těším na HORKOU polévku. To bude vzpruha. Je potřeba nabrat hodně energie na odpolední štafetky... To bude taky bitva, i když tentokrát snad ne se sebou samým, ale se všemi okolo :-).

Při obědě energii doplnili všichni svědomitě a tak se naše zásoby hnědého antižakeťáckého elixíru opět trochu ztenčili. Nestává čas trávení a mobilizace zbylých sil. Nohy se zatím moc nemají ani k vyjití schodů natož k nějakému rychlému pohybu na běžkách... Ještě že je odpolední trénink kvůli SP v akrobatickém lyžování později. Dole na černé sjezdovce se jedou moguly a mezi nimi se bude proplétat i Nikola Sudová. Původně jsme plánovali, že se na její vítěztví půjdeme podívat všichni, ale nakonec dostatek energie našli jen Dejv, Martináč, Bořek a kluci Brlicovi. My ostatní jsme zbaběle sledovali přenos z ani ne kilák vzdáleného závodu v televizi... Trochu krize, ale alespoň jsme viděli jak nám Martináč mával :-)

#### *Peripetie:*

Opět je čas oblékání a opět se to nestíhá. Tradičně. Komu by se taky chtělo vstávat od televize a jít ničít svaly definitivně dvoufázově. Nakonec je ale vnitřní lennost poražena a všichni se vydáváme na první kilometr nad přehradu, kde vytičil generál Libor místo startu. Nastal ale trochu problém s tratí. Od rána napadlo docela dost sněhu a ač byla stopa ráno perfektní, již stihla notně zapadat. Museli jsme si tedy nejprve vyšlapat stopu. Tuto činnost jsme zdárně zvládli a dokonce to i pomohlo. Sněžení pomalu ustávalo, a tak nám stopa znovu nezapadávala. Získali jsme tedy nějakých 250 použitelných metrů.

Délka štafet byla jasná, zbývalo jen určit počet absolvování a složení štafet. Štafety byly dvojčlené a bylo rozhodnuto, že člen štafety pojmenovaný kluk to pojede 3x a člen(ka) štafety pojmenovaný(á) holka to pojede 2x. Nejlepší holkou byl asi Dan, ale toho jsem bohožel v Liborově losovacím systému do štafety nedostal a musel jsem se spokojit s Evákem. I tak naše naděje nebyly malé, jelikož stopa byla úzká, štafet hodně a náhradní hůlky žádné... Dolů se navíc soupažilo, stopa byla jen jedna a hlubočákem to nejelo.

START! ... Au! Uhni! Bacha! ozývalo se za mými zády. Z prvního úseku dojíždím druhý za

Liborem... Evák to ale trošku kazí a nakonec to po pěti úsecích není nic moc... Všichni stojíme za dojezdem a generál nám radostně oznamuje, že pojedeme ještě jedno kolo. Naštěstí na kratší vzdálenost zhruba 100 m. Ještě ktomu jsou trochu proházeny štafety a to podle výsledků prvního klání. Měl bych si polepšit. Aký že jo. Filda je přece jen větší machr...

A znovu: START! ... Au! Uhni! Bacha! řvu na ty před sebou. Tentokrát se na mě spikli. Filda to ale dohnal a tak dojíždíme mnohem líp než při prvním pokusu. Teď už je definitivní konec vyvíjení maximální rychlosti pomocí dvou prkýnek a dvou tyček. Jedeme se ještě vyjet k větvení Struhadel. Skoro necítím nohy a to mě ještě čeká výšlap od přehradu...

#### *Katastrofa:*

Moje zadnice opět naráží na povrch měkkého červeného křesla a povrch mého těla opouští zpocený kus oblečení. Jen o něco pomaleji než před několika hodinami. Vůbec, ale vůbec se mi nechce vstávat. Třeba mě zachrání večere...

Jenco si člověk naplní žaludek, hned se cítí lépe. První kompletní den akce nepoeticky nazvané VT Pláně pomalu končí. Čeká nás tradiční večerní zábava a taky ... předpověď počasí na další dny. Dnešní sněhová nadílka měla být jen slabým předvojem mnohamiliardové armády sněhových vloček, která na nás zaútočí v následujících dnech a kterou budeme muset chtít nechtě porazit nejen při alespoň z části dobrovolném týrání našich svalů...

*Zelda*

#### **Neděle**

Pokud jste milovník spánku či zatvrzelý odpůrce ovesné kaše, pak pro vás rána na Pláních byla nejhorší částí dne. Já se bohužel řadím do obou těchto kategorií, takže když mě v neděli ráno probudil ze snu výkřik: „SNÍDANĚ!!!“ zahrnující v sobě obě neblahé informace (totiž že se musí vstávat a ovesné lepidlo je připraveno), měl jsem po náladě...

Trousili jsme se jak švábi na pivo na Zhustův pokyn na osmou hodinu na snídani na ovesnou kaši na dolní podlaží na dmíru na těšení na na prosto nový na dherný den na na šich nejvyšších horách... Zde bych rád vložil subjektivní postřeh – kaše dnes byla tisíckrát lepší než včera (to jsem ještě netušil, že na konci pobytu se už do kategorie odpůrců ovesné kaše řadit nebudu)...

Neděle byla předposlední den kdy nám matka příroda ukázala svoji přívětivou tvář, a tak jsme vyrazili z chaty vstříc novým zážitkům. Vlekaři nejspíš považovali zástup lidí valících se nahoru po sjezdovce jako výsměch svým jezdícím miláčkům, ale nemohli nic dělat, poněvadž naše tempo bylo o málo pomalejší než blesk a pomocí matematiky lze spočítat, že už jsme tou dobou míjeli rozmazané Klínovky. Scestná myšlenka kofoly na Rozcestí mohla ostatní pocestné svést z cesty do bufetu, ale čestně jsme cestovali déle po cestě na Lišku. Poté jsme d'ábelským sjezdem došli do psího města (byla to tam samá bouda, for example Kolínská, Pražská, Lyžařská...) a dále na rozcestí pod Černou horu. Zde jsme my, nezabludivší lyžaři potkali zabludivší lyžaře-sjezdaře, tázavší se nás, kudy do Jánských, které byly přes kopec:-) Dali jsme si něco menšího a jali se přemlouvávat Járovy lyže, že vskutku jedeme KLASIKOU a nebrusíme, ale byla to marná práce...

Cesta zpět byla separovaná, tedy že jeli tři skupinky, já znám pouze to, co se přihodilo naší skupince. Pokud mě někdo osočujete, proč nevím, co se stalo v jiných skupinkách, tak je to z toho důvodu, že jsem v nich nebyl. Byl jsem pouze v jedné skupince a vím přesně, jaké útrapy ji potkaly a co se cestou stalo. Nic zvláštního.

Odpoledne nás čekala SKATE kolečka, která nebyla zdaleka tak poetická jako psí město. Na večeri byli cestoviny. Večer jsme tuším chvilku stridulovali:-) a dívali se na Vraždy v Micandó (nebo to bylo někdy jindy??) – teda ne osobně, jen zprostředkovaně v televizi... Ne, vlastně mám pocit, že jsme hráli úchylnou hru s nohama a podkolení jamkou:-) No... pokud se některý jiný den dočtete, že večer byly Vraždy v Micandó, tak to bude asi pravda...

*Klusy*

#### **Pondělí**



První den nového týdne je jako stvořený pro vraždu a podobny kratochvíle. My zvolili výlet. Kolem Krkonoš se vydala skupinka těch odolných (nic společného se zubní pastou). Ti byli snad všude kromě Sněžky, my je potkali cestou zpět na Luční bódě a měli ztráty na mužstvu. Ale počasí přálo i výhledům z naší nejvyšší hory, na kterou sem vylezl poprvy, která není vůbec majestátní, ale je nejvyšší. A nahoře je pan Krakonoš, stojí jeden juroš a je to dobrá brigáda pro bezdomovce. Šlapeme si to nahoru, mívá nás běžící Poláci s orientkama na nohách. Tak bych je ocenil, botky na běžky trochu kloužou. Ale já jenom zastavuju a koukám okolo. Když sněží, takový vyhledy nejsou. A že může pozítří sněžit, je myslím jistý. Teda Luční bóda jako opuštěný zámek - obrovské místnosti, skoro tak velký rohlíky k polévce. Zesláblá ruka je těžko uzvedne ... Jídlo super, pak poslední výšlap a až skoro k chate se vezeš z kopca.

*Filip*

## Úterý

Úterý byl dnem normálním, nebo si to alespoň myslím. Někteří tvrdě trénovali, jiní stavěli pravé iglů. Já osobně jsem se přidal na stranu stavění. Snídaně obvyklá a oblíbená všemi účastníky soustředění. Libor-pokud nebyl na běžkách, seděl u Notebuku a něco se snažil udělat. A co vy? Jestli jste tam nebyli, tak příště pojedte. Bylo to super.

*Pavel*

## Středa

Když jsme se ráno vzbudili, sněžilo. Sníh k zimě patří, a tak jsme z něj měli všichni radost:-) K snídani byla ovesná kaše. Pak už jsme se začali připravovat na nekonečný boj se sněhem, kdo pro sebe urve lyžařskou stopu. V tu chvíli ještě snad nikdo netušil, že tento den bude mít tři tréninkové fáze.

Na začátku nám bylo oznámeno, že se odpoledne bude tvrdě bojovat v důležitém Struhadlovém závodě, tak jsme se snažili na poslední chvíli vyladit formu. Já jsem se vydal se Zeldou nahoru směrem na Bufet, avšak na Klínovkách jsme byli tvrdě odrazeni zpět, zfouklo nás to až dolů nad přehradu!

Po obědě nastal čas losování startovky. Danáč nevědomky nasadil sám sebe na pozici tvůrce lyžařské stopy. Po obědě jsme se vypravili na střechu a do okolí chaty odházet trochu sněhu. Z chvilky se stala pořádná tréninková fáze a výsledek byl poměrně žalostný. (Zvlášť když ráno nám do okna koukala další půlmetrová vrstvička sněhu na střeše). Odhazování sněhu se stalo osudným spící dvojici Bořek-Zelda, která si vykoledovala nádobí téměř na doživotí.

Pak nastal čas velkého závodu. Po taktické poradě s trenérem, která proběhla předchozí večer, každý věděl, že je důležité znát ze startovky jen to, kdo startuje před ním. Na trať jsme byli vpouštěni stejně jako na olympiádě, po třiceti vteřinách. Podmínky byly náročné, většina účastníků vsadila na klasický styl, avšak pár odvážlivců se pokoušelo rozbruslit hluboké závěje sněhu. V mužské kategorii suverénně vyhrál Pally, v ženské kategorii byl závod vyrovnanější.

Večerní odpočinek proběhl asi tak nějak tradičně. Určitě se zlikvidovala část nutelových zásob a šlo se spát. Venkovní sněžení nás uklidnilo, další den bude určitě na čem lyžovat.

*Martináč*

Výsledky velkého závodu:

**H:** 1. Paly 40:26; 2. Klusy 42:31; 3. Martináč 43:58; 4. Zelda 44:06; 5. Bořek 45:17; 6. Filda 47:35; 7. Jára 47:38; 8. Dejv 48:18; 9. Danáč 48:56; 10. Brabík 49:20; 11. Kuba 50:20; 12. Štěpán 55:57; **D:** 1. Zhusta 27:01; 2. Petra 34:14; 3. Āda 34:18; 4. Janča 35:06; 5. Maruš 37:03; 6. Evák 39:23;

Poznámka: Jména přepsána doslova z oficiální startovky.



## Čtvrtek, 9. února – Špindlerův Mlýn, Pláně

Jako posledních několik dní, tak i dnes jsme se probudili do dne, kdy opět padaly „tie biela hovna“. OPĚT totiž napadlo dalších 20 cm sněhu a opět se schylovalo k tomu, že se půjde lyžovat na oblíbená Struhadla. Jedinou spásou pro všechny mohlo být to, že se šlo lyžovat jen dopoledne a odpoledne nás čekalo „flákání“. OPĚT jsme vyšli z chaty o několik výškových metrů výš, abychom se přesvědčili, že opravdu není nic vidět a že rolba sice dneska projela, ale už tomu bude tak deset minut, takže stopa je stejně úplně zapadaná. Po týdenním lyžování byla už nálada docela pod psa, takže jsme každý vyrazili podle chuti, kdo kam chtěl. Největší averzi na slovo Struhadla měl asi Martin, protože než aby se jel aspoň trochu schovat před větrem do lesa, tak radši vyrazil na hřeben na Výrovku, kde se šlo v mlze od tyčky k tyčce. To bylo dopoledne. Přežili všichni.

Odpoledne pak mělo následovat „flákání“. Holky vyrazili regenerovat do bazénu. Ale kluky, protože sněžilo, nečekalo nic příjemnějšího než odhazování sněhu, abychom i s chatou neodjeli až do Špindlu. Opravdu to nebylo nic příjemného. Už trochu vím, co to znamená Sisyfovská práce. Je to třeba házení sněhu, kdy jednu lopatu sněhu odhodíte a 9/10 toho, co jste odhodili, tam spadne zpátky a 1/10 vám tam zase nasněží. Takže jsme si takhle asi dvě hodiny zablblili, a pak už nás naštěstí opravdu čekalo to flákání.

*Dejv*

## Pátek

V pátek byla snídaně jako vždycky, ovesné vločky. EvKa odjela do Brna a malá skupinka dopoledne nejela, ale holky jely na co měli sílu a kluci jeli na Struhadlech kromě Zedy, kterému bylo špatně. Odpoledne všichni jeli do bufetu, ale většina pak jela na Výrovku na palačinky. Když jsme vyšli z Výrovky byla už tma, proto se těch 6 km na chatu jelo špatně. Po chvilce se všichni začali dívat na zimní olympijské hry.

*Honzík*

## Sobota 11.2.

Po snídani se šlo naposledy lyžovat. Venku bylo stejně hnusné počasí jako celý týden, proto se na to ti zkušenější vykašlali a zůstali u televize. Odvážnější se Zhustou, kteří šli hančovat do nového sněhu, se po půl hodině vrátili. Poté jsme si ještě všichni zahráli závěrečný pinec a dojedli poslední nutely a salám. Autobus do Brna odjížděl o půl druhé, nechali jsme si hodinu rezervu a vyrazili dolů. Cestou jsme museli pobrat ještě několik pytlíčků s odpadky. Cesta do Brna snad byla v pohodě, já s Petrou T. jsem se odpojil už ve Špindlu. Cestou domů se již všichni těšili, jak si doma odpočinou u sledování olympiády.

*TomBo*

# Ráječkovská desítka

Když jsme naložili posledního člena posádky do auta, byli jsme zase o krok blíže na cestě k našemu cíli. Ti vyvolení z nás si vyrazili do vesničky Ráječko (asi 2 km od Blanska), kde se chtěli pokusit zdolat další trať z řady brněnského běžeckého poháru. Byla to sobota, 18. února, a cesta na Ráječkovskou desítku nám zabrala o maličko delší dobu než cesta na všechny ostatní BBP. Byl to z části právě ten důvod, proč se nás na tomto BBP sešla jen hrstka statečným ze Žabin, ale vy ostatní za rok určitě neváhejte a do Ráječka přijďte!!! No nečekala bych to, ale bylo to fakt dobré! :-) Takže pokračujeme...

Jelikož jsme v Ráječku byli poprvé, když jsme dorazili, museli jsme se trochu zorientovat, poptat na shromaždiště, a pak se mohli začít připravovat na závod. Nejdřív jsem si říkala: „To se mi



celkem líbí, neznám trať, naštěstí nebudu muset přemítat, jestli se ten kopec pokusím z posledních sil vyběhnout, nebo si jako jindy řeknu, proč se tak přepínat?...“ Takže nejdřív to bylo fajn, pak se mi to přestávalo líbit, bohužel jsem před startem viděla nakonec i parametry tratě. Trať se prý od loňského roku ale změnila, kvůli opravám silnice, kopáčům na ní...

Start a cíl byl v Ráječku, ráječkovská šestka vedla kolem poměrně dost frekventované silnice směrem k Blansku. Kolem žádné stromy, natož lesy, jen pole, pole, pole. A rovina. Naše cesta vedla jen několik málo metrů od silnice a běželo se takto: asi 900 m kolem silnice směrem na Blansko, pak zpět těch 900 m, pak jsme proběhli pod mostem té silnice, běželi stejným směrem na Blansko, jako před chvílí, znovu asi 900 m jen po cestě, která vedla na druhé straně té silnice. Ještě nám zbýval asi kilometr a půl, takže jsme si naběhli na nějakou další silničku směrem na Horní Lhotu a natočili poslední 900 m tam a zpět a konečně jsme už před sebou měli jen docela malý kousek do cíle. Celkem jsme se 3x otočili kolem třech červených kuželů :-). Kdo ví, kolikrát se asi točili na desítce?

Takže, co si myslíte o trati? Asi vám to nezní moc vábně, ale mně se to opravdu líbilo! A zeptejte se i dalších účastníků :-). Možná nakonec kvůli neznalosti tratě, kvůli pěknému počasí, nebo kvůli té krásné rovině. Asi se to všechno pěkně sešlo, to je ono. Nejpozději za rok nashledanou na Ráječkovské desítce!

*Evák*

výsledky:

**5 km:** 1. Olejníček Lukáš 18:30; 2. Jedlička Roman 18:48; 3. Zimmermann Jakub 18:53; ... ; 23. Čábelková Jana 22:13; ... ; 27. Kabáthová Eva 22:46; **10 km:** 1. Orálek Daniel 29:51; 2. Palko Aleš 30:49; 3. Kumstát Michal 31:13; ... ; 58. Jevsejenko Alexandr 38:35;

## Lobování na Vysočině

Po několikadenní snaze o srovnání nekoherentních názorů se konečně naše výprava ve složení Maste, Štěpad, Mastr a já vydala pod vedením zasloužilého řidiče Vaště do dějiště grandiózních závodů v lobování na Vysočině. Zde se měl připojit další člen Tombo. Po příjezdu na seřadiště jsme extraordinárně zaznamenali svoji účast do tamějšího sněhu otištěním přední SPZ, zaplatili monstrózní množství peněz a začali se magnificientně těšit na vlastní závod. Dali jsme pár Koleček (zasvěcení ví jak se hraje :-), vytyčili jsme si náročné cíle typu "nebýt poslední", "dojet" či přežít" a vyrazili ladit formu na 400m krásné stopy určené pro rozjíždění, která mne přesvědčila nenamazat stoupací vosk aby mi náhodou zkazil krásný pocit z rychlého bruslení. Tento pocit mne provázel i na startu, dokonce i 500m za startem, kam jsem dobruslil a kde jsem následně vstoupil do čárkované stopy a způsobil tak rozplynutí radosti z bruslení. Uvědomil jsem si jak jsou čárky pomalé a rozhodl se že je budu co nejčastěji objíždět, takže jsem hned následně upřednostnil třikrát delší postup po velké stopě do kopce a pak z kopce, před krátkým sjezdem po čárce, čímž jsem se výrazně posunul k zadní části výsledkové listiny :-). To mne nevyvedlo z míry a změnil jsem taktiku. Začal jsem jezdit bez stop. Nikdy bych neřekl, že je rychlejší jet nesmírně dlouze po stopě než jít chvíli bez stopy ... Myslím, že podobnou taktiku volila i většina ostatních členů "reprezentace Žabin" takže svorně kromě Masteho obsadila zadní místa :-). Potěšení výsledky závodu a splněním našich cílů jsme se optimisticky vydali odsoupažit do Nového Města do tělocvičny očekávaje potěšení z ultravelkého sjezdu. Nikdy bych neřekl, že ze Třech Studní do Nového Města je to mnohem víc do kopce než z Nového Města do Třech Studní ... Teda aspoň nám to tak přišlo. Vyšřavení a vysátí jsme dorazili na nádraží, kde nás čekalo auto, které zde uložil Vaště pokračující dále do Brna vlakmo. Položil jsme rukavice na střechu a odjeli do tělocvičny, kde jsme si to uvědomili a vrátili se pro ně. Vešli jsme do nádražní hospody abychom z ní mohli odejít a vydali se na Maršovskou rychtu abychom se mohli vrátit do té nádražní :-). Nakonec jsme ale změnilí plán, dali Kolečko a zůstali uvnitř, kde jsme se bavili zejména velmi stupidní hrou, která nás velmi bavila

a která se jmenuje "Hodinový telefonický rozhovor se Zeldou sledujícím stejný hokejový přenos jako my o tři vteřiny dřív". To, že Zeldu viděl vše o tři vteřiny dříve než my nám umožnilo fascinovat místní dědky několika předvídanými góly:-) Pak už jsem jen usnul a ráno se probudili, zajeli nedělní klasiku, ve které jsme vylepšili svá umístění a v hudbou prorostlém autě jsme se vydali na BZL na Špilberku, ale o tom už jiná pohádka ...

Každopádně to bylo perfektní a jsme rádi, že jsme si to vyzkoušeli!!!

Adam

Výsledky sobota:

**D18:** 1. Kubátová Zuzana 33.04; 2. Petrželová Tereza 33.27; 3. Fólová Martina 38.16; ... ; 12. Štěpánská Adéla 49.06; **D20:** 1. Plochová Dominika 41.13; 2. Tichovská Martina 41.41; 3. Bochenková Martina 42.53; ... ; 7. Stratilová Marie 51.12; **H18:** 1. Mališ Jiří 33.27; 2. Řeháček Jakub 33.55; 3. Krajíček Vojtěch 34.41; ... ; 12. Bořil Tomáš 38.43; 13. Chromý Adam 40.02; **H21B:** 1. Novák Jiří 36.34; 2. Antoš Filip 40.00; 3. Král Václav 40.59; ... ; 16. Stehlík Martin 46.25; ... ; . Tomeš Petr DISK; **TP:** 1. Kuchařová Ada 44.57; 2. Svoboda Ladislav 45.25; 3. Šíma Ladislav 46.50; ... ; 7. Pátek Richard 52.24; 8. Veselý Martin 53.09; 9. König Lukáš 54.20;

Výsledky neděle:

**D18A:** 1. Kubátová Zuzana 36.32; 2. Petrželová Tereza 40.36; 3. Veličková Monika 42.42; ... ; 13. Štěpánská Adéla 57.48; **D20A:** 1. Kynčlová Martina 52.00; 2. Plochová Dominika 53.37; 3. Tichovská Martina 54.13; ... ; 7. Stratilová Marie 71.10; **H18A:** 1. Mališ Jiří 55.37; 2. Král Vojtěch 57.10; 3. Řeháček Jakub 58.17; ... ; 9. Chromý Adam 62.50; **H21B:** 1. Procházka Jiří 65.21; 2. Vlach Jiří 65.49; 3. Novák Jiří 66.32; ... ; 26. Stehlík Martin 78.09; **TP:** 1. Pucherna Jan 50.27; 2. Šíma Ladislav 52.26; 3. Šíma Pavel 52.47; ... ; 7. König Lukáš 60.03; ... ; 13. Pátek Richard 68.22;

## BZL aneb Bláto, zmrazky, led

Týden jsem na to čekal. Týden jsem se na to těšil. Týden jsem ležel doma a nemohl trénovat. A ono to skutečně přišlo. Je tu neděle 26.2 a já mířím na zastávku autobusu a v mém batůžku nechybí buzola a orientky. Mým cílem je hrad Špilberk, kde hodlám v co možná nejkratším čase najít několik oranžovo-bílých lampiónů rozmístěných v jeho okolí.

Na shromaždiště přicházím akorát včas, ale není tu moc živo. Všichni zase asi samovolně posunuli start o čtvrt hodiny dozadu. Tradiční jev na BZL. A nutno poznamenat, že ani Libor to nějak výrazně nehrotil, jelikož poté, co jsem se odprezentoval, šel teprve stavět kontroly a mě přenechal svou původní úlohu. Nakonec je ale vše hotovo včas. Kontroly stojí na svých místech, všichni mají svoje startovní časy (a to včetně čtveřice našich vrcholových LOBáků, kteří se na BZL nrychlo vypravili z Vysočiny), nezbyvá než se převlíct a vyrazit vstříc dvoukilometrové trati.

Jelikož jsem přišel brzo, tak mi byl přidělen nízký startovní čas. Nemám tedy moc času. Rychle se rozhoduji co na sebe. Rtuť teploměru agresivně atakuje rysku s hodnotou 10°C a tak vojím krátký rukáv a sluneční brýle. Letos poprvé a asi taky nadlouho naposled... To už ale startují Adam s Martináčem. Mají záporné časy aby stihli nějakou další akci, jako by jim nestačilo, že už to je dnes jejich druhý závod v druhé orientácké disciplíně... Další závodníci se vydávají na trať v rychlém sledu. Už se pomalu blíží i můj start. Nikdo mi nechce věřit, že dneska jdu jen na takovej rychlejší výlet.

START! Jednička je nadohled, pálím, jak jen to je na silně natáté vrstvě sněhu možné. Přece se nenechám zahanbit :-). Dvojka je úplně dole, to bude pohoda, bude čas to zase vydejchat. Ale... Sbíhám z cesty a najednou příliš neřídím směr svého pohybu a nekontrolovatelně zrychlují. Na nohou mám kvalitní orientky, ty samé, které se dokonale osvědčily například v Radosticích. Přesto je to naprosto nedostatečné vybavení. Jedu po zadku dolů mohutnými nánosy bláta. Naštěstí dojíždím zhruba na správné místo, jen barva mého dresu už není tak zářivě oranžová jako na startu.



Nejsem ale na módní přehlídce, a tak mě více zajímá poloha dalších kontrol. Trojka krátká. Čtyřka volba přes hrad. Jasně zleva není co řešit. Orientační náročnost spočívá spíše v hledání podložky nevhodnější k alespoň nějakému odrazu. Následuje několik kratších postupů a pak zase volba přes hrad. Taky docela jasná. To už se ale blíží konec trati a boj s nevyzpytatelným povrchem končí. Do cíle dobíhám jako čtvrtý. Po Adamovi, Martinovi a Mlynkovi. Ten nakonec skončil jen minutu a místo za mnou. Jak jsem se ale pak dozvěděl, už na trati dobíhal vlak, čímž se jeho výkon zčásti vysvětluje :-)

Teď je potřeba se trochu odblátnout a převlíct. Do cíle dobíhají další závodníci a závodnice. Málo kdo je čistý. Téměř jako poslední dobíhá Dejv a je o půl minuty nejrychlejší. Obhájil tak svoje vítězství z MB v Supersprintu 2002, které se konalo na přesně stejném místě. Prostě specialista na tenhle prostor :-). Čas zbývající do konce závodu využívám k tvorbě tohoto čísla Polarisu. Realizuji rozhovor s Adélkou. Ač jsem úvodní oslovovací fázi zvládl se ctí a nebyl přerušeno, byla moje novinářská práce narušena. Libor najednou z ničeho nic začal vyhlášovat, a tak se Adélka musela jít vyhlásit.

Po zdárném dokončení započaté práce už zbývalo jen celé shromaždiště zase uvést do původního stavu a dopravit se zpět domů. Z druhým bodem mi výrazně pomohl Dejv. Z dnešního BZL jsem odjížděl pln radosti z pohybu definovaného jako běh, kterou mi nemohlo zkazit ani poněkud nepřející počasí a možná trochu ohraná a jednoduchá trať jinak skvěle připraveného závodu.

*Zelda*

výsledky:

**H** 1. David Kabáth 16:03; 2. Zdeněk Liščinský 16:29; 3. Adam Chromý 17:03; 4. Martin Stehlík 17:35; ... ; 6. Jaroslav Brabec 17:41; ... ; 8. Zimmermann Jakub 19:10; 9. Zelinka Jiří 19:21; 10. Peter Mlynárik 20:20; ... ; 13. Václav Štěpánský 24:51; ... ; 17. Mlynarik Peter 47:11; **D**: 1. Adéla Štěpánská 20:58; 2. Eva Kabáthová 21:05; 3. Marie Stratilová 26:10; ... ; 5. Kateřina Borecká 28:11; 6. Veronika Křístková 28:31; 7. Hanka Rambousková 33:23; 8. Petra Koporová 37:24; 9. Denisa Jemelíková 41:25; 10. Klára Svobodová 43:00;

## Ostrý úhel pohledu

- Olaf, Rajmo a Paly jsou dvojnásobní členové "víc než oddílu" Jak je to možný? A že se tímto rčením rouhám?! Více v příštím čísle. A pro vaše lepší spaní - oni, ti druzí, jsou jinak víc než jsme my.
- Palo: Středa 22.2. Nazdar Olaf, dnes máš meniny že? tak všechno naj a hlavně nech sa ti darí a si šťastný, tak to ti prajem já, Pallo.caf  
Olaf: Cože? Vy máte jinej kalendář? U nás je Tomáše 7.3. a Olafa asi vůbec nemáme.  
Palo: Sorry, já som sa pomýlil, já som myslel že si Petr!?
- Olafa je 29.7.
- Zelda: „Bolest, která do týdne nezmizí sama si teprve zaslouží další léčbu“  
No jo, Zelda už je velkej kluk. No jo je nějaký větší...
- Z rozhovoru našich úspěšných olympioniků Lukáše Bauera a Kateřiny Neumannové na stránkách Blesku:  
Otázka: Co byste tomu druhému poradili, aby dělal jinak, líp?  
Neumannová: "Aby si udělal zázemí, jaké mám já, mohl s sebou vzít na závody rodinu, měl klídek a pohodu. Což je ale samozřejmě finančně náročné a je to spíš práce pro jeho management."  
Bauer: "Myslím, že Katce nemám co radit. Ale doporučil bych jí, ať vyzkouší orientáky, je na nich super atmosféra."

# Výsledkový servis

**Průběžné výsledky Oddílové GP 2006:**

1. ♂ Eva Kabáthová 527,71; 2. ♂ Martin Stehlík 490,65; 3. ♀ Marie Stratilová 429,46; 4. ♀ Adéla Štěpánská 426,28; 5. ♂ Peter Mlynárik 409,80; 6. ♀ David Kabáth 393,28; 7. ♀ Jana Gebauerová 370,39; 8. ♂ Jiří Zelinka 366,47; 9. ♂ Jaroslav Brabec 353,77; 10. ♀ Libor Zřídkař 315,80; 11. ♀ Kateřina Borecká 295,88; 12. ♂ Adam Chromý 282,83; 13. ♀ Zdeněk Rajnošek 282,15; 14. ♀ Jakub Zimmermann 279,68; 15. ♂ Jiří Otrusina 277,44; 16. ♀ Veronika Křístková 259,11; 17. ♀ Matěj Lexa 240,93; 18. ♀ Václav Štěpánský 240,84; 19. ♀ Hana Rambousková 238,40; 20. ♂ Tomáš Dlabaja 226,34; 21. ♀ Michal Jirka 221,09; 22. ♀ Kateřina Chromá 218,20; 23. ♀ Štěpán Zimmermann 216,32; 24. ♀ Petra Koporová 199,68; 25. ♀ Daniel Hájek 192,68; 26. ♀ Richard Pátek 191,85; 27. ♀ Anna Kolaříková 162,78; 28. ♂ Jiří Procházka 161,98; 29. ♂ Jiří Dočekal 160,54; 30. ♀ Aleš Humlíček 157,16; 31. ♀ Ivo Denemark 145,48; 32. ♀ Filip Dědic 127,72; 33. ♀ Jana Čábelková 127,58; 34. ♀ Petr Prokop 127,54; 35. ♀ Lenka Zemanová 126,68; 36. ♀ Jan Drábek 109,11; 37. ♀ Lenka Koporová 101,22; 38. ♀ Eva Šmídová 95,79; 39. ♂ Martin Veselý 82,26; 40. ♀ Zuzana Stehlíková 51,27; 41. ♀ Denisa Jemelíková 37,26; 42. ♀ Petr Hájek 35,28; 43. ♀ Klára Svobodová 23,40; 44. ♂ Lukáš Svoboda 0,00;

**MČR družstev v LOB 2006****Dospělí:**

1. DKP	225
2. EKP	223
3. SZP	200

**Dorost:**

1. VRB	156
2. VRL	153
3. JIL	142

**PE LOB 2006 - konečný stav:****DE:**

1. Chudíková Barbora	435.31
2. Hrušková Lenka	414.31
3. Randáková Helena	390.82

**HE:**

1. Lauerman Jan	414.56
2. Vodrážka Ondřej	413.85
3. Tomeček Lubomír	392.65

**XVIII. Trofeo Internacional Murcia Costa Calida:****D21E:**

1. DANA BROZKOVA	60:42
2. LINA BACKSTROM	60:43
3. PINJA SATRI	61:54
4. VENDULA KLECHOVA	63:05
7. RADKA BROZKOVA	64:51
8. EVA JURENIKOVA	65:08
17. IVA NAVRATILOVA	71:12

**H21E:**

1. JON DUNCAN	81:57
2. OLI JOHNSON	83:02
3. MATS TROENG	83:11
5. TOMAS DLABAJA	85:26
6. MICHAL SMOLA	86:17
8. JAN PROCHAZKA	88:46
19. VACLAV KOMANEC	92:41
38. JAN MRAZEK	101:32
. RADEK NOVOTNY	DISK

**BBP Kanice:****5 km:**

1. Roman Jedlička	18:08
2. Martin Mazúr	18:54
3. Luděk Vintř	19:09

**ME, MSJ a MED v LOB:****D17 - sprint:**

1. Lyapsina Nadezhda	RUS	10:26
2. Medvedeva Tatiana	RUS	10:32
3. Nordebo Kristina	SWE	10:44
8. Pilcova Barbora	CZE	12:08

14. Hancikova Hana	CZE	12:20
17. Mechlova Lenka	CZE	12:30
21. Karochova Simona	CZE	12:52
22. Bochenkova Ivana	CZE	12:56
29. Freyova Andrea	CZE	13:39
31. Maresova Michaela	CZE	13:59

**D20 - sprint:**

1. Kozlova Tatiana	RUS	10:42
2. Shilova Maria	RUS	11:05
3. Kravchenko Anastasia	RUS	11:12

**D21 - sprint:**

1. Vlasova Tatiana	RUS	12:44
2. Hjermstad Kirkevik S.	NOR	12:59



3. Shevchenko Olga	RUS	13:05	28. Vana Lukas	CZE	91:21
21. Chudikova Barbora	CZE	14:12	30 Kodeda Stepan	CZE	92:55
22. Hruskova Lenka	CZE	14:20			
29. Stehnova Zuzana	CZE	16:02			
<b>M17 - sprint:</b>			<b>M21 - long (hromadný start):</b>		
1. Nordstrom Gustav	SWE	09:56	1. Lofgren Tomas	SWE	100:10
2. Andriyanov Anatoliy	RUS	10:08	2. Aslund Tobias	SWE	100:45
3. Magnusson Carl	SWE	10:17	3. Granath Johan	SWE	100:46
			21. Lauerman Jan	CZE	109:17
			22. Vodrazka Ondrey	CZE	110:51
			28. Sedivy Jan	CZE	114:19
			41. Rauch Tomas	CZE	120:03
<b>M20 - sprint:</b>			<b>D17 - middle:</b>		
1. Lamov Andrey	RUS	10:51	1. Medvedeva Tatiana	RUS	22:13
2. Kashchuk Taras	RUS	11:16	2. Lyapsina Nadezhda	RUS	22:42
3. Taivainen Olli-Markus	FIN	11:20	3. Svir Anastasia	RUS	22:54
16. Vana Lukas	CZE	12:41	6. Freyova Andrea	CZE	24:23
22. Kodeda Stepan	CZE	12:53	9. Pilcova Barbora	CZE	25:12
25. Pospisek Marek	CZE	12:58	10. Maresova Michaela	CZE	25:17
26. Vlcek Martin	CZE	12:59			
51. Valek Filip	CZE	16:08	<b>D20 - middle:</b>		
62. Drobnik Michal	CZE	DSQ	1. Kozlova Tatiana	RUS	25:03
			2. Kravchenko Anastasia	RUS	25:08
<b>M21 - sprint:</b>			3. Shilova Maria	RUS	25:29
1. Lofgren Tomas	SWE	12:31	15. Mechlova Lenka	CZE	27:59
2. Leandersson Bengt	SWE	12:45	19. Karochova Simona	CZE	28:52
3. Osipov Sergej	RUS	12:48	21. Bochenkova Ivana	CZE	29:07
26. Lauerman Jan	CZE	13:46	29. Hancikova Hana	CZE	30:22
39. Sedivy Jan	CZE	14:46	<b>D21 - middle:</b>		
42. Vodrazka Ondrey	CZE	14:48	1. Vlasova Tatiana	RUS	31:39
53. Rauch Tomas	CZE	15:32	2. Hjermstad Kirkevik S.	NOR	32:22
			3. Tomilova Natalia	RUS	32:24
<b>D17 - long (hromadný start):</b>			21. Chudikova Barbora	CZE	35:18
1. Lyapsina Nadezhda	RUS	42:33	22. Hruskova Lenka	CZE	36:52
2. Medvedeva Tatiana	RUS	42:45	26. Stehnova Zuzana	CZE	38:22
3. Gilazdinova Larisa	RUS	44:31			
5. Freyova Andrea	CZE	45:40	<b>M17 - middle:</b>		
11. Maresova Michaela	CZE	49:14	1. Nordstrom Gustav	SWE	23:55
16. Pilcova Barbora	CZE	56:05	2. Magnusson Carl	SWE	24:24
			3. Andriyanov Anatoliy	RUS	24:56
<b>D20 - long (hromadný start):</b>			7. Pospisek Marek	CZE	26:06
1. Kravchenko Anastasia	RUS	51:15	15. Valek Filip	CZE	27:22
2. Kozlova Tatiana	RUS	52:46			
3. Svensson Eva	SWE	53:03	<b>M20 - middle:</b>		
13. Hancikova Hana	CZE	57:17	1. Lamov Andrey	RUS	30:28
14. Mechlova Lenka	CZE	58:30	2. Taivainen Olli-Markus	FIN	32:04
17. Karochova Simona	CZE	58:37	3. Daehli Magne	NOR	32:21
25. Bochenkova Ivana	CZE	63:52	18. Vana Lukas	CZE	35:15
			33. Kodeda Stepan	CZE	37:43
<b>D21 - long (hromadný start):</b>			36. Vlcek Martin	CZE	38:54
1. Hjermstad Kirkevik S.	NOR	73:30	58. Drobnik Michal	CZE	48:25
2. Vlasova Tatiana	RUS	74:04			
3. Valkonen Hannele	FIN	74:26	<b>M21 - middle:</b>		
22. Hruskova Lenka	CZE	86:48	1. Lofgren Tomas	SWE	37:22
23. Stehnova Zuzana	CZE	90:06	2. Khrennikov Eduard	RUS	37:27
27. Chudikova Barbora	CZE	96:01	3. Aslund Tobias	SWE	37:47
			19. Vodrazka Ondrey	CZE	39:33
<b>M17 - long (hromadný start):</b>			23. Lauerman Jan	CZE	40:52
1. Andriyanov Anatoliy	RUS	51:13	30. Sedivy Jan	CZE	41:51
2. Povyshev Ivan	RUS	51:53	44. Rauch Tomas	CZE	45:28
3. Magnusson Carl	SWE	52:30			
5. Pospisek Marek	CZE	53:53	<b>D17 - relay:</b>		
26. Valek Filip	CZE	DSQ	1. RUS		85:47
			2. SWE		87:43
<b>M20 - long (hromadný start):</b>			3. UKR/RUS		DSQ
1. Lamov Andrey	RUS	72:20	<b>D20 - relay:</b>		
2. Kashchuk Taras	RUS	76:03	1. RUS 1		75:09
3. Daehli Magne	NOR	76:08	2. RUS 2		78:53
16. Drobnik Michal	CZE	85:45			
26. Vlcek Martin	CZE	91:16			

3. SWE 1	79:34	<b>M20 - relay:</b>	
5. CZE 1	82:49	1. RUS 1	86:21
9. CZE 2	91:41	2. NOR 1	87:35
15. CZE/RUS	DSQ	3. FIN 1	87:57
		7. CZE 1	95:28
		17. CZE 2	107:30
<b>D21 - relay:</b>		<b>M21 - relay:</b>	
1. RUS 1	88:17	1. SWE 1	96:59
2. RUS 2	91:06	2. FIN 1	97:03
3. FIN 1	91:18	3. RUS 1	97:05
8. CZE	100:27	7. CZE	101:00
<b>M17 - relay:</b>		16. CZE/SVK	114:51
1. RUS	94:34		
2. SWE	98:45		
3. LAT	102:16		

## Tréninky od 3. dubna do konce června

Den	Doba	Skupina	Typ tréninku	Místo
Pondělí	15:30 – 17:00	Zhusta	běžecský	Žabovřesky – Rosnička
	15:30 – 17:00	C	běžecský	Žabovřesky – Rosnička
Úterý	17:00 – 18:30	Zhusta	běžecský	Lesná – BCVC, Milénova ulice
	20:00 – 21:30	Zhusta	hry (jen duben)	tělocvična Právnická fakulta MU, Veverí
Středa	16:15 – 18:00	všichni	mapový	okolí Brna – viz samostatným rozpis
Čtvrtek	14:00 – 15:00	začátečníci	tělocvična, hřiště	tělocvična Kotlářská – ZŠ Kotlářská
	16:00 – 17:00	B, C	tělocvična, hřiště	tělocvična Kotlářská – ZŠ Kotlářská
	16:00 – 17:30	Zhusta	běžecský – dráha	Žabovřesky – Rosnička
	20:00 – 21:30	Zhusta	hry (jen duben)	tělocvična Právnická fakulta MU,
	17:00 – 18:30	HD10-12	bude upřesněno	Veverí bude upřesněno
Pátek	18:00 – 20:00	Zhusta	florbal, basketbal	tělocvična Kotlářská – ZŠ Kotlářská
Sobota	–		závody OB	–
Neděle	–		závody OB	–

## Program na březen a duben 2006

3. – 5. 3. – **PÁ až NE – Soustředění Šaštín** – podrobnější informace na jiném místě v tomto časopise.
3. 3. – **PÁ – noční mapový trénink** – Šaštín – sraz ve Šaštíně – mapa: Červený rybník – doprava: individuální nebo v rámci soustředění – přihlášky: do středy 1. 3. Zhustovi.
4. 3. – **SO – Brněnský běžecský pohár (8. závod)** – Modřice, sokolovna – sraz do 9:30 hod. 5km 10:15 hod., 10km 11:00 hod. – přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 30,-Kč – doprava vlastní, MHD tramvaj číslo 2 – informace: <http://bbp.webzdarma.cz>.
10. 3. – **PÁ – noční mapový trénink** – ??? (podle sněhových podmínek) – sraz: v 18:00 u Bohémy – mapa: ??? – doprava: společná osobními auty – přihlášky: do středy 8. 3. Zhustovi.
11. 3. – **SO – mapový trénink** – Velká Klajdovka – sraz 9:30 hod. – mapa: Hády – doprava:



individuální, MHD bus 56, 78.

- 12. 3. – NE – Brněnská zimní liga (5. závod)** – Adamna cup – Rosnička, hala SK Žabovřesky  
Brno – sraz do 14:00 hod. – start 00 = 14:15 – mapa: Rosnička (1 : 4 000, E = 5m) – doprava:  
individuální, tramvaj číslo 1, 3, 11
- 18. a 19. 3. – SO a NE – Jarní pohár 2006** – Hradec Králové; Michnovka u Chlumce nad Cidlinou  
– start 00: SO = 10:00; NE = 9:30 – mapa: Lhotáček, 1:15000, E=5m, stav únor 2005 – přihlášky  
do 6. března – doprava: bude upřesněna na internetu podle počtu přihlášených – www info:  
<http://ob.tmapserver.cz/dt>
- 18. 3. – SO – Brněnský běžecký pohár (9. závod)** – Kohoutovice, hotel Myslivna – sraz do 9:30  
hod. 5km 10:15 hod., 10km 11:00 hod. – přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 30,-  
Kč – doprava vlastní, bus číslo 68 – informace: <http://bbp.webzdarma.cz>.
- 23. – 26. 3. – ČT až NE – Spring cup** – účast na mezinárodních závodech v Dánsku – podrobnější  
informace na jiném místě v tomto časopise.
- 29. 3. – ST – mapový trénink Standardní směs** – Ivanovice – sraz do 16:00 – doprava autobusem  
číslo 41 na zastávku „Mácová“ – paměťový COB.
- 1. 4. – SO – 1. Jihomoravská liga + Mistrovství JmK na krátké trati**– Brno-Žebětín – doprava  
autobusem MHD 52, 54 – prezentace: do 9:30 – start 00: 10:00 – vedoucí: Jitka Kabáthová.
- 3. 4. – PO – Přejít na jarní a letní model tréninků** – změna běžeckých tréninků, zahájení  
středních mapových tréninků, změna programu tělocvičen – podrobnosti na jiném místě  
Polarisu.
- 5. 4. – ST – mapový trénink Pohádka máje** – Žebětín, konečná autobusu 52, 54– sraz do 16:00 –  
doprava autobusem číslo 52 a 54 na konečnou – pásy.
- 8. 4. – SO – 2. Jihomoravská liga** – Senetářov – doprava zvláštním autobusem od Bohémy –  
podrobnější informace v příštím čísle Polarisu.
- 8. 4. – SO – M ČR na dlouhé trati** – podrobnější informace v příštím čísle Polarisu.

*Zhusta*

Datum	Závod	Poř.	Kartograf	Stavba tratí	Start 00
19. 3.	Český pohár štafet, ČLK	PHK	M. Nožička	R. Novotný	10:00
8. 4.	M ČR na dlouhé trati, ČP	ASU	M. Kratochvíl	D. Aleš	11:00
22. 4.	ŽB-M – klasická trať	KSU	J. Fátor	P. Turczer	11:00
23. 4.	Český pohár štafet, ČLK	SSU	L. Krtička	J. Král	10:00
29. 4.	M ČR ve sprintu, HC (ČP, ŽA)	LCE	B. Háj	P. Vavrys	12:00
30. 4.	CC (ČP, ŽA, ŽB-M) – krátká trať	LCE	B. Háj	E. Pekárek	11:00
1. 5.	CC (ČP, ŽA, ŽB-M) – klasická trať	TZL	B. Háj	J. Hubáček	9:00
13. 5.	ŽB-M – klasická trať	KRN	Z. Švec	T. Kopec	12:00
14. 5.	ŽB-M – krátká trať	KRN	J. Sýkora	M. Zavřel	10:00
20. 5.	Český pohár štafet, ČLK	JPV	L. Černohorský	D. Aleš	11:00
20. 5.	HC (ČP, ŽA) – sprint	UOL	J. Drbal	J. Smička	17:00
21. 5.	Český pohár štafet, ČLK	JPV	R. Ondráček	D. Aleš	10:00
3. 6.	CC (ČP, ŽA, ŽB-Č) – klasická trať	JES	P. Mareček	M. Bílý	12:00
4. 6.	CC (ČP, ŽA, ŽB-Č) – krátká trať	JES	P. Mareček	P. Bílý	9:00
10. 6.	ŽB-M – klasická trať	TBM	R. Čech	O. Hájek	11:00
11. 6.	ŽB-M – krátká trať	TBM	R. Čech	O. Hájek	9:30
17.–18. 6.	M ČR na krátké trati, CC (ČP, ŽA)	ZBM	A. Chromý	L. Zřídka veselý	SO 12:00 NE 9:30
9. 9.	CC (ČP, ŽA, ŽB-M) – klasická trať	ADA	K. Truhlář	A. Věžník	12:00
10. 9.	CC (ČP, ŽA, ŽB-M) – krátká trať	KON	R. Ondráček	L. Grepl	10:00
16. 9.	HC (ČP, ŽA) – sprint	VLÍ	O. Horáček	R. Ropke	10:00
16. 9.	Český pohár štafet, ČLK	VLÍ	O. Horáček	M. Horáček	14:30
17. 9.	Český pohár štafet, ČLK	FYD	O. Horáček	J. Vodrážka	10:00



23 –24. 9.	M ČR na klasické trati, CC (ČP, ŽA)	BOR	J. Lamač	J. Křtěnský	SO 11:00 NE 9:00
27. 9.	M ČR v nočním OB, ČP	SJI	M. Kratochvíl	M. Prášil	20:00
30. 9.	M ČR štafety, ČPŠ, ČLK	PHK	R. Novotný	R. Novotný	11:00
1. 10.	M ČR klubů, ČLK	PHK	R. Novotný	P. Vítek	9:00

Datum	Shromáždění	Termín přihlášek a www stránka závodu
19. 3.	Michnovka	<a href="http://www.ok99.cz/dt">http://www.ok99.cz/dt</a>
8. 4.	Kouty	<a href="http://dt.aljosa.org">http://dt.aljosa.org</a>
22. 4.	Nová Hradečná	<a href="http://divocak06.ksu.cz">http://divocak06.ksu.cz</a>
23. 4.	Rájec	<a href="http://www.ssu.cz/stafety">http://www.ssu.cz/stafety</a>
29. 4.	Luhačovice, Lázeňské nám.	<a href="http://www.o-festival.cz">http://www.o-festival.cz</a>
30. 4.	Všemina	<a href="http://www.o-festival.cz">http://www.o-festival.cz</a>
1. 5.	Všemina	<a href="http://www.o-festival.cz">http://www.o-festival.cz</a>
13. 5.	Dlouhá voda	<a href="http://www.skol.cz/KOS/skolcup/sc2006">http://www.skol.cz/KOS/skolcup/sc2006</a>
14. 5.	Dlouhá voda	<a href="http://www.skol.cz/KOS/skolcup/sc2006">http://www.skol.cz/KOS/skolcup/sc2006</a>
20. 5.	Valšovice (místní část Hranic)	<a href="http://www.obhana.cz/r06/zavody/0520_JPV/info.htm">http://www.obhana.cz/r06/zavody/0520_JPV/info.htm</a>
20. 5.	Teplíce nad Bečvou - lázně	<a href="http://www.obhana.cz/r06/zavody/0520_JPV/info.htm">http://www.obhana.cz/r06/zavody/0520_JPV/info.htm</a>
21. 5.	Rybáře (místní část Hranic)	<a href="http://www.obhana.cz/r06/zavody/0520_JPV/info.htm">http://www.obhana.cz/r06/zavody/0520_JPV/info.htm</a>
3. 6.	Bedno	<a href="http://www.volny.cz/za2006-jesenice">http://www.volny.cz/za2006-jesenice</a>
4. 6.	Bedno	<a href="http://www.volny.cz/za2006-jesenice">http://www.volny.cz/za2006-jesenice</a>
10. 6.	Deblín, Svatoslav	<a href="http://www.tbm.cz/zbm2006/">http://www.tbm.cz/zbm2006/</a>
11. 6.	Deblín, Svatoslav	<a href="http://www.tbm.cz/zbm2006/">http://www.tbm.cz/zbm2006/</a>
17.–18. 6.	Růžená	<a href="http://zbm.eob.cz/zavody/mcr06/">http://zbm.eob.cz/zavody/mcr06/</a>
9. 9.	Valchov	<a href="http://www.volny.cz/CP2006.cz">http://www.volny.cz/CP2006.cz</a>
10. 9.	Valchov	<a href="http://www.volny.cz/CP2006.cz">http://www.volny.cz/CP2006.cz</a>
16. 9.	Lázně Libverda	<a href="http://vli.vslib.cz/FYDVL12006/">http://vli.vslib.cz/FYDVL12006/</a>
16. 9.	Nové Město pod Smrkem	<a href="http://vli.vslib.cz/FYDVL12006/">http://vli.vslib.cz/FYDVL12006/</a>
17. 9.	Nové Město pod Smrkem	<a href="http://vli.vslib.cz/FYDVL12006/">http://vli.vslib.cz/FYDVL12006/</a>
23.–24. 9.	Střezivojice	<a href="http://www.ok-bor.cz/mcr">http://www.ok-bor.cz/mcr</a>
27. 9.	Větrný Jeníkov	<a href="http://okjihlava.ji.cz/ZAVODY/MCR2006">http://okjihlava.ji.cz/ZAVODY/MCR2006</a>
30. 9.	Vyhnánov	<a href="http://www.ok99.cz/mcr06">http://www.ok99.cz/mcr06</a>
1. 10.	Vyhnánov	<a href="http://www.ok99.cz/mcr06">http://www.ok99.cz/mcr06</a>

Datum	Terén	Předchozí mapa
19. 3.	Mírně zvlněný les s větším množstvím různě velkých komunikací; velké množství porostových tvarů; les je dobře průběžný.	Lhotáček, 82
8. 4.	Zvlněný, množství kamenů, kamenných polí, množství komunikací, částečně hustníky, paseky.	-
22. 4.	Zvlněný, střídavá průběžnost, množství kamenů, ve vrcholové partii i skalky, rýhy, hustníky.	Bradlo, 98
23. 4.	středoevropský (270 – 350 m n.m.), hustá síť komunikací, místy rýhy, podrost (jen s min. ostružin), převážně smrkový les, místy hustníky.	-
29. 4.	Terén v nadmořské výšce 250 až 350 m/m, příměstský smíšený les se sítí cest a pěšin 70 %, asi 30 % klasický lázeňský park.	Gáborka, 99
30. 4.	Členitý, podhorský (350 – 650 m n.m.), převážně smíšený podhorský les (smrkově-bukový), místní erozní svahy a rýhy, síť cest.	-
1. 5.	Členitý, podhorský (350 – 650 m n.m.), převážně smíšený podhorský les (smrkově-bukový), místní erozní svahy a rýhy, síť cest.	-
13. 5.	Podhorský terén Zlatohorské vrchoviny ( 600 – 800 m n. m.); hustá síť komunikací, kamenné kupky a hráze; smíšený les.	-
14. 5.	Podhorský terén Zlatohorské vrchoviny ( 600 – 800 m n. m.); hustá síť komunikací, kamenné kupky a hráze; smíšený les.	-
20. 5.	Smíšený les, udržovaný, průměrná hustota komunikací, porostově velmi pestrý, náhorní plošina, mírné převýšení.	Rybáře, 99
20. 5.	Lázeňský komplex, louky, remízky, kopcovitý terén (velké převýšení), místy skalky a kameny, částečně udržovaný park.	-
21. 5.	Smíšený les místy skandinávského typu, udržovaný, nízká hustota komunikací, velký počet terénních detailů (kupky, bažinky), střední převýšení.	Rybáře, 99
3. 6.	Svažitý až kopcovitý terén i naprostá rovina (380 – 520 m n.m). Místy členitý s údolíčky, starými lomy a kameny. Velký prostor je pokryt průběžným	Skalky, 91



	hustníkem.	
4. 6.	Mírně zvlněný až svažité terén, velké množství terénních a kamenitých tvarů v průběžném hustníku, nechybí ani rovina.	Skalky, 91
10. 6.	Zvlněný vysočinský les, velmi pestrý, množství porostových detailů, ztížená průhlednost, místy kamenitý podklad a skalní srázky.	-
11. 6.	Zvlněný vysočinský les, velmi pestrý, množství porostových detailů, ztížená průhlednost, místy kamenitý podklad a skalní srázky.	-
17.–18. 6.	Vysočinský terén, množství melioračních rýh a kamenitých oblastí, složité porostové pasáže, mírně členitý terén, větší množství komunikací.	Roštejn, 91
9. 9.	Rozsáhlý převážně jehličnatý les typický pro Dražanskou vrchovinu, nadmořská výška 375-665m, v němž se místy vyskytují skalní a erozní tvary.	Paprč, 84
10. 9.	Průběžný les s množstvím porostových detailů, minimální výskyt podrostu, četné erozní a antropogenní tvary, v části areál po těžbě ledu a rudy (jámy, kupky).	-
16. 9.	Lázeňský park, přilehlý les, mírně zvlněný s jedním větším svahem, dobrá průběžnost.	-
16. 9.	Terénní složitost střední, porostová rozmanitost, místy větší počet kamenů, střední hustota komunikací, obsahuje všechny typy průchodnosti terénem.	U Kyselky III, 91
17. 9.	Terénní složitost střední, porostová rozmanitost, místy větší počet kamenů, střední hustota komunikací, obsahuje všechny typy průchodnosti terénem.	U Kyselky III, 91
23.–24. 9.	Typický pro Kokořínsko - velká převýšení, velké množství kamenů, skalních srázů a průchodů (i v patrech nad sebou), les většinou borový, dobře průběžný.	Supí hora, 88
27. 9.	Zvlněný vysočinský terén (580-701 m n.m.), různorodá vegetace, proměnlivá průběžnost, střední hustota komunikací.	Roháč, 86
30. 9.	Klasický podkrkonošský – dobrá průběžnost, množství detailů, na S straně se svahem, který obsahuje množství kamenů; velké množství cest a komunikací.	Nesyta, 97
1. 10.	Klasický podkrkonošský – dobrá průběžnost, množství detailů, na S straně se svahem, který obsahuje množství kamenů; velké množství cest a komunikací.	Liščí hůrka, 97

Vysvětlivky: MČR – Mistrovství České republiky; ČP – Český pohár, ČLK – Česká liga klubů; ČPŠ – Český pohár štafet; ŽA – Žebříček A, ŽB – Žebříček B (Č = Čechy, M = Morava); CC – Continental cup; HC – HI-TEC sprint cup

## Termínová listina oblastních závodů 2006

1. dubna	so	1. Jihomoravská liga Oblastní mistrovství na krátké trati	Brno	VBM
8. dubna	so	2. Jihomoravská liga	Senetářov	RBK
22. dubna	so	3. Jihomoravská liga	Brno - Jehnice	ABM
6. května	so	4. Jihomoravská liga Oblastní mistrovství na klasické trati	Říčky	BBM
26. května	pá	Oblastní mistrovství štafet	Březina	ZBM
27. května	so	5. Jihomoravská liga	Medlov	PBM
3. června	so	6. Jihomoravská liga	Bukovinka	SBK
10. června	so	7. Jihomoravská liga	Deblín	TBM
25. června	ne	8. Jihomoravská liga	Velká Lhota	ABM
9. září	so	9. Jihomoravská liga	Boskovice	ADA
16. září	so	10. Jihomoravská liga	Brno	LBM
7. října	so	11. Jihomoravská liga	Dambořice	ABM
13. října	pá	Mistrovství Brna ve sprintu	Brno	ZBM
14. října	so	12. Jihomoravská liga	Bukovinka	ZBM
15. října	ne	Zhusta cup (XX. ročník)	Brno	ZBM
21. října	so	13. Jihomoravská liga	Kozárov	TBM

## Středeční mapové tréninky

29. 3.	STANDARDNÍ SMĚS	bus 41, zast. „Ivanovice, Mácová“	paměťový COB	16:15
5. 4.	POHÁDKA MÁJE	Žebětín, konečná autobusu 52, 54	pásky	16:15
12. 4.	PONÁVKA	Jehnice, bus 42	paměťové tandemy	16:15
19. 4.	ŘÍČKY	Mariánské údolí, konečná autobusu 45	vrstevnicový COB	16:15
26. 4.	ÚDOLÍ ŘÍČKY	Bukovinka	koridory	16:15
3. 5.	TRNŮVKA	Rozdrojovice	I. úsek štafet	16:15
10. 5.	MALĚ HÁDY	Líšeň, Velká Klajdovka, bus 56, 78	2-kolový sprint	16:15
17. 5.	MALIČKÝ LESÍK	Březina, Malý lesík	Hagaby	16:15
24. 5.	HOLEDNÁ	Hobrtěnky, Kohoutovice, bus 52, x37	azimutový COB	16:15
31. 5.	KŘTINY	Ochoz u Brna, před polem v lese	shluky	16:15
7. 6.	AUGŠPERSKÝ POTOK	Žebětín, konečná autobusu 52, 54	krátké postupy	16:15
14. 6.	KOTLIŠKA	Senetářov	krátká trať	16:15
21. 6.	VESELKA	bus 52 „Kopce“, směr Žebětín	okruhy	16:15
28. 6.	LUŽÁNKY	CVČ Lužánky, tramvaj 1, 6, 7	štafety	16:15
6. 9.	HOŘICE 1	Olešná	Švýcarská hra	16:15
13. 9.	VEVEŘÍ	Obora, bus IDS směr Vev. Bítýška	I. úsek štafet	16:15
20. 9.	BÍLÝ POTOK	Veverské Knínice	sudá-lichá	16:15

## Soustředění Šaštín-Stráže

- Datum:** 3. až 5. března 2006 – pátek až sobota
- Odjezd:** vlakem v pátek 3. března v 13:22 z hlavního nádraží, sraz do 13:00, jízdenku zakoupit do zastávky Kúty (POZOR = SLOVENSKO = nutno vzít občanský průkaz nebo pas).
- Příjezd:** vlakem v neděli 5. března v 17:22 na hlavní nádraží, odjezd ze Šaštína v 15:59.
- Ubytování:** ve 2 chatách na postelích.
- Stravování:** individuální, společné jen sobotní oběd a večere a nedělní oběd
- Náplň:** mapové a běžecké tréninky (5 tréninků) na mapách Červený rybník, Záhorie 2, Kobyliarka  
pátek – běžecký trénink + noční trénink  
sobota – 2 mapové tréninky (odpoledne štafety)  
neděle – mapový trénink dopoledne a krátký běžecký trénink odpoledne před odjezdem
- S sebou:** věci na běhání do lesa i do terénu, tréninkový deník, spacík, karimatku ...
- Cena:** 400,- Kč (v ceně je ubytování, 3 jídla, mapy).  
V ceně není dprava z Brna do Šaštína a zpět.

*Zhusta*

## Soustředění Česká Kanada - všichni

**Datum:** 13. – 17. dubna 2006



<b>Cena:</b>	předpokládaná cena je 1 400,- Kč (ubytování + stravování + doprava).
<b>Doprava:</b>	osobními auty.
<b>Jídlo:</b>	zajištěno od večere 13. dubna do oběda 17. dubna
<b>Ubytování:</b>	??? – v oblasti České kanady na postelích nebo ve škole na zemi (v případě ubytování na zemi bude cena podstatně nižší)
<b>Tréninky:</b>	Mapové tréninky a jeden běžecký trénink.
<b>Odjezd:</b>	ve čtvrtek 13. dubna v 8:00 od Bohémy (sraz v 7:45).
<b>Příjezd:</b>	v pondělí 17. dubna v odpoledních hodinách (mezi 15:00 a 17:00).
<b>Příhlášky:</b>	do 1. dubna Liboru Zřídka Veselému. Peníze se budou vybírat na soustředění.
<b>Sebou:</b>	nezapomeňte si svůj SI čip a vše potřebné pro běhání v lese s mapou.
<b>Poznámka:</b>	snad tam již sníh nebude :-). Podrobnější informace v příštím čísle Polarisu.

*Zhusta*

## Spring cup

<b>Datum:</b>	23. až 26. března 2006 – čtvrtek až neděle
<b>Účastníci:</b>	Adélka, Danáč, Dejv, Evák, Zelda, Maruška, Martin, Matěj, Bořek, Jára, Zhusta
<b>Doprava:</b>	osobními auty
<b>Ubytování:</b>	ve škole – nutno vzít spací pytel a karimatku
<b>Stravování:</b>	individuální, zajištěny jsou jen snídaně v sobotu a neděli
<b>Náplň:</b>	pátek – Night Sprint sobota – Classic neděle – Relay informace, startovky, délky tratí na: <a href="http://www.springcup.dk">http://www.springcup.dk</a>
<b>Cena:</b>	2 000,- Kč

*Zhusta*

## Záblesky

- ⚡ **Ročenka ČSOB 2005** je na světě. Jako tradičně v ní jsou výsledky všech důležitých závodů a dlouhodobých soutěží.
- ⚡ **3 nové kluby** začnou letos působit v našem OB. V Moravskoslezském kraji je to SK Karlovice (KAR) a v Ještědské oblasti pak dvojice SIX Numbers (NOB) a OK RECO Sport (PEN).
- ⚡ **Jarní skály** první letošní závod bude kvůli sněhu přeložen o dva týdny na 25.3. Jarní pohár by tak měl být prvním závodem nové sezóny.
- ⚡ **Vedení sekce OB** zasedalo v Jablonci nad Nisou. Byla projednána nová pravidla OB, která budou předložena 8.3. předsednictvu ČSOB, dále se projednával mapový klíč ISSOM, účast reprezentací na světových akcích v roce 2006 a účast vítězných škol z Olympiády škol na MS škol ISF na Slovensku. Předsedkyní komise pro rozvoj OB se stala Kristýna Bořánková.
- ⚡ **WOC 2010 a 2011** se budou konat ve francouzském Chambéry/Aix-les-Bains a norském Trondheimu. Jelikož se nikdo další nepřihlásil zbývá určit jen pořadí obou kandidátů.
- ⚡ **Světový rekord** v počtu kontrol ražených při závodě byl opět překonán. Na švýcarském Hammen OL-event bylo na 27 km 205 kontrol. Překonal se tak rekord ze září 2005, kdy se běžel v USA závod s 203 kontrolami.

✎ **Usnesením Valné horomady naší oblasti** se mění název oblasti z Brněnské na Jihomoravskou. Od letošního roku tak nebudeme mít Oblastní žebříčky brněnské oblasti, ale Jihomoravskou ligu.

**Časopis orientačních běžců klubu ZBM**

**Šéfredaktor: Jiří Zelinka**

Na vydání tohoto čísla se podíleli:

Tomáš Bořil, Jan Brlica, Pavel Brlica, Filip Dědic, Tomáš Dlabaja, Jana Gebauerová, Adam Chromý, David Kabáth, Eva Kabáthová, Matěj Klusáček, Veronika Křístková, Hana Rambousková, Martin Stehlík, Marie Stratilová, Adéla Štěpánská, Jiří Zelinka, Jakub Zimmermann, Libor

Zřídkaveselý

**Toto číslo vyšlo 28. února 2006**

Uzávěrka dalšího čísla je 21. března 2006